

Kamillensalbe - Sanfte Heilung aus der Natur

Die Kamille, mit ihren zarten weißen Blüten und ihrem warmen, beruhigenden Duft, ist seit Jahrhunderten ein Schatz der Heilkräuterkunde. Ihre Kraft wirkt nicht nur im Tee, sondern entfaltet auch als Salbe ihre heilende Magie - sanft, aber wirkungsvoll.

Was kann Kamillensalbe?

- entzündungshemmend
- beruhigend bei Hautreizungen
- wundheilend bei kleinen Verletzungen, Kratzern oder Schürfwunden
- lindernd bei Ekzemen, Sonnenbrand oder Insektenstichen
- pflegend für rissige, gereizte oder trockene Haut
- ideal auch für Babypflege und empfindliche Gesichtshaut

Einfaches Rezept: Kamillensalbe selbst herstellen

Zutaten:

- 2 EL getrocknete Kamillenblüten
- 100 ml Pflanzenöl (z. B. Olivenöl oder Mandelöl)
- 10 g Bienenwachs
- optional: 3-5 Tropfen ätherisches Kamillenöl
- saubere Schraubgläser oder Salbentiegel

Schritt-für-Schritt Anleitung:

1. Kamillenöl ansetzen:

Kamillenblüten mit dem Öl im Wasserbad ca. 30 Minuten ziehen lassen. Nicht kochen!

2. Abseihen:

Blüten durch ein feines Sieb abfiltern - nur das Öl verwenden.

3. Salbe rühren:

Kamillenöl mit Bienenwachs im Wasserbad erhitzen, bis das Wachs geschmolzen ist.

4. Verfeinern (optional):

Einige Tropfen ätherisches Kamillenöl hinzugeben.

5. Auffüllen:

In Gläschen füllen, abkühlen lassen und beschriften.

Anwendung:

Mehrmals täglich auf die betroffenen Hautstellen auftragen, sanft einmassieren und wirken lassen.

Fazit:

Kamillensalbe ist wie ein sanfter Kuss der Natur - beruhigend, heilend, liebevoll. Sie gehört in jede naturverbundene Hausapotheke.