

Dr. Karin Bender-Gonser



Heilerde und ihre Anwendung

[Wichtiger Hinweis:](#)

[Innere Anwendung:](#)

[Äußere Anwendung:](#)

[Innere Anwendungsmöglichkeiten:](#)

[Äußere Anwendungsmöglichkeiten:](#)

[Kühlende Umschläge mit Essigsaurer Tonerde:](#)

[Warme Umschläge mit Heilerde:](#)

Wichtiger Hinweis:

In dieser PDF gebe ich Anregungen und Inspirationen und erhebe nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Jeder ist dazu eingeladen, das Wissen selber zu vertiefen und bei individuellen Fragen den Arzt oder Therapeuten zu Rate zu ziehen.

Innere Anwendung:

- Luvos Heilerde
- Bullrichs Heilerde
- Argile Grüne Tonerde
- Salus Heilerde
- Zeolith (zur inneren Anwendung)

Äußere Anwendung:

- Luvos Heilerde
- Bullrichs Heilerde
- Weiße Tonerde
- Argile Grüne Tonerde
- Grüne Tonerde (nicht Argile)
- Zeolith med Hautpulver
-
-

Innere Anwendungsmöglichkeiten:

- Magenbeschwerden
- Sodbrennen
- Gastritis
- Durchfall
- Blähungen
- Reizdarmsyndrom
- Bindung von Giften
- Übelkeit
- Parasitenbefall
- Allergien (z.B. Nahrungsmittelintoleranz)
- Histaminunverträglichkeit
- Pollenallergie

Äußere Anwendungsmöglichkeiten:

- Akne
- Pickel
- Allergien
- Sonnenbrand
- Blutstillung
- Schürfwunden
- Muskelverspannung
- Sportverletzung
- Rheuma
- Neurodermitis
- Schuppenflechte
- Haarschuppen
- Fußpilz
- Schweißfüße
- Deodorant
- Abszesse
- Insektenstiche

Kühlende Umschläge mit Essigsaurer Tonerde:

Bei Sportverletzungen :

- Heilerde und Essig zu einer Paste anmischen und mit einem Tuch auftragen. Eine halbe Stunde einwirken lassen und dann mit kaltem Wasser abwaschen.

Diese Paste findet auch andere Anwendungsmöglichkeiten, wie in diesem [Video](#) beschrieben.

Warme Umschläge mit Heilerde:

Bei Rheuma und Muskelverspannung:

- Heilerde mit warmem Wasser zu einer Paste verrühren und mit einem Tuch auf die betreffende Stelle auflegen. Eine halbe Stunde einwirken lassen und mit warmem Wasser abnehmen.