Guter Schlaf mit Blüten

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **64 (2007)**

Heft 5: **Mein Kind schläft nicht!**

PDF erstellt am: **27.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-554393

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Guter Schlaf mit Blüten

Wenn das Kleine nicht schläft, kann manchmal auch ein beruhigender und ausgleichender Tee helfen.

Die Blüten und Kräuter bekommen Sie in der Apotheke, der Drogerie und im Kräuterfachhandel – oder aus freier Natur.

Dornröschentee

30 g Passionsblumenkraut
20 g Kamillenblüten
10 g Schlüsselblumenblüten
10 g Veilchenblüten
20 g Orangenblüten
10 g Haselnussblätter

Einen Teelöffel der Mischung mit einer Tasse kochendem Wasser übergiessen, zugedeckt einige Minuten ziehen lassen, abseihen. Eventuell mit Honig süssen.

Je nach Alter des Kindes eine bis zwei Tassen am Abend geben.

Rezept aus:
Susanne Fischer-Rizzi, Medizin der Erde, AT-Verlag