

Teerezepte

Ó kinderpraxis-juelich (Jan-04)



Unser Kinder- und Jugendarzt Dr. Rudolf Weitz verrät Ihnen hier einige bewährte Teerezepte:

Tee gegen Durchfälle beim Kleinkind

- getrocknete Heidelbeeren 20.0
- Kamillenblüten 20.0

2 Teelöffel mit 1/4 Liter kaltem Wasser übergießen,
10 Minuten lang kochen lassen, abgießen.
Mehrmals täglich 2 Eßlöffel lauwarm eingeben.

Tee gegen Blähungen beim Flaschenkind

- Fenchelfrüchte 20.0
- Anisfrüchte 20.0
- Kamillenblüten 10.0

1 gehäuften Teelöffel mit 200 ml kochendem Wasser übergießen,
15 Minuten lang ziehen lassen, abgießen. Mit dem Pulver der
Säuglingsnahrung im üblichen Mischungsverhältnis anrühren.

Tee zur Abwehrsteigerung beim Kleinkind

- Augentrostkraut 20.0
- Hagebuttenfrüchte 20.0
- Fenchelfrüchte 10.0
- Holunderblüten 10.0

1 gehäuften Teelöffel mit 1/4 Liter kochendem Wasser übergießen
und im abgedeckten Gefäß 10 Minuten ziehen lassen, abgießen.
3 - 5 mal täglich 2 Eßlöffel über 4 - 6 Wochen geben.

Tee bei „Erkältungen“

- Hagebuttenfrüchte 30.0
- Holunderblüten 10.0
- Lindenblüten 10.0

1 gehäuften Teelöffel mit 1/4 Liter kochendem Wasser übergießen,
10 Minuten ziehen lassen, abgießen. Mit Honig süßen
und mäßig warm, schluckweise, mehrfach täglich trinken.

Tee gegen trockenen Husten

- Anisfrüchte 20.0
- Lindenblüten 50.0
- Thymian (4000) 20.0
- Schlüsselblumenblüten (4000) 5.0
- Malvenblüten (4000) 5.0

1 Eßlöffel mit 1 Tasse heißem Wasser übergießen,
10 Minuten ziehen lassen, abgießen. Mit Honig süßen,
mäßig warm, schluckweise 3 mal täglich eine Tasse trinken.

Tee gegen Krampfhusten

- Fenchelfrüchte 25.0
- Spitzwegerichkraut (4000) 25.0
- Süßholzwurzel (4000) 25.0
- Thymian (4000) 25.0

1 Eßlöffel mit 1 Tasse heißem Wasser übergießen,
10 Minuten ziehen lassen, abgießen. Mit Honig süßen,
mäßig warm, schluckweise 3 mal täglich eine Tasse trinken.

mäßig warm, schluckweise, 3 mal täglich eine Tasse trinken.

Tee zur Beruhigung bei Juckreiz (und Schlafstörung)

- Baldrianwurzel 10.0
- Kamillenblüten 10.0
- Pfefferminzblätter 10.0

*1 gehäuften Teelöffel mit 1 Tasse kaltem Wasser nachmittags
ansetzen, abends kurz aufkochen, sofort abgießen und schluckweise trinken.*

Für alle weiteren Fragen steht Ihnen unser PraxisTeam gerne zur Verfügung ...

 [zum Seitenanfang](#)

zuletzt aktualisiert am 03.01.2004 (RW)