



PRIVATÄRZTLICHE  
PRAXIS FÜR KINDER  
UND JUGENDLICHE

DR. MED NADINE SCHEFF

# Quarkauflage

## Anwendung bei:

- Sonnenbrand
- Insektenstich
- Lokaler Impfreaktion
- Akute Sehnenscheidenentzündung

## Vorgehen:

Gekühlter, abgetropfter Quark fingerdick auf eine Kompresse streichen. Die Größe der Kompresse soll dem entsprechenden Hautareal entsprechen. Nach Auflegen der Quarkkompresse mit einem Geschirrtuch abdecken.

## Anwendungsdauer:

Mind. 30 min (bzw. bis der Quark trocken ist)