



PRIVATÄRZTLICHE
PRAXIS FÜR KINDER
UND JUGENDLICHE

DR. MED NADINE SCHEFF

Leinsamenschleim

Anwendung bei:

- Magenschmerzen
- Magenschleimhautentzündung
- Reizmagen
- Sodbrennen
- Verdauungshilfe

Herstellung:

2-3 EL Leinsamen (nicht geschrotet) in 500 ml Wasser mind. 30 min köcheln lassen, nicht überkochen. Wenn das Kochwasser dickflüssig, fast schleimig ist, kann der Schleim durchgeseibt werden. Der ausgekochte Leinsamen wird verworfen. Schleim schluckweise warm trinken.

Hinweis: Der Schleim ist einen Tag in einer Thermoskanne haltbar. Warm schmeckt er am besten.