

Was kann uns bei der Guaifenesin-Therapie - außer den bekannten Körperpflege- und Kosmetikprodukten, Fußbalsam, Schmerzgel oder Schmerzsalben - zusätzlich noch blockieren?

| Mögliche Themen / Stoffe / Produkte | Hinweise und Gefahren |
|---|---|
| Vitamine als Nahrungsergänzungsmittel? | OHNE pflanzliche Bestandteile blockieren Vitamine und Mineralien nicht |
| Slip-Einlagen | wenn Kamille oder Aloe Vera verarbeitet werden |
| Strumpfhosen und Socken | können neuerdings auch mit Aloe Vera sein |
| Tempo-Taschentücher | mit Aloe Vera, Kamille, etc. |
| Toilettenpapier | mit Aloe Vera, Kamille, etc. |
| gepuderte Einmalhandschuhe | nur ungepuderte verwenden |
| Putzmittel (immer Handschuhe verwenden) | Salizylate, Pflanzen, Öle |
| Spülmittel | wenn Aloe, Kamille oder sonstige Pflanzen drin sind |
| Haare färben (immer Handschuhe verwenden) | ca. 24 Stunden blockiert |
| Barfuß laufen auf frisch gemähtem Rasen | bitte unbedingt vermeiden |
| Gartenarbeiten (immer Handschuhe verwenden) | Pflanzen, Erde |
| Blumen pflegen, schneiden, ausbrechen | weiße Milch blockiert (immer Handschuhe verwenden) |
| Haut- und Körperkontakt („Bäckchen – Bäckchen“) | wenn das Gegenüber keine salizylatfreien Produkte verwendet |
| Zahnarzt-Besuch | Zahnreinigung / Zahnbehandlung kann Blockade auslösen |
| Rauchen | die Aromen der E-Zigaretten sind ebenfalls fraglich |
| Kaugummi | nur die gelisteten verwenden Vorsicht: auch gelistete können unter Umständen blockieren |
| Tee Kaffee / Koffein | jeder Tee enthält Salizylate, grüner und schwarzer am meisten ist erlaubt, aber wegen Insulin-Verstärkung bei Diät verboten |
| Küchenarbeiten | |
| Zwiebel schälen und schneiden | helle Gemüse-Milch |
| Schnittlauch und Kräuter schneiden | helle Kräuter-Milch |
| Salat frisch aus dem Garten | helle Gemüse-Milch |
| Zitrusfrüchte schälen | Salizylate sitzen direkt unter der Schale |

Erkältung: Tropfen Eukalyptus auf Pullover zur besseren Atmung – schon einatmen der Aromen ist fraglich, möglichst nicht machen.

Achtung: Allgemein gilt, dass man in der normalen Haushaltsküche keine Handschuhe verwenden muss. Es gibt jedoch Patienten, die schneller blockieren. Bitte sehr sensibel und vorsichtig werden!

Deshalb: Alles – wirklich alles – was auch nur im Entferntesten blockieren könnte, sollte vermieden werden. Nur dann können wir eine wirkliche Gelassenheit für die Therapie entwickeln.

Wer dieses Thema lasch angeht und nicht mit allergrößter Konsequenz dauerhaft „ernst“ nimmt, wird wahrscheinlich dauerhaft „muskelverkrampft“ bleiben.