



Augenbad mit Ghī / Ghee

In der ayurvedischen Medizin gehört das **Ghee-Augenbad** zu einem wichtigen Teil der Behandlung vieler **Augenerkrankungen** und **trockener Augen**. Sie benötigen hierzu hochwertiges Ghee, ggf. auch spezielle medizinierte Ghee-Zubereitungen (hierzu berät Sie Ihr Ayurveda-Arzt) und eine in der Apotheke erhältliche **Augenbadewanne**.

Durchführung:

Sie erwärmen das Ghee im Wasserbad auf ca. **33 Grad Celsius**, bis es sich verflüssigt hat, klar ist und eine goldgelbe Farbe hat. Wichtig ist, dass das Ghee für die bevorstehende Anwendung die normale Körpertemperatur von max. 37 Grad Celsius nicht überschreitet! (bitte mit dem **Thermometer** nachmessen)

Sie füllen damit ihre Augenbadewanne und baden nach vorne übergebogen ca. **10 Minuten** lang Ihr **Auge geöffnet** in der Flüssigkeit.

Dann entfernen Sie das gebrauchte Ghee aus der Augenbadewanne und wiederholen den Vorgang ggf. mit ihrem anderen Auge.

Gebrauchtes Ghee bitte nicht wieder verwenden! Achten Sie auch darauf, die Augenbadewanne nach Gebrauch gut zu **reinigen** und mit etwas Alkohol zu **desinfizieren**.

Für Fragen zur Häufigkeit und anderen **Behandlungsdetails** wenden Sie sich bitte an Ihren **Ayurveda-Arzt**. Diese Aufklärung ersetzt kein therapeutisches Gespräch.