



# HARA SHIATSU KBN

Kleine Hausapotheke · Tipp 02/09

## Tofu-Pflaster

### *Information und Hintergrund*

Tofu ist nicht nur als Nahrungsmittel hochwertig sondern kann auch in der Hausapotheke in akuten Situationen als äußeres Heilmittel sehr hilfreich sein.

### *Vorbereitung*

Sie benötigen für die Anwendung des Tofu-Pflasters

- ausreichend Tofu
- weißes Mehl
- geriebener frischer Ingwer
- Mörser und Stößel
- ein Baumwolltuch
- ein Quarktuch

### *Zubereitung*

Zuerst den Tofu in ein Quarktuch legen und jede überschüssige Flüssigkeit ausdrücken. Dann den Tofu in einem Mörser zermahlen. Etwas geriebenen Ingwer zufügen (etwa 5%) und etwas weißes Mehl (10-15%) und alles gut vermengen. Die Konsistenz sollte die einer klebrigen Paste ergeben. Eine ca. 1,5 cm dicke Schicht der Paste auf ein Baumwolltuch auftragen.

### *Anwendung*

- Die Paste sollte direkten Kontakt mit der Haut haben.
- Das Pflaster nicht mit einem Synthetiktuch bedecken.
- Zum Abdecken eventuell ein Baumwolltuch verwenden.
- Da das Pflaster schnell trocknet muss es alle ein bis zwei Stunden gewechselt werden.





## HARA SHIATSU KBN

### *Wirkung*

- Das Tofu-Pflaster absorbiert Fieber. Es kann als Ersatz für Eis verwendet werden. Der Vorteil dabei ist, dass die Anwendung des Tofu eine bessere Wirkung erzielt und keine Folgeerscheinungen nach sich zieht. Eis wirkt physikalisch und kann dadurch als Folgeerscheinung das Fieber in die Höhe treiben – Tofu wirkt hingegen pharmazeutisch.
- Das Tofupflaster bringt entzündliche Vorgänge zum Abklingen (egal ob in Verbindung mit Fieber oder nicht)
- Es beugt Schwellungen vor oder vermindert bereits vorhandene Schwellungen.
- Das Tofu-Pflaster hat ähnliche Wirkung wie das Tarot-Pflaster

Tofu-Pflaster werden bei folgenden Symptomen eingesetzt:

- Hohes Fieber
- Entzündungsvorgänge die Fieber verursachen oder in Begleitung von Fieber auftreten
- Verbrennungen
- Bei Quetschungen oder Verstauchungen um innergewebliche Blutungen zu vermeiden.

### *Zu beachten*

Kein Tofu-Pflaster bei

- Fieber durch Masern oder Windpocken (hier sollte das Fieber nicht künstlich gesenkt werden)

Gute Erfolge wünscht

Karen Binder-Neschi

