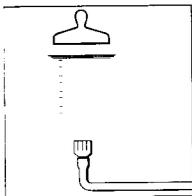
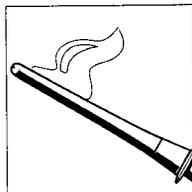


## So wenden Sie einen Reiseirrigator richtig an:

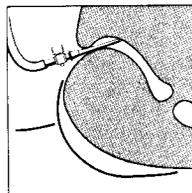
Der Einlauf kann von einer Person Ihres Vertrauens oder mit einiger Übung auch selbst durchgeführt werden. (Mit beigefügtem Mutterrohr können auch Scheidenspülungen vorgenommen werden)



- Reiseirrigator mit handwarmen Leitungswasser füllen. (Zusätze wie Kamillentee sind nur bei entzündlichen Darmerkrankungen nötig)



- Die Spitze der Klistierkanüle mit etwas Salbe oder Melkfett gleitfähig machen.



- In Linkslage wird das Klistierrohr langsam in den After eingeführt und vorsichtig vorgeschoben.
- Einen eventuell auftretenden Widerstand nicht gewaltsam überwinden, sondern das Rohr etwas zurückziehen und dann erneut langsam vorschieben.

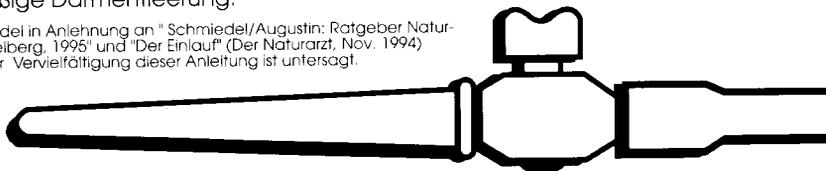
- Reiseirrigator anheben, bis der Wasserspiegel etwa 30-50 cm über der Spitze des Klistierrohres plaziert ist.
- Sollten Schmerzen auftreten, Irrigator etwas absenken, um die Einlaufgeschwindigkeit zu verlangsamen.

## Vermeiden Sie folgende Fehler:

- Zuwenig Salbe auf der Spitze der Klistierkanüle aufzutragen.
- Widerstände beim Einführen gewaltsam zu überwinden.
- Das Darmrohr nur im Enddarmbereich zu plazieren. (Starker Entleerungsdrang gleich zu Beginn der Anwendung.)
- Die Flüssigkeit zu schnell einlaufen zu lassen. (Der Darm muß sich langsam an die Veränderung des Darmvolumens gewöhnen.)

Bei richtiger Durchführung ist der Einlauf eine wohltuende und entlastende Methode, den Körper zu entschlacken. Nicht anwenden bei Ileus (Darmverschluss). Chronische Verstopfung sollte nur gelegentlich mit einem Einlauf behandelt werden. Ernährungsumstellung und viel Bewegung fördern eine regelmäßige Darmentleerung.

\*Nach Dr. med. Volker Schmiedel in Anlehnung an " Schmiedel/Augustin: Ratgeber Naturheilkunde, Haug-Verlag, Heidelberg, 1995" und "Der Einlauf" (Der Naturarzt, Nov. 1994)  
Jede unerlaubte Nutzung oder Vervielfältigung dieser Anleitung ist untersagt.



**Büttner-Frank GmbH**  
Am Wolfsmantel 9-11 • 91058 Erlangen  
Germany

