



# VENENGEL

## Roskastanien-Extrakt

Die Rosskastanie (*Aesculus hippocastanum*) ist bekannt für ihre gefäßstärkenden, adstringierende (zusammenziehenden) Eigenschaften.

Ideale Anwendung bei Krampfadern und Venenleiden, sowie Hämorrhoiden aber auch bei fettigen Haaren und generell geschwollene Füßen. Das Extrakt kann verdünnt auch zu Umschlägen bei rheumatischen Beschwerden, sowie geschwollenen Beinen oder Venenentzündungen angewendet werden. Auch als Wirkstoff in einer Rosskastanien-Pflegesalbe kann es in die nicht mehr heiße Ölphase tröpfchenweise eingerührt werden.



## **Rezeptvorschlag:**

- 1 Messerspitze Xanthan (transparent = wasserlöslich in
- 100 ml Rosmarinhydrolat (durchblutungsfördernd – bei hohem Blutdruck ein anderes Hydrolat z.B. Lavendel-, Bergamottminze- oder Immortellenhydrolat verwenden) einrühren und gut verrühren (klümpchenfrei) anschließend,
- 10 – 30 ml Roskastanien-Extrakt unterrühren. Für die Hauptpflege empfiehlt es sich noch etwas
- Mandelöl oder Aprikosenkernöl (toll wäre auch Johanniskrautöl oder Ringelblumenöl) dazu zu geben, da der Alkohol die Haut austrocknen kann. Gerne kannst du dein Venengel noch mit

**ätherischen Ölen verfeinern:** dazu würden sich eignen,

- Myrte
- Grapefruit
- Speiklavendel
- Cajeput
- Zeder
- Zypresse oder auch
- Wacholderbeere
- Immortelle (bei Schwellungen)

auf 100 ml max. 20 Tropfen