

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

Vitamine als Nahrungsergänzungsmittel	OHNE pflanzliche Bestandteile blockieren Vitamine und Mineralien nicht
Waschmittel z.B. von Frosch	Im Duftstoff (Benzyl Salicylate) ggf. Mandelöl, Citrus-Extrakt oft Aloe Vera
Slip-Einlagen	wenn Baumwollextrakte, 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.
Einmalhandschuhe	wenn Aloe oder Kamille verarbeitet wurden
Putzmittel (immer Handschuhe verwenden)	Salizylate, Pflanzen, Öle
Spülmittel	wenn Aloe, Kamille oder sonstige Pflanzen drin sind
Haare färben (immer Handschuhe verwenden)	wenn sich die Farbe auswäscht, dann kann es viele Tage dauern. aber mit mindesten 24 Stunden Blockade ist zu rechnen.
Barfuß laufen auf frisch gemähtem Rasen	bitte unbedingt vermeiden
Gartenarbeiten	immer Handschuhe verwenden
Blumen pflegen, schneiden, ausbrechen	weiße Milch blockiert (immer Handschuhe verwenden)
Haut- und Körperkontakt („Bäckchen an Bäckchen“)	Gegenüber verwendet Make-up sehr empfindliche Personen blockieren auch, wenn das Gegenüber salizylathaltige Produkte verwendet
Zahnarzt-Besuch	falls mit Aromen gearbeitet wird
Rauchen	die Aromen der E-Zigaretten sind ebenfalls fraglich
Kaugummi	nur die gelisteten verwenden <u>Vorsicht:</u> Auch gelistete können unter Umständen blockieren
Tee	jeder Tee enthält Salizylate, grüner und schwarzer am meisten
Kaffee	koffeinhaltiger Kaffee ist nur bei Diät verboten
Küche Zwiebel schälen und schneiden Schnittlauch und Kräuter schneiden Salat frisch aus dem Garten	weiße Milch
Zitrusfrüchte schälen	Salizylate sitzen direkt unter der Schale

Erkältung: Vorsicht - schon Eukalyptus-Tropfen auf Pullover träufeln zur besseren Atmung ist fraglich – möglichst nicht machen

Achtung: Normalerweise sagt man, in der normalen Haushaltsküche brauche man keine Handschuhe verwenden
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 „verkrampt“ bleiben.