



## Hausmittel gegen Schwindel

Was ist Schwindel? Schwindel ist eine Erkrankung, die bei Patienten mit Problemen in den hinteren Bogengängen des Innenohrs, medizinisch als vestibulärer Labyrinthbereich des Ohrs bezeichnet, auftritt. Patienten, die unter Schwindel leiden, werden ein anormales Gefühl verspüren, das ihnen das Gefühl gibt, als würde sich ihre Umgebung ständig drehen, wirbeln oder bewegen. Als Folge davon leidet der Schwindelpatient an einem

Gleichgewichtsverlust oder einem Übelkeitsgefühl, das akut werden kann. Häufige Ursachen von Schwindel Durch die frei schwebenden Calciumcarbonat-Kristalle in den hinteren Bogengängen des Innenohrs Eine Infektion im Ohr zum Beispiel Syphilis Sichtprobleme Akute Kopfverletzung Herzerkrankungen Hirntumore Schilddrüsenerkrankung Anämie Kalziumstörungen Bewegungskrankheit Unzureichende Blutversorgung &hellip;



# Was ist Schwindel?

Schwindel ist eine Erkrankung, die bei Patienten mit Problemen in den hinteren Bogengängen des Innenohrs, medizinisch als vestibulärer Labyrinthbereich des Ohrs bezeichnet, auftritt. Patienten, die unter Schwindel leiden, werden ein anormales Gefühl verspüren, das ihnen das Gefühl gibt, als würde sich ihre Umgebung ständig drehen, wirbeln oder bewegen. Als Folge davon leidet der Schwindelpatient an einem Gleichgewichtsverlust oder einem Übelkeitsgefühl, das akut werden kann.

## Häufige Ursachen von Schwindel

- Durch die frei schwebenden Calciumcarbonat-Kristalle in den hinteren Bogengängen des Innenohrs
- Eine Infektion im Ohr zum Beispiel Syphilis
- Sichtprobleme
- Akute Kopfverletzung
- Herzerkrankungen
- Hirntumore
- Schilddrüsenerkrankung
- Anämie



- Kalziumstörungen
- Bewegungskrankheit
- Unzureichende Blutversorgung des Gehirns
- Hoher Blutdruck
- Hoher Cholesterinspiegel
- Diabetes
- Austrocknung
- Medikation
- Striche
- Chirurgie
- Vollnarkose

## **Hausmittel gegen Schwindel**

### **Tipp 1:**

In Wasser einweichen – 2 EL Weizenkörner, 1 TL Mohn (Khus-Khus), 8 Mandeln, 8 Wassermelonenkerne und eine Paste herstellen. 1 TL Ghee erhitzen, 2 Nelken darin anbraten, zur Paste geben, mit Milch verrühren und eine Woche lang täglich trinken.

### **Tipp 2:**

1 TL Amla (Stachelbeere) Pulver zusammen mit 1 TL Koriandersamen in Wasser einweichen. Über Nacht stehen lassen. Abseihen und 1/2 TL Zucker hinzufügen und trinken.

**Tipp 3:**

Versuchen Sie, Ihren Körper zu entspannen und stellen Sie sicher, dass Sie genügend Schlaf haben, da Schlafmangel Schwindel verschlimmern und plötzlichen Schwindel und Übelkeit verursachen kann.

**Tipp 4:**

Achten Sie auf eine gesunde Ernährung, die Vitamine und Mineralstoffe enthält, und streuen Sie etwas Zitronenschale in Ihre Salate.

**Tipp 5:**

Eine hohe Aufnahme von Flüssigkeiten wie Säften und Wasser hält Ihren Körper mit Feuchtigkeit versorgt.

**Tipp 6:**

Vermeiden Sie plötzliche Zuckungen und Bewegungen, die beim Aufstehen aus dem Bett zu einem Ungleichgewicht führen.

**Tipp 7:**

Nehmen Sie einige reife Erdbeeren und mischen Sie sie gut mit Joghurt, um Probleme zu lindern, die Schwindel verursachen.

**Tipp 8:**

Nehmen Sie ein Stück rohen Ingwer und fügen Sie es Ihrem Tee hinzu oder kauen Sie einfach ein Stück Ingwer. Es hilft, Ihren Blutdruck zu kontrollieren und lindert Kopfschmerzen und Übelkeit.

**Tipp 9:**

Mandeln gehören zu den nahrhaftesten Nüssen. Einige Mandeln mahlen und in ein Glas warme Milch mischen und trinken. Sie fühlen sich energisch und gesund und reduzieren Schwindelsymptome.

**Tipp 10:**

Schwindel beginnt zunächst mit Übelkeit und Kopfschmerzen. Sobald die Symptome beginnen, nehmen Sie etwas Salz, schwarzen Pfeffer und Zitronensaft in ein Glas warmes Wasser und trinken Sie, um einem Schwindelgefühl vorzubeugen.

.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**