

Kräm mot svampinfektioner i nagelbanden



Detta behövs:

- 2 tsk (10ml) åkerfräkentinktur (Se preparation av örter).
- 20 droppar eterisk timjananolja.
- 20 droppar tea tree olja.
- 0,5 tsk (2ml) johannesörtsinfuserad olja eller olivolja.
- 2 msk (25g) en bra neutral handkräm (oparfymerad).

Tillsätt ingredienserna en i taget, långsamt medan du rör om hela tiden.

Gnid in krämen runt naglar och nagelband två gånger dagligen.