

Antiseptiskt ögonvatten

För något år sedan hade jag en lätt ögoninfektion och jag letade efter antiseptiskt ögonvatten, först på apoteket och sedan i hälsokostaffären, men det fanns ingenstans.

Då gav expediten i hälsokostaffären mig ett tips. Hon sa, ta toppen av en basilika och lägg den i hett vatten. Basilika, liksom många andra kryddor är bakteriedödande, och basilikaavkoket fungerade utmärkt för att få bort ögoninfektionen med när jag sköljde 2-4 ggr om dagen.



Ta några färska basilikablåd, typ 6-7 stycken normalstora. Lägg dem i en liten ren glasburk med lock och slå på ca 1 dl kokhett vatten. Låt svalna och förvara i slutet burk. Jag brukar ha burken i rumstemperatur eftersom det blir litet otäckt att skölja eller droppa kylskåpskallt vatten i ögonen. Efter 2-3 dagar gör jag nytt avkok så det inte står och blir dåligt.

Man kan skölja ögonen med avkoket med hjälp av en ögonkopp, torka runt ögonen med en bomullstuss doppad i avkok eller droppa i ögonen med hjälp av en ren injektionsspruta (om man har tillgång till sådan). Efter ett par dagar brukar infektionen vara borta.