

Allgemeine Hinweise für die Durchführung von Wickeln

Wickelmaterial

Tuchgrößen, die sich bewährt haben und für alle großflächigen Körperteile verwendet werden:

- **Innentuch** (glatte Baumwolle, doppelt gelegt) ca. 28 cm Breite
- **Zwischentuch** (angeraute Baumwolle, doppelt gelegt, oder Frottee) ca. 32 cm Breite
- **Außentuch** (Wollstoff oder Molton oder Frotteebadetuch) ca. 36 cm Breite

Die **Länge** von 140 cm ist für alle Tücher gleich.

Kinderwickel betragen in der Länge anderthalb mal Oberkörperumfang.

Für die **Breite** wird von der Taille bis zur Achselhöhle gemessen.

Für **Ölwickel** und **Kataplasmen** kann man alte Baumwolltücher (alte Taschentücher, Geschirrtücher, Bettlaken zum Zerreißen) verwenden.

Nach Abnahme der Tücher das Innere in klarem Wasser spülen, die übrigen trocknen, sie können mehrfach wiederverwendet werden. Kataplasma-Packungen werden nur einmal verwendet.

Vorbereitung von Patient, Material und Zimmer

Patient

- Abstand zur letzten Mahlzeit mind. eine halbe Stunde
- Blase entleeren vor der Anwendung
- Füße müssen warm sein, ggf. Wärmflasche oder Fußbad (sonst besteht die Gefahr, dass die vom Wickel kommende Wärme kopfwärts steigt und die Füße noch kälter werden).
- Alle beengenden Bekleidungssteile, Uhren, Schmuck etc. entfernen

Zimmer

Gut lüften, angenehm warm, keine Zugluft, keinerlei Geräuschkulissen, kein direkter Lichteinfall auf die Augen.

Material

Alles, was zur Durchführung nötig ist vorher bereitstellen und griffbereit am Bett platzieren: Knierolle, kleines Kissen für den Nacken, Wickelutensilien.

Wärmflasche: heiß-gefüllt (nicht prall), entlüftet (=Wärmflasche flach auf den Tisch legen, Einfüllstutzen aufrecht halten, so dass alle Luft entweichen kann).

Lagerung

Nach Möglichkeit Rückenlage. Außentuch und Zwischentuch im Bett in Höhe der entsprechenden Körperstelle auslegen, der Patient legt sich darauf, die Tücher werden nacheinander über dem Substantztuch anplastiziert. Knierolle o.ä. unterlegen, den Patienten zudecken, inklusive der Schultern. Im Halsbereich Einengung vermeiden. Bei Einengungsgefühl im Herzbereich und/ oder Luftnot die Hände unbedeckt lassen.

Kleines Kopfkissen in den Nacken legen. Jetzt ggf. die Wärmflasche von den Füßen entfernen. Füße zudecken, auch von den Seiten her, ohne Druck auf die Zehen, Decke nicht unter die Fersen ziehen.

Temperatur

Feuchtheiße Wickel: mit dem heißen Tuch die Körperstelle anfächeln, danach so heiß wie möglich auflegen.

Fieberzustände ab ca. 39°C: Wickellösung 2°C kühler wählen als die Körpertemperatur, das wirkt abkühlend.

Teezubereitung

1 Esslöffel getrocknetes Kraut mit ½ Liter kochendem Wasser übergießen, 3-5 Min. ziehen lassen und in Thermoskanne abseihen

Essenzen

1 Teelöffel auf eine Tasse Wasser oder 1 Esslöffel auf ca. ½ Liter Wasser

Durchführungsanleitung: Senf-Thoraxwickel

Besonderheiten

Kein Senfwickel auf gerötete, erkrankte oder bestrahlte Haut!

Hellhäutige, blonde und rothaarige Personen reagieren besonders stark und schnell auf den Senf-Reiz.

Wegen der nach wenigen Minuten einsetzenden Hautreaktion (Brennen, Rötung - Gefahr der Hautverbrennung!) bleibt die Durchführende Person bis zu Beginn der Nachruhe beim Patienten.

Senfmehl sollte luftdicht, kühl und lichtgeschützt aufbewahrt werden.

Material

- Senfmehl (gemahlener Samen vom schwarzen Senf), 2-4 Esslöffel (je nach Größe der Auflagefläche)
- Innentuch doppelt so groß wie die geplante Auflagefläche, Küchenpapier (für die „Verpackung“ des Senfbreies), Frottee-Handtuch als Zwischentuch (= Nässeschutz), Außentuch
- Wenig warmes Wasser (max. 70° C)
- Große Tasse mit Henkel zum Anrühren
- Holzbrett

Durchführung der Anwendung

- Das Innentuch auf dem Holzbrett auslegen und darauf das Küchenpapier ausbreiten
- Senfmehl mit dem warmen Wasser zu einem streichfähigen Brei anrühren. Diesen zügig auf die Hälfte des Innentuches/ Küchenpapier auftragen und daraus eine ringsum geschlossene Packung falten. Die unten liegende Seite der Packung, mit je **einer** Tuch- und Papierschicht, wird auf die Haut aufgelegt.
- Die Packung mit ihrer Anwendungsseite auf das gewünschte Hautareal auflegen
Zum Fixieren und Einhüllen das Zwischen- und Außentuch dicht und fest anlegen
- Während der Anwendung die Hautreaktion gut beobachten (evtl. Packung kurz abheben von der Haut) - Ziel ist eine beginnende Hautrötung, so dass diese gut abgrenzbar ist gegenüber der unbehandelten Haut. Dieser Effekt ist innerhalb eines Zeitraumes von 2-12 Minuten zu erwarten.
- Bei Abnahme der Packung evtl. Haut feucht-warm abtupfen. Alle Tücher entfernen
- Bei empfindlichen Patienten (Kindern) einige Stunden später etwas Calendula-Öl / Babyöl auf die Haut auftragen einreiben
- Nachruhe (30 Minuten)

Nachbereitung

Den Senfbrei mitsamt Küchenpapier verwerfen und das Innentuch auswaschen.

Die nächste Senfanwendung frühestens am nächsten Tag durchführen und nur dann, wenn die Rötung der Haut verschwunden ist (evtl. die Haut mit Öl / Creme entsprechend pflegen).