

Anleitung Kamillen-Dampfsitzbad

Das Kamillendampf-Sitzbad durchwärmt den unteren Menschen und bringt so das Gebiet der Ausscheidung wieder ins Bewusstsein. Nach und nach dehnt sich die Wärme auf den ganzen Körper aus.

Warnhinweise:

- Verbrennungsgefahr, insbesondere bei Kindern, alten und wahrnehmungsgestörten Menschen! Aus anatomischen Gründen bei Männern nicht durchführbar.

Anwendungsgebiete:

- Blasenentzündung
- Blasenreizung
- Prophylaxe von Harnwegsinfekten
- Blaseninkontinenz

Material:

- Kamilleblüten
- Kochendes Wasser
- Thermoskanne oder Kochtopf
- Plastischüssel oder Nachtstuhl mit Topf/ Eimer
- Badetuch

Durchführung:

- Eine Handvoll Kamillenblüten mit einem Liter kochendem Wasser übergießen und zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen. Den Aufguss mit Blüten in eine Plastischüssel leeren, die man in die Toilette stellt (ggfs. in den Nachtstuhltopf), so dass sich der Patient auf die Klobrille setzen kann. Der Patient ist warm angezogen und trägt Hausschuhe und Strümpfe; der Unterleib ist in ein Badetuch gewickelt, so dass die aufsteigende Wärme nicht verloren geht.

Nachruhe:

- Nach dem Dampfbad den Patienten abtrocknen und anziehen und evtl. im Bett nachruhen lassen.

Anwendungszeit:

- Verweildauer ca. 15 Minuten - solange der warme Dampf angenehm ist; der Patient darf nicht auskühlen!