

Wickel

Brust- und Wadenwickel sind altbekannte und bewährte Anwendungen in der häuslichen Krankenpflege. Schon unsere Urgroßmütter wussten: Kalte Wadenwickel senken das Fieber, warme Brustwickel tun gut bei Bronchitis und Husten.

Hier die Rezepte:

Wadenwickel (kalt)

Man benötigt:

- 2 kleine Leintücher (z. B. Geschirrtücher),
- trockene Handtücher,
- 1 Schüssel mit lauwarmem Wasser, das man allmählich abkühlt.

Die beiden kleine Leintücher in lauwarmes Wasser tauchen, auswringen, um die Unterschenkel des Patienten legen.

Trockene Tücher darüber schlagen.

In Abständen von 10 – 30 Minuten drei- bis viermal erneuern, Temperatur des Wassers dabei langsam senken. Die Beine sollen sich zwischen den Anwendungen jeweils wieder aufwärmen.

Brustwickel (warm)

Wird vor allem bei größeren Kindern angewendet. Man benötigt:

- 1 großes Wolltuch, das von der Achselhöhle bis zum Rippenbogen des Kindes reicht und den Oberkörper ganz umschließt,
- 1 Leintuch,
- Sicherheitsnadeln,
- warmes Wasser.

Das Wolltuch wird hinter dem Rücken des sitzenden Kindes ausgebreitet.

Das Leintuch in warmes Wasser tauchten, auswringen und über das Wolltuch breiten. Kind hinlegen, Leinen und Wolltuch nacheinander über dem Brustkorb zusammenschlagen, mit Sicherheitsnadeln feststecken.

Nachthemd oder Schlafanzug-Jacke überziehen.

Brustwickel sollen 1,5 – 2 Stunden wirken. Anschließend den Oberkörper des Kindes lauwarm bis kalt abwaschen, frottieren.

Quelle: Sturm/Bahrs/Dieckhoff/Göpel/Sturm, Hausärztliche Patientenversorgung,
Georg Thieme Verlag KG 2005