

## **Durchführungsanleitung: Lavendel Fußbad kühl**

### **Besonderheiten**

Das Wasser ist kühl, ca. 16–20°C

Die Anwendung nur vor der Bettruhe anwenden

### **Material**

- Fußwanne/ große Waschschüssel
- Lavendel Entspannungsbad (Weleda)
- Wasser
- Handtuch
- Großes Badetuch
- Fußmatte

### **Durchführung der Anwendung**

- Die Fußwanne mit max. 16–20°C kühlem Wasser füllen
- 15 ml Badezusatz dazu geben und lemniskatisch (eine "liegende Acht") verrühren
- Während des Anwendung die Beine und Hüftbereich mit dem großen Handtuch abdecken
- Anwendungszeit: kurz, max. 3 Min.
- Anschliessend schlafen legen

### **Beurteilungssicherheit**

Erfahrung bei einem Patienten über mehrere Jahre

### **Dosierung**

1x tgl. vor dem zu Bett gehen

### **Wirkungseintritt**

Unmittelbar

### **Therapiedauer**

Dauerhaft

### **Weitere Therapieempfehlungen**

Rh. Unterschenkeleinreibung nach Wegman/ Hauschka mit Ferrum met. 0,4% Salbe (Weleda), alternativ Salbenaufgabe mit Ferrum-Salbe