

# Allgemeine Hinweise für die Durchführung von Wickeln

*Wichtig: dies sind ALLGEMEINE Hinweise; im Detail ergeben sich von Wickel zu Wickel Abweichungen*

## Wickelmaterial

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

- **Innentuch = Substantzuch** (glatte Baumwolle, zweifache Stofflage) ca. 28 cm Breite
- **Zwischentuch** (angerauhte Baumwolle in zweifacher Stofflage oder Frottee in einfacher Stofflage) 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.

## Vorbereitung von Patient, Zimmer und Material

### Patient

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

**Zimmer** Gut gelüftet, angenehm warm, keine Zugluft, Fenster wenn möglich schließen; Mediengeräte ausschalten, für Ruhe sorgen; kein direkter Lichteinfall auf die Augen. Dies gilt auch für die Nachruhe (siehe unten).

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

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

## Lagerung & Durchführung

Nach Möglichkeit Rückenlage. Nach Bedarf Oberkörperhochlagerung mit Unterstützung der Arme. Außentuch und Zwischentuch im Bett in Höhe der entsprechenden Körperstelle auslegen, der Patient legt sich darauf, die Tücher werden nacheinander über dem Substantzuch anplastiziert. Evtl. mit Pflaster fixieren. 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, damit der Kopf vom Patienten nicht selbst gehalten werden muss. 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** Feucht-heiße Wickel: das getränkte Tuch so kräftig wie möglich auswringen! Um den Patienten an die Hitze zu gewöhnen, das heiße Tuch mehrmals vorsichtig an die Haut antupfen, ohne sie zu verbrennen. Das Tuch so heiß wie möglich auflegen.

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

**Teezubereitung** 1 Esslöffel getrocknetes Kraut mit 1 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

**Nachruhe** Zu jedem Wickel gehört eine Nachruhe. Diese beginnt mit dem Entfernen des Wickelmaterials und ist wesentlicher Bestandteil der Anwendung. In der Regel beträgt sie 30 Minuten.

**Nachbereitung** Nach Abnahme der Tücher das innere in klarem Wasser spülen und alle zum Trocknen aufhängen, sie können mehrfach wiederverwendet werden. Kataplasma-Packungen werden nur einmal verwendet.

# Durchführungsanleitung: Bienenwachs-Rückenauflage

## Besonderheiten

In der Regel können Bienenwachsauflagen in der Apotheke gekauft werden

**Bienenwachsauflagen selbst herstellen:** (die Auflage wird unmittelbar vor der Anwendung hergestellt)

- Topf für Wasserbad
- Bienenwachs in eine Schüssel bröckeln die in den Topf gestellt oder gehängt werden kann (Wasserbad)
- Auf ca. 70°-80° C erwärmen, sodass das Bienenwachs flüssig wird
- Kelle
- Pergamentpapier (Butterbrotpapier) in der Größe der Auflagefläche
- Küchentuch

**Material** für die Anwendung

- Ein Molton in Bettlaken- Größe
- 1 Badetuch, die Breite reicht von der Achselhöhle bis zum Trochanter
- 1 Decke
- 1 Knierolle

## Durchführungsanleitung Wachsauflagenherstellung & Anwendung

- Die Tücher im Bett vorbereiten
- Küchentuch auf den Tisch legen, das Pergamentpapier darauf
- 1-2 Kellen flüssiges Wachs auf das Pergamentpapier gießen
- Auf Körperwärme auskühlen lassen (Wachs wird fest)
- Die Wachsauflage mit dem Pergamentpapier im Bett auf die vorbereiteten Tücher legen
- Der Patient legt sich in die warme Auflage
- Das Badetuch von den Seiten her über den Bauch wickeln, dann das Laken dicht über die Schulter ziehen und ebenso von den Seiten her den Patienten gut einpacken
- Knierolle unterlegen
- Mit der der Decke von den Füßen bis über die Schultern zudecken
- Das Kissen gut in den Nacken ziehen
- Dauer: 20-30 Minuten
- Nachruhe: 30 Minuten

## Nachbereitung

- Wachsplatte entfernen
- Sie kann bei 100C° im Ofen während 3 Minuten angewärmt, mehrmals verwendet werden

## Beurteilungssicherheit

Bei vielen Patienten bewährt

Im Paracelsus Krankenhaus, Unterlenggenhardt/D und im Alters- und Pflegeheim Birkenrain, Zürich/CH wurden vielfältige positive Erfahrungen mit den Bienenwachsauflagen gesammelt, u.a. bei geschwächten, rekonvaleszenten Patienten und Patienten mit Tumorerkrankungen und Menschen mit gestörtem Wärmeorganismus, z.B. bei Schilddrüsenerkrankungen

## Dosierung

1x tgl.

**Wirkungseintritt**

Sofort

**Therapiedauer**

Nach Verlauf