

## **Praxisinfo: Feucht-warme Brustwickel bei Reizhusten**

### **➤ Vorbereitende Maßnahmen**

- Abends oder mittags vor dem Einschlafen können Brustwickel die Symptome von Luftwegsinfekten bekämpfen und ihre Heilung fördern. Nehmen sie sich eine halbe Stunde Zeit. Kündigen Sie ein tolles Ereignis an. Hüllen Sie Ihr Kind in ein warmes Badetuch (oder eine warme, weiche Decke). Setzen oder legen Sie es auf einen Tisch oder eine Wickelkommode.
  - Benetzen Sie ein „normales“ Handtuch, ca. 40 mal 70 cm groß, mit heißem Wasser aus dem Wasserkran.
- Wringen Sie das Handtuch aus, es muss so warm sein, dass es an den Händen etwas unangenehm ist. Bis Sie beim Kind sind, ist es bereits wieder kühler geworden, ggf. warten Sie noch eine kurze Weile, bis die Temperatur stimmt.
  - Das Tuch muss so warm sein, dass es für das Kind gerade noch angenehm ist. Sie spüren die passende Temperatur am besten an der eigenen Wange.
- Schlingen Sie das Handtuch (nach Abnahme des Badetuchs) von hinten, unter den Achseln hindurch nach vorn um die Brust und belassen es dort 5 Minuten. Wickeln Sie das Kind derweil wieder vollständig in das Badetuch ein.
- Wiederholen Sie diesen Vorgang drei mal.

Wichtig: machen Sie es Ihrem Kind während der Wickeltherapie ausnehmend gemütlich: Erzählen Sie Geschichten, singen oder lesen Sie etwas vor. Während Sie Ihr Wickeltuch erneut erwärmen, hüllen Sie das Kind in Ihr Badetuch ein, damit es nicht auskühlt.

### **➤ Die Wickeltherapie hat drei Effekte:**

- 1. Die Wärme fördert den Stoffwechsel und damit die Heilung**
- 2. Sie überdeckt ferner den Reizhusten mit einem stärkeren Reiz, der Husten hört auf.**
- 3. Die zuwendungs-betonte Atmosphäre beruhigt das Kind und lässt es leichter einschlafen.**