

Abb. 26 Positionen für die wichtigsten Wickel und Packungen

umfassen im Gegensatz zu Packungen entweder nur den Rumpf, Teile des Rumpfes oder Gliedmaßen oder Teile von Gliedmaßen (Abb. 26).

Die Wahl des Wickels und seine Lokalisation richten sich nach dem Krankheitsbild; bei inneren Krankheiten ist der Wickel im zugehörigen Segment anzulegen.

Dem Ziel nach kennen wir wärmeentziehende, wärmestauende und schweißtreibende Wickel.

**Wärmeentziehende Wickel** liegen *so lange*, bis das Tuch am Körper *warm* geworden ist (etwa 20 bis 30 min). Oft sind es *kleine, wenig ausgewrungene* Wickel, die einen hohen Kältereiz

ausüben und bei örtlichen Entzündungsprozessen an Venen und Gelenken, bei frischen Distorsionen oder ähnlichem angebracht sind. Sobald der Wickel erwärmt ist, frischt man ihn mit Wasser der angegebenen Kaltstufe auf und legt ihn erneut an. Bei kälteempfindlichen Menschen, Kindern und alten Personen wird die Kaltstufe II bevorzugt.

Für die Senkung der Körpertemperatur bei Fieber sind wärmeentziehende Packungen erforderlich.

**Wärmestauende Wickel** („Dunstwickel“) haben eine *Liegedauer* von etwa 1 h. Das nasse Tuch wird *reichlich ausgedrückt*, der Kältereiz ist daher schwach und erzeugt eine rasche Erwärmung mit geringer Hautfeuchtigkeit („Dünsten“), aber keine Schweißbildung (bei Erregtheit, Schlafstörungen, Obstipation u. a.).

Bei Dunstwickeln ist eine Schweißperlenbildung zu vermeiden.

**Schweißtreibende Wickel** haben eine *Liegedauer* von 2 h oder mehr (zur Infektüberwindung) und werden entfernt, sobald der Patient genügend geschwitzt hat. Zu diesem Zweck wird das nasse Tuch *sehr gut ausgewrungen*. Die Außenbedeckung kann man durch Daunendecke oder Federbett verstärken.

Da das starke Schwitzen meist mit Ergotropie verbunden und für manche Patienten daher zu belastend ist, gilt dem „Dunstwickel“, der nur eine geringere Feuchtigkeit am Körper bewirkt, oft der Vorzug.

#### Material für Wickel aller Art

Prinzipiell werden zu Wickeln (wie zu Packungen) – von wenigen Ausnahmen abgesehen – 3 Tücher benötigt;

- das feuchte Innentuch,
- das trockene Zwischentuch
- das trockene Außentuch, meist ein Lakentuch.

Als wärmende Bedeckung fungiert eine Wolldecke.

Wird ein Deckbett verwendet, ist das Lakentuch entbehrlich. An seiner Stelle kann ein drittes Tuch angebracht sein, das etwas größer als das Zwischentuch ist und um dieses Tuch gewickelt wird. Jedes Zwischentuch soll den Körper vor unmittelbarer Berührung mit dem vielfach die Haut reizenden wollenen Außentuch schützen. Zumindest das Innen-, das Zwischen- und das Lakentuch müssen wasch- und auskochbar sein und jedes Mal nach einer Behandlung *gewaschen* und *ausgekocht* werden.

Für das *nasse Innentuch* verwendet man porösen, saugfähigen Leinen- oder Baumwollstoff. Das *Zwischentuch* aus Nessel oder Baumwolle braucht weniger locker gewebt zu sein. Dieses bedeckt stets vollständig und reichlich das Innentuch und soll mindestens 2 cm breiter als das Innentuch sein. Am *Hals* und *Kinn* des Patienten soll zum Schutz gegenüber der Wolldecke quer ein *Handtuch* um das obere Ende der Wolldecke gelegt werden.

*Keinesfalls* wähle man als Zwischentuch wasserundurchlässige Stoffe (Plaste oder Gummi), die Verdunstung verhindern, so daß die Haut schlecht durchblutet, schrumpelig wird und quillt.

Die bei den einzelnen Wickeln aufgeführten *Größenmaße* gelten für die feuchten *Innentücher*. Aus praktischen Erwägungen sind einige Tücher für verschiedene Körperteile verwendbar und damit austauschbar.

Bei Patienten mit auffällig von der Norm abweichenden Körpermaßen versteht sich von selbst, daß der Behandler größere oder kleinere Tücher anstelle der vorgeschlagenen Größe nimmt.

Die *Wickelwäsche* ist übersichtlich nach Größe und Verwendungszweck aufzubewahren, muß jederzeit griffbereit und in tadellosem Zustand sein.

#### *Vorbereitung und Grundsätze für jede Wickelbehandlung*

(Gültig auch für Packungen)

- Voraussetzung für kalte Wickel ist gute Durchwärmung des Patienten am ganzen Körper.
- Für Wickel kommt Wasser der Kaltstufe II bis IV in Frage.

- Wickel (wie Packungen) sind am besten im Bett anzulegen.
- Beim Anlegen kleinerer Wickel entblößt der Patient nur die zu behandelnde Körperstelle.  
*Kleine* Wickel können geschickte Patienten *selbst* handhaben, wenn man es ihnen gründlich gezeigt hat.
- Wickel müssen *faltenfrei* sein und dem Körper *glatt* anliegen, sonst entstehen „Luftlöcher“, der Patient friert.
- Guten Sitz der Wickel erreicht man durch *Zug und Gegenzug* (s. Abb.33 b) wie bei der Dreiviertelpackung.
- *Sicherheitsnadeln* werden *nur ausnahmsweise* quer zur Zugrichtung des Wickels angebracht, besser steckt man die Wickelenden unter den Wickel.
- Wenn zwischen Haut und Wickel Luft bleibt, fehlt der notwendige Hauttemperaturanstieg; der Patient beginnt zu frösteln.
- Der Wickel ist *fehlerhaft* angelegt, wenn die zügige Wiedererwärmung ausbleibt, die sich etwa innerhalb von 30 bis 40 min eingestellt haben soll.
- Beginnt die *Wiedererwärmung* nicht kurzfristig, ist Bedeckung des Patienten mit einer weiteren Wolldecke, einem Deckbett oder anderem erforderlich. Nötigenfalls gibt man eine Wärmflasche an die Füße oder ein Heißgetränk.
- Die Wickelbehandlung ist *abzubrechen*, wenn sich innerhalb der angegebenen Frist trotz weiteren Zudeckens des Patienten und erwärmenden Maßnahmen keine Erwärmung einstellt.
- Während der Behandlung soll weder gelesen, noch Radio gehört, noch soll der Patient durch Unterhaltung abgelenkt werden. Bei langliegenden Wickeln sind gewisse Ausnahmen zulässig.
- Man achte auf *Zustand* und *Reaktion* des Patienten und bleibe in Rufnähe, wenn keine Signalanlage vorhanden ist.
- Als *Abschluß* der Wickelbehandlung folgt meist eine kalte Waschung und Trockenfrottierung, sofern der Patient nicht einfach zugedeckt wird, ohne ihn abzutrocknen.
- Die *Nachruhe* zur Abtemperierung (Abdünsten oder Abschwitzten) beträgt zwischen  $\frac{1}{2}$  und 2 h.

### Ausführung

Es empfiehlt sich, mit Binden für das feuchte Innen- und das trockene Außentuch zu arbeiten, da deren Anschmiegsamkeit an die Formen der Extremitäten am größten ist. Man kann auch die für Mehrfachzwecke vorgesehenen Brustwickel, längs angelegt, als Extremitätenwickel gebrauchen.

Bei allen Wickeln, die mit Binden ausgeführt sind, ist besonders darauf zu achten, daß die äußere Binde nicht durchfeuchtet. In diesem Fall ist eine weitere Binde zum Abdecken erforderlich.

### Hand- und Fußwickel

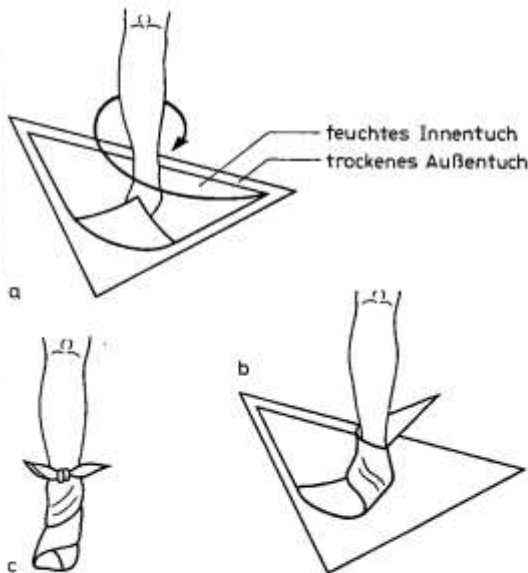
#### Material

- 1 Tuch, 65 × 65 cm oder 70 × 70 cm, zum Dreieck falten,
- 1 etwas größeres Tuch als Außentuch.

#### Ausführung

Wie in der Verbandtechnik wird das gleichschenklige Tuch mit dem rechten Winkel nach ventral so hingelegt, daß der Fuß darauf gestellt werden kann (Abb. 28 a). Das äußere, trockene Tuch wird zuerst auf die Unterlage gebracht, dann das feuchte, etwas kleinere Tuch. Zuerst wird das Tuch von den Zehen her umgeschlagen (Abb. 28 a), danach von den Seiten

Abb. 28 Fußwickel mit Dreieckstuch



(Abb. 28 b). Das feuchte Tuch wird mit den Enden eingesteckt. Das trockene Tuch kann man knüpfen (Abb. 28 c).

Am einfachsten ist die Verwendung von Binden, die wie bei den Extremitäten gewickelt werden.

Eine Kombination zwischen Fuß- und Wadenwickel wird als Beispiel, auch für die obere Extremität, beschrieben.

### Fuß- und Wadenwickel (Bindenwickel)

#### Material

2-3 Binden

#### Ausführung

Zuerst die feuchten, dann die trockenen Binden anlegen.

Nochmals sei betont, daß die äußeren, trockenen Binden nicht nur die inneren, feuchten Binden vollständig überdecken, sondern auch trocken bleiben müssen.

### Schulterwickel

#### Material

- 1 Tuch, 30-35 cm × 130-160 cm, als Innentuch.
- 1 Tuch, etwas größer als das Innentuch, für die Umhüllung.

#### Ausführung

Das feuchte Tuch wird wie ein Schal über Nacken und Schultern gelegt. Seine Enden werden in Spiralen um die Oberarme gewunden. Das breitere, trockene Tuch zum Abdecken wird zweimal um die Oberarme geführt, seine Enden werden unter den Wickel gesteckt.

Für die häusliche Anwendung verrichtet ein kurzärmeliges; in entsprechender Lage zugeschnittenes Hemd diesen Dienst, dem ein Wollpullover zur Wärmeentwicklung übergezogen wird.

### Brustwickel

#### Material

- 1 Tuch, 25 × 130 cm als Innentuch,
- 1 etwas größeres Zwischentuch.

Diese Tuchgröße ist ebenso geeignet für den Leib- und den Unterleib-, Hüft-Beckenwickel.

#### Ausführung (Abb. 29)

Ausbreiten der Wickelwäsche im Bett: zuerst das äußere Wolltuch als größtes Tuch, dann das Laken, das trockene Zwischentuch, etwas größer als das feuchte Innentuch, das obenauf gelegt wird.

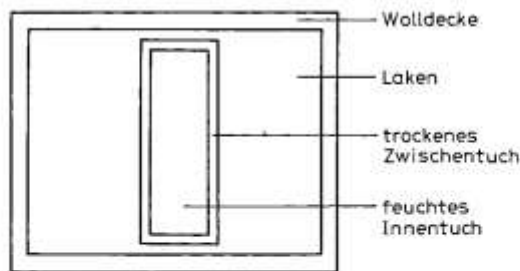


Abb. 29 Tuchfolge für Brust-, Leib und Unterleibswickel

Die Feuchte des Innentuches richtet sich nach der Körperwärme. Je mehr der Körper durchwärmt, desto feuchter das Tuch. Bei Fieber über 39 °C kommt eher ein Rumpfwickel oder eine Rumpfpackung (s. dort) in Frage.

Der Patient, der sich vor dem Ausbreiten der Wickeltücher im Bett oder auf einer geeigneten Pritsche aufgerichtet hat, legt sich nun mit erhobenen Armen auf die Tücher und hält bis nach dem Umlegen des feuchten Tuches den Atem in einer Mittelstellung zwischen Ein- und Ausatmung an.

Die Tücher werden nacheinander *rasch, glatt und faltenlos* über die Brust gezogen. Die Zipfel werden untergesteckt.

Patienten gut zudecken, nötigenfalls mit einer zusätzlichen Decke.

Der Wickel wird, je nach Verordnung, als langliegender oder rasch zu wechselnder Wickel geführt.

#### Schottenwickel

(Brustwickel mit Trägern; Abb. 30)

##### Material

- wie beim Brustwickel,
- zusätzlich 2 feuchte „Träger“ (10 × 60 cm) für das Innentuch,
- 2 etwas größere „Träger“ als Zwischentuch.

##### Ausführung

Sie gleicht im Prinzip der beim Brustwickel, an dessen hinterer Mitte in V-Form zwei Träger angenäht oder nur durch Einstecken befestigt werden (Abb. 30). Die Träger, die wie üblich aus den zwei Lagen bestehen, werden über die

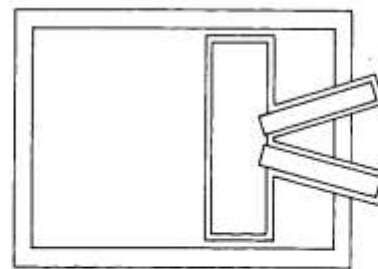


Abb. 30 Schottenwinkel (Brustwickel mit Trägern)

Schultern nach vorn gezogen und darüber der Brustwickel, wie soeben beschrieben.

Die Führung des Wickels ist die gleiche wie beim Brustwickel. Auch der Rumpfwickel läßt sich in gleicher Weise mit Trägern anlegen.

#### Kreuzwickel

(Träger-Brustwickel mit Binden; Abb. 31a bis c).

##### Material

- 1 Binde (aus Wäschestoff), 250 bis 300 × 15 bis 20 cm als Innentuch,
- 1 Binde, etwas breiter und länger als die erste, als Zwischentuch.

##### Ausführung

Der Kreuzwickel ist eine Abwandlung des Brustwickels mit Trägern. Die Wickelbinden oder aufgerollten Tücher der entsprechenden Größe werden so angelegt, wie es die Abbildung 31 zeigt: mit der rechten Hand faßt man die schmalere, in kaltes Wasser getauchte und gut ausgedrückte Binde, während man mit der linken den Bindenanfang unterhalb der rechten Achselhöhle des Patienten festhält. Dann rollt man die Binde über die rechte Brust zur linken Schulter, über diese hinweg schräg über den Rücken, zurück bis zur rechten Achselhöhle (1. Bindentour), beschreibt einen Halbkreis über die Brust, unter der linken Achselhöhle (2. Bindentour) und führt rückenaufwärts über die rechte Schulter bis zur Brust (3. Bindentour). Das Ende der Binde wird unter den Brustteil (2. Bindentour) gesteckt. Mit der breiteren, trockenen Binde deckt man die feuchte ab und gibt dieser zugleich damit Halt und Sitz.

#### Leib- oder Lendenwickel

##### Material

Wie beim Brustwickel.

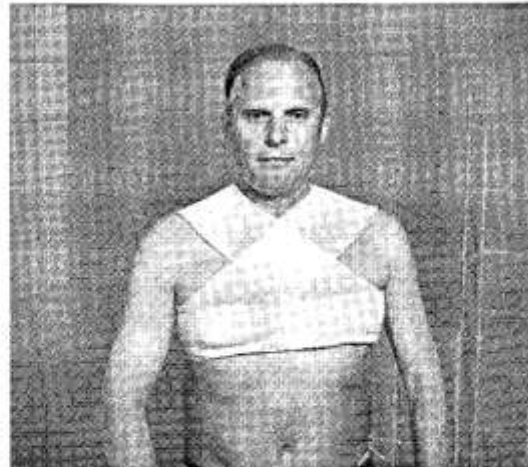


Abb. 31 Kreuzwickel

- a 1. Bindentour
- b 2. Bindentour
- c 3. Bindentour

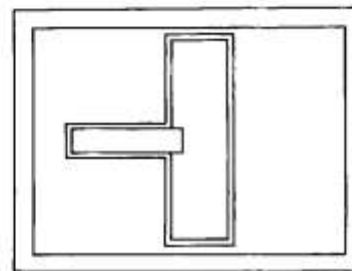


Abb. 32 Leib- oder Unterleibwickel mit Durchzug

**Ausführung**

Diese verlangt das gleiche Vorgehen wie bei dem Brustwickel. Die Position für den Leib- oder Lendenwickel gibt Abbildung 26 an.

**Unterleib-, Hüft- oder Beckenwickel**

**Material**

Wie beim Brustwickel.

**Ausführung**

Verlagerung des Leibwickels zum Becken (s. Abb. 26), keine methodischen Besonderheiten gegenüber Brust- oder Leibwickel.

**T-Wickel**

(Durchzug; Abb. 32)

**Material**

- 1 Tuch, 30 × 50–80 cm für Innentuch,

- 1 etwas größeres Tuch für die äußere Bedeckung des Durchzugs.

**Ausführung**

Leib-, Unterleib- und Rumpfwickel können zum T-Wickel werden, wenn man an diese Wickel für die Genitalregion einen schmalen Streifen als „Durchzug“ anfügt.

In der Mitte der ausgebreiteten beiden Wickeltücher, des feuchten und des trockenen, fügt man nach kaudal den trockenen und obenauf den feuchten Durchzug an und zieht ihn nach Anlegen des Wickels zwischen den Beinen zum Unterleib durch, so daß die beiden Enden des Durchzugs sich hinten und vorne an den Wickel anschließen.

Der Durchzug wird auf der Vorder- und Rückseite unter den Wickel gesteckt.