

Praxisinfo: Schwitzpackung bei Reizhusten

➤ Vorbereitende Maßnahmen

- Abends oder mittags vor dem Einschlafen können Schwitzpackungen die Symptome von Luftwegsinfekten bekämpfen und ihre Heilung fördern. Sie können nach feucht - warmen Brustwickeln durchgeführt werden, oder als alleinige Maßnahme. Das Kind sollte mindestens 5 Jahre alt sein. Bei Fieber über 39 Grad sollte man sie nicht durchführen
 - Legen Sie zwei Bettecken übereinander auf das Bett Ihres Kindes,
 - legen Sie zwei kochend - heiße Wärmflaschen darunter

- Nach ca. 30 Minuten entfernen Sie die Wärmflaschen aus dem Bett und legen Ihr Kind im Schlafanzug in das Bett
 - Stopfen Sie die Bettdecken rund um das Kind fest, auch am Hals und den Schultern, die Hände müssen unter der Bettdecke sein

- Setzen Sie sich neben Ihr Kind, lesen Sie vor, erzählen Sie Geschichten.
Dauer: ca. 30 min

Zum Schluss: Reiben Sie Ihr Kind mit einem warmen Handtuch gut ab, ziehen ihm einen frischen Schlafanzug an und geben Sie ihm etwas Warmes zu trinken. Anschließend wird es ruhig einschlafen

➤ Die Schwitzpackung bewirkt:

- 1. Die Wärme fördert den Stoffwechsel und damit die Heilung**
- 2. Die zuwendungs-betonte Atmosphäre beruhigt das Kind und lässt es leichter einschlafen.**