



Wichtige Hinweise

- Nehmen Sie sich Zeit für die Anwendung.
- Sorgen Sie für eine ruhige Umgebung und einen warmen, gelüfteten Raum.
- Entleeren Sie vor der Anwendung Ihre Blase.
- Keine Anwendung bei kalten Füßen! Nehmen Sie bei Bedarf eine Wärmflasche oder machen Sie vor der Anwendung ein warmes Fußbad.

Bitte beachten Sie

Diese Beschreibung ersetzt nicht die praktische Anleitung durch das Pflegepersonal.

Kontakt

**Universitätsklinikum Freiburg
Klinik für Onkologische Rehabilitation
in der Klinik für Tumorbilogie**

Ärztlicher Direktor
Dr. med. Timm Dauelsberg

Breisacher Straße 117
79106 Freiburg im Breisgau

Telefon: 0761 / 270-71350
E-Mail: info@ukf-reha.de

www.ukf-reha.de

Stand bei Drucklegung
Herausgeber:

© Universitätsklinikum Freiburg | 2024

Redaktion: Klinik für Onkologische Rehabilitation - Pflegedienst

Bilder: © fotolia/New Africa | © fotolia/juefraphoto | © fotolia/Dmytro Sukharevskiy |
© fotolia/amy_lv | © fotolia/Roxana

Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg

ANLEITUNG FÜR EINE
ÖLAUFLAGE

**Klinik für Onkologische Rehabilitation
in der Klinik für Tumorbilogie**

PFLEGE

Ölaufagen

Anwendungsmöglichkeiten

- Schlafförderung
- Unruhe, Nervosität, Erschöpfung und Stress
- Husten, Bronchitis und Erkältung
- Blasenentzündung und Reizblase
- Blähungen und Krämpfen
- Verspannung und Schmerzen

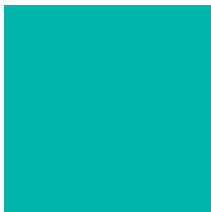
Öle

Je nach Indikation kommen folgende Öle in Frage:

- Lavendel Körperöl
- Eukalyptus Körperöl
- Rosenblüten Körperöl
- Johanniskrautöl
- Mandelöl
- Wala Melissa ex herba
- Olivenöl
- Wala Aconit Schmerzöl

Wählen Sie mit Ihrer Pflegekraft das passende Öl aus, testen Sie im Zweifelsfall die Verträglichkeit (tragen Sie dazu einen Tropfen Öl in der Ellenbeuge auf).

Verwenden Sie niemals reines ätherisches Öl, sondern Pflege- oder Körperöle.



Nicht anwenden

- bei Unverträglichkeit gegen den Wirkstoff des Öls
- bei Abneigung gegen bestimmte Düfte
- bei Kindern unter 3 Jahren
- bei geschädigter Haut
- im Bereich eines Lymphödems
- bei Blutungsgefahr
- bei akuten Entzündungen im Bauchraum
- bei bestrahlter Haut

Material

- Innentuch (zum Beispiel Leinen- oder Baumwolltuch zirka 20 mal 20 Zentimeter oder weiches, doppelt gelegtes Papiertaschentuch)
- Wärmepolster (Baumwollwatte in Gaze eingepackt oder Rohwolle), größer als das Innentuch
- Außentuch (Molton, Duschtuch oder Wollschal), groß genug, um es überlappend um den Bauch oder Brustkorb wickeln zu können
- zwei Wärmflaschen
- Butterbrottüte oder -papier

Wirkungsweise

Die Wirkstoffe werden über die Haut und über den Geruchssinn aufgenommen. Die milde Wärmeanwendung fördert die Aufnahme der Wirkstoffe und wirkt zusätzlich entspannend.

So wird's gemacht

- Zunächst wird eine Ölkompresse hergestellt. Dazu beträufelt man ein Baumwolltuch mit 60-80 Tropfen Öl und gibt dieses in eine Butterbrotbapier-tüte.
- Das Ganze wird zwischen 2 flach gefüllte, nicht zu heiße Wärmflaschen platziert, mit dem Wärmepolster und dem Außentuch umwickelt, und 15 Minuten vorgewärmt.
- Positionieren Sie das Außentuch unter dem Rücken, je nach Auflagestelle in Höhe der Brust, des Bauches oder des Beckens. (Bevorzugte Auflagestellen für die Ölaufage sind Brustkorb oder Bauch.)
- Dann wird die temperierte Ölkompresse (ohne Papiertüte) auf die entsprechende Körperstelle gelegt.
- Nun das Wärmepolster zügig darüber legen und mit dem Außentuch faltenfrei einhüllen.
- Die Auflage kann beliebig lange angelegt bleiben, mindestens aber für 30 Minuten.
- Halten Sie eine Nachruhe von mindestens 15 Minuten ein (diese entfällt, wenn Sie die Auflage über Nacht liegen lassen).

Achten Sie darauf, dass die Wärmflasche nicht zu heiß ist (Wassertemperatur 50 bis 60 °C).

Literatur

Pflegepraxis: Wickel und Auflagen: Alternative Pflegemethoden erfolgreich anwenden

Annegret Sonn, 110 Seiten, Thieme Verlag, ISBN: 978-3131119131

Wohltuende Wickel: Wickel und Kompressen in der Kranken- und Gesundheitspflege

Maya Thüler, 110 Seiten, Thüler Verlag, ISBN: 978-3908539018

Phytotherapie – Wohlbefinden aus der Natur Informationen und praktische Tipps zu Heilpflanzen

Klinik für Tumorbiologie (Herausgeber), 80 Seiten
ISBN: 978-300032918