



- Akupunktur (A- und B- Diplom)
- Psychotherapeutische Hypnose
- Anthroposophische Medizin (GAÄD)

Patienteninformation

Senfauflagen

Wirkung:

Senfauflagen wirken durchwärmend und bringen den Schleim zum Fließen.

Anwendung:

bei Asthma, Bronchitis, spastische Bronchitis, Lungenentzündung

Durchführung:

Für die Senfauflagen werden schwarze Senfsamen (semen sinapis) möglichst erst kurz vor der Anwendung gemahlen und mit Wasser zu einem zähen Brei verrührt. Diesen verteilen Sie fingerdick auf zwei dünne feuchte Tücher und schlagen ihn darin ein (die Größe der beiden Auflagen sollten der Fläche des Handtellers des Patienten entsprechen).

Beide Auflagen legen Sie dann rechts und links der Wirbelsäule in Höhe der Schulterblätter auf den Rücken und drücken sie leicht auf die Haut. Anschließend sollte der Patient mit einem Handtuch warm zu gedeckt werden. Bei hellhäutigen, rothaarigen, blonde Kinder sind oft sehr empfindlich und Jammern über Brennen, obwohl noch keine Reaktionen sichtbar sind. Bei diesen Kindern sollten keine Auflagen gemacht werden. Die anderen schlafen teilweise mit einem wohligen Wärmegefühl unter den Senfauflagen ein. Sofern die Haut es verträgt, dürfen die Auflagen 10 min verbleiben.

Anfangs ist es wichtig, alle 2 Minuten unter eine der Auflagen zu schauen, wie die Haut reagiert. Bei Beginn der Rötung verbleiben die Auflagen noch 1 bis 2 Minuten und werden heruntergenommen, denn es können bei längerem Aufliegen sich Verbrennungen bilden.

Anschließend den Senfsaft mit einem Waschlappen vorsichtig abreiben und den Rücken mit Johanniskrautöl einreiben.

Literaturtip:

Maya Thüler, Wohltuende Wickel, 1991, M. Thüler-Verlag.

Petra Lange, Hausmittel für Kinder, RoRoRo-Verlag,