

Gesundheitstipp: **Brustwickel heiß**

Indikationen

chronische Bronchitis

Vorsicht bei/nicht geeignet bei

Fieber

Wirkung

bronchienentkrampfend
schleimlösend, auswurfördernd

Was wird benötigt?

- 1 Leinentuch nass (40 x 190 cm)
- 1 Baumwolltuch (48 x 190 cm)
- 1 Wolltuch (44 x 190 cm)

Besondere Bemerkungen:

Zusatz zur Reizverstärkung **Thymian**

Vorgehen/Technik

- Tücher faltenlos straff um die Brust wickeln:

auf der Haut: **Leinentuch**
darüber: **Baumwolltuch**
darüber: **Wolltuch**

- *Platzierung:* Achselhöhle bis Rippenbogen

Liegedauer: solange der Wickel als warm empfunden wird
(ca. 30-45 Min)