Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 97 (1999)

Heft: 9

Artikel: Wickel und Kompressen

Autor: Graf, Sabine

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-951349

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 05.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

EDITORIAL

Aus der Not eine Tugend machen: Dies gehört gelegentlich zur Aufgabe einer Redaktorin. In diesem Fall bestand die Not darin, dass das eigentlich vorgesehene Thema, zu früh geplant, kurzfristig auf später verschoben werden musste. Für einmal war der Pfad zur Tugend nicht dornenvoll: Auf dem Redaktionstisch lag schon seit längerem eine lesenswerte Projektarbeit über Wickel, die nun in dieser Nummer Raum bekommt. Wickel, obwohl uraltes Heilmittel und mit ihren aus Gemüsegarten oder Blumenwiese stammenden Ingredienzen schon fast ein Kuriosum in unserer technologie- und chemielastigen Zeit, sind hochaktuell: Ihre Effektivität ist unbestritten, ihre Anwendung praktisch und erlernbar für alle, und unserem nach Sparmassnahmen rufenden Gesundheitswesen müssten sie eigentlich wie ein Segen erscheinen. Überlegungen von Hebammen, wie sie eine professionelle Wickelanwendung im Gebärsaal einführen könnten, sind sicher sinnvoll.

Für zusätzliche Abwechslung in dieser Mischnummer sorgen der Erlebnisbericht einer Hebamme und Mutter über Haptonomie, und erstmalig eine neue Rubrik «Aus der Forschung». Hier sollen in loser Folge für Hebammen wichtige Forschungsarbeiten vorgestellt werden, heute eine Untersuchung zweier Dammschutz-Methoden und ihrer Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Frauen. Und damit das Technologiezeitalter doch nicht ganz ausgeschlossen bleibt, finden surfende Hebammen eine Auflistung von berufsrelevanten Homepage-Adressen. Möglicherweise liegt die Tugend dieser Nummer darin, dass sie die ausserordentliche Themenvielfalt des Hebammenberufs spiegelt.

Gelinde Michel

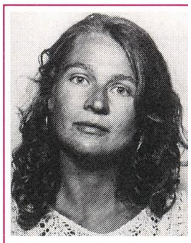
Sanfte Therapie in der Geburtshilfe

Wickel und Kompres

«Die gelindeste Anwendung ist die beste», wusste schon Sebastian Kneipp. Auch viele Hebammen machen immer wieder die Erfahrung, dass sich mit einem Wickel häufig der Einsatz von Medikamenten vermeiden lässt. Eine ausführliche HöFa-I-Arbeit* widmet sich dieser alternativen Heilmethode.

Sabine Graf

WICKEL sind für mich schon seit Jahren ein Thema. Als Mutter fand ich in deren Anwendung eine sanfte, erfolgreiche und dankbare Therapie für viele Beschwerden und Krankheiten, die meine Tochter immer mit Freude akzeptierte. So manches Mal wirkte abends eine kühle Quarkkompresse mit einem Tropfen Lavendelöl auf ihre Stirn gelegt, wenn sie sich wieder einmal unruhig im Bett wälzte und nicht einschlafen konnte. Sie wurde ruhig und schwer, der Atem langsam und regelmässig, und die Augen fielen bald zu. Auch an eine Gebärende erinnere ich mich, die ganz am Anfang der Geburt stand, die Wehen waren noch unregelmässig, aber äusserst schmerzhaft, vor allem im unteren Rückenbereich. Sie lag im Bett, konnte aber keine Position finden, die ihr einigermassen behagte. Ich bereitete eine Schüssel mit heissem Wasser und einer Gazewindel, legte eine warme Bettflasche, ein Frotteetuch und Mandelöl bereit. Abwechselnd legte ich ihr nun eine heisse Dampfkompresse auf die schmerzende Stelle und massierte diese. Nach einigen Kontraktionen veränderte sich der Schmerz für die Frau, sie konnte sich in den Pausen entspannen, und die Wehen kamen nun in regelmässigen Abständen. Die heisse Anwendung und die Massage empfand sie als sehr angenehm und lindernd.



Sabine Graf, Hebamme am Kantonsspital Olten, Fortbildung in Aroma- und Wickeltherapie, Absolventin der HöFa I für Hebammen.

Mein Interesse an sogenannten alternativen Heilmethoden hat sich durch Wickelanwendungen vertieft. Mit einem Wickel kann frau häufig auf den Einsatz von Medikamenten verzichten oder diesen vermindern. Die Wickeltherapie lässt sich bestens ergänzen und erweitern mit Kenntnissen und der Anwendung von Heilpflanzen, Aromatherapie und Homöopathie. Ein weiterer, mir immer wichtiger Aspekt ist die einfache praktische Anwendung. Mit Material, das sich häufig im Haushalt finden oder selbst herstellen lässt, und auch mit wenigen, meist billigen Wirkstoffen kann

«Wickelstilleben»: Die meisten Wickelzutaten sind billig und finden sich in jedem Haushalt und Garten.

sen

eine wohltuende und heilende Wirkung erzeugt werden. Die Wahl eines Zusatzes kann sich nach dem richten, was wir gerade zur Hand haben, oder auch weggelassen werden. Die Handhabung ist mit etwas Übung schnell erlernbar, wobei es wichtig ist, gewisse Grundsätze zu beachten. Auch dürfen dabei Heilpflanzen und ätherische Öle nicht ohne Kenntnis ihrer Wirkung eingesetzt werden.

Theoretische Grundlagen

Die Naturheilkunde und sogenannnte alternative Therapien gewinnen in der Pflege und Medizin immer mehr an Bedeutung. Verfahren und Wirkungsweisen der Phytotherapie, Hydrotherapie und Aromatherapie sind vielzählig und umfassend dokumentiert. Ganz gezielt wird auch nach neuen oder unbekannten Wirkstoffen gesucht, um deren Wirkung auf jetzt nicht erfolgreich therapierbare Krankheiten, wie zum Beispiel Krebs, zu prüfen. Zur Wickelanwendung in Praxis und Spital, zu deren Wirkung und erzielten Erfolgen, existieren diverse Veröffentlichungen und Erfahrungsberichte. Die begleitenden Diskussionen werden vor allem in Fachzeitschriften der Pflege geführt. Meistens wurde dabei eine genau definierte Wickelmethode mit einer Wirksubstanz bei einer bestimmten Indikation eingesetzt und überprüft [1], [2]. Ausführliche Beschreibungen von physikalischen Therapien, und darin die Anwendung von Auflagen, liefert auch die Literatur über die anthroposophische Medizin und ihrer Pflegemethoden, in denen Wickel, Waschungen und rhythmische Einreibungen eine fundamentale Rolle spielen [3].

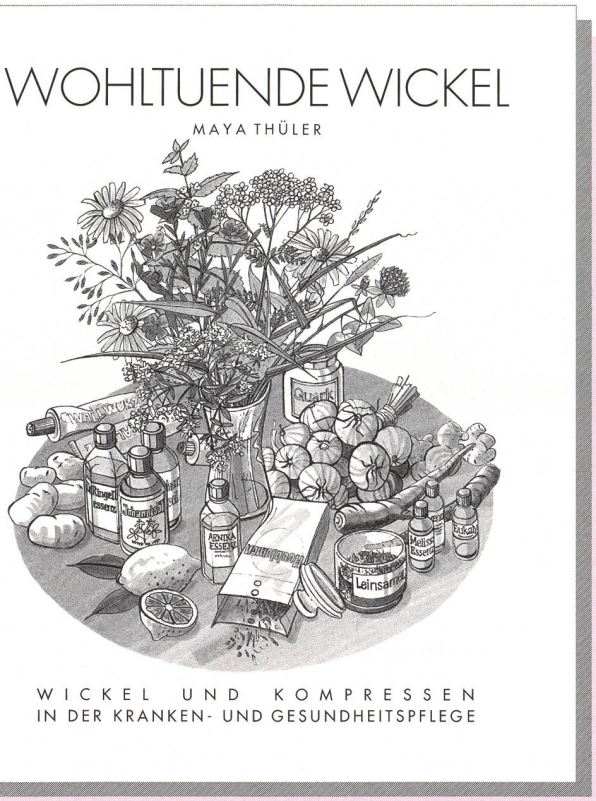
In der Studie «A Guide to Effective Care in Pregnancy and Childbirth» (Enkin et al) *(s. SH 6/99, Anm. d. Red.)* findet sich die Feststellung, dass «Wärme- oder Kälteanwendung auf der Haut zu Schmerzlinderung während der Geburt» als «wahrscheinlich wirksame geburtshilfliche Massnahme» zu beurteilen ist [4]. Ich gehe einig mit Annegret Sonn, die in einem Interview darauf hinweist, dass «wir mehr Vergleichsstudien brauchen, damit Pflege mit natürlichen Heilmitteln nicht belächelt wird» [5]. Sie weist darauf hin, dass eine gute Qualifikation der Pflegenden und breiter angelegte Feldstudien für unsere Professionalität und für die Akzeptanz von alternativen Pflegemethoden Voraussetzung sind.

Warum Wickel in der Geburtshilfe?

- Das Wickelanlegen ist eine einfache Handhabung, die von allen Interessierten mit etwas Übung erlernt werden kann.
- Deshalb kann diese Therapie mit unserer Anleitung auch von der Schwangeren oder Wöchnerin erlernt und bei sich zu Hause angewendet werden. So fördern wir die Selbständigkeit und Selbstverantwortung der Frau und ihre Unabhängigkeit von medizinischen Institutionen.
- Die Wickelanwendung eignet sich sehr gut für Geburtsvorbereitungskurse: als Bereicherung des Kursinhalts, als schöne gegenseitige Erfahrung.
- Bei der Wickeltherapie handelt es sich immer um eine Form der Zuwendung und Aufmerksamkeit. Sie unterstützt eine Konzentration auf den Körper, hilft, Ruhe zu finden, fördert die Entspannung und das Wohlbefinden und ist in ihrer Wirkung ganzheitlich.
- Die Wickeltherapie lässt sich ergänzend kombinieren mit anderen, in der Geburtshilfe bewährten Methoden wie Massage, Fussreflexzonenmassage, Atemübungen, Bädern, Aromatherapie, Bachblüten und Homöopathie.
- Aus der Sicht der Pflegenden ist die Wickeltherapie ein eigenständiges pflegerisches Tun, das unabhängig von der Medizinwissenschaft und -technik einen Beitrag zur Lösung von Gesundheits- und Krankheitsproblemen bieten kann, als ausreichende alternative Therapie oder als Ergänzung zu konventionellen Therapien sowie für die Rekonvaleszenz.
- In Anbetracht der vielzähligen Anwendungsmöglichkeiten, die sich besonders auch für Kinder eignen, stellt die Wickeltherapie und die Kenntnisvermittlung darüber einen Beitrag zur Gesundheitsförderung dar.
- Nicht zuletzt handelt es sich um eine kostengünstige Therapieform.

Wickel – altes Hebammenwissen

Altes Hebammenwissen ist häufig mangelhaft dokumentiert, weil die Hebammen in früheren Jahrhunderten meist weder lesen noch schreiben konnten. Ihr Wissen und ihre Erfahrungen gaben sie mündlich von Frau zu Frau weiter. Es ist auch anzunehmen, dass viele verfasste Schriften von Hebammen und weisen Frauen vor allem zu Zeiten der Hexenverbrennung vernichtet wurden. Trotzdem geht aus zahlreichen Überlieferungen klar hervor, dass Hebammen schon immer zu den Kundigen und Hüterinnen von Kräuterheilkunde und Naturheilverfahren gehört haben. So behaupte ich,



Die Redaktion dankt Maya Thüler für die freundlicherweise zur Verfügung gestellten Fotos und für die Erlaubnis, Illustrationen aus ihrem Buch zu verwenden.

Maya Thüler

Wohltuende Wickel

Wickel und Kompressen in der Kranken- und Gesundheitspflege.
1998. 8., durchgesehene Auflage, 112 Seiten, illustriert, Fr. 32.50 + Versand
Zu bestellen bei:
B. De Maddalena, Dorf 42, 3425 Willadingen.

dass das Wissen um kalte und warme Umschläge zur Schmerzlinderung während der Geburt wie auch Anwendungen in Schwangerschaft und Wochenbett (z. B. Abstillverbände) seit jeher zum Basiswissen der Hebammen gehört.

Ein Beispiel liefert uns die Laienhebamme und «Weise Frau» *Marjosa Tannast von Wiler* (1861–1937), die um die Jahrhundertwende im Lötschental (das bis 1930 ohne diplomierten Arzt auskommen musste) zahlreiche Schwangere und Gebärende begleitet hat. Bei schmerzhaften Wehen und Krampfwehen wandte auch sie die bereits von den Ärzten des griechischen Altertums empfohlene Wärmeapplikation an. So legte sie heissen Speckstein auf Kreuz und Oberschenkel der Gebärenden oder heisse Kompressen auf den Bauch. Sie kannte die beruhigende, entspannende und wehenregulierende Wirkung solcher Anwendungen. Marjosa erlangte ihr Wissen durch praktische Erfahrung, Berufung und Überlieferung; schon in ihrer Familie gab es Hebammen. Sie steht hier für eine klassische Vertreterin der volkstümlichen Geburtshilfe, die sich überall, mehr oder weniger unabhängig von Volk, Kultur und geografischer Lage, ähnlich entwickelt hat. Solche geburtserleichternden Massnahmen, aber auch die Anwendung von wirksamen Medikamenten pflanzlicher Herkunft, gehen meist auf die Antike zurück. Marjosa gebrauchte Drogen wie Mutterkorn, Hirtentäschel, Zimt, Nelken und andere, die schon bei Hippokrates in diesen Zusammenhängen beschrieben wurden [6].

Wirkung

Die Wirkungsweisen einer Wickelanwendung sind äusserst vielfältig. Im Vordergrund steht das Zusammenspiel von körperlichen, geistig-seelischen und emotionalen Vorgängen. Einerseits wird die betreffende Körperregion durch die lokale spezifische Behandlung beeinflusst, andererseits werden die vegetativen Funktionen des Körpers angeregt und das rationale Bewusstsein eher herabgesetzt. Eine Wickelanwendung unterstützt somit einen ganzheitlichen, umfassenden Heilungsprozess, der sich immer individuell auf die «gewickelte» Frau auswirkt.

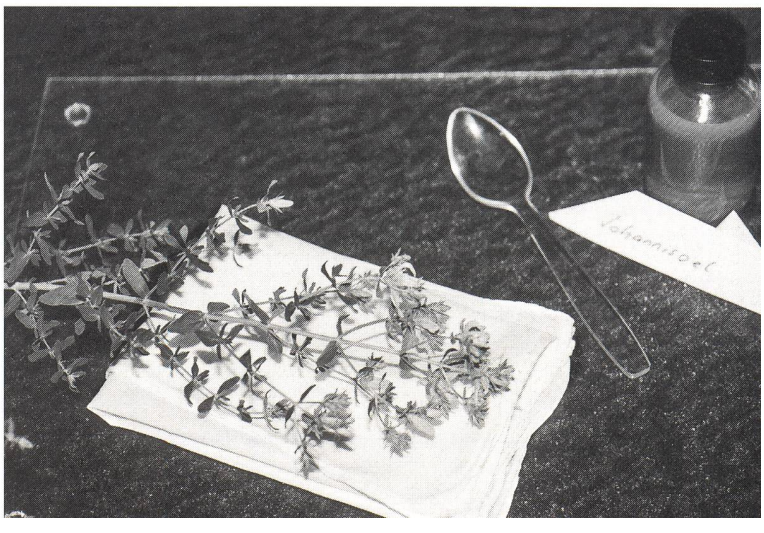
Um diese Wirkung optimal zu unterstützen, ist absolute Ruhe während des Wickels förderlich. Auch das Nachruhen ist ein wichtiger Teil der Wickeltherapie. Die Zeit der direkten Einwirkung des Wickels dient mehr der Lösung und Auflösung kranker Verhältnisse. Die Nachruhe führt den Körper in die «schöpferische» Phase, in der eine neue Ordnung und ein neues Ineinandergreifen der Körperprozesse entstehen kann. Für die Anwendung von Wickeln während der Geburt steht die Ruhe natürlich häufig nicht im Vordergrund.

Wichtige Grundlagen für die Verwendung von Wickeln und Auflagen als Wärme- und Kälteanwendung finden sich in der *Hydrotherapie*, in der *Phytotherapie* – wenn Heilpflanzen wie zum Beispiel Arnika hinzukommen – und in der *Aromatherapie* – wenn ätherische Öle eingesetzt werden. Die spezifische Wirkung eines Wickels oder einer Kompresse wird somit durch die Wahl von *Temperatur* und *Wirksubstanz* bestimmt.

• Durchblutung

Jeder Wickel beeinflusst die Durchblutung. **Heisse und temperierte Wickel** führen dem Körper Wärme zu und bewirken durch Weitstellung der Gefässe eine *Durchblutungssteigerung* der behandelten Körperregion und auch der tieferliegenden Organe. Dies führt zu einem gesteigerten *Gewebestoffwechsel* und durch eine verminderte Blutviskosität zu einem verbesserten *Transport von Leukozyten und Antibiotika* ins Wundgebiet. Die kapilläre Permeabilität wird ebenfalls heraufgesetzt, was die *Versorgung mit Nährstoffen* und den *Abtransport von Abfallstoffen* fördert.

Die Wärmewirkung auf tieferliegende Organe beruht auf einer nervös-reflektorischen Beziehung zwischen innerem Organ und behandelter Hautregion, den sogenannten Head'schen Zonen: Bestimmte Hautareale sind via Rückenmark nervös-reflektorisch mit den inneren Organen verbunden. Wird ein



Johanniskraut und -öl: Johanniöl als Zusatz einer Dampfkompresse unterstützt die Dammvorbereitung und Dehnung des Dammes während der Austreibungsperiode.

Hautreiz gesetzt, kommt es zu einem Reflex, der via Nervengeflecht und Rückenmark zu einer vermehrten Durchblutung des betreffenden Organs führt. Gleiches gilt für die Muskelentspannung, die ebenfalls auf reflektorischem Weg erfolgt.

Kalte Wickel entziehen dem Körper Wärme und führen so zu einer *Durchblutungsverminderung* durch Gefässengstellung. Somit wird der Zellstoffwechsel herabgesetzt, und der O_2-Bedarf sinkt. Der *Abtransport der Stoffwechselprodukte* wird *vermindert*. Mit einem kalten Wickel kann auch ein *anregender Effekt* erreicht werden, der zu einer Durchblutungssteigerung durch Gefässerweiterung mittels Kältereiz führt. Durch den Entzug von Wärme werden *Wärmestaus* im Körper abgeleitet.

Kälte hat eine *abschwellende* Wirkung. Sie vermindert die *Hämatombildung*, indem sie den Austritt von Blutflüssigkeit ins Gewebe hemmt. Durch eine tiefe Kälte wird die Aufnahme- und Leitfähigkeit der schmerz- und temperaturempfindlichen Nervenelemente herabgesetzt, was eine *Schmerzlinderung* zur Folge hat. Weil Kälte die Keimteilung behindert, vermag der Wickel das Bakterienwachstum und damit *Entzündungsherde* zu *hemmen*.

Alle **feuchten Wickel,** ob kalt oder warm, haben eine grosse *Leitfähigkeit*, weil Wasser viel besser leitet als Luft. Deshalb wirken Wickel mehr in die Tiefe als beispielsweise eine trockene Wärmeflaschen-Auflage.

• Beruhigung und Entspannung

Die durch **warme oder heisse Wickel** zugeführte Wärme führt zu einem *verminderten Muskeltonus* bei verkrampften Muskeln. So lassen verspannungsbedingte *Schmerzen* nach, und es stellen sich *Beruhigung, vertiefte Atmung* und eine sehr intensive *Entspannung* ein, die auch auf der *geistig-emotionalen Ebene* ausgelöst wird. Auch mit kalten Wickeln kann eine entspannende Wirkung erreicht werden. Der Kältereiz vermindert den Muskeltonus, was wiederum die *Schmerzlinderung* unterstützt und zu einer allgemeinen Beruhigung und Entspannung beiträgt.

• Ausscheidung

Durch die Anwendung eines Wickels wird die *Ausscheidungsfunktion* der Haut angeregt und somit vermehrt Stoffwechsel-Abbauprodukte ausgeschieden. Insbesondere warme Wickel haben durch die Anregung der Schweissproduktion eine entwässernde, ableitende und somit reinigende Wirkung.

• Zuwendung

Das Anlegen eines Wickels ist eine Form von *Aufmerksamkeit und Zuwendung*. Wir können aktiv etwas Angenehmes für die betreute Frau tun und nehmen sie und ihre Beschwerden damit ernst. Wir alle wissen, wie wohl dies tut und wie wertvoll dies für die Linderung von Schmerzen, Beschwerden und für den Heilungsprozess sein kann. Wenn wir einen Wickel verabreichen, spielt die *Atmosphäre*, die *Umgebung* und die *persönliche Beziehung* immer eine Rolle. Dies muss uns bewusst sein und in den Vorbereitungen berücksichtigt werden.

• Spezifische Wirksubstanzen

Geben wir einem Wickel eine spezifische Wirksubstanz bei, setzen wir zwei verschiedene Reize (Wärme/Kälte plus Zusatzstoff). Diese lassen sich oft wunderbar unterstützend kombinieren. Viele der Wirkungsweisen einer bestimmten Substanz sind wissenschaftlich nachgewiesen, andere noch kaum erforscht. Auf jeden Fall sind diese Wirkungsweisen sehr vielfältig. Sie werden durch die *Hautreizungen* und die *Beeinflussung der Organfunktionen*, der *nervös-reflektorischen Reize und Leitfunktionen*, des *Hormonstoffwechsels*, aber auch durch eine Anregung der *feinstofflichen und energetischen Ebene* erreicht. Ein Wirkstoff im warmen oder heissen Wickel wird über die Haut in die Blutbahn geleitet, unterstützt durch die erzeugte Hyperthermie. Einige Substanzen entfalten ihre Wirkung am besten, wenn sie körperwarm sind, zum Beispiel Zwiebeln und ätherische Öle.

• Ganzheitlichkeit

Jeder Wickel wirkt nicht nur auf eine betroffene Körperregion, sondern beeinflusst die betreute Frau auch in ihrer Ganzheitlichkeit, indem das Zusammenspiel von Vorgängen auf körperlicher, seelisch-geistiger und emotionaler Ebene gefördert wird.

Wickel für Schwangere und Gebärende

Schwangere und Gebärende sind sensibler und duftempfindlicher als andere Menschen! Sie reagieren schneller und unter Umständen anders auf eine Wickeltherapie. Ausserdem haben sie in der Regel grundsätzlich eher warm. Das heisst, dass wir milde Wickel wählen, die eher temperiert angelegt werden.

Beispiel

Dampfkompresse während der Geburt

Indikationen

– Unterstützung der Dehnung des Dammes während der Austreibungsperiode.

Zusatz/Wirkstoff

– Mögliche ätherische Öle: Muskatellersalbei und Rose (nur verdünnt verwenden), Ylang-Ylang.
– evtl. Ringelblumen-Essenz.

Wirkung

Kurzandauernde Wärmezufuhr, wirkt durchblutungsanregend, entspannend und löst Verkrampfungen. Ringelblume dehnt, nährt, «schmiert» und öffnet die Haut und das Gewebe.

Anwendung

• Material

– Kompresse: Dammschutztuch, gefaltete Gazewindel, Longuette, 2–3 Kompressen vorbereiten.
– 1 Tr. ätherisches Öl, z. B. in einem Kaffeerähmli gelöst, in $^1/_4$ bis $^1/_2$ Liter abgekochtem, heissem Wasser.
– Ringelblumenessenz, 1 TL auf $^1/_4$ bis $^1/_2$ Liter abgekochtes, heisses Wasser.
– Evtl. kleines Hot-Pack.

• Durchführen

– Schüssel mit dem heissen Wasser an einem sicheren Ort nahe zur Frau nehmen, Kompressen hineingeben.
– Eine Kompresse an den Damm halten, solange sie warm bleibt.
  Cave: ⇛ Temperatur prüfen! Die zweite Kompresse wird in dieser Zeit aufgewärmt.
– Evtl. mit Hot-Pack bedecken oder Kompresse darum wickeln, so bleibt sie länger warm.
– Zusätzlich empfiehlt sich die Massage des Damms und der Labien mit einem bereitgestellten Pflanzenöl.

Weitere mögliche Anwendungen

Warme Kompressen in der Austreibungsperiode können auch mit **Espresso** gemacht werden. Jedoch möglichst nur während den etwa drei letzten Presswehen anwenden, sonst bewirkt es evtl. das Gegenteil, weil Kaffee die Haut stark gerbt und dann das Gewebe eher reisst. Bei zu langer Anwendung kann es auch zu einer Tachykardie beim Neugeborenen führen. Espresso durchblutet sehr stark und dehnt wunderbar.

Speziell ist zu beachten:

- Wickeltherapie grundsätzlich erst nach dem 1. Trimenon
- keine Lagerung auf dem Rücken
- keine zirkulären Wickel um den Bauch
- mögliche Allergene beachten, zum Beispiel Milcheiweiss im Quark, ätherische Öle
- keine hautreizenden Zusätze verwenden (Senf, Ingwer, Meerrettich)
- Vorsicht mit ätherischen Ölen. Zu meiden sind während der Schwangerschaft vor allem: Basilikum, Lor-

Ein Konzept

Wickel in der Gebärabteilung

Neben Teil I, Einführung, und Teil II, praktische Anwendung, erstellte Sabine Graf in ihrer umfassenden Arbeit über Wickel in Teil III ein detailliertes Konzept, wie die Wickeltherapie in der Gebärabteilung eines Spitals eingeführt werden könnte. Dabei ging sie von ihrer konkreten Arbeitssituation in der Gebärabteilung am Kantonsspital Olten aus, wo sie ein Bedürfnis spürte, «Zufallsanwendungen» von Wickeln und Kompressen zu professionalisieren. Die Redaktion der «Schweizer Hebamme» wollte wissen, wie es mit der Umsetzung dieses Projektes steht.

SH: Frau Graf, wo stehen Sie im Moment mit Ihrem Projekt?

SG: Ich habe bei meinen Hebammenkolleginnen eine schriftliche Bedürfnisabklärung durchgeführt, und das Resultat war die einhellige Zustimmung. Die Einführung der Wickeltherapie steht also fest. Konkret denke ich, dass ich ab Ende Jahr mit dem Einführungsworkshop beginnen kann.

Wie reagieren denn die anderen Dienste, die Administration, die ÄrztInnen auf Ihr Projekt?

Von der Ressortleitung her kam ein sehr gutes Echo, von ärztlicher Seite ist zurückhaltendes Interesse, aber keinerlei Blokkaden wahrnehmbar, und die übrigen Dienste wie Näherei und Wäscherei werden gemäss meinem Konzept noch informiert.

Bedeutet Ihr Projekt gleichzeitig auch die Einführung von alternativen Heilmethoden am KSO?

Für uns Hebammen ist die Anwendung von alternativen Methoden wie Homöopathie und Aromatherapie nichts Neues, und die Anwendung von Alternativmedizin wurde schon aus anderen Bereichen her thematisiert, ist also nicht Ziel dieses Projekts. Wichtig ist jedoch, das Wickelprojekt in die Qualitätssicherung am KSO einzubetten.

Wie lange rechnen Sie für die Durchführung Ihres Projekts?

Ich rechne etwa ein halbes Jahr für die Einführung der Wickeltherapie, und nach weiteren sechs Monaten sollte die Evaluation abgeschlossen sein.

beer, Myrrhe, Majoran, Nelke, Rosmarin, Salbei, Thuja (!), Ysop
- Wickel können Wehen auslösen! (v. a. gewisse Zusätze). Das heisst: Bei Risiko-Schwangeren nur mit temperierten Wickeln arbeiten, nicht als erstes einen Lendenwickel anlegen, sondern an einem anderen Ort die Reaktion prüfen, keine reizenden Zusätze verwenden.

Wird während der Geburt eine Beruhigung und Entspannung, vielleicht sogar ein paar Stunden Schlaf angestrebt bei noch unkoordinierten Wehen oder in der frühen Eröffnungsphase, kann sich ein Wickel ausgezeichnet eignen, diese Ruhe, das In-sich-Hineingehen und ein Sichsammeln und -zentrieren zu erreichen. Befindet sich die Frau nicht mehr in einem ruhenden Zustand, eignen sich kurzandauernde Kompressenauflagen besser, die wir der Frau auf die gewünschte Stelle (z. B. Bauch, Kreuz, Oberschenkel) halten und eventuell häufig wechseln. Sehr gut unterstützen und ergänzen können wir die Wirkung mit einer Massage. ◀

[1] E. Kozuschnik, *Eukalyptusöl – Kompressen bei Harnwegsinfekten und Harnverhalten,* Facharbeit im Eigenversand, 1993.
[2] M. Hammerer, *Ölauflagen mit ätherischem Lavendelöl,* Facharbeit im Eigenversand, 1993.
[3] R. Heine, Elemente anthroposophisch erweiterter Krankenpflege, in «Deutsche Krankenpflegezeitschrift» 2/1992, S. 76–78
[4] Zitiert aus: *Praxis im Wandel,* Teil II, S. 21, HGH-Schriftenreihe Nr. 6, 1996.
[5] Sonn Annegret, *«Wir brauchen mehr Vergleichsstudien, damit die Pflege mit natürlichen Heilmitteln nicht belächelt wird.»* Interview in «Das Magazin für ambulante Pflege» Nr. 79, S. 40–42, 1996.
[6] L. Kuntner, *Die Gebärhaltung der Frau,* S. 38, 34f. , 1991.

*) Sabine Graf, *Wickel. Praktische Anwendung von Wickeln und Kompressen in der Gebärabteilung.* 1998. (101 S.) Projektarbeit Höhere Fachausbildung für Hebammen, Stufe I, Kaderschule für die Krankenpflege, Aarau.

Erhältlich zu Fr. 40.– bei: Sabine Graf, Lorrainestrasse 43, 3013 Bern.

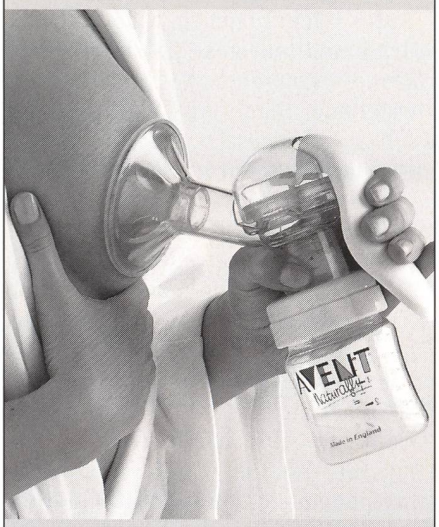
Bearbeitung durch die Redaktion

Wickelkurse

Die Fort- und Weiterbildungskommission (FWBK) des SHV organisiert regelmässig Wickelkurse für Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Säuglinge mit der Wickelfachfrau Susanna Anderegg-Rhyner. Der nächste Kurs findet am 11. November 1999 statt (s. «Fortbildung SHV»).

Die AVENT ISIS-Milchpumpe

Zur Unterstützung einer längeren Stillzeit



Dies meinen einige Mütter:

"Die ISIS-Milchpumpe ist einfach Spitze – kein Schmerz, das Abpumpen geht schnell, einfach und sauber."
HE, Grefrath

"Ein Gefühl, als ob mein Baby saugt."
NB, Rheinbach-Flerzheim

"Die ISIS-Milchpumpe ist besser als die elektrische Pumpe. Ich pumpe in der gleichen Zeit mehr Milch ab."
KV, Feldkirchen/Weh

"Sehr bedienerfreundlich. Vor allem gefällt mir das einfache Zusammensetzen der Teile und daß ich den Pumprhythmus selbst bestimmen kann." **HS, Böhlen**

"Seit 2 Wochen gehe ich wieder arbeiten. Es war kein Problem, im Büro die Pumpe anzuwenden, da innerhalb kurzer Zeit ca. 5-10 Minuten alles erledigt war."
BC, Mainz

AVENT® naturally

Erhältlich in Kinderfachgeschäften, Apotheken und Drogerien.

Wenn Sie jetzt mehr über die ISIS-Milchpumpe und AVENT-Produkte wissen möchten – kein Problem! Rufen Sie uns an:

Vivosan AG, 5426 Lengnau:
056 266 56 56

Oder schreiben Sie an: CANNONAVENT, Lower Rd, Glemsford, Suffolk, CO10 7QS, England.

4811(CH)third.V#1c