

Infozept – Topfenwickel

Wirkungsweise

Kommt Topfen mit der menschlichen Haut in Berührung, leitet er einen Milchsäureprozess ein und wirkt anziehend auf Entzündungsstoffe, welche dann durch die saure Substanz abgeleitet werden. Der Topfen trocknet bald ein und regt die Durchblutung an. Er wirkt abschwellend, schmerzlindernd und entzündungshemmend.

Anwendungsbereiche

Topfen ist bei den verschiedensten Entzündungen hilfreich und somit vielseitig einsetzbar. Aufgrund seiner guten Hautverträglichkeit eignet sich Topfen auch für die Anwendung auf empfindlicher Haut.

Die Anwendung eines kalten Topfenwickels wird insbesondere bei folgenden Beschwerden empfohlen:

- Fieber, Kopfschmerzen
- Akute Entzündung, Schwellung, Tennisarm
- Oberflächliche Venenentzündung (beispielsweise verursacht durch starke Belastung der Beine), Krampfadern
- Sonnenbrand, Insektenstiche
- Juckreiz, Ekzeme, Akne

Die Anwendung eines warmen Topfenwickels wird insbesondere bei folgenden Beschwerden empfohlen:

- Husten, Chronische Gelenkentzündungen, Heiserkeit, Halsschmerzen und Bronchitis

Welcher Topfen ist anzuwenden?

Der Magertopfen hat gegenüber dem Normaltopfen praktische Vorteile, weil er eine festere Konsistenz aufweist und weniger nässt. Der Topfen soll allerdings keine Bindemittel enthalten, da diese oftmals zu Hautreizungen führen können.

Zubereitung eines kalten Topfenwickels

Allgemeine Voraussetzung eines kalten Wickels ist immer ein gut durchwärmter Körper des Patienten. Der Patient darf somit weder frösteln noch kalte Füße haben. Der Topfen wird dann in etwa fingerdick in der Mitte einer Stoffunterlage (z. B. dünnes Leinen, dünne Stoffwindel, Geschirrtuch, etc.) aufgetragen. Die vier Seiten werden anschließend eingeschlagen. Dieser Wickel wird abschließend mit Hilfe eines weiteren Stofftuchs, welches dem Auffangen von Feuchtigkeit dienen soll, an der betreffenden Körperstelle fixiert.

Einwirkungsdauer eines kalten Topfenwickels

Ein kalter Topfenwickel ist zu entfernen, sobald er sich nicht mehr kalt oder bereits unangenehm anfühlt bzw. sobald der Topfen eingetrocknet ist.

Zubereitung eines warmen Topfenwickels

Die Zubereitung unterscheidet sich nicht wesentlich von jener eines kalten Topfenwickels, der Wickel ist lediglich auf Körpertemperatur zu erwärmen, bevor er dem Patienten angelegt wird. Die Erwärmung erfolgt am einfachsten dadurch, dass der Wickel zwischen zwei mit warmem Wasser gefüllten Wärmflaschen vorgewärmt wird.

Einwirkungsdauer eines warmen Wickels

Ein warmer Wickel kann bei entsprechend anhaltender Wärme mehrere Stunden am Körper bleiben. Sobald er jedoch als unangenehm oder kalt empfunden wird, soll er dem Patienten abgenommen werden.

Nach Abnahme des Wickels hat der Patient seinen Körper ruhig und warm zu halten.