

# Thymian-Lavendelöl-Auflage

## **Beschreibung der Anwendung**

Thymian und Lavendel enthalten stark duftende ätherische Öle, die in einem wärmenden Trägeröl gemischt werden. Die Kombination verbindet die schleimlösende Wirkung des Thymians mit der entkrampfenden Wirkung des Lavendel. Die Ölaufgabe wirkt Hustenreiz stillend und die Atmung befreiend.

## **Wann darf die Anwendung nicht durchgeführt werden?**

Bei Unverträglichkeit gegen Lippenblütler darf die Anwendung nicht durchgeführt werden. Bei Kindern sollte eine 2 % Mischung eingesetzt werden. Die Anwendung ist für Säuglinge nicht geeignet.

## **Kurzanleitung**

Es wird eine Ölmischung 5% Thymianöl und 10% Lavendelöl auf ein Baumwolltuch aufgetropft. Die angewärmte Ölaufgabe wird auf die Brust aufgelegt, mit einem Wollvlies oder einer Wattepackung bedeckt und mit einem Wickeltuch um den Brustkorb befestigt. Die Auflage kann mehrere Stunden verbleiben.

## **Geeignete Tageszeit**

Tagsüber oder nachts

## **Benötigtes Material**

- Thymus, Oleum aethereum 5%
- Lavandula, Oleum aethereum 10%
- Doppelt gefaltetes Baumwoll-Reißtuch (20 x 30 cm) als Substanztuch
- Schafwollvlies 20 x 30 cm (oder Wattepackung: zur Herstellung werden Polyesterwatte, Baumwollgaze, Pflaster und Schere benötigt)
- Moltontuch 30 x 140 cm. Es kann auch ein Wollschal oder ein Baumwolltuch verwendet werden.
- Wärmflasche und Wärmflaschenhülle. (Auf Dichtigkeit prüfen! Dünn und luftfrei befüllen, ca. 60°C)
- Luftdichte Box zur Aufbewahrung. Mit Namen, Substanz und Datum beschriften.

## **Vorbereitung**

### Vorbereitung Zimmer

- Keine besondere Vorbereitung, da Langzeitanwendung

### Vorbereitung Wickel

- Beide Öle werden abwechselnd auf das Substanztuch aufgetropft, bis ein „Leopardenmuster“ entstanden ist.
- Das Substanztuch wird in das Wollvlies oder die Wattepackung gelegt. Dies wird gefaltet und auf einer Wärmflasche auf ca. 60 °C erwärmt.

### Vorbereitung Person

- Keine besondere Vorbereitung erforderlich

### **Durchführung der Anwendung**

- Das erwärmte Substanztuch wird mit dem Wollvlies (der Wattepackung) auf die Brust aufgelegt.
- Die Packung wird mit dem Moltontuch oder mit Pflaster unter dem Unterhemd befestigt.
- Die Auflage kann mehrere Stunden verbleiben.
- Bei erneuter Verwendung der Auflage wird erneut Thymian- und Lavendelöl aufgetropft.
- Die Wärmflasche kann auf die Packung aufgelegt werden.
- Sie sollte, wenn sie nicht mehr wärmt entfernt werden. Die Ölaufage kann darüber hinaus verbleiben.

### **Nachbereitung**

Die Packung wird in einem luftdichten Gefäß aufbewahrt.

Es eignen sich Glas- oder Lebensmittelbehälter. Plastiktüten sollten aus ökologischen Gründen vermieden werden.

### **Zeitaufwand**

- Erste Auflage ca. 15 Min.
  - Zur Herstellung der Auflage ca. 10-15 Minuten, erste Durchführung ca. 5 Min. Nachbereitung ca. 2 Min.
- Weitere Anwendungen ca. 5 Minuten

### **Schulungsaufwand für Anwender\*innen**

- Die Anwendung ist leicht erlernbar. Eine einmalige Durchführung unter Anleitung ist in der Regel ausreichend.
- Pflegefachpersonen sollten über Indikationen, Kontraindikationen und die eingesetzten ätherischen Öle Auskunft geben können.

### **Fragen zur Evaluation**

- Wurde der Husten gelindert?
- Konnte Schleim abgehustet werden?
- Wurde die Auflage warm?

### **Besondere Hinweise für Anwender\*innen und Patient\*innen**

- Eine gut verträgliche, angenehme Behandlung
- Die Anwendung ist leicht durchzuführen. Die Fixierung der Packung bei mobilen Patienten kann ein Problem darstellen. Die Brust-Einreibung, 3 x täglich, mit beiden Ölen kann dann eine Alternative sein.

### **Hinweise zur externen Evidenz und weiterführende Literatur**

- Zur Durchführung von Ölaufagen: Monika Fingado, Therapeutische Wickel und Kompressen