



## Kontakt

### Universitätsklinikum Freiburg Onkologische Reha in der Klinik für Tumorbiologie

Ärztlicher Direktor  
Dr. med. Timm Dauelsberg

Lehener Str. 86  
79106 Freiburg im Breisgau

Telefon: 0761 / 270-71350  
E-Mail: [info@ukf-reha.de](mailto:info@ukf-reha.de)

[www.ukf-reha.de](http://www.ukf-reha.de)

Stand bei Drucklegung  
Herausgeber:  
© Universitätsklinikum Freiburg | 2026  
Redaktion: Onkologische Reha - Pflegedienst  
Bilder: © Onkologische Reha  
Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg



## ANLEITUNG FÜR EINE FEUCHT-HEISSE AUFLAGE

Onkologische Reha  
in der Klinik für Tumorbiologie

**PFLEGE**

## Wichtige Hinweise

So kann die wohltuende und therapeutische Wirkung voll zur Geltung kommen:

- Nehmen Sie sich Zeit für die Anwendung.
- Sorgen Sie für eine ruhige Umgebung und einen warmen, gelüfteten Raum.
- Entleeren Sie vor der Anwendung die Blase.
- Keine Anwendung bei kalten Füßen! Nehmen Sie sich bei Bedarf eine Wärmflasche oder machen Sie vor der Anwendung ein warmes Fußbad.

### Bitte beachten Sie

Diese Beschreibung ersetzt nicht die praktische Anleitung durch das Pflegepersonal.

## Anwendungsgebiete

Die feucht-heiße Auflage kann je nach Beschwerden auf verschiedene Körperregionen aufgelegt werden.

### Bauch

- Blähungen
- Völlegefühl
- krampfartige Schmerzen
- Verstopfung

### Brustkorb

- Bronchitis

### Unterleib

- Blasenentzündung
- Unterstützung der Blasenfunktion

## Gegenanzeigen

- akute Entzündungen im Bauchraum
- Verdacht auf innere Blutungen
- frische Verletzungen
- arterielle Durchblutungsstörungen
- reduziertes Reaktionsvermögen und Empfindungsstörungen, Lähmungen
- Fieber
- Lymphödem
- schwere Herz-, Kreislauferkrankungen
- stark ausgeprägte Krampfadern

## Material

- Mulltuch oder Geschirrtuch
- kleines Handtuch oder Molton
- großes Molton, Duschtuch oder Wolltuch, das den ganzen Körper umfasst
- Geschirrtuch zum Auswringen
- Schüssel
- 500 ml sehr heißes Wasser oder heißen Teeaufguss. Je nach Indikation kommen verschiedene Teeaufgüsse in Frage (Schafgarbe, Kamille, Thymian, Melisse, Anis-Fenchel-Kümmel).
- Wärmflasche mit heißem Wasser, flach gefüllt

## Wirkungsweise

Heiße Auflagen bewirken eine lokale Gefäßerweiterung, verbessern die Durchblutung und fördern so die Stoffwechselaktivität. Es kommt zu einer Entspannung und Entkrampfung.

### Literatur

#### **Pflegepraxis: Wickel und Auflagen: Alternative Pflegemethoden erfolgreich anwenden**

Annegret Sonn, 110 Seiten, Thieme Verlag  
ISBN: 978-3131119131

#### **Wohltuende Wickel: Wickel und Kompressen in der Kranken- und Gesundheitspflege**

Maya Thüler, 110 Seiten, Thüler Verlag  
ISBN: 978-3908539018

#### **Phytotherapie – Wohlbefinden aus der Natur Informationen und praktische Tipps zu Heilpflanzen**

Klinik für Tumorbiologie (Herausgeber), 80 Seiten  
ISBN: 978-300032918

## So wird's gemacht

- Wärmen Sie die Tücher mit der Wärmflasche vor.
- Bereiten Sie das heiße Wasser oder den Teeaufguss vor.
- Das Mulltuch auf die passende Größe zusammenfalten, einrollen, und mit dem Auswringtuch zu einer Rolle wickeln.
- Legen Sie die Rolle so in die Schüssel, dass die Enden über den Schüsselrand ragen. Dann gießen Sie das heiße Wasser über die Rolle.
- Wringen Sie die Rolle gut aus (je trockener, desto heißer wird sie auf der Haut vertragen und die Wärme hält länger).
- Legen Sie das große Tuch unter den Rücken.
- Packen Sie das feuchte Tuch aus und legen es so heiß wie Sie es vertragen auf die gewünschte Stelle. Rasch mit dem vorgewärmten Molton bedecken, zügig, faltenfrei und eng mit dem großen Tuch umwickeln. Auf Wunsch kann die Wärmflasche auf das Außentuch gelegt werden.
- Das feuchte Tuch wird so lange belassen, wie es als angenehm warm empfunden wird.
- Nach dem Entfernen der Auflage die Haut abtrocknen, in das große Tuch einhüllen und 30 Minuten nachruhen!

**Bei Rückfragen wenden Sie sich an das Pflegepersonal.**

