

DRK gemeinnützige Krankenhaus GmbH Sachsen	<u>Senfmehl-Fußbad</u> Dokumentennummer: ST-101812	 Deutsches Rotes Kreuz
Gültig für: D26 Klinik für Schmerztherapie u. Palliativmedizin / Pflegedienst		

Senfmehl-Fußbad

Wirkung:

- durchblutungsfördernd
- antibakteriell
- immunmodellierender Effekt

Indikation:

- Kreislaufbeschwerden
- Kopfschmerz und/oder Migräne
- Einschlafstörung
- Erkältungsbeschwerden

Kontraindikation:

- offene Wunden oder Hautrisse
- entzündete, überwärmte Fußgelenke

Risiken/Komplikationen

- Hautreizungen bis Blasenbildung
- Reizung der Augen und der oberen Atemwege
- Gewebsschädigungen durch thermische Reize
- Unverträglichkeit/Intoleranz

Anwendung:

- max. 1x täglich, bevorzugt abends
- handwarmes Wasser knöchelhoch in eine Fußwanne einlaufen lassen
- 1-2 Esslöffel Senfmehl hinzugeben und verrühren
- die Füße darin baden, schrittweise mit heißem Wasser bis zur Wadenhöhe auffüllen
- anschließend die Füße unter fließendem Wasser gut abwaschen.
- es empfiehlt sich eine Hautpflege (z.B. mit Olivenöl) und warme Socken zur Nachsorge
- Nachruhezeit beachten

Dauer:

- 5 – max. 10Minuten
- bis Hautrötung einsetzt

Bearbeiter: Carolin Altner	Version: 1.0	Freigegeben: Yvonne Blau; Sylvia Schneider-Schönherr
Geprüft: Yvonne Blau	Seite: 1 von 1	Datum: 23.09.2022

Hinweis: Gedruckte Exemplare unterliegen nicht dem Änderungsdienst. Maßgeblich ist die Version im 3M DMS.