

Brustwickel bei Husten und Erkältung

Brustwickel werden seit Generationen bei Husten und Erkältungen angewendet. Viele Kinder empfinden die angenehme Wärme als beruhigend und wohltuend.

Ob Brustwickel den Husten tatsächlich lindern oder seine Dauer verkürzen, ist wissenschaftlich nicht ausreichend untersucht. Als ergänzendes Hausmittel können sie dennoch sinnvoll sein, wenn das Kind die Anwendung angenehm findet.

Das benötigen Sie

- Ein dünnes Baumwoll- oder Leinentuch
- Ein größeres trockenes Handtuch
- Angenehm warmes Wasser

So wird es gemacht

- Das dünne Tuch in angenehm warmes Wasser tauchen und gut auswringen.
- Die Temperatur des Tuchs am eigenen Unterarm prüfen.
- Das feuchte Tuch um den Brustkorb legen und mit einem trockenen Handtuch abdecken. Der Wickel darf nicht einengen.
- Das Kind zugedeckt etwa 15–20 Minuten ruhen lassen.
- Den Wickel entfernen, sobald er abkühlt oder unangenehm wird.

Nach der Anwendung darf das Kind noch etwas ruhen.

Worauf sollten Sie achten?

- **Nur wenn es angenehm ist:** Ihr Kind sollte sich mit dem Wickel wohlfühlen.
- **Nicht bei Säuglingen:** Bei Babys empfehlen wir keine Brustwickel.
- **Nicht zu heiß:** Die Temperatur vor dem Anlegen sorgfältig prüfen.
- **Nicht bei Fieber:** Bei Fieber oder Schüttelfrost auf warme Wickel verzichten.
- **Nicht zu fest:** Der Wickel darf die Atmung nicht behindern.
- **Nicht unbeaufsichtigt:** Bleiben Sie während der Anwendung bei Ihrem Kind. Zum Schlafen den Wickel entfernen.
- **Keine Folie verwenden:** Luftundurchlässige Materialien können zu einem Wärmestau führen.

Bei Atemnot, auffälliger Atmung oder deutlich beeinträchtigtem Allgemeinbefinden sollte das Kind umgehend ärztlich untersucht werden. Bei schwerer Atemnot ist sofort medizinische Hilfe erforderlich.

Unser Fazit

Ein warmer Brustwickel kann bei Erkältungshusten eine angenehme Ergänzung sein. Besondere Zusätze sind nicht notwendig. Entscheidend sind eine sichere Anwendung und das Wohlbefinden des Kindes.

Weitere Informationen finden Sie bei kindergesundheit-info.de.

Nützlicher Link



kindergesundheit-info.de

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/krankes-kind/alltagstipps/im-krankheitsfall/wickel-umschlaege/>

Letzte redaktionelle Prüfung am: 11. Oktober 2026