

OLIEBORSTWIKKEL

Het borstwickelpakket* bestaat uit:

- kompresdoek, 100% biologisch hydrofiel katoen
- polster, 100% biologisch katoenen fleece
- omslagdoek, 100% biologisch katoen
- veiligheidsspelden
- plastic zakje

Aanvullend heeft u een kruik nodig en olie die is voorgeschreven door de arts. Het soort olie dat het best geschikt is, hangt af van het probleem dat er in het luchtweggebied speelt.

** Het wikkelpakket van De Bakermat-Textielatelier is van 100% biologisch en GOTS gecertificeerd katoen. Het katoen is volledig biologisch om het zelfgenezend vermogen van het lichaam optimaal met de olie te ondersteunen. Wij werken met biologische oliën van onder andere lavendel, salie, tijm, eucalyptus, citroen, equisetum en duizendblad.*

WERKWIJZE

Vorbereiding

1. Neem de kompresdoek en sprenkel hierop de olie. De eerste maal 10-25 ml, afhankelijk van de grootte van de kompresdoek. Voor elk gebruik sprenkel je er iets olie bij, maar steeds iets minder. Wanneer de doek verzadigd is met de olie, slechts enkele druppels.
2. Vouw de besprenkelde kompresdoek enkele malen op en doe deze in het plastic zakje.
3. Verwarm de kompresdoek in het zakje tussen een dubbelgevouwen warme kruik van 40 °C.
4. Wikkel de polster en omslagdoek er omheen. Na vijf tot twintig minuten is het op de juiste temperatuur. Het geheel moet aangenaam warm en niet heet aanvoelen.



Aanleggen

5. Leg op het bed de verwarmde omslagdoek met daarop het polster en spreid daarop de uit het plastic zakje gehaalde verwarmde kompresdoek.
6. Ontbloot het borstgebied door de kleding omhoog te doen.
7. Laat de behandelde op zijn of haar rug midden op de borstwickel liggen en sla om beurten eerst de kompresdoek om de borst naar voren, dan het polster en tenslotte de omslagdoek.
8. Bevestig de omslagdoek met de veiligheidsspelden. U kunt eventueel ook pleisters of tape gebruiken. Doe de bovenkleding over de bevestigde borstwickel terug. Leg nooit een kruik tegen de aangelegde olieborstwickel in verband met mogelijke warmtestuwing, hierdoor kan benauwdheid en verbranding van de huid ontstaan!
9. Laat iemand een half tot één uur rusten met de wikkels om. Wanneer men in slaap valt is het geen probleem om deze borstwickel te laten zitten, zelfs niet voor een gehele nacht.

Verwijderen

Verwijder de drie doeken en kleed weer warm aan. Zorg dat zowel schouders als voeten warm blijven.

Duur

De duur van de behandeling is vier tot zes weken en hangt af van hoe de klachten zich ontwikkelen. Begin met één tot twee behandelingen per dag en bouw dat - afhankelijk van het genezingsproces - geleidelijk af tot twee keer per week. Om het zelfgenezend effect tot lichamelijk vermogen te maken raden we aan om de behandeling minimaal vier weken vol te houden, zelfs als de klachten zijn verdwenen.

BEWAARADVIES

Bewaar gedurende de duur van de behandeling het polster en de omslagdoek op een droge plek, met daarbij de kompresdoek in het plastic zakje. U kunt de doeken zonder te wassen gedurende de hele behandeling gebruiken.

Alle materialen kunt u wassen op 60 °C. Tip: week het kompresdoek voor het wassen 24 uur in heet soda-water.



ASSORTIMENT



De Bakermat-Textielatelier heeft wikkel- en kompressetjes samengesteld in verschillende maten. Alle setjes bevatten een kompresdoek, polster, omslagdoek, plastic zakje en veiligheidsspelden. Er zijn setjes voor borst- en buikwikkels en setjes voor oliekompressen toepasbaar op verschillende plaatsen. Het babysetje (kamille)oliebuikkompres bevat een extra polster en kompresdoek.

		afmeting kompresdoek*	afmeting omslagdoek	prijs (excl. verzendkosten)
Oliewikkel rondom borst of buikgebied				
Baby	0 - 1 jaar	8 x 60 cm	13 x 65 cm	25,00 €/setje
Kleuter	2 - 7 jaar	10 x 75 cm	14 x 90 cm	25,00 €/setje
Kind	8 - 12 jaar	10 x 85 cm	16 x 100 cm	25,00 €/setje
Volwassen	S	16 x 110 cm	25 x 125 cm	40,00 €/setje
Volwassen	M	20 x 125 cm	30 x 145 cm	40,00 €/setje
Volwassen	L	20 x 140 cm	30 x 160 cm	40,00 €/setje

*Lengte kompresdoek is omvang van borst plus 5 cm

Oliekompres op bijvoorbeeld buik, lever of pijnplek

Kleuter	2 - 7 jaar	10 x 15 cm	14 x 90 cm	20,00 €/setje
Kind	8 - 12 jaar	10 x 15 cm	16 x 100 cm	20,00 €/setje
Volwassen	M	15 x 30 cm	30 x 145 cm	25,00 €/setje

Kamilleoliebuikkompres

Baby	0 - 1 jaar	7 x 12 cm	13 x 65 cm	20,00 €/setje
------	------------	-----------	------------	---------------

Zoogkompressen, dubbellaags (borstvoeding)

Vrouw	M	12 x 15 cm	7,50 €/2-stuks
Vrouw	L	14 x 18 cm	10,00 €/2-stuks

Kwaliteit van de producten

De oliewikkel en oliekompres zijn gemaakt van 100% biologisch katoen. Het zoogkompres is gemaakt van 100% scheerwol. Al het materiaal is 100% GOTS gecertificeerd.

Deze producten kunt u rechtstreeks bestellen bij:

De Bakermat-Textielatelier

✉ threse@kpnmail.nl



Kamilleoliebuikkompressetje

MEER INFORMATIE

Op de instructievideo 'olieborstwikkel' wordt uitgelegd hoe de wikkel klaar te maken en aan te leggen. De video is te zien op: <https://www.plegan.nl/olie-borst-wikkel-olieapplicatie--94.html>.

Meer wikkelmogelijkheden en achtergrondinformatie kunt u vinden in het boek:

'Uitwendige therapieën, wikkels, kompressen, baden' door Ina Emous-van der Kooij e.a. (2009 - 2^e druk), uitgeverij Christofoor. Momenteel wordt aan een herdruk gewerkt. Informatie hierover kunt vinden op www.plegan.nl.

VRAGEN

Heeft u vragen naar aanleiding van deze brochure of over de behandeling, neem dan contact op met:

Verpleegkundige Mirjam Zonneveld

BIG nr 6901 9546 730

Therapeuticum Utrecht

☎ 030 27 59 502

✉ zonneveldm@kpnmail.nl

OORSPRONG VAN DE THERAPIE

Olieborstwikkel is één van de uitwendige therapieën die is ontwikkeld door verpleegkundigen vanuit antroposofie. Deze therapie is goed in te zetten in de zelfzorg.



THERAPEUTICUM UTRECHT

gezondheidscentrum

OLIEBORSTWIKKEL



PROBLEMEN IN HET LONGGEBIED?

Een olieborstwikkel met de juiste olie voor het specifieke probleem zal het zelfgenezingsproces bevorderen.

Olieborstwikkels zijn geschikt bij:

verkramping

hoesten

te veel slijm

traag herstel na een longontsteking

