

14. November 2019

---

## Naturheilmittel in der Pflege nicht sorglos einsetzen

Für viele Beschwerden und Wehwehchen gibt es Hausmittel - das gilt auch in der Pflege. Nur weil etwas keinen Beipackzettel hat, kann es aber trotzdem Nebenwirkungen haben.

Eine Erkältung belastet pflegebedürftige Menschen oft besonders. Haus- oder Naturheilmittel können dann Linderung verschaffen. Auch solche Mittel haben aber Neben- und Wechselwirkungen, warnt das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP). Pflegende sollte sich daher über mögliche Risiken informieren und die Anwendung mit dem Hausarzt abstimmen.

Bei Husten zum Beispiel hilft Thymiantee aus der Apotheke. Wer mag, kann auch selbst schleimlösenden Zwiebelsaft ansetzen und diesen über den Tag verteilt löffelweise anbieten. Allerdings sollte man den Saft jeden Tag neu zubereiten, so die Experten. Ansonsten können sich darin Keime bilden.

Geht die Erkältung mit Fieber einher, können Wadenwickel den Körper kühlen. Allerdings gibt es eine Vielzahl von Begleiterscheinungen, bei denen Wadenwickel nicht zum Einsatz kommen dürfen - Schüttelfrost zum Beispiel, Harnwegsinfekte und kalte Hände oder Füße zum Beispiel.

Auch für viele andere Beschwerden von Pflegebedürftigen gibt es Naturheilmittel - von Appetit- bis Schlaflosigkeit. Was wie hilft, erklärt das ZQP in einem Ratgeber zum Thema. Wichtig dabei: Das Hausmittel ersetzt nicht den Arztbesuch. Hat der Pflegebedürftige zum Beispiel Fieber und ist gleichzeitig geschwächt, sollten Pflegende medizinische Hilfe holen.

*dpa*