

**Dr. med. Christian Thiel**

Kinder- und Jugendarzt / Kardiologie  
Rathausplatz 25  
22926 Ahrensburg  
04102 / 52095



Merkblatt

**Hausmittel – Was Sie tun können, wenn Ihr Kind krank ist**

**Ohrenschmerzen – Zwiebelsäckchen**

Eine mittelgroße Zwiebel schälen und sehr kleinschneiden – wer möchte, kann das „Zwiebelsäckchen“ erwärmen, indem es z.B. in einem Sieb über Wasserdampf gehalten wird.

Danach gibt man die Zwiebel in ein Mullsäckchen (z.B. ein Kindertaschentuch), legt es zusammen oder schließt es mit einem Gummiband und legt es auf das schmerzende Ohr.

Befestigt wird das Säckchen mit einem Wollschal, einer Mütze oder einem Stirnband.

Das Zwiebelpäckchen sollte mindestens 30 Minuten auf dem Ohr bleiben.

**Husten – Hustensaft selber gemacht**

Nehmen Sie 100 Gramm gehackte Zwiebel, 100 Gramm brauner Kandiszucker, 1 Teelöffel Thymian und 1 Teelöffel Salbei.

Diese Zutaten geben Sie in einen Topf und lassen sie leicht köcheln, bis sich der Kandis aufgelöst hat. Danach lassen Sie die Mischung durch ein Sieb laufen und füllen sie in ein sauberes Glasgefäß mit Deckel.

Dieser selbstgemachte Hustensaft lässt sich im Kühlschrank aufbewahren und ist so etwa eine Woche haltbar.

Kinder zwischen 10 Monaten und 2 Jahren bekommen täglich 1-2 Teelöffel davon, größere Kinder ab 2 Jahren 1-2 Esslöffel.

**Hohes Fieber – Wadenwickel**

Für die Wickel sollten Sie luftdurchlässige Tücher aus Baumwolle, Leinen oder Wolle verwenden. Wadenwickel bestehen aus 2-3 Schichten Tücher. Nehmen Sie z.B. Küchenhandtücher oder große Taschentücher, machen Sie diese in handwarmem Wasser nass und wringen sie danach leicht aus.

Diese Tücher wickeln Sie so um die Waden, dass sie gut anliegen.

Legen Sie dann ein trockenes Tuch und zum Schluss ein Wolltuch darüber.

Die Wickel verbleiben so lange, bis sie körperwarm geworden sind (ca. 15 Minuten).

Dieser Vorgang kann wiederholt werden, wenn die Waden wieder warm geworden sind.

Die Wickel dürfen nur angelegt werden, wenn die Haut wirklich warm ist, d.h.: keine Wadenwickel bei kalten Beinen oder Füßen, sowie wenn das Kind friert.

Bei kleineren Kindern sollen Wadenwickel nicht länger als 10 Minuten gemacht werden, da sie sonst zu leicht auskühlen. Wickel sollten nur bei Bettruhe angelegt werden, lassen Sie Ihr Kind während der Anwendung nicht allein.