



# DE LEVENSBOOM

Centrum voor  
Complementaire Zorg

Wernhoutseweg 142, 4884 MD Wernhout  
Tel.: 076 596 3380 GSM: 06 5149 7284  
K.v.K.20087752; KwalReg.V&V No.251217;  
NOAG lid nr. 4357-B-98063; BVAT no.119  
Mail: [info@levensboom.com](mailto:info@levensboom.com)  
Info: [www.levensboom.com](http://www.levensboom.com)



## Protocol – koude kuitwikkels

Datum: 30 maart 2010

### **Titel**

**Complementaire Zorg, koude kuitwikkels**

### *Toepassing in/bij*

Naam instelling .....

### *Definities en termen*

Nvt

### *Doel*

Het positief beïnvloeden van de ziektebeleving en het gevoel van welbevinden.

### *Bevoegd is/zijn*

De verpleegkundige of verzorgende, mits bekwaam, voert de handeling uit of instrueert de patiënt en/of mantelzorgers.

### *Indicaties*

Algemene oververhittingstoestanden, waaronder koorts, zonnesteek, opvliegers.  
Plaatselijke ontstekingen zoals aderontsteking en bloeduitstortingen en kneuzingen.  
Verder: neiging tot hoge bloeddruk, vegetatieve labiliteit, inslaapstoornissen, nerveuze overspanning

### *Contra-indicaties:*

Afkoeling van het lichaam, rillen, het koud hebben; Acute urineweginfecties; Prikkeling of ontsteking van de ischiaszenuw; Beginnende verkoudheid; Stijgende koorts wanneer men wil gaan aanleggen.

### *Mogelijke complicaties*

Niet te verwachten

### *Benodigdheden*

2 celstof onderleggers

1 waskom

Koud water (zo koud als mogelijk uit de kraan)

1 hydrofiele linnen of katoenen doek van ca 30x70cm of ongeveer zo gevouwen

1 katoenen doek van ca 35x70cm of ongeveer zo gevouwen

1 flanellen/wollen (desnoods badstoffen) doek van ca 32x70cm of ongeveer zo gevouwen

### *Aandachtspunten*

- > De arts dient op de hoogte te zijn van de klachten van de patiënt en het gebruik van deze interventie.
- > De duur van de koude kuitwikkels is minimaal 10 minuten.
- > Na 20 minuten kan de wikkels worden afgenomen. Bij koorts de wikkels afnemen zodra deze niet meer als koel wordt ervaren. Dat kan ook eerder zijn ivm de snelle warmte onttrekking. Bij koorts en oververhittingen kun je de wikkels elke 15-20 minuten herhalen door de doeken opnieuw in koud water te dopen en aan te leggen. Dat kan meerdere malen herhaald worden, tot de koorts naar een aanvaardbaar niveau gezakt is.
- > bij inslaapstoornissen de koude kuitwikkels geven ca 30 minuten voor het slapen.

### **Werkwijze - voorbereiding**

- > Ga na of de patiënt is voorgelicht over complementaire zorg en over het bevorderen van het gevoel van welbevinden door het gebruiken van een warm nat buikcompres, al dan niet met essentiële olie. Geef zonodig aanvullende informatie.
- > Geef de patiënt en/of diens familie/mantelzorgers instructies over het omgaan met de koude kuitwikkels.
- > Help de patiënt in een comfortabele houding, bij voorkeur liggend op de rug, maar halfzittend en eventueel in buikligging kan ook.
- > Zorg voor een ongestoord rustmoment voor de patiënt.



## Vervolg protocol – koude kuitwikkel

### **Werkwijze - Uitvoering**

Desinfecteer de handen met handalcohol  
Laat de handen al wrijvend aan de lucht drogen

- > Leg 2 celstof onderleggers klaar op het bed zodat het gebied van net boven de knie tot onderaan de voeten beschermd is tegen water.
- > Vul een waskom met zo koud mogelijk water uit de kraan.
- > Doop de hydrofiele doek in het koude water, daarna licht uitwringen.
- > Wikkel de doek stevig en zo glad mogelijk, zonder al te veel vouwen of plooiën om kuit en enkel.
- > Daarover wikkel je de katoenen doek die aan de boven- en onderkant enkele centimeters uitsteekt.
- > Daarover komt vervolgens de wollen/flanellen doek, die weer iets korter is aan de uiteinden.
- > Dek de patiënt toe en laat deze 15-20 minuten goed laten rusten.

Bij koorts: de wikkel afnemen zodra deze niet meer als koel wordt ervaren. Dan de wikkel opnieuw aanleggen met fris koud water. Dit kun je meerdere malen herhalen tot de koorts getemperd is.

Bij inslaapstoornissen: wanneer de patiënt slaapt, lekker laten slapen. Later kan de wikkel alsnog verwijderd worden. Sein eventueel de nachtdienst in dat dit nog moet gebeuren.

### *Nazorg*

- > Droog NOOIT de benen af. Laat het lichaam zijn eigen heropwarming regelen.
- > Trek de patiënt sokken aan of dek hem/haar goed toe om te rusten na de interventie, zeker 30 minuten.
- > Help de patiënt in een comfortabele houding.
- > Evalueer met de patiënt hoe de koude kuitwikkel ervaren is.
- > Spreek met de patiënt de frequentie, tijdstippen en tijdsduur af, waarop de interventie gegeven zal worden (intervals van minimaal 24 uur, bij koorts zoals hiervoor besproken).
- > Ruim de gebruikte materialen op
- > Bij inslaapstoornissen: wanneer de patiënt slaapt, lekker laten slapen. Later kan de wikkel alsnog verwijderd worden. Sein eventueel de nachtdienst in dat dit nog moet gebeuren. Evaluatie kan ook de dag erna.
- > Desinfecteer de handen
- > Laat de handen al wrijvend aan de lucht drogen

### *Verslaglegging*

Noteer in het zorg/verpleegdossier hoe de patiënt de interventie ervaren heeft

Noteer in het zorg/verpleegdossier de eventuele afspraken die met de patiënt gemaakt zijn omtrent het continueren van de koude kuitwikkel.

### *Literatuur/bronnen*

Werkinstructies Madeleine Knapp Hayes-Wellhüner  
Lesmateriaal opleiding Kneipp Hydrotherapeut Bad Wörishofen (D)  
Boek Hydrotherapie en balneotherapie, Otto Gillert

### *Auteur*

© Madeleine Knapp Hayes-Wellhüner

Publicatiedatum: 30 maart 2010.

Deze vervangt de publicatie van 18 sept 2009