

## Dampfinhalation bei Reizhusten

### Material

- Kleiner Topf oder Wasserkocher
- Großes Duschhandtuch
- Kamillentee aus 1 - 2 Esslöffeln Blüten (auf  $\frac{1}{2}$  - 1 Liter Wasser)
- 1 Esslöffel Salz (auf  $\frac{1}{2}$  - 1 Liter Wasser)

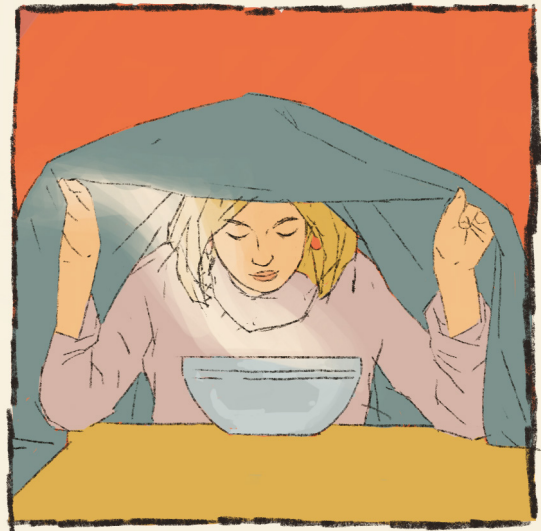
### Dauer und Häufigkeit

- Dauer: ca. 10 min
- Nachruhe: 10 min
- Häufigkeit: mehrmals täglich möglich

### Hinweise

- Achtung Verbrennungsgefahr durch heißen Dampf !
- Nur mit großer Vorsicht bei Tracheostomaanlage.
- Augen geschlossen halten, um Reizungen zu vermeiden.
- Ausreichend warme Kleidung und Wollsocken tragen.
- Zugluft vermeiden.

## Inhalation über Wasserdampf



Heißes Wasser  
und ggf. Inhalationszusatz  
in eine Schüssel geben.

Sitzende Position einnehmen.

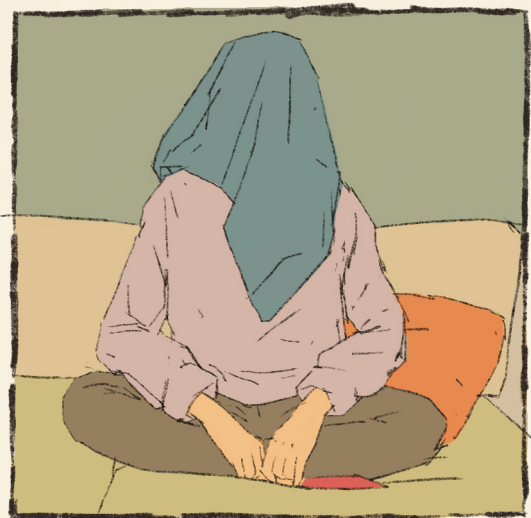
Das Gesicht über den  
aufsteigenden Dampf beugen  
und ein Duschhandtuch über Kopf  
und Schüssel geben,  
damit der Dampf nicht entweicht.



Tief ein- und ausatmen.

**ACHTUNG:**

Auf genügend Abstand zwischen  
Gesicht und heißem Wasser achten.



Wärmende Nachruhe mit  
abgedecktem Kopf,  
ggf. im Liegen.