

# Wickel und Auflagen



Genauerer über die Anwendung von Wickeln ist erst von den vergangenen 2-3 Jahrhunderten überliefert, davor sind Spuren nur im Rahmen der Überlieferungen über Wasser- oder Kräuterheilkunde zu finden bzw. zu vermuten. Es ist wie ein Puzzle, das sich aus einzelnen Bildteilchen zusammensetzt – mit Lücken. Belegbar ist die Geschichte erst aber der Zeit, als die Menschen ihr Wissen und ihre Erfahrungen darüber schriftlich weitergeben konnten – bis dahin war es eine mündliche Überlieferung.

## Grundsätzliches zu Wickeln und Auflagen

Der Begriff „Wickeln“ ist für viele zunächst mit der Vorstellung von Säuglingen und Windeln verbunden, was immer wieder zu komischen Missverständnissen führt. Häufig wird „Wickel“ einfach umgangssprachlich als Kurzbegriff verwendet, wenn entsprechende auf die Haut aufgelegte Anwendungen gemeint sind.

Wenn es um die Frage geht, ob Wickel und Auflagen auch tatsächlich wirken, gerät man immer wieder in einen Begründungszwang, der sich leider oft zu sehr um Wirkstoffnachweise dreht. Bei der Wirkung von Wickeln und Auflagen muss man jedoch davon ausgehen, dass verschiedene Faktoren zusammenspielen.

Das Wickel und Auflagen ihre Grenzen und Gefahren haben, müssen die, die damit professionell arbeiten, wissen und die entsprechenden Vorüberlegungen und Vorsichtsmassnahmen kennen. Jeder Wickel, der an Klienten angewendet wird, sollte zuvor schon einmal selbst erfahren worden sein.

## Sinn, Zweck und Wirkung von Wickeln und Auflagen

Die Wirkung von Wickeln und Auflagen beruht immer auf einem Zusammenspiel mehrerer Faktoren und lässt sich weder nur mit der physikalischen Wärme-Kälte-Einwirkung noch mit der arzneilichen Wirkung eines Zusatzes erklären. Auch die psychische Komponente alleine („man muss eben dran glauben“) wäre eine gar zu verkürzte und einseitige Erklärung. An dem komplexen Geschehen beteiligt sind:

- Die physikalische Wirkung von Wärme oder Kälte, die die Durchblutung in der Haut beeinflusst (meist anregend), dadurch das Stoffwechselgeschehen in einer bestimmten Körperregion verbessert und über spinale Nervenbahnen reflektorisch auch innere Organe zu beeinflussen mag.
- Der Anreiz zur Ableitung eines Staus, einer Spannung o.ä. über periphere Reize (z.B. Fusssohlenu Auflage bei Kopfschmerzen).
- Die spezifische Wirkung von verschiedenen Zusätzen (Wirkstoffe von Heilkräutern, ätherische Öle, Essenzen, Lehm usw.).
- Die Zuwendung, Nähe, Berührung, mit der das Anlegen eines Wickels zwangsläufig verbunden ist, was vielen erkrankten Menschen ein Wohlgefühl, Entspannung, das Gefühl von Vertrauen („es wird etwas getan“) und Geborgenheit vermittelt.
- Das Zur-Ruhe-Kommen, das zwangsläufig mit einem angelegten Wickel oder einer Auflage verbunden ist.
- Die Selbstheilungskräfte und –vorgänge im Körper, die durch Wickel und Auflagen in ihren natürlichen Reaktionen unterstützt werden (z.B. die lösende, verflüssigende und ausscheidungsunterstützende Wirkung der Zwiebel).
- Die Stärkung anfälliger Organe und deren Funktionen, die mit Hilfe von Wickeln und Auflagen ermöglicht wird, so dass die Organe nicht mehr so häufig erkranken.
- Die Auseinandersetzung mit dem eigenen erkrankten Körper(teil), mit Schmerzen, Missempfindungen und Einschränkungen. Das Anlegen eines Wickels oder einer Auflage lenkt ja geradezu die ganze Aufmerksamkeit auf diesen Teil, führt dabei meist auch zu Linderung und – vielleicht wieder zum ersten Mal nach langer Zeit – zu einem Wohlgefühl. So können Wickel und Auflagen langfristig einen anderen, eigenverantwortlicheren Umgang mit dem eigenen Körper und seinen Schwachpunkten bewirken.

Entnommen aus: Wickel und Auflagen, Annegret Sonn unter Mitarbeit von B. Best und U. Baumgärtner