

24. März 2026

Unterschätzte Co-Therapeuten: Wickel, Einreibungen und Fußbäder bei chronischen und akuten Erkrankungen

Neues Gesundheitsgefühl dank integrativmedizinischer Pflege

Zentrale Zitate

„Pflegerische Anwendungen wie Wickel haben bei uns einen sehr hohen Stellenwert: Sie machen 50 Prozent aller Interventionen aus. Sie sind zwar zunächst aufwendiger zu machen, aber auf lange Sicht macht sich dies bezahlt.“

Dr. Ulrich Geyer, leitender Arzt an der Klinik für Integrative Medizin am Klinikum Heidenheim und in eigener Praxis

„Schwerpunkte bei uns sind beispielsweise Schmerzsyndrome und Erschöpfung. Wenn Menschen sich nicht mehr vital erleben und in ihrem Leben keine ausreichenden Kräfte mehr zur Verfügung haben, können wir sehr oft eine Veränderung bewirken.“

Dr. Andreas Laubersheimer, leitender Arzt an der Klinik für Integrative Medizin am Klinikum Heidenheim und in eigener Praxis

„Wir nehmen die Patienten als individuelle Menschen ernst und behandeln sie auf Augenhöhe. Eine Therapie entsteht immer im Dialog mit dem Patienten.“

Dr. Tobias Daumüller, leitender Arzt an der Klinik für Integrative Medizin am Klinikum Heidenheim und in eigener Praxis

Seit Anfang Januar 2026 untersucht ein Forscherteam an der Universität Tübingen (Baden-Württemberg), wie komplementärmedizinische Anwendungen in der Pflege evidenzbasiert eingesetzt werden können. An der Klinik für Integrative Medizin in Heidenheim etwa sind Wickel, Auflagen, Einreibungen und Fußbäder schon lange ein wesentlicher Teil der Therapiepläne. Was sie aus medizinischer Sicht unverzichtbar macht, schildern die Internisten und leitenden Ärzte Dr. Tobias Daumüller, Dr. Ulrich Geyer und Dr. Andreas Laubersheimer.

„Wickel“ – das klingt nach unspektakulärem Hausmittel. Ausgerechnet die sollen in einer Klinik, und dann auch noch als elementarer Bestandteil von Therapieplänen, zum Einsatz kommen? „Wir verwenden Wickel, Auflagen, Einreibungen und Fußbäder unter professionellen Standards“, erläutert Dr. Ulrich Geyer, neben Dr. Tobias Daumüller und Dr. Andreas Laubersheimer einer der leitenden Ärzte an der Klinik für Integrative Medizin am Klinikum Heidenheim.¹ „Pflegerische Anwendungen haben bei uns einen sehr hohen Stellenwert: Sie machen 50 Prozent aller Interventionen aus, 25 Prozent entfallen auf



Gespräche, und 25 Prozent machen andere Therapiemaßnahmen wie etwa Medikation aus.“ Der Erfolg gibt dem Team aus Heidenheim recht: Kämen in der Therapie noch Wickel hinzu, habe das einen viel größeren Effekt auf den Heilungsverlauf.

Pflanzliche Wirkstoffe und positive Empfindungen als Co-Therapeuten

Zum oft unterschätzten gesundheitlichen Effekt pflegerischer Anwendungen trügen zwei Gründe bei: „Zum einen machen wir die Wickel nicht nur mit warmem Wasser, sondern verwenden auch pflanzliche Substanzen wie Schafgarbe, Ingwer oder Rosmarin, die eine therapeutische Wirkung haben“, erklärt Dr. Ulrich Geyer. „Zum anderen sind Wickel für die Patienten angenehm und vermitteln ihnen ein Gefühl von Geborgenheit und letztlich Wohlbefinden.“ Wissenschaftliche Untersuchungen hätten gezeigt, dass das Immunsystem sich durch positive Gefühle stimulieren lasse. Jeder Patient erhalte deshalb bis zu vier Wickel oder Einreibungen am Tag. Durch diese Zuwendungen entstehe auch eine besondere Beziehung zu den Krankenschwestern, die fast alle zusätzlich in anthroposophischer Pflege ausgebildet seien. Das sei für die Heilung ebenfalls sehr förderlich.

Wickel & Co: Hinweis auf Kosteneffizienz

Zwar sei es zunächst aufwändiger, allen Patienten auf der Station einen Wickel anzulegen als nur Tabletten zu verabreichen. Dadurch sei diese Art von Medizin für den Moment auch teurer. „Auf lange Sicht macht sich dies aber bezahlt, denn diese Medizin setzt auf eine langfristige Heilung und verändert das Gesundheitsbewusstsein der Patienten und ist damit nachhaltiger“, berichtet Dr. Ulrich Geyer. „In Heidenheim verwenden wir die konventionelle Medizin, die uns mit der ganzen Expertise eines Lehrkrankenhauses der Universität Ulm zur Verfügung steht“, so Dr. Ulrich Geyer, „und ergänzen sie um Naturheilverfahren, Homöopathie und Anthroposophische Medizin.“ Dass dieses System Sinn macht, unterstreiche auch die World Health Organization (WHO): Sie sehe den Vorteil einer Integrativen Medizin darin, Behandlungsoptionen aus den verschiedenen Bereichen zu verbinden und patientenzentriert anzuwenden.

Integrativmedizinische Pflege nicht nur bei Erschöpfungs- und Schmerzsyndromen

Seine Erfahrungen verdeutlicht Dr. Ulrich Geyer am Beispiel eines knapp 50 Jahre alten Patienten, der nach einem viralen Infekt seit einem Jahr an einem Erschöpfungssyndrom litt: „Neben Medikamenten aus der Naturheilkunde erhielt er täglich unter anderem einen Schafgarben-Leberwickel. Schon nach einer Woche Therapie fühlte er sich so fit wie im ganzen letzten Jahr nicht mehr. Nach drei Wochen konnten wir ihn entlassen. Schließlich wurde er wieder arbeitsfähig.“ Der Heidenheimer Kollege Dr. Andreas Laubersheimer stimmt dem zu: „Wenn die Menschen nicht mehr vital sind und im Leben keine ausreichenden Kräfte mehr haben, sind sie bei uns gut aufgehoben.“ Erschöpfungs- und Schmerzsyndrome seien Schwerpunkte, prinzipiell würden aber alle Krankheitsbilder behandelt. Das Spektrum reiche



von akuten Erkrankungen wie Lungen- oder Nierenbeckenentzündungen über schwere Bronchitiden bei chronischer Lungenvorerkrankung (COPD) bis etwa zu entzündlichen Darmerkrankungen mit einem akuten Schub. Sein Kollege Dr. Tobias Daumüller betont: „Wir nehmen die Patienten als individuelle Menschen ernst und behandeln sie auf Augenhöhe. Eine Therapie entsteht immer im Dialog mit den Patienten.“ Diese wünschten sich, dass ihnen ergänzend zur konventionellen Therapie mit komplementären Methoden geholfen werde, und „dass sie Medikamente reduzieren oder absetzen können. Und diesbezüglich erleben die Patienten große Verbesserungen.“

Neues Gesundheitsgefühl, neue Gesundheitskompetenz: Wickel zuhause fortsetzen

Dazu gehöre, so Dr. Ulrich Geyer, ein neues Gesundheitsgefühl, das sich bei den Patienten einstelle. Es überrasche sie zudem sehr, dass dieses Empfinden nach nur zwei Wochen stationärem Klinikaufenthalt eintritt. Oft änderten die Patienten nach einem Aufenthalt in der Klinik etwas Grundsätzliches in ihrem Leben, da sie gelernt hätten, ihre eigene Gesundheit ernster zu nehmen. Die Menschen blieben länger gesund. Denn aufgrund dieser verbesserten Gesundheitskompetenz mache sich etwa die Hälfte zuhause selbstständig weiterhin Wickel – anhand präziser Anleitungen aus dem ‚Pflege-Vademecum‘.² Auch aus diesem Grund wünscht sich Dr. Ulrich Geyer, dass die Angebote für Integrative Medizin ausgebaut werden. Ebenfalls in Baden-Württemberg, wo schon viel dafür getan werde, etwa mit dem Kompetenznetz Integrative Medizin (KIM), dem auch die Klinik für Integrative Medizin in Heidenheim angehört.³ „Konventionelle und komplementäre Medizin sollten noch mehr zusammengedacht werden“, so Dr. Ulrich Geyer, „und auch in anderen Kliniken und anderen Abteilungen eine Rolle spielen. Das Interesse der Patienten ist auf jeden Fall vorhanden, Studien belegen die Wirksamkeit in zahlreichen Anwendungsgebieten.“

Über „Gesunde Vielfalt“

Die Initiative „Gesunde Vielfalt“ ist ein unabhängiger Zusammenschluss von Experten und Expertinnen unterschiedlicher Therapieformen. Unser Ziel ist, das Zusammenwirken von konventionellen und komplementären Therapien – sprich: die Integrative Medizin – stärker in den Vordergrund der Diskussion zu rücken, um notwendige Verbesserungen des Gesundheitssystems anzustoßen. Wir stehen dabei für den gegenseitigen Respekt der Therapieformen und Heilberufe. Es geht nicht um ein Entweder-oder, sondern ein Sowohl-als-auch. Wir setzen uns für einen Paradigmenwechsel ein: Der Patient, die Patientin muss zum gleichberechtigten Akteur neben dem Arzt, der Ärztin werden, um das Gesundheitswesen nachhaltig zu reformieren. Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt auf der Information und



Aufklärung der Öffentlichkeit, der Nähe zur Praxis und Vernetzung von Ärztinnen, Ärzten, Apothekerinnen und Apothekern und Heilberufen im Sinne der Patientinnen, der Patienten. Wir verstehen uns als Plattform und Impulsgeber für einen ideologiefreien, offenen Diskurs um die Verbesserung des Gesundheitswesens in Deutschland.

➤ Folgen Sie uns auf **X** <https://x.com/GesundeVielfalt>
und **LinkedIn** <http://www.linkedin.com/company/gesundevielfalt>

Ihr Kontakt: presse@gesundevielfalt.org

Quellen:

¹ <https://kliniken-heidenheim.de/klinikum/aerzte/kliniken/integrative-medizin/index-neu.php>

² <https://www.pflege-vademecum.de>

³ <https://www.kim-bw.de/>

Gesunde Vielfalt
Rahel-Hirsch-Straße 10, OG 3, 10557 Berlin
M.: presse@gesundevielfalt.org
T.: 030 – 590 0838 11
www.gesundevielfalt.org

