

## Komplementäre Massnahmen bei chronischen Schmerzen

Ergänzend zu einer adäquaten medikamentösen Schmerztherapie gibt es zahlreiche pflegerische Interventionen, die zur Schmerzlinderung beitragen können. Äussere Anwendungen wie Wickel und Kompressen sowie Rhythmische Einreibungen sind ergänzende Alternativen. Sie bieten eine umfassende Erweiterung der pflegerischen Handlungsmöglichkeiten und sind im professionellen sowie im häuslichen Umfeld sehr gut einsetzbar.

### Inhalt

- vorstellen verschiedener Techniken von Wickeln und Kompressionen
- Wirkungsweise von Wickeln / Kompressen und Rhythmischen Einreibungen
- Materialkunde
- praktische Anwendung mit verschiedenen Substanzen (Salben, Öle)

### Lernziele

Die Teilnehmenden

- verfügen über allgemeine Grundlagenkenntnisse zu den äusseren Anwendungen
- kennen Wirkungsweisen, Indikationen und Kontraindikationen sowie Grenzen von äusseren Anwendungen
- wenden ausgewählte Anwendungen bei chronischen Schmerzen an
- üben die praktische Anwendung und erleben verschiedene Anwendungen an sich selbst

**Zielgruppe** Dipl. Pflegefachpersonen sowie Gesundheitsfachpersonen

**Kursleitung** Monika Layer  
*Dipl. Pflegefachfrau, Lehrerin für Pflegeberufe,  
Expertin für Komplementäre Pflegemethoden, Heilpflanzenexpertin*

**Kursdatum** **Kurs A:** 28.09.18  
von 09.10-16.50 Uhr (7 Lektionen)

**E-log** 5.75 log-Punkte

**Kursort** SBK Kursraum, Kolumbanstrasse 2, 9008 St.Gallen

**Kurskosten:** SBK-Mitglieder: Fr. 200.–  
Nichtmitglieder: Fr. 270.–  
Umfassende Kursunterlagen: Fr. 30.–