

## Basenbad: Teil-, Vollbad, Waschung

### Indikation

- Hand - Fuß - Syndrom
- Hitzewallungen
- Trockene Haut
- Scheidentrockenheit
- Gereizte Haut im Genitalbereich
- Juckreiz

### Material

- Basenbad - Pulver
- Wasser
- Badethermometer
- Sitzbadewanneneinsatz für Toiletten (Bidet)
- Handbidet\*

\* z.B. Happypo, Bidetlity, Waschbär, CuloClean. Bei der Nennung der Hersteller handelt es sich lediglich um Beispiele, es können auch andere vergleichbare Produkte verwendet werden

### Dauer und Häufigkeit (Herstellerangaben beachten)

- Dauer: Teilbad ca. 5 min (bis max. 30 min)  
Vollbad 30 - 60 min, je nach Befinden
- Nachruhe: Teilbad 10 min  
Vollbad 30 min
- Häufigkeit: Teilbad 1- 2x täglich  
Vollbad 1x wöchentlich  
Waschung 2x täglich

### Hinweise

- Juckreiz bei Überdosierung von Basenbad - Pulver.
- Bei offener, verletzter Haut nur nach ärztlicher Rücksprache.
- Haltbarkeit beachten.
- Keine Sitzbäder bei Bestrahlung im Genitalbereich !

### Durchführung

Vollbad	Basenbad-Pulver nach Produktinformation in ca. 37 - 38°C warmem Wasser auflösen.
Sitzbad bei trockener und gereizter Haut	1 Teelöffel Basenbad-Pulver nach Produktinformation ggf. + je 2 Tropfen Lavendel fein und Rosengeranie 100% äth. Öl** (Apotheker- / Bioqualität) ca. 37 - 38°C warmes Wasser hinzugeben
Waschung	1 Teelöffel Basenbad-Pulver nach Produktinformation in 2 - 3 Liter Wasser auflösen.
Waschung mit Handbidet	Befüllen mit 1 Prise Basenbad-Pulver + 250 ml Wasser und Mischung aufschütteln.

Nach dem Bad gut abtrocknen, jedoch nicht reiben.

\*\* z.B. Primavera, Farfalla, Neumond. Bei der Nennung der Hersteller handelt es sich lediglich um Beispiele, es können auch andere vergleichbare ätherische Öle verwendet werden