

Indications générales pour la réalisation d'enveloppements

Matériel d'enveloppement

Dimensions optimales des tissus utilisés pour toutes les parties importantes du corps :

- **Tissu intérieur = tissu qui porte la substance** (coton lisse en double épaisseur) d'environ 28 cm de large
- **Tissu intermédiaire** (coton gratté en double épaisseur ou tissu éponge) d'environ 32 cm de large
- **Tissu extérieur** (laine, molleton ou drap de bain en tissu éponge) d'environ 23 cm de large

La **longueur** (140 cm) est identique pour tous les tissus.

Les **tissus pour les enfants** ont une longueur égale à 1,5 fois le tour du corps.

Pour la **largeur**, on prend la mesure de la taille à l'aisselle.

Pour les **enveloppements à l'huile** et les **cataplasmes**, on peut utiliser de vieux tissus en coton (vieux mouchoirs, torchons à vaisselle, draps de lit à déchirer).

Préparation du patient, de la pièce et du matériel

Le patient

- Le dernier repas doit avoir été pris au moins une demi-heure auparavant.
- Vider la vessie avant l'application.
- Les pieds doivent être chauds ! Au besoin, utiliser une bouillotte ou un bain de pieds (faute de quoi la chaleur due à l'enveloppement peut monter vers la tête et les pieds risquent de se refroidir davantage).
- Enlever tous les vêtements qui serrent ; de même pour les montres, les bijoux, etc.

La pièce Bien aérer, température agréable, pas de courant d'air ; aucun fond sonore, pas de lumière directe sur les yeux ; cela vaut aussi pour le repos après l'application (voir plus bas).

Le matériel Préparer et disposer près du lit à portée de main tout ce dont on a besoin pour la mise en œuvre : traversin pour les genoux, petit coussin pour la nuque, accessoires pour l'enveloppement.

Bouillotte : remplie d'eau chaude (pas complètement), purgée de son air (mettre la bouillotte à plat sur la table, tenir l'orifice vertical de sorte que tout l'air puisse s'échapper).

Position et mise en œuvre

Autant que possible, position dorsale. Au besoin, le tronc sera redressé avec un soutien pour les bras. Étaler le tissu extérieur et le tissu intermédiaire sur le lit à l'emplacement de la partie du corps concernée ; le patient s'y étend, puis on referme les tissus l'un après l'autre au-dessus de celui qui porte la substance en épousant les formes du corps.

Placer le traversin pour les genoux (ou quelque chose d'analogue), couvrir le patient, épaules comprises. Éviter de serrer dans la région du cou. En cas de sensation d'oppression dans la région cardiaque et/ou de manque d'air, laisser les mains découvertes. Placer un petit oreiller sous la nuque afin que le patient n'ait pas à soutenir lui-même sa tête. Enlever la bouillotte des pieds ! Couvrir ces derniers même sur les côtés, sans pression sur les orteils ; ne pas replier la couverture sous les talons.

Température Enveloppement chaud et humide : éventer le tissu chaud près de la partie du corps concernée, puis le mettre en place aussi chaud que possible.

Fièvre supérieure à 39 ° : choisir une température inférieure de deux degrés, cela exercera un effet rafraîchissant.

Préparation de l'infusion Verser un litre d'eau bouillante sur la plante séchée, laisser infuser 3 à 5 minutes et mettre le liquide dans une bouteille isotherme en le passant.

Teintures mères Une cuillère à thé pour une tasse d'eau ou une cuillère à soupe pour environ ½ litre d'eau

Repos après l'application Un temps de repos doit suivre tout enveloppement. Il commence lorsqu'on enlève les tissus et constitue un élément important de l'application. Il dure généralement 30 minutes.

Après le soin Une fois les tissus enlevés, rincer le tissu intérieur à l'eau claire et le mettre à sécher ; il peut servir plusieurs fois. Les cataplasmes ne sont utilisés qu'une seule fois.

Fiche technique : Enveloppement de la tête à l'arnica

Particularités

Dans le traitement des AVC, il importe d'intervenir le plus tôt possible après l'accident et également d'appliquer de manière intensive l'enveloppement de la tête à l'arnica durant la première semaine ; en effet la faculté de régénération est la plus forte durant cette période.

Pour le *traitement aigu*, une forme simplifiée peut être utilisée pour des raisons pratiques et des raisons de temps ; lors d'un traitement sur plusieurs heures ou plusieurs jours, d'autres aspects prennent le dessus.

Fiche technique :

Enveloppement de la tête à l'arnica dans les traitements aigus

Matériel

- Teinture mère d'arnica Weleda (planta tota, il est important qu'elle contienne les fleurs, les feuilles et les racines)
- Eau chaude
- Un flacon pulvérisateur ou quelque chose d'analogue.
- Tissu éponge ou bonnet

En outre, comme alternative :

- Tissu de coton
- Petite bassine pour la solution à l'arnica

Mise en œuvre de l'application

- Mettre dans un flacon pulvérisateur ou quelque chose d'analogue la teinture mère d'arnica diluée dans l'eau chaude dans la proportion de 1 pour 10 ; en 5 à 10 jets, répartir la solution sur la tête (région chevelue). Couvrir la tête avec le tissu éponge ou avec un bonnet et laisser agir environ 30 minutes.
- Autre manière de procéder : imbiber le tissu éponge de solution à l'arnica, l'essorer, le poser sur toute la zone chevelue en incluant le front et recouvrir de tissu éponge ou d'un bonnet.
- Une autre forme simplifiée de cette application à l'arnica est l'application pendant 30 minutes chaque jour à plusieurs reprises d'une compresse sur le front ou la nuque. Cette méthode est appropriée aux maux de tête en lien avec des infections entraînant une forte fièvre et également lors d'événements traumatisants.

Fiche technique :

Enveloppement de la tête à l'arnica pour un traitement de longue durée

Matériel

- Teinture mère d'arnica Weleda (planta tota, il est important qu'elle contienne les fleurs, les feuilles et les racines)
- 2 tissus d'environ 60 x 60 cm
- Une petite bassine
- Bandes de pansements
- Bonnet en laine mince

Mise en œuvre de l'application

- Mélanger dans la bassine environ 250 ml d'eau à environ 40° à 2 cuillers à thé de teinture mère d'arnica
- Plier un tissu en triangle, replier le plus long côté sur environ 4 cm, le placer sur le front (à partir des sourcils), le patient tient le tissu avec ses mains
- Placer le tissu sur toute la tête
- Fixer avec un pansement les extrémités du tissu, qui se recouvrent, sous l'occiput, à la frontière des cheveux de la nuque
- Faire de même avec le second tissu, sec
- Placer au-dessus un bonnet en laine
- Faire s'étendre le patient
- Laisser cet enveloppement de 30 minutes à 1 heure, puis tout enlever. Dans des cas graves cet enveloppement peut être laissé en place jusqu'à 20 heures (très efficace!) ; dans ce cas, le tissu est plongé dans la solution toutes les 3 à 4 heures.
- Remettre le bonnet en laine à cause des cheveux mouillés et en tant qu'enveloppe
- Ensuite, 30 Minutes de repos

Après l'application

- Laver le tissu portant la substance et tout mettre à sécher