

Instrucciones generales para la realización de compresas y envolturas

Material para las compresas y envolturas

Los tamaños de los paños que han demostrado ser convenientes y que se utilizan para todas las partes del cuerpo de superficies planas y amplias:

- **Paño interno = Paño de la sustancia** (algodón liso de doble capa) aprox. 28 cm de ancho
- **Paño intermedio** (algodón peinado de doble capa o tela de toalla) aprox. 32 cm de ancho
- **Paño externo** (tejido de lana o moletón o toalla) aprox. 36 cm de ancho

El **largo** de 140 cm es igual para todos los paños.

La longitud en las **envolturas para niños** es una vez y media la circunferencia de la parte superior del cuerpo.

Para el **ancho** se mide de la cintura hasta la axila.

Para las **compresas y envolturas** con aceite y las cataplasmas pueden utilizarse paños de algodón viejos (pañuelos viejos, paños de cocina, sábanas viejas que se pueden cortar en pedazos).

Preparación del paciente, material y de la habitación

Paciente

- Intervalo mínimo desde la última comida, media hora.
- Vaciar la vejiga antes de la aplicación
- Los pies deben estar calientes! en caso contrario aplicar una bolsa de agua caliente o hacer un baño de pies (o sino está el riesgo que el calor proveniente de la envoltura ascienda a la cabeza y los pies se enfríen aún más).
- Retirar todas las prendas de vestir apretadas, también relojes, joyas etc.

Habitación Ventilar bien la habitación, que esté cálida, sin corrientes de aire, sin ruidos de fondo y sin que haya luz directa sobre los ojos, esto también es válido para el reposo (mire abajo).

Material Todo lo que es necesario para la realización del procedimiento, prepararlo con anterioridad y dejarlo a mano al lado de la cama: rollos para apoyar las rodillas, cojín pequeño para la nuca, utensilios para la envoltura. Bolsa de agua caliente: llena y caliente (pero no demasiado llena ni caliente), sacar el aire (= poner la bolsa de agua caliente en posición plana sobre la mesa, manteniendo la boca de llenado en posición vertical, de manera que todo el aire pueda escapar).

Posición y procedimiento

En lo posible posición supina. Si es necesario posición semisentada con apoyo de los brazos Extender el paño externo y el intermedio sobre la cama a la altura de la parte corporal correspondiente, el paciente se acuesta encima, los paños son amoldados uno tras otro sobre el paño que contiene la sustancia.

Colocar el rollo (o algo similar) debajo de las rodillas, cubrir al paciente incluyendo los hombros. En la región del cuello evitar aprietes estrecheces. En caso de sentimiento opresivo en la región cardiaca y/o dificultad respiratoria, dejar las manos descubiertas.

Poner una pequeña almohada en la nuca, de modo que el paciente no tenga que sostener la cabeza por sí mismo. Retirar la bolsa de agua caliente de los pies!. Cubrir los pies, también por los lados sin presionar los dedos. No tirar de la manta bajo los talones.

Temperatura Compressa o envoltura húmeda-caliente: con el paño caliente probar tanteando la zona corporal que corresponde y luego aplicarlo lo más caliente posible.

En estados febriles a partir de aprox. 39°C: elegir solución para la envoltura 2 °C más fría que la temperatura corporal, esta actúa refrescando.

Preparación de la solución o té verter un litro de agua hirviendo sobre una cucharada sopera de yerba seca, dejarla remojar de 3 a 5 minutos y colarla a un termo

Esencias una cucharadita de té en una taza de agua o una cucharada sopera en aprox. 1/2 litro de agua.

Reposo a cada compresa o envoltura tiene un periodo de reposo. Este comienza al retirar el material de la compresa y es una parte esencial del procedimiento. Lo establecido son 30 minutos.

Seguimiento Después de retirar los paños, enjuagar el paño interior en agua pura y colgarlos todos a secar; los paños pueden usarse varias veces. Los paquetes de cataplasmas, se usan solo una vez.

Guía del procedimiento:

Chucrut-Suelo pelviano-envoltura en vejiga

Características especiales

- ¡En el caso de liquen escleroso y las heridas en el área genital, esta envoltura solo se puede usar como una envoltura de vejiga!
- Para las mujeres mayores se debe evaluar si una envoltura de vejiga sería preferible al uso de la envoltura del piso pélvico.
- Aplicación en hombres: los genitales externos deben ser preservados, por lo tanto la aplicación difiere de la de las mujeres, - ver instrucciones de aplicación.
- Decisivo para este proceso es lo siguiente: el chucrut debe calentarse lo suficiente como para mantener el calor durante la envoltura: calentar bien durante 15 minutos, sin hervir (las bacterias del ácido láctico se destruyen a temperaturas superiores a 70 ° C).
- Usar preferentemente en la primera mitad del día; en el caso de problemas para conciliar el sueño nocturno, la envoltura también se puede usar en la noche, para que el momento de descanso pueda realizarse al dormir.

Material

- 4 cucharadas colmadas de chucrut fermentado con ácido láctico crudo
- una gran toalla de baño
- una toalla de felpa regular, doblada 3 veces a lo largo
- paño interior: aproximadamente 75 cm x 30 cm, o pañal de algodón para niños
- olla pequeña con poca agua para calentar el chucrut
- rodillero o almohada
- bolsa de agua caliente, llena de agua caliente

Implementación de la aplicación

- calentar el chucrut en la olla durante unos 15 minutos
- preparar a la paciente (tener cuidado que tenga los pies calientes, enviarla al baño)
- colocar la toalla de baño horizontalmente y colocarla doblada 1 x en la cama, y junto con la toalla de felpa para mantener templada, rodear la bolsa de agua caliente
- extender el paño sobre una superficie de trabajo.
- exprimir el chucrut en un colador, apretando con una cuchara
- aplicar el chucrut en un superficie de aproximadamente 30 cm x 10 cm en el medio del paño y luego doblar el paño por todos los lados y acudir al paciente
- retirar la bolsa de agua caliente
- Los pacientes se acuestan sobre la toalla de baño, de manera que las articulaciones de la cadera queden centradas en el lugar.
- alinear la toalla de felpa verticalmente y colocarla sobre la toalla de baño.
- El paciente se acuesta encima.
- colocar el paquete de chucrut: desde el ano por arriba de la sínfisis hasta la zona de la vejiga

Uso diferente en hombres: Preparar 2 paquetitos de sustancias, uno se coloca en el perineo y el otro sobre la vejiga, de modo que los genitales queden libres.

Aplicación adicional para ambos sexos:

- cubrir con la toalla de felpa vertical, juntar las piernas y colocar algo debajo de las rodillas
- envolver la toalla alrededor del abdomen

- cubrir al paciente
- duración de la aplicación: 30 min., o durante el tiempo que el paquete esté caliente y se sienta como agradable. Luego retirar todas las toallas.
- dejar reposar 30 minutos

Seguimiento

- Lavar todos los paños y colgar para secar, descartar el chucrut