

# 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: Envoltura del pulso con limón

### Características especiales

- Esta aplicación se puede realizar sin mucho esfuerzo y carga para el paciente

### Material

- Por cada muñeca 1-3 rodajas de limón recién cortadas (no directamente del refrigerador)
- Vendajes elásticos o similares para la fijación.

### Implementación de la aplicación

- Las rodajas de limón se colocan cada una en los lados internos de las muñecas, se fijan con el vendaje y se presionan, de tal manera que salga un poco del jugo de limón.
- Duración de la aplicación: 1 hora.
- Las rodajas de limón también pueden dejarse durante más tiempo, si el paciente se duerme durante la aplicación.
- **Alternativamente** también se puede hacer la envoltura con agua de limón, ver punto 4 en "Aplicaciones con fiebre". Al aplicar la envoltura debe elegirse una temperatura más baja en este caso, que en el caso de pacientes con fiebre (tibia), y también se suprimen las bolsas de agua caliente.

### Evidencia

Buen resultado en muchos pacientes.

### Dosificación

1 vez por día, en caso necesario se repite

### Inicio del efecto

Inmediatamente

### Duración del tratamiento

Según el desarrollo

### Recomendaciones terapéuticas adicionales

- Compresas para el corazón de aurum-lavandula
- Envolturas para el corazón con árnica
- Unción de brazos con aceite cítrico y unción de piernas con aceite de prunus.
- Envoltura para el corazón con esencia de formica