

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:

Compresa de fenogreco o alholva para articulación

Características especiales

- El polvo de semilla de fenogreco se hincha al mezclarlo, aumentando hasta aproximadamente 2,5 veces la cantidad
- Dado que tiene que mezclarse en caliente, se agruma de inmediato.
- Esto requiere que se mezcle, se extienda y se aplique rápidamente.
- El Material adopta la forma del cuerpo, se solidifica rápidamente y luego mantiene la forma.
- **Precaución:** La papilla se pega fuertemente y obstruye los desagües de los lavabos, por lo tanto, no debe llegar al desagüe durante la limpieza de los utensilios.

Material

- recipiente mediano
- tabla de madera para transportar la cataplasma.
- agua caliente, que se irá agregando
- semillas en polvo:
 - 3-4 cucharadas colmadas para una envoltura en articulación de rodilla y hombro
 - 5-6 cucharadas colmadas para una envoltura en articulación de la cadera
- tenedor
- paño interior: un paño para rasgarlo, el doble del tamaño de la articulación a tratar,
- además que queden bordes para poder plegar y así contener la papilla del fenogreco.
- toalla intermedia, enrollada
- paño exterior (tela de lana), enrollada

Implementación de la aplicación

- Preparar al paciente y la habitación: consultar las instrucciones generales para el procedimiento.
- Preparar la papilla: agregar la cantidad adecuada de polvo al recipiente
- Agregar agua caliente corriente, aproximadamente a 75 ° C, mientras se mezcla rápidamente con el tenedor.
- La mezcla final debe ser bastante fluida, ya que se hincha mucho.
- Extiender la papilla en la mitad del paño para rasgar, con un grosor de aproximadamente 0.5 a 1 cm
- Cubrir con la segunda mitad de la tela de rasgado y doblar hacia atrás los bordes sobresalientes.

1: Implementación en la rodilla:

- Ajustar la cataplasma rápidamente alrededor de la articulación. La fosa poplíteica o corva permanece libre
- envolver con el paño intermedio
- enrollar sobre éste la tela exterior (no se deben formar bolsas de aire)
- poner suavemente algo debajo de la rodilla
- cubrir al paciente y acomodarlo para descansar
- duración de la aplicación: 45 minutos.
- luego retirar todas las toallas
- descanso: 30 minutos.

2: Implementación en el hombro:

- desenrollar los paños secos
- colocar la cataplasma como una capa de la articulación, la axila permanece libre

- toalla intermedia: dar una vuelta en la parte superior del brazo para un mejor agarre
- luego envolver la articulación, también por debajo de la axila, si es necesario asegurar con una tira adhesiva
- proceder de la misma manera con el paño exterior
- duración de la aplicación: 45 minutos.
- luego retirar todas las toallas
- descanso: 30 minutos.

3 : Implementación en la cadera:

- colocar el paño externo y el intermedio en la cama, a la altura de las caderas.
- El paciente se acuesta encima.
- colocar la cataplasma alrededor del trocánter mayor (cabeza articular)
- envolver firmemente con el paño externo y el intermedio
- duración de la aplicación: 45 minutos.
- luego retirar todas las toallas
- descanso: 30 minutos.

Procedimiento posterior para todas las aplicaciones

- desechar la cataplasma (tirar todo el paquete en los desechos orgánicos o compost)

Evidencia

Probado exitosamente en muchos pacientes.

Dosificación

1 vez por día, o menos frecuente

Inicio del efecto

Se ha observado a menudo un alivio del dolor ya después de la primera aplicación.

Duración del tratamiento

Dependiendo de los síntomas, de varios días a varias semanas.

Recomendaciones terapéuticas adicionales

Primula farinosa s.c. (Weleda), ver Vademecum Medicamentos Antroposóficos

Advertencia

No debe usarse en caso de artrosis activada con hipertermia severa.