

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.

Instrucciones: envoltura de hojas de repollo blanco

Particularidades

- El calor de la aplicación tiene que adaptarse a la situación: aplicar más bien fría en caso de inflamación aguda y precalentada en caso de un organismo debilitado y frío
- Durante la aplicación pueden surgir temporalmente dolores

Material

- Hojas frescas de repollo blanco (calidad orgánica)
- Bandeja de plástico
- Cuchillo afilado
- Botella de vidrio como rodillo o un rodillo de mármol
- Para las compresas abdominales: una botella de agua caliente, una bolsa de plástico (para alimentos)
- Paño intermedio (algodón)
- Para compresas abdominales: paño externo, paño grueso de moletón
- Para las articulaciones: vendaje elástico o de gasa para fijar la compresa en su lugar

Procedimiento de aplicación

- Retire las hojas externas del repollo
- Quitar las venas gruesas de la hoja con el cuchillo
- Coloque las hojas una al lado de otra en la bandeja
- Pasar la botella sobre las hojas en forma de rodillo hasta que salga jugo
- Para calentar las hojas de repollo cubrir las con la bolsa de plástico y colocar encima una botella de agua caliente. Esto está indicado para pacientes débiles con un organismo frío
- Coloque los paños externo e intermedio sobre la cama a la altura del abdomen
- El paciente se acuesta sobre los mismos
- Las hojas de repollo se colocan superpuestas como tejas de tejado sobre la zona a tratar
- Moldear el paño intermedio por encima de las hojas desde ambos lados y luego rápidamente cubrir envolviendo con el paño externo. Éste puede fijarse con un vendaje adhesivo
- En los tratamientos de articulaciones poner las hojas de repollo en torno a la articulación y fijarlas con una venda
- Duración del tratamiento: 1-12 horas

Procedimiento posterior

- Eliminar las hojas de repollo
- Enjuague el área tratada con agua tibia
- Envuelva la cabeza de repollo restante en un paño húmedo y guárdelo a temperatura ambiente