

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 : Cataplasme à la moutarde sur le thorax

Particularités

- Ne pas faire de compresse à la moutarde sur une peau rougie, malade ou ayant subi des rayons !
- Les personnes à la peau claire, les personnes blondes ou rousses réagissent d'une manière particulièrement forte et rapide à l'irritation due à la moutarde.
- En raison des réactions cutanées intervenant au bout de quelques minutes (sensation de brûlure, rougeur - risque de brûlure de la peau), la personne qui pratique la compresse doit rester près du patient jusqu'au début du repos.
- Il faut conserver la farine de moutarde à l'abri de l'air et de la lumière et au frais.

Matériel

- Farine de moutarde (grains de moutarde noire moulus), 2 à 4 cuillères à soupe (selon la taille de la compresse)
- Tissu intérieur deux fois plus grand que la surface prévue, essuie-tout (pour « emballer » la bouillie de moutarde, torchon éponge en tant que tissu intermédiaire (protection contre l'humidité), tissu extérieur
- Un peu d'eau chaude (40 ° max.)
- Une grande tasse à anse pour faire le mélange
- Tablette en bois

Mise en œuvre

- Étaler le tissu intérieur sur la planche en bois et y disposer l'essuie-tout.
 - Avec la farine de moutarde et l'eau, faire une bouillie que l'on puisse étaler. La mettre rapidement sur la moitié du tissu intérieur recouvert d'essuie-tout, puis en faire en repliant un cataplasme fermé de tous les côtés. On dirige vers la peau le côté du cataplasme qui n'a **qu'une** épaisseur de tissu et d'essuie-tout.
 - Mettre en place le cataplasme sur la peau à l'endroit souhaité.
- Pour stabiliser et entourer, mettre le tissu intermédiaire et le tissu extérieur de manière étanche et ferme.
- Bien observer la réaction de la peau durant l'application (soulever éventuellement un peu le cataplasme). Le but est que la peau commence à rougir de manière à être nettement délimitée par rapport à la peau non traitée. Cet effet est attendu dans un laps de temps de 2 à 12 minutes.
 - Lorsqu'on enlève le cataplasme, on peut éventuellement tapoter la peau avec un tissu humide et chaud. Enlever tous les tissus.
 - Chez les patients sensibles (enfants), passer quelques heures plus tard un peu d'huile au calendula (huile pour bébé) sur la peau.
 - Repos de 30 minutes.

Après l'application

- Jeter la bouillie de moutarde avec l'essuie-tout. Rincer le tissu intérieur.
- Faire la prochaine application à la moutarde au plus tôt le lendemain, et seulement si la rougeur de la peau a disparu (au besoin, soigner la peau avec de l'huile ou de la pommade).