

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: **Árnica - Envoltura de cuello con arnica**

Particularidades

Las envolturas en el cuello son muy difíciles de colocar, deben estar colocadas de manera herméticas hacia afuera y sobre todo libres de burbujas de aire.

Al aplicar la envoltura caliente se deberá tener en cuenta la hiperemia en la cabeza del paciente. Si el paciente tiene la cara roja, entonces no se deberá colocar la envoltura tan caliente.

Material

- esencia de árnica 25 ml
- 250 ml de agua caliente
- paño o toalla interna (doblada 2 veces en el tamaño del área a tratar)
- toalla intermedia (aproximadamente 1 a 2 cm más grande que la tela con la sustancia)
- chaqueta de lana
- bolsa de agua caliente
- recipiente, tazón
- paño o trapo para escurrir y/o guantes de goma

Implementación de la aplicación

- doblar la toalla interna 4 veces para que cubra los siguientes límites:
arriba: límite del toloano
abajo: unos centímetros por debajo de la séptima vértebra cervical
lateralmente: en ambos lados de la columna vertebral cervical hasta la mitad del cuello hasta el nivel mastoideo
- agregar 1 cucharada de esencia de árnica en 250 ml de agua caliente, empapar allí el paño doblado y exprimir bien
- El paciente permanece sentado en la cama, el paño interno se coloca sobre el sitio descrito, fuertemente apretado. Si es posible, el cabello no debe estar mojado.
- Colocar la toalla intermedia seca horizontalmente sobre el hombro y el cuello, previamente doblar aproximadamente 5 cm del borde superior (como el cuello de un chal), así se puede colocar mejor el paño en el cuello. Llevar ambos extremos libres hacia adelante y cruzar sobre el cuello y el pecho.
- Hacer lo mismo con el paño externo de lana, pero de tal manera que la mitad del occipucio y las orejas también queden cubiertas, cruzando nuevamente sobre el cuello y el pecho, pasando por debajo de la barbilla. Ahora el paciente podrá acostarse, después de lo cual habrá que cubrirlo, especialmente los hombros.
- duración de la aplicación: 30 minutos.
- descansar 30 minutos

Seguimiento

Lavar el paño interior, colgar todas las toallas

Evidencia

Probado exitosamente en muchos pacientes.

Dosificación

1 diariamente

Inicio del efecto

Gradual, generalmente después de varias aplicaciones.

Duración del tratamiento

según sea necesario