

Как правильно ставить компресс.

(материал подготовлен Власовой Т. Н.,
медсестрой МБОУ СОШ № 4 дошкольное отделение)



Мы часто сталкиваемся с необходимостью прогреть больное место. Однако не все догадываются, что и у такого безобидного средства, как компресс, есть свои противопоказания и правила.

Согревающий компресс.

Самый распространенный вид процедуры. Помогает удерживать тепло тела. Расширяются кровеносные сосуды, улучшается приток крови к расположенным в этом месте органам, уменьшается воспаление и боль. Применяется при воспалении суставов, среднего уха, при ангинах, плеврите, мастите у кормящих матерей, при ушибах и растяжениях связок на вторые сутки после получения травмы.

Делаем:

1. Разведите теплой водой 1:1 водку, спиртовую настойку, одеколон (спирт – в пропорции 1:2).
2. Смочите в растворе сложенную в 6 – 8 слоев марлю, слегка отожмите и положите на больное место. Накройте полиэтиленовой пленкой, так, чтобы она полностью закрывала ткань. Поверх – обязательно больший по размеру толстый слой ваты или фланели. Закрепите компресс бинтом.
3. Примерно через 4 – 6 часов снимите компресс. Если появилось раздражение, высушите кожу полотенцем и смажьте детским кремом.
4. Второй компресс накладывать можно не раньше чем через час. А пока промойте кожу теплой водой и положите на согреваемый участок сухую, теплую повязку.

5. Для ушного компресса (при отите) вам понадобятся марля и целлофан с прорезью посередине для ушной раковины. Положите сначала влажную ткань, затем целлофан, накройте ухо ватой и повяжите голову платком. Компресс ставится на 2 – 4 часа.

Помним:

- Следует немедленно снять компресс, если тепло усиливает боль.
- Никогда не оставляйте компресс более чем на 10 часов.
- Противопоказания: повышенная температура, сердечная недостаточность, атеросклероз сосудов головного мозга, варикозное расширение вен, тромбофлебит, туберкулез. Фурункулез и экзема тоже исключают эту процедуру.

