

## БЛОК "НАЙПРОСТІШІ МЕТОДИ ФІЗІОТЕРАПІЇ"

**Фізіотерапія** (від грец. — природа) означає лікування природою. Фізіотерапія вивчає вплив на організм людини фізичних чинників (тепла, холоду, світла, води тощо), які застосовують з лікувальною та профілактичною метою. Лікувальний ефект багатьох найпростіших методів фізіотерапії пояснюється перш за все тим, що шкіра має тісний зв'язок з органами і тканинами через центральну і вегетативну нервову системи.

У разі дії подразнюючих речовин, вакууму, тепла виникає розширення судин шкіри та підлеглих тканин. У дану зону збільшується прилив крові, підсилюється кровообіг. Це сприяє розсмоктуванню запальних процесів, зменшенню спазмів, болю, поліпшенню метаболізму, секреторної та моторної функції внутрішніх органів.

У разі дії холоду виникає звуження судин шкіри та підлеглих тканин. У дану зону зменшується прилив крові, сповільнюється кровообіг, знижується чутливість нервових рецепторів. Завдяки цьому холод сприяє зупинці кровотечі, зменшує всмоктування токсичних речовин із запального вогнища, обмежує запальний процес та зменшує больові відчуття.

Блок " Найпростіші методи фізіотерапії " включає практичні навички:

Ном ер п/п	Назва практичного навичку	Рівень відповід аль- ності
1	2	3
А.	Застосування гірчичників.	3
Б.	Застосування гірчичників-пакетів.	3
В.	Особливості застосування гірчичників у дітей.	3

1	2	3
г.	Приготування гірчичної ванни для ніг.	2
Г.	Застосування банок.	3
д.	Накладання зігріваючого компресу.	3
Е.	Особливості накладання зігріваючого компресу на різні ділянки тіла.	3
Є.	Накладання гарячого компресу.	2
Ж.	Застосування сухих припарок.	2
з.	Накладання гарячого парафіну (серветково-аплікаційна методика).	4
/. і.	Заповнення гумової грілки водою та використання її.	3
ї.	Використання електричної грілки.	3
Й.	Накладання холодного компресу.	2
к.	Використання міхура з льодом.	3
л.	Дезінфекція гумової грілки, міхура для льоду.	3

### Оснащення блоку:

ніркоподібний лоток, вода температури 40-45 °С, водяний термометр, гірчичники, гірчичники-пакети, вата, рушник; великий чотирикутний емальований лоток, набір

чистих сухих банок (15-20 штук), флакон з 96° етиловим спиртом, металевий зонд, банка з вазеліною олією, банка з водою (на випадок займання якогось предмета), коробка з сірниками; чиста м'яка гігроскопічна тканина (марля, лляна, бавовняна тканина), стерильні марлеві серветки, компресний (вощений) папір або поліетиленова плівка, вата, бинт, ножиці, лоток; водно-спиртовий розчин (2 частини води та 1 частина 96° етилового спирту), фурациліново-спиртовий розчин (2 частини фурациліну 1:5000 та 1 частина 96° етилового спирту), олійно-спиртова суміш (2 частини рослинної пастеризованої олії та 1 частина 96° етилового спирту); камфорне масло, рідина Бурова, медична жовч, розчин фурациліну 1:5000 з маззю Вишневського; клейонка, твердий білий парафін, прокладки, затискач; пісок, сіль або висівки, торбинки з льону; гумова грілка, кухоль, рушник, електрична грілка, міхур з льодом; 1% розчин хлораміну.

## **СХЕМА НАПИСАННЯ АЛГОРИТМУ ПРАКТИЧНОГО НАВИКУ:**

Місце проведення.

Оснащення робочого місця.

Попередня підготовка до виконання навичку.

Основні етапи виконання навичку.

### **A. ЗАСТОСУВАННЯ ГІРЧИЧНИКІВ.**

#### **I. Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови. II. Оснащення робочого місця: 1. Ниркоподібний лоток.

Вода температури +40°-45°С.

Водяний термометр.

Гірчичники.

Сухий рушник.

Вата.

#### **///. Попередня підготовка до виконання навичку:**

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником;

перевірити термін виготовлення гірчичників і ознаки придатного гірчичника (гірчичний шар не повинен з нього обсипатися, при зануренні гірчичника у воду з'являється гострий специфічний гірчичний запах);

звільнити від одягу ту ділянку тіла, на яку будуть накладені гірчичники;

оглянути шкіру хворого та впевнитися, чи немає протипоказань до застосування гірчичників;

надати хворому зручне положення (в залежності від показання).

#### **IV. Основні етапи виконання навичку:**

Налити у ниркоподібний лоток воду температури +40°-45°С (температуру води виміряти за допомогою водяного термометра ).

Гірчичник швидко змочити у теплій воді (при температурі води, вищій ніж +45°С, ефірна гірчична олія руйнується ).

Гірчичник щільно прикласти до тіла хворого гірчичною масою донизу: на грудину (при ларинготрахеїті), на спину — крім лопаток та хребта і на бокові частини грудної клітки (при гострому бронхіті, при загостренні хронічного бронхіту у разі відсутності у хворого харкотиння гнійного характеру, при пневмонії в стадію розрешення процесу), на потилицю, литки (при гіпертонічному кризі), на ділянку серця (при приступі стенокардії).

Поверх місця накладання гірчичників положити сухий рушник.

Хворого вкрити ковдрою.

Якщо гірчичники накладені правильно, через декілька хвилин хворий відчуває тепло та невелике печіння шкіри (це діє утворена ефірна гірчична олія, яка і подразнює нервові рецептори шкіри).

Через 10-15 хвилин гірчичники зняти (шкіра під ними має бути гіперемована). Шкіру ділянки тіла, на яку прикладались гірчичники, промити ватним тампоном, зволоженим теплою водою, витерти сухою серветкою.

Одягти хворого у суху білизну, вкрити ковдрою.

У разі виникнення такого ускладнення, як опік — потрібно обробити шкіру 5% розчином калію перманганату.

Запам'ятайте! Протипоказаннями для використання гірчичників є: алергічна реакція шкіри на ефірну гірчичну олію, захворювання шкіри; такі захворювання, як туберкульоз бронхів, легень, плеври, рак органів дихання, абсцес легені, бронхоектатична хвороба.

## **Б. ЗАСТОСУВАННЯ ГІРЧИЧНИКІВ-ПАКЕТІВ.**

### **I. Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

### **Оснащення робочого місця:**

Ниркоподібний лоток.

Вода температури +40-45°C.

Гірчичники-пакети.

Сухий рушник.

Вата.

### **Попередня підготовка до виконання навичку:**

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником;

перевірити термін виготовлення гірчичників-пакетів;

звільнити від одягу ту ділянку тіла, на яку будуть накладені гірчичники- пакети; оглянути шкіру хворого та впевнитися, чи немає протипоказань до застосування гірчичників;

надати хворому зручне положення (в залежності від показань).

### **Основні етапи виконання навичку:**

Налити у ниркоподібний лоток воду температури +40-45°C.

Струсити пакет в горизонтальному положенні для рівномірного розміщення порошка по всім вічкам пакета.

Змочити пакет, не змінюючи положення на 5-10 с у теплій воді.

Пакет щільно прикласти пористою стороною паперу на ділянку шкіри.

Поверх місця накладання гірчичників-пакетів положити сухий рушник.

Хворого вкрити ковдрою.

Тривалість процедури залежить від індивідуальної чутливості шкіри до дії подразнюючих речовин. Через декілька хвилин хворий відчуває тепло і невелике печіння шкіри. У разі відчуття сильного печіння гірчичник- пакет зняти.

Шкіру хворого витерти сухою серветкою.

Одягти хворого у суху білизну, вкрити ковдрою.

## **В. ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ГІРЧИЧНИКІВ У ДІТЕЙ.**

Шкіра дитини ніжна, і вона часто має підвищену чутливість до подразнюючої дії ефірної гірчичної олії. Щоб уникнути сильної гіперемії та опіку, гірчичники можна прикласти до тіла зворотною стороною або під гірчичник підкласти цигарковий папір (**ні в якому разі не газету!**) чи марлеву серветку, що складається з 2-3 шарів. /.

### **Місце проведення:**

дитяче відділення стаціонару, кабінет доклінічної практики, домашні умови. II.

Оснащення робочого місця:

Ниркоподібний лоток.

Вода температури +40-45°C.

Гірчичники.

Марлева серветка з 2-3 шарів або цигарковий папір.

Вазелінова олія або дитячий крем.

Сухий рушник.

Вата.

**Попередня підготовка до виконання навичку:**

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником;  
перевірити термін виготовлення гірчичників і ознаки придатного гірчичника;  
марлеву серветку скласти в 2-3 шари і зробити по розміру гірчичника;  
звільнити від одягу ту ділянку тіла, на яку будуть накладені гірчичники;  
оглянути шкіру хворої дитини та впевнитися, чи немає протипоказань до застосування гірчичників;  
надати хворій дитині зручне положення.

**Основні етапи виконання навичку:**

Налити у ниркоподібний лоток воду температури +40-45°C.

Положити на ділянку тіла цигарковий папір або марлеву серветку по розміру гірчичника.

Гірчичник швидко змочити у теплій воді.

Змочений гірчичник покласти на цигарковий папір або марлеву серветку.

Слід пам'ятати, що необхідно обережати слизові оболонки дитини від потрапляння гірчиці.

Поверх місця накладання гірчичників положити сухий рушник.

Хвору дитину вкрити ковдрою.

Через 5-7 хвилин гірчичники зняти (шкіра під ними має бути гіперемована).

Обережно витерти шкіру ватою, змастити вазеліновою олією або дитячим кремом.

Хвору дитину вкласти у ліжку, вкрити ковдрою.

**Г. ПРИГОТУВАННЯ ГІРЧИЧНОЇ ВАННИ ДЛЯ НІГ.**

Гірчична ванна для ніг призначається при катаральних явищах верхніх дихальних шляхів, бронхіті, трахеїті і гіпертонічному кризі.

**/ . Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

**Оснащення робочого місця:**

Відро ємністю 10 л.

Вода температури +40-45°C.

100 г сухої гірчиці.

Ковдра.

Рушник.

Теплі шкарпетки.

**Попередня підготовка до виконання навичку:**

запропонувати хворому звільнити від одягу та взуття ноги;  
оглянути шкіру хворого; при гнійних захворюваннях шкіри, екземі, опіках, трофічних виразках гірчичну ванну робити не можна.

Основні етапи виконання навичку:

Заповнити відро теплою водою.

Насипати у воду 100 г сухої гірчиці.

Хворому запропонувати опустити ноги до колін у воду.

Під час процедури хворого закутати ковдрою.

Тривалість процедури — 20-30 хвилин.

Після процедури ноги ополоснути теплою водою, витерти сухим рушником.

Запропонувати хворому одягнути теплі шкарпетки.

Після процедури хворого бажано вкласти у ліжко.

## **Г. ЗАСТОСУВАННЯ БАНОК.**

Медичній сестрі можна приступити до виконання процедури тільки після пильного обстеження хворого лікарем і вирішення питання про наявність виражених показань. Це пов'язано з обмеженим використанням банок в світовій клінічній практиці.

### **/ . Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

### **Оснащення робочого місця:**

Приліжковий столик.

Великий чотирикутний емальований лоток.

Набір чистих сухих банок (15-20 штук).

Флакон з 96° етиловим спиртом.

Металевий зонд з нарізками на кінці.

Банка з вазеліновою олією.

Банка з водою (на випадок займання якогось предмету).

Коробка з сірниками.

Рушник.

### **Попередня підготовка до виконання навичку:**

закрити квартиру і вікно у кімнаті;

порекомендувати хворому звільнити сечовий міхур перед процедурою;

запропонувати хворому лягти у ліжко на живіт, руками обхопити подушку;

звільнити бід одягу ту ділянку шкіри, де будуть ставитися банки;

перевірити цілість країв банок;

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником.

Основні етапи виконання навичку:

Шкіру хворого змастити тонким шаром вазелінової олії (щоб краї банки щільно прилягали до поверхні тіла).

На металевий зонд намотати вату.

Вату на металевому зонді змочити у спирті, віджати від надлишків спирту, підпалити.

1-2 банки тримати в лівій руці якомога ближче до поверхні тіла хворого.

Миттєвим рухом правої руки обвести полум'ям внутрішню поверхню банки, щоб створити в ній вакуум.

Банку всією округлістю поставити на спину — крім лопаток та хребта, на бокові частини грудної клітки (при запальних процесах органів дихання негнійного характеру), вздовж хребта, відступивши від нього на 2 см з обох боків (при гіпертонічному кризі), на уражений м'яз (при гострому та хронічному запаленні м'язів).

Хворого прикрити рушником, а зверху ковдрою.

Тривалість процедури — 10-15 хвилин.

Щоб зняти банку, треба лівою рукою її злегка нахилити на бік, а вказівним пальцем правої руки злегка натиснути на шкіру біля краю банки (при цьому утвориться щілина, в яку проникає повітря, і банка легко та безболісно відпадає).

Місце, де стояли банки, витерти ватою від залишків вазелінової олії.

Хворого вкрити ковдрою.

У разі виникнення такого ускладнення як опік (при сильному перегріванні банок, у результаті необережного користування полум'ям, при падінні спалахненої краплини горючої рідини на шкіру) — пухирі або опік обробити 5% розчином калію перманганату. Навколо опіку шкіру змастити вазеліном.

## **Д. НАКЛАДАННЯ ЗІГРІВАЮЧОГО КОМПРЕСУ.**

### **/ . Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

### **Оснащення робочого місця:**

Лоток.

Марля.

Вата.

Бинт.

Компресний (вощений) папір.

Ножиці.

Розчини: водно-спиртовий (2 частини води та 1 частина 96° етилового спирту), фурациліново-спиртовий (2 частини фурациліну 1:5000 та 1 частина 96° етилового спирту), олійно-спиртова суміш (2 частини рослинної пастеризованої олії та 1 частина 96° етилового спирту).

### **Попередня підготовка до виконання навичку:**

звільнити від одягу місце накладання зігріваючого компресу;

оглянути, чи немає протипоказань до накладання компресу: підвищеної температури тіла, алергічних висипань та пошкоджень шкіри; звернути увагу на те, чи не була шкіра у даному місці змащена йодом, тому що тоді може виникнути небезпека глибокого опіку або мацерації шкіри;

надати хворому зручне положення;

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником.

### **Основні етапи виконання навичку:**

Зробити перший, нижній шар: клаптик чистої, м'якої гігроскопічної тканини необхідного розміру скласти у 6-8 шарів. Тканину змочити одним із підготовлених розчинів, віджати надлишки рідини і накласти на визначену ділянку.

Зробити другий, герметизуючий шар: компресний папір, більшого розміру (на 1,5-2 см) від першого шару. Накласти на вологу тканину. При відсутності компресного паперу можна застосувати поліетиленову плівку.

Зробити третій, утеплюючий, шар: білу або сіру вату, більшого розміру (на 1,5-2 см) від другого шару. Накласти на компресний папір.

Зробити четвертий, закріплюючий, шар: бинтом щільно прибинтувати усі попередні шари. Перевірити, чи бинтова пов'язка не обмежує рухів хворого і чи не здавлює кровоносні судини.

Через 2 години перевірити правильність накладання компресу: просунути вказівний палець під нижній шар компресу. Якщо прокладка тепла і волога, значить компрес накладений правильно.

Зігрівальний компрес накласти на 6-8 годин.

Після зняття компресу шкіру легенько протерти серветкою, змоченою теплою водою, висушити м'яким рушником і накласти суху теплу пов'язку.

Якщо шкіра почервоніла і з'явився свербіж, змастити її борним вазеліном.

При повторному накладанні компресу використовувати чисту, свіжу марлю; робити перерву на 1-2 години між накладаннями.

## **Е. ОСОБЛИВОСТІ НАКЛАДАННЯ ЗІГРІВАЮЧОГО КОМПРЕСУ НА РІЗНІ ДІЛЯНКИ ТІЛА.**

При накладанні зігріваючого компресу на вухо (у разі негнійного запалення середнього вуха) потрібно зробити в прокладці і в компресному папері отвір по розміру вуха хворого. Компрес накласти таким чином, щоб дія його була в основному на ділянку соскоподібного відростка, а вушна раковина залишалася

відкритою. Фіксуючий шар утворити за допомогою циркулярного прибинтування попередніх шарів до голови.

При накладанні зігріваючого компресу на вухо дитині раннього віку (у разі негнійного запалення середнього вуха) потрібно знати, що коли використовується етиловий спирт, то розчин повинен бути 20-25°, а тривалість процедури 3-4 години. Тому не бажано компрес ставити на ніч, щоб не турбувати сон дитини.

Компрес на шию (у разі виникнення ангіни, але без нагноєння) повинен мати вигляд стрічки, завширшки 6-8 см, довжина якої відповідає окружності шиї хворого. Компрес на грудну клітку, а саме на грудину, спину (крім ділянки лопаток та хребта), бокові ділянки грудної клітки (у разі таких захворювань, як бронхіт негнійного характеру, сухий плеврит не туберкульозного походження) зручно застосувати у вигляді жилетки, внутрішній шар якої відстібається. Дітям грудного віку зігріваючий компрес у зв'язку з тим, що він повинен бути щільно прикріплений до грудної клітки, а тим самим обмежувати екскурсію грудної клітки, — не накладається.

В дитячій практиці (наприклад, при пневмонії в стадії розрешення) часто застосовують олійний зігріваючий компрес, дію якого підсилює дія гірчичної ефірної олії. Накладається такий зігріваючий компрес на грудну клітку таким чином, щоб були закриті місця: спина (крім лопаток і хребта), бокова та передня поверхня (крім ділянки соска) тільки правої сторони грудної клітки. Для цього широкий бинт потрібно змочити у рослинній пастеризованій олії (температура +40-45°C), накласти на вказані місця. Зверху поставити гірчичники, попередньо змочені у воді; клейонку, шар вати. Бинтом прибинтувати усі попередні шари. Тривалість — 30-40 хвилин. Після накладання компресу шкіру потрібно витерти ватою, змастити дитячим кремом.

Компрес на живіт (у разі запалення сонячного сплетіння) потребує багато перев'язувального матеріалу, особливо широкого бинта, але при даному захворюванні він є ефективним лікувальним засобом.

У разі хронічного тромбофлебиту (при відсутності свіжого нагноєння та тромбування) зігріваючий компрес з маззю Вишневського накладається на 2-3 дні на уражене місце.

Перед накладанням медикаментозного зігріваючого компресу (з використанням камфорного масла, медичної жовчі, рідини Бурова та інших медикаментозних засобів) шкіру потрібно змастити вазеліновою олією або дитячим кремом для профілактики мацерації.

## **Є. НАКЛАДАННЯ ГАРЯЧОГО КОМПРЕСУ.**

### **/ . Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

### **// . Оснащення робочого місця:**

Лоток.

Чиста м'яка гігроскопічна тканина.

Гаряча вода 60°-70°C (для дорослих) та 45°-50°C (для дітей).

Клейонка.

Шерстяна тканина.

Грілка.

### **Попередня підготовка до виконання навичку:**

звільнити від одягу місце накладання гарячого компресу;

надати хворому зручного положення;

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником.

Основні етапи виконання навичку:

Складену в декілька шарів м'яку гігроскопічну тканину ( марлю, бавовняну або лляну тканину) змочити гарячою водою.

Швидко віджати надлишки рідини.

Прикласти до чола (при головному болю внаслідок спазму судин), до кінцівок (при колапсі), на уражене місце (при болю в суглобах, м'язах), ділянку живота (при спастичному болю в животі).

Зверху прикрити клейонкою і товстою (краще шерстяною) тканиною. Замість тканини можна застосувати грілку.

При охолодженні компрес змінити.

Після накладання гарячого компреса на це місце покласти вату і порекомендувати хворому уникати охолоджень.

**Ж. ЗАСТОСУВАННЯ СУХИХ ПРИПАРОК.**

**/.** Місце проведення:

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

**Оснащення робочого місця:**

Сипучі речовини: пісок, сіль або висівки.

Посуд.

Електрична плитка.

Полотняна торбинка.

**Попередня підготовка до виконання навичку:**

звільнити від одягу місце накладання сухої припарки;

надати хворому зручного положення;

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником.

**IV. Основні етапи виконання навичку:**

Пісок, сіль або висівки нагріти в бляшаному посуді на плиті або в духовій шафі до температури +50°-60°С.

Пересипати у торбинку і зав'язати її.

Суху припарку прикласти до хворої ділянки тіла (на ділянку шиї — при катаральній ангіні, на вухо — при негнійному запаленні середнього вуха, на ділянку правого підребер'я — при хронічному гепатиті, на ділянку живота — при виразковій хворобі без схильності до кровотечі) через прокладку. Чим гарячіша припарка, тим товщу прокладку необхідно використати.

Зверху припарку прикрити теплою ковдрою.

Через 1-2 години, по мірі охолодження сипучої речовини, припарку замінити іншою — гарячішою.

**3. НАКЛАДАННЯ ГАРЯЧОГО ПАРАФІНУ (серветково-аплікаційна методика).**

Гарячий парафін глибоко прогріває шкіру та підлеглі тканини, діє як проти-запальний та розсмоктуючий засіб.

**/.** Місце проведення:

кабінет парафінолікування поліклініки, кабінет доклінічної практики.

**Оснащення робочого місця:**

Твердий білий парафін з температурою плавлення +45°-52°С.

Чиста суха металева каstrуля.

Водяна баня.

Прокладки — (2 шт.).

Затискач.

Спеціальні дерев'яні віджимки.

Клейонка.

Шерстяна тканина.

Тепла вода.

Туалетне мило.

Рушник.

### **Попередня підготовка до виконання навичку:**

користуватися інструкцією по техніці безпеки при виконанні процедури; помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником; ділянку шкіри хворого, що підлягає дії парафіну, звільнити від одягу, обмити теплою водою з милом;

ретельно висушити рушником;

волосся, що заважає проведенню процедури, виголити або змастити шкіру в цьому місці вазеліновою олією.

### **Основні етапи виконання навичку:**

Твердий білий парафін (наприклад, 0,5 кг) покласти у чисту, суху металеву каструлю.

Прокладки, кожна з яких складається з 12-16 шарів марлі, прошитої по краям, помістити разом з парафіном у каструлю. Просочуючись розплавленим парафіном, прокладки стають носіями нагрітого парафіну.

Нагріти парафін на водяній бані. При температурі  $+45^{\circ}$ - $52^{\circ}$ С парафін плавиться, але нагрівати його потрібно до температури  $+60^{\circ}$ - $70^{\circ}$ С.

Регулярно слідкувати за тим, щоб під час нагрівання в парафін внаслідок конденсації парів не потрапляла вода. Оскільки теплопровідність води значно вища, ніж парафіну, то при одній і тій самій температурі води і парафіну (наприклад,  $+50^{\circ}$ С) краплина води спричинить опік.

Під ділянку тіла хворого підстелити клейонку.

За допомогою затискача вийняти прокладку, просочену розплавленим парафіном.

Рівномірно її віджати спеціальними дерев'яними віджимками.

Розправити прокладку.

Спочатку покласти більшу по величині прокладку, її температура не повинна бути більш ніж  $+45^{\circ}$ - $52^{\circ}$ С,

Зверху першої прокладки покласти другу — меншого розміру, температура якої  $+55^{\circ}$ - $60^{\circ}$ С. Робити це потрібно швидко, щоб парафін не застиг.

Прокладки накрити клейонкою і шерстяною тканиною.

Тривалість першої процедури 30 хвилин; поступово тривалість процедури довести до 1 год. і більше,

Після закінчення процедури застиглий парафін зібрати зі шкіри разом із прокладкою.

Шкіру висушити м'яким рушником, змастити жиром.

Процедуру провести (за призначенням лікаря) через день або щоденно (при відсутності подразнень шкіри) .

На курс лікування 5-20 процедур.

## **/. ЗАПОВНЕННЯ ГУМОВОЇ ГРІЛКИ ВОДОЮ ТА ВИКОРИСТАННЯ ІІ.**

Медична сестра повинна дуже уважно поставитися до застосування сухого тепла у вигляді грілки, тому що є занадто багато протипоказань; це: біль у животі невідомого генезу, кровотечі різного типу, злоякісні і доброякісні пухлини, туберкульоз будь-якої локалізації, свіжі травми, забиті місця, септичний стан хворого, алергічні захворювання шкіри, тощо.

### **/. Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

### **//. Оснащення робочого місця:**

Гумова грілка.

Гаряча вода ( $+60^{\circ}$ - $70^{\circ}$ С).

Кухоль.

Рушник, серветка.

5 Вазелінова олія.

Попередня підготовка до виконання навичку:  
звільнити від одягу місце накладання грілки;  
надати хворому зручне положення.

**Основні етапи виконання навичку:**

1. Лівою рукою захватити "вушко" грілки.

Правою рукою за допомогою кухля наповнити грілку водою температури +60°-70°С до 2/3 об'єму.

З метою надання грілці плоскої еластичної форми і щоб вона щільніше прилягала до поверхні тіла, витиснути з грілки повітря, стиснути її біля горловини до появи у горловині води.

Грілку перевернути дном догори, а отвором донизу, тобто перевірити її на герметичність (робити це слід над мискою).

Витерти сухою серветкою.

Обгорнути чистим сухим рушником, складеним у декілька шарів. У міру охолодження грілки кількість шарів рушника зменшується.

Через деякий час після прикладання грілки її потрібно зняти і перевірити, чи немає різкого почервоніння шкіри.

При тривалому застосуванні грілки, щоб запобігти виникненню гіперпігментації шкіри, місце накладання грілки потрібно попередньо змастити вазеліновою олією.

Після виконання процедури порекомендувати хворому уникати охолоджень.

Грілку продезінфікувати (навик "Л").

**/ . ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕКТРИЧНОЇ ГРІЛКИ.**

**Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

**Оснащення робочого місця:**

Електрична грілка.

Чиста наволочка.

Попередня підготовка до виконання навичку:

перевірити придатність до застосування електричної грілки, цілість електричного шнура;

для кожного хворого електричну грілку слід загорнути у чисту наволочку (якщо хворий стаціонарний).

**Основні етапи виконання навичку:**

Для кожного хворого індивідуально підібрати необхідний рівень температури.

Слідкувати, щоб грілка не була вологою.

Не накривати електричну грілку ковдрою, бо це загрожує перегріванням та можливим виникненням пожежі.

**Й. НАКЛАДАННЯ ХОЛОДНОГО КОМПРЕСУ.**

**/ . Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

**Оснащення робочого місця:**

Лоток.

Чиста, м'яка гігроскопічна тканина.

Холодна (льодяна) вода.

Рушник.

**Попередня підготовка до виконання навичку:**

звільнити від одягу місце накладання холодного компресу;

надати хворому зручне положення;

помити руки з милом під проточною водою, витерти чистим рушником.

#### **IV. Основні етапи виконання навичку.**

Складену в декілька шарів м'яку, гігроскопічну тканину (бавовняну, лляну або марлю) змочити холодною (льодяною) водою.

Швидко віджати надлишки рідини.

Прикласти до чола (при високій температурі тіла), на перенісся (при носовій кровотечі), на місця забиття, травм (у перші години).

Змінювати серветку кожні 2-3 хвилини, тому що вона швидко набуває температури тіла.

Зручно користуватися двома компресами: один прикласти хворому, а другий тим часом охолодити у воді.

Для підтримування низької температури у воду покласти шматочки льоду

Тривалість процедури може бути 50-60 хвилин.

Після закінчення процедури шкіру хворого протерти сухою ватою.

#### **К. ВИКОРИСТАННЯ МІХУРА З ЛЬОДОМ.**

##### **Місце проведення:**

стаціонар, кабінет доклінічної практики, домашні умови.

##### **Оснащення робочого місця:**

Міхур для льоду.

Лід.

Рушник.

Полотняна серветка.

##### **Попередня підготовка до виконання навичку:**

перевірити цілість пластикової нарізки міхура і пробки;

звільнити від одягу місце накладання міхура з льодом;

надати хворому зручне положення.

##### **Основні етапи виконання навичку:**

Лід дрібно розколоти для зручнішого розміщення міхура та щоб міхур був легшим і краще моделювався за формою тіла.

Лід набрати у совок і на 2/3 заповнити ним міхур.

Не можна наливати воду у міхур, а потім заморозувати його; внаслідок цього утворюється велика холодова поверхня, що може призвести до сильного охолодження або навіть обмороження місця прикладання міхура. Такий міхур стає надто важким і сильно тисне на підлеглі органи; він погано набуває форму ураженого місця.

З міхура витиснути повітря, натискуючи на дно, щоб в отворі з'явився лід.

Отвір міхура герметично закрити пробкою.

Витерти сухим рушником.

Обгорнути сухою чистою серветкою.

Прикласти до поверхні тіла хворого: на ділянку живота (при гострих запальних процесах органів черевної порожнини), на нижню частину живота (при матковій кровотечі), на уражене місце (при свіжих травмах).

Міхур з льодом можна використовувати на протязі доби, але через 20- 30хв. його необхідно знімати на 10-15 хв.

При необхідності тривалого тримання міхура з льодом (протягом доби) через 2-3 години лід потрібно поновлювати.

Слідкувати, щоб шкіра під міхуром не побіліла (для запобігання відмороження).

При лихоманці, а саме у другій її стадії міхур з льодом, обгорнутий полотняною серветкою, слід підвісити на жердині на 3-5 см над головою хворого.

Після використання міхура для льоду продезінфікувати (навик "Л").

## **Л. ДЕЗІНФЕКЦІЯ ГУМОВОЇ ГРІЛКИ. МІХУРА З ЛЬОДОМ.**

### **Місце проведення:**

процедурний кабінет, кабінет доклінічної практики.

### **Оснащення робочого місця:**

Грілка.

Міхур для льоду.

1% розчин хлораміну в промаркірованій ємності з темного скла.

Полотняна серветка.

Гумові рукавички.

### **Попередня підготовка до виконання навичку:**

медичній сестрі одягнути гумові рукавички, фартух;

приготувати 1% розчин хлораміну (10 г хлораміну на 990 мл води).

Основні етапи виконання навичку:

Після використання гумової грілки, міхура для льоду їх протерти полотняною серветкою, змоченою в 1% розчині хлораміну, два рази з інтервалом 15 хвилин.

Помити під проточною водою від залишків хлораміну.

Витерти полотняною серветкою.

Зберігати у відділенні на посту чергової медичної сестри в медичній шафі.

