

и болях в области сердца, носовых кровотечениях, головных болях при приливах крови, раздражении мозговых оболочек, кровоизлияниях в мозг и др.

Сложенная в несколько раз полотенце или пеленка, смоченные в холодной воде, иногда со льдом, накладывают на 2-3 минуты. При этом требуется частая смена их с повторным намачиванием. Пока один компресс наложен на кожу, другой погружают в холодную воду.

Влажные горячие компрессы передают тепло тканям в месте прикладывания, активно прогревая их. Они способствуют гиперемии, расслабляют мышцы.

Влажные горячие компрессы применяют на голову при головной боли из-за спазма сосудов мозга (мигрень и др.), к сердцу при стенокардии, на конечности при переохлаждении и при болях в конечностях (мышцах, суставах, нервных стволах), к пояснице при приступе почечной колики, на грудную клетку при острых воспалительных заболеваниях дыхательных путей и бронхиальной астме.

Противопоказания: боли в животе, перитонит, задержка мочи.

Сложенные в несколько раз полотенце или пеленка, смоченные горячей водой (60-70*) и быстро отжатые, накладывают на кожу, прикрывают клеенкой или не проводящей тепло тканью, оставляют в течение нескольких минут, после чего процедуру повторяют несколько раз.

Согревающие компрессы уменьшают на месте прикладывания теплоотдачу и испарение. Между кожей и наложенной на нее влажной тканью образуется слой паров, прогреваемых телом. Они приводят к равномерному и длительному расширению сосудов, увеличивая приток крови и лимфы к коже и глубоко расположенным слоям ткани. Жизнедеятельность клеток активизируется, уменьшается застой и инфильтрация тканей, разрешаются спазмы мускулатуры, особенно гладкой.

Применяют согревающие компрессы при острых, подострых и хронических воспалительных процессах.

Противопоказания: кожные заболевания.

Согревающий компресс по размеру и форме должен соответствовать больной части тела. Он состоит из трех слоев: наружного – нетеплопроводной ткани (фланель или байка, вата, шерстяной платок или шарф), среднего – из непромокающей ткани меньшего размера (компрессная или вощеная бумага, полиэтиленовая плёнка), и внутреннего – куса чистой, плотной, но мягкой и гигроскопической ткани, смоченный в холодной или горячей воде, или в растворе этилового спирта и отжатый, меньшего размера, чем предыдущий слой.

Добавление этилового спирта (водки) к воде усиливает действие согревающего компресса, кожа при этом раздражается меньше. Влажный слой должен вплотную прилегать к коже, остальные прикрывают его. Сверху компресса накладывают фиксирующую повязку.

Если компресс держится на месте, он долго остается влажным, но при смещении частей – быстро охлаждается и высыхает. Смену компресса произво-