

Α. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

Αυτό το είδος της θεραπείας ανήκει στην επιφανειακή θερμοθεραπεία, επειδή αυξάνει την θερμοκρασία του δέρματος σε βάθος μερικών χιλιοστών. Για να εφαρμόσουμε αυτό το είδος της θεραπείας πρέπει να έχουμε μια ειδική συσκευή γεμάτη με παραφίνη. Η συσκευή είναι ένα δοχείο ανοξειδωτο, που έχει τη δυνατότητα να αυξάνει την θερμοκρασία και να τη ρυθμίζει στους 45° - 52° C. Το σημείο τήξης της παραφίνης είναι 45° C, άρα λοιπόν η συσκευή διατηρεί την παραφίνη σε υγρή κατάσταση και σε θερμοκρασία που είναι ανεκτή για το ανθρώπινο σώμα. Συγκριτικά με το νερό η παραφίνη είναι πιο ανεκτή στις σχετικά υψηλές θερμοκρασίες, από το ανθρώπινο σώμα.

Επίσης η αύξηση της θερμοκρασίας του δέρματος στη θεραπευόμενη περιοχή είναι μεγαλύτερη με το παραφινόλουτρο παρά με το δινόλουτρο.

3.A.1 Μέθοδοι εφαρμογής παραφινόλουτρου.

Η μέθοδος που θα επιλέξουμε εξαρτάται από την ανεκτικότητα του δέρματος του ασθενή στην αύξηση της θερμοκρασίας και από τους στόχους της θεραπείας. Οι κυριότερες μέθοδοι εφαρμογής παραφινόλουτρου είναι:

- α. Μέθοδος βύθισης και παραμονής του μέλους μέσα στην παραφίνη για 20 περίπου λεπτά. Με τη μέθοδο αυτή αυξάνεται η θερμοκρασία του δέρματος πιο πολύ απ' όλες τις άλλες μεθόδους. Δεν εφαρμόζεται συχνά γιατί η παραμονή στους 52° C μέσα στην παραφίνη δεν είναι εύκολα ανεκτή και υπάρχει κίνδυνος εγκαύματος. (ΕΙΚ. 3.1)
- β. Μέθοδος βύθισης και παραμονής του μέλους μέσα στην παραφίνη για 20 περίπου λεπτά, αφού προηγουμένως το μέλος καλυφθεί με ένα λεπτό "γά-νι" παραφίνης 2 - 3 επιστρώσεων. Η μέθοδος αυτή γίνεται πιο εύκολα ανε-

κτι από την προηγούμενη, αλλά η τοπική αύξηση της θερμοκρασίας του δέρματος είναι μικρότερη (Προσοχή: να μην σπάσει το γάντι). (ΕΙΚ. 3.2)

- γ. Μέθοδος επαναλαμβανόμενης βύθισης και ανάδυσης του μέλους με σκοπό τη δημιουργία ενός στερεού γαντιού παραφίνης 12 - 15 επιστρώσεων. (ΕΙΚ. 3.3) Η μέθοδος αυτή είναι η πιο συχνά εφαρμοζόμενη, γιατί γίνεται εύκολα

ανεκτή, αλλά προκαλεί τη μικρότερη αύξηση της θερμοκρασίας του δέρματος σε σχέση με τις άλλες δύο μεθόδους.

Για να διατηρήσουμε τη θερμοκρασία του δέρματος σχετικά υψηλή πρέπει να τυλίξουμε το “γάντι” με πλαστική σακούλα και τέλος με πετσέτα. Το μέλος θα παραμείνει για 20-30 λεπτά ακίνητο μέσα στο περιτύλιγμα παραφίνης - σακούλας - πετσέτας. Μόλις τελειώσει ο χρόνος αφαιρούμε από τον ασθενή την παραφίνη και την ξανατοποθετούμε στον ειδικό κάδο για να λιώσει.

- Τα θεραπευτικά αποτελέσματα του παραφινόλουτρου γίνονται αμέσως αντιληπτά. Μειώνεται ο πόνος, αυξάνεται η ελαστικότητα του δέρματος και των μαλακών μορίων της περιοχής, μειώνεται ο μυϊκός σπασμός, αυξάνεται η αιμάτωση και τελικά ο ασθενής μπορεί να κάνει κινήσεις με μεγαλύτερη ευκολία και σε μεγαλύτερη τροχιά.

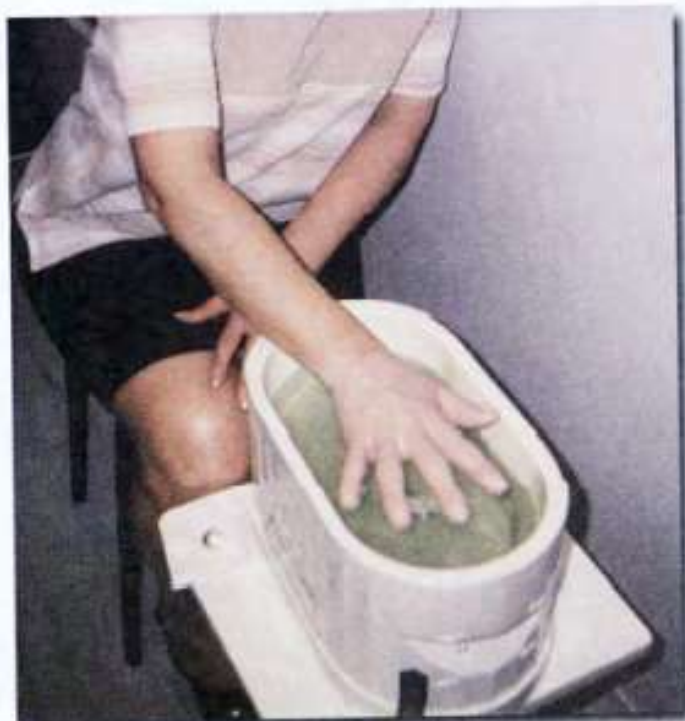
ανεκτική, αλλά προκαλεί τη μικρότερη αύξηση της θερμοκρασίας του δέρματος σε σχέση με τις άλλες δύο μεθόδους.

Για να διατηρήσουμε τη θερμοκρασία του δέρματος σχετικά υψηλή πρέπει να τυλίξουμε το "γάντι" με πλαστική σακούλα και τέλος με πετσέτα. Το μέλος θα παραμείνει για 20-30 λεπτά ακίνητο μέσα στο περιτύλιγμα παραφίνης - σακούλας - πετσέτας. Μόλις τελειώσει ο χρόνος αφαιρούμε από τον ασθενή την παραφίνη και την ξανατοποθετούμε στον ειδικό κάδο για να λιώσει.

- Τα θεραπευτικά αποτελέσματα του παραφινόλουτρου γίνονται αμέσως αντιληπτά. Μειώνεται ο πόνος, αυξάνεται η ελαστικότητα του δέρματος και των μαλακών μορίων της περιοχής, μειώνεται ο μυϊκός σπασμός, αυξάνεται η αιμάτωση και τελικά ο ασθενής μπορεί να κάνει κινήσεις με μεγαλύτερη ευκολία και σε μεγαλύτερη τροχιά.



ΕΙΚΟΝΑ 3.1. Μέθοδος βύθισης



ΕΙΚΟΝΑ 3.2. Μέθοδος βύθισης-γαντιού





α' στάδιο. Δημιουργία γαντιού και περιτύλιξη με σακούλα

β' στάδιο. Περιτύλιξη με πετσέτες

γ' στάδιο. Αφαίρεση σακούλας και γαντιού



3.A.2. Ενδείξεις εφαρμογής παραφινόλουτρου.

Το παραφινόλουτρο ενδείκνυται κυρίως στις χρόνιες παθήσεις, γιατί η τοπική αύξηση της θερμοκρασίας έχει μεγάλη ένταση και διάρκεια. Έτσι λοιπόν, παραφινόλουτρο χρησιμοποιούμε στις ακόλουθες περιπτώσεις:

1. Σε χρόνιες εκφυλιστικές αρθροπάθειες.
2. Σε μετατραυματικές αρθροπάθειες.

3. Σε χρόνιες φλεγμονές.
4. Σε χρόνιες τενοντίτιδες - τενοντοελυτρίτιδες.
5. Σε δύσκαμπτες αρθρώσεις μετά την ακινητοποίηση.

3.A.3. Αντενδείξεις εφαρμογής παραφινόλουτρου.

Το παραφινόλουτρο αντενδείκνυται σε ορισμένες περιπτώσεις όπως:

1. Σε οξείες τραυματικές και φλεγμονώδεις καταστάσεις.
2. Σε ανοιχτά τραύματα.
3. Σε μολυσμένες περιοχές του δέρματος.
4. Σε παθήσεις των αγγείων, κυρίως των άκρων.
5. Σε ασθενείς με υπαισθησία ή υπερευαισθησία στη θερμότητα.

3.Α.4. Ανακεφαλαίωση

Το παραφινόλουτρο ανήκει στα μέσα της επιφανειακής θερμοθεραπείας. Η εφαρμογή του παραφινόλουτρου απαιτεί τη χρήση ενός ειδικού κάδου, στον οποίο θα θερμάνουμε την παραφίνη για να λιώσει. Η υγρή παραφίνη διατηρείται σε θερμοκρασία $45^{\circ} - 52^{\circ} \text{C}$ μέσα στον ειδικό κάδο. Με διάφορες μεθόδους και τρόπους, που θα αναλύσουμε στο εργαστήριο, εφαρμόζουμε το παραφινόλουτρο σε κάποιο μέλος του σώματος.

Το παραφινόλουτρο προκαλεί πιο έντονη και για μεγαλύτερη χρονική διάρκεια τοπική αύξηση της θερμοκρασίας, σε σύγκριση με το δινόλουτρο και τα θερμά επιθέματα. Για το λόγο αυτό το παραφινόλουτρο ενδείκνυται κυρίως σε χρόνιες παθήσεις. Σημαντική είναι η προσφορά του παραφινόλουτρου στην μείωση του πόνου και στην μείωση της σκληρότητας των αρθρώσεων στην περιοχή που εφαρμόζεται.

Παραφινόλουτρο εφαρμόζουμε κυρίως στην άκρη χείρα και στον άκρο πόδα αφού πρώτα αξιολογήσουμε την αισθητικότητα της περιοχής. Το παραφινόλουτρο αντενδείκνυται σε ανοιχτά τραύματα, σε μολύνσεις του δέρματος, σε αγγειοπάθειες και σε οξείες φλεγμονές. Κατά τη διάρκεια του παραφινόλουτρου πρέπει ο ασθενής να αισθάνεται ευχάριστα και να είμαστε σε συνεχή επαφή μαζί του. Ο πόνος και η ευαισθησία στη θερμότητα είναι υποκειμενικά συμπτώματα και διαφέρουν από άνθρωπο σε άνθρωπο. Δίνουμε λοιπόν έμφαση στην ερώτηση: "πώς αισθάνεσαι;" κατά τη διάρκεια της θεραπείας με παραφινόλουτρο.



ΕΙΚΟΝΑ 3.5. Εφαρμογή παραφινόλουτρου.