

Kąpiele nasiadowe

Są to kąpiele, które obejmują dolną część ciała do wysokości pępka i górną część ud z wyłączeniem pozostałych części KKD. Kąpiele wyk. w wannach o specjalnych kształtach, z odpowiednimi oparciami dla rąk i pleców. Może być wykonana w zwykłej wannie pod warunkiem, że stopy pacjenta będą oparte o górną krawędź wanny lub o stołeczek wstawiony do wanny, co pozwala na zanurzenie w wodzie tylko górnych części ud. Pacjent do kąpieli nasiadowej obnaża tylko dolną część ciała, natomiast górna część jest ubrana. Po zanurzeniu dolnej części ciała w wodzie ciało wraz z wanną przykrywa się kocem, by uniknąć ochłodzenia.

Wyróżniamy 4 rodzaje kąpieli nasiadowych:

- kąpiel nasiadowa o temp. obojętnej
- kąpiel nasiadowa ciepła lub gorąca
- kąpiel nasiadowa o wzrastającej temp.
- kąpiel nasiadowa zmiennocieplna

Kąpiel nasiadowa o temp. obojętnej- temp. wody wynosi w tej kąpieli 34 – 35°C (307- 308 K). Może trwać do 30 min.

Wykonanie: Po uprzednim ogrzaniu stóp oraz oddaniu moczu i stolca przez pacjenta wykonuje się ją podobnie jak zimną kąpiel nasiadową. Po kąpieli i lekkim osuszeniu ciała zalecany jest wypoczynek w łóżku.

Do wody można dolać odwary z ziół tj.: szpilek sosny, siana, skrzypu.

Wskazania: niepokój nerwowy, bezsenność, żylaki odbytu, szczelina odbytu

Przeciwwskazania: jak do zimnej kąpieli nasiadowej

Kąpiel nasiadowa ciepła lub gorąca- wyk. jest w ciepłej wodzie o temp. 36-37°C (309- 310 K) lub w wodzie gorącej o temp. 38-42°C (311- 315 K).

Działanie: lepsze ukrwienie tkanek w obrębie narządów brzucha i miednicy oraz przesunięcie krwi w obrębie ukł. krążenia, działanie przeciwzapalne, zmniejszenie napięcia mm. gładkich.

Wykonanie: wykonuje ją się identycznie jak pozostałe kąpiele nasiadowe. Po ciepłej lub gorącej kąpieli nasiadowej można dolną część ciała obmyć zimną wodą lub poddać natryskowi wodą o temp. 26- 30°C (299- 303 K).

Do wody można dodać wyciągi z ziół tj.: kory dębowej- szczelina odbytu, skrzypu- powiększenie gruczołu krokowego, słomy owsianej- zapalenie pęcherza moczowego, odwaru z szpilek sosny, rumianku, tymianku, siana itp. w przypadku innych chorób.

Wskazania: żylaki odbytu, kolka jelitowa i nerkowa, niektóre choroby ginekologiczne, zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie gruczołu krokowego, szczelina odbytu

Kąpiel nasiadowa o wzrastającej temperaturze

Temp. początkowa wody wynosi 36°C (309 K), a następnie wzrasta, co minutę o 1°C (1 K) do końcowej temp. 38, 40 lub 42°C (311, 313, 315 K) w zależności od tolerancji pacjenta. Całkowity czas zabiegu od 7-15 min.

Działanie: powoduje przekrwienie narządów brzucha i miednicy bez pierwotnego zwężenia naczyń krwionośnych. Działa przeciwzapalnie i przeciwskurczowo.

Wykonanie: Temp. początkowa wody wynosi 36°C (309 K) i jest podwyższana, co minutę o 1°C (1 K). Zabieg wykonuje się identycznie jak w pozostałych kąpielach nasiadowych. Po kąpieli i osuszeniu ciała pacjent odpoczywa w łóżku. Można dodać do wody odwary z ziół, tj.: w kąpieli nasiadowej ciepłej lub gorącej.

Wskazania: stany skurczowe jelit, nerek, pęcherza moczowego, moczowodów, nawracające zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie gruczołu krokowego, szczelina odbytu, zaburzenia miesiączkowe, niektóre choroby ginekologiczne

Przeciwwskazania: niewydolność krążenia

Kąpiel nasiadowa zmiennocieplna- polega ona na naprzemiennym zanurzeniu przez 3-5 min. dolnej części ciała (bez zanurzania kończyn dolnych) w gorącej wodzie o temp. 40- 42°C (313- 315 K), a następnie przez 20- 30 s. w wodzie zimnej o temp. 15- 20°C.

Działanie: powoduje przekrwienie narządów brzucha i miednicy.

Wykonanie: do wykonania zabiegu potrzebne są 2 wanny do kąpieli nasiadowych. Jedną wypełnia się wodą o temp. 40- 42°C (313- 315 K), a drugą wodą o temp. 15- 20°C. Pacjent siada najpierw w wannie wypełnionej gorącą wodą na 3- 5 min, potem szybko wstaje i siada na 20- 30 s w wannie wypełnionej zimną wodą o temp. 15- 20°C (288- 293 K). Takiej zmiany temp. wody dokonuje się trzykrotnie, kończąc zimną częścią zabiegu. Czas trwania zabiegu trwa 10- 17 min. po kąpieli należy osuszyć ciało i odpocząć w łóżku lub ubrać się i wykonać ćw. gimnastyczne. W czasie zabiegu należy pamiętać, żeby stopy pacjenta były ciepłe.

Wskazania: dolegliwości klimakteryczne, atonia jelit, wzdęcia

Przeciwwskazania: niewydolność krążenia, skłonność do drgawek