

Krioterapia - ogólnie

Celem krioterapii miejscowej jest obniżenie temperatury skóry i tkanek głębiej położonych. Krioterapia stanowi leczenie uzupełniające wielu chorób, głównie narządu ruchu, w tym reumatycznych oraz chorób układu nerwowego. Znajduje szerokie zastosowanie w medycynie w medycynie sportowej i chirurgii. Jest ona stosowana przede wszystkim w stanach zapalnych- ostrych, niekiedy w przewlekłych, w różnego rodzaju bólach nie spowodowanych niedokrwieniem i nie na tle nowotworowym, obrzękach pourazowych i pooperacyjnych (po przykryciu rany), stanach pourazowych, przy zwiększonym napięciu mięśniowym, także spastycznym. Krioterapia często poprzedza leczenie ruchem, stwierdzono bowiem po niej zwiększenie zakresu ruchu chorych stawów, zmniejszenie bólu wraz ze zwiększeniem siły mięśniowej i sprawności ogólnej. Krioterapia nabiera nowego znaczenia w rehabilitacji chorób narządu ruchu. Stanowi metodę postępowania uzupełniającego leczenie innymi metodami. Nie zastępuje leczenia farmakologicznego, choć niekiedy pozwala na zmniejszenie ilości pobieranych leków lub czasowe ich odstawienie.

Do zabiegów krioterapii miejscowej zaliczamy:

- Zabiegi przy użyciu zimnej wody wodociągowej
- Zabiegi przy użyciu peloidów
- Zabiegi przy użyciu lodu lub wody z lodem
- Zabiegi przy użyciu chlorku etylu
- Zabiegi z użyciem gazów chłodzących
 - ciekły azot
 - dwutlenek węgla
 - nadmuch zimnego powietrza

Przed zabiegami krioterapeutycznymi należy ocenić stan gospodarki ciepłem organizmu pacjenta, a więc uwzględnić skargi na marznącie, występowanie dreszczy, zwrócić uwagę na barwę skóry. Zabiegu nie wykonuje się u pacjenta zziębniętego np.: bezpośrednio po przyjsciu z zimnego powietrza, zdenerwowanego, po źle przespanej nocy czy złym samopoczuciu. Zawsze należy brać pod uwagę przeciwwskazania do krioterapii miejscowej.

Należy pamiętać, że w każdym przypadku nieumiejętne wykonanie zabiegu może spowodować miejscowe odmrożenia. Przed zabiegiem należy pacjenta poinformować o ewentualnych zagrożeniach dotyczących wykonywania zabiegu oraz o tym czego nie wolno mu robić podczas wykonywania zabiegu.

Bezpośrednio przed zabiegiem pacjentom mierzy się ciśnienie tętnicze krwi i indywidualnie ustala temperaturę oraz czas zabiegu.

Podczas zabiegu pacjent powinien wygodnie siedzieć lub leżeć w zależności od okolicy wykonywania zabiegu. W pomieszczeniu, gdzie wykonywany jest zabieg powinna być temperatura pokojowa. W czasie zabiegu pacjent nie powinien wykonywać żadnych ruchów.

Osoba robiąca zabieg wykonuje określone ruchy nad powierzchnią ciała objętą poddana zabiegowi.

Wykonując zabieg, w zasadzie należy unikać tych partii skóry, które leżą bezpośrednio ponad wystającymi częściami kostnymi takimi jak: rzepka czy akromion, ponieważ nie należy w tych miejscach oczekiwać efektów terapeutycznych, a tutaj powstają najczęściej uszkodzenia zimnem skóry.

Poleca się pacjentowi, żeby podczas wykonywania niektórych zabiegów wykonywał ruchy czynne w czasie oziębiania, a po jego zakończeniu intensywnych ćwiczeń ruchowych.

Podczas każdego zabiegu krioterapeutycznego należy obserwować pacjenta, jego reakcje, odczucia, stan ogólny i barwę skóry. Skóra pacjenta powinna być dobrze ucieplona i sucha. W przypadku zmiany zabarwienia skóry wskazującej na nieprawidłową reakcję naczyniową- bladość, zasinienie, ból, dreszcze zabieg należy natychmiast przerwać i łagodnie ogrzać pacjenta.

Personel mający wykonywać zabiegi krioterapeutyczne powinien zostać przeszkolony w zakresie bezpiecznej obsługi danego urządzenia. Należy także pamiętać, że używać można tylko urządzenia sprawne technicznie.

W pomieszczeniach zabiegowych powinny znajdować się informacje na temat bezpieczeństwa i higieny pracy.