

Parafina jako węglowodór nasycony (alkan) jest otrzymywana w procesie destylacji frakcjonowanej ropy naftowej.

Parafina musi wykazywać pewną plastyczność, dlatego łączy się parafinę stałą z płynną w proporcji 20 kg parafiny stałej i 1 litr parafiny płynnej. W celach leczniczych stosuje się parafinę stałą chemicznie czystą, dla której temperatura topnienia wynosi 42–45°C. Parafina, zastygając, przechodzi w stan stały. Jej cechą charakterystyczną jest duża pojemność cieplna i małe przewodnictwo, co pozwala jej długo utrzymywać ciepło. W trakcie stosowania okładów parafinowych ciepło przenika głęboko do tkanek, podwyższając w znacznym stopniu ich temperaturę.

Zabiegi parafinowe

Zabiegi parafinowe można wykonywać w różnych modyfikacjach. Najczęściej stosuje się zawijanie parafinowe w postaci plastrów o grubości 2–2,5 cm. Mogą to być pędzlowania, okłady lub bezpośrednie kąpiele kończyn (tzw. "rękawice" lub "skarpety"), a także maseczki, jak w przypadku porażenia nerwu twarzowego. Czas zabiegu powinien trwać 30–45 minut, przeciętnie 30 minut, nie mniej jednak niż 20 minut. Dłuższe trzymanie okładu z parafiny jest bezcelowe ze względu na wystudzenie masy parafinowej.

W trakcie ochładzania się masy parafinowej pojawia się element mechaniczny — zmniejszanie objętości, co daje efekt wywierania ucisku na rozgrzane tkanki. Dochodzi wówczas do łatwego przekazywania ciepła, a jednocześnie zapobiega przegrzaniu ogólnemu. Zabiegi te ułatwiają krążenie w naczyniach skóry, wzmagają procesy utleniania oraz ułatwiają resorpcję i wydalanie z tkanek toksycznych produktów procesu zapalnego.

Seria zabiegów parafinowych zleczanych jednorazowo w liczbie 10–20 powinna być powtarzana nie częściej niż raz na pół roku. Nadużywanie jest bowiem przyczyną odwapnienia kości, dlatego należy unikać stosowania parafinoterapii u dzieci i osób w podeszłym wieku lub ze stwierdzoną osteoporozą.

Po 20–30 okładach stosowanych codziennie należy dokonać co najmniej kilkutygodniowej przerwy. Po zawijaniu nie wolno wychładzać przegrzanych części ciała przez 2–3 godziny.

Wskazania

Obowiązują ogólne wskazania i przeciwwskazania do leczenia ciepłem; przy czym głównymi wskazaniami do stosowania parafinoterapii są:

- przykurcze stawów
- blizny
- zrosty pooperacyjne
- urazy więzadeł i torebek stawowych (nie wcześniej niż 2 tygodnie po urazie)
- niektóre porażenia nerwów obwodowych
- schorzenia stawów o różnej etiologii
- zmiany zwyrodnieniowe i zniekształcające w stawach (bez odwapnień)
- RZS (reumatoidalne zapalenie stawów) i ZZSK (zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa)
- wysiękowe zapalenie opłucnej i dychawica oskrzelowa
- jako przygotowanie do ćwiczeń

Przeciwwskazania

Do przeciwwskazań dodatkowo należą:

- odwapnienia — osteoporoza
- czynna gruźlica
- ubytki i owrzodzenia skóry, wypryski
- ostre stany chorobowe
- świeże blizny
- zespół Sudecka
- obrzęki i zaburzenia czucia
- choroby serca
- choroby naczyń krwionośnych
- na części ciała, które bezpośrednio przed zabiegiem były wychłodzone oraz na wilgotną skórę (ryzyko oparzenia)
- hemofilia
- miażdżyca
- nadciśnienie tętnicze
- choroby nowotworowe
- żylaki
- zmiany troficzne skóry
- świeże wynaczynienia

<http://ladekzdroj.w.interia.pl/>