

Termoterapia – liečebná procedúra

Pri termoterapii teplo do organizmu buď privádzame (pozitívna termoterapia), alebo ho z organizmu odvádzame (negatívna termoterapia, kryoterapia – liečba chladom), a to s cieľom liečebným, preventívnym alebo rehabilitačným.

Účinok termoterapie

Lokálna aplikácia tepla pôsobí na kostrové svalstvo relaxačne, predovšetkým uvoľňuje spazmy a kontraktúry, znižuje chronickú bolesť, zvyšuje lokálne prekrvenie, zlepšuje výživu i hojenie tkanív, pôsobí na zmäkčenie väziva, na resorpciu chronických infiltrátov a edémov, má sedatívne a imunobiologické účinky.

Termoterapia pomocou rašelinových nosičov tepla

je lokálna aplikácia tepla, pri ktorej pôsobíme na menšiu časť povrchu tela teplým podnetom, vďaka malej vodivosti peloidov teplo preniká do tela pomaly, a tak sa tkanivá dôkladne prehrievajú. Procedúra trvá 20 minút. Okrem použitia rašelinového nosiča si môže pacient dokúpiť aj jednorazový rašelinový zábal podľa platného cenníka LN, n.o. Rašelina vo forme jednorazového zábalu obsahuje najviac organických látok zo všetkých peloidov. Z chemických látok ma najväčší význam výskyt huminových kyselín, ktoré majú adstringentný (sťahujúci) účinok, čiže pôsobí protizápalovo.

Solux

využíva sa tepelné pôsobenie lokálne aplikovaného infračerveného žiarenia. Aplikuje sa obvykle zo vzdialenosti 50 cm po dobu 10-15 minút. Význam využitia infračerveného žiarenia je v tom, že jeho účinky sú spojené s početnými reflexmi a reakciami ako odpoveď na tepelné podnety prírodných zdrojov.

Vedľajšie účinky termoterapie

oparenie - teplotná tolerancia parafínu (najvyššia teplota, ktorú koža znesie bez poškodenia) môže dosiahnuť až 60°C. Teplota tolerancie vody je však iba 46°C, takže pri styku s mokrým rašelinovým nosičom by mohlo nastať oparenie, preto musí byť koža pred nanosením rašelinového nosiča suchá.

zvýšenie tlaku krvi, pri akútnych zápaloch lokálne teplo bolesť zvyšuje, podporuje vznik opuchu a často zhoršenie stavu, opatrnosť je nutná pri senioroch a osobách s kardiovaskulárnym ochorením. Lokálne teplo nie je možné aplikovať na miesta, v ktorých je implantovaný kovový materiál.

Kryoterapia – liečebná procedúra

liečba chladom, môže byť celková alebo miestna. Teplotu tkanív znižujeme konvekciou (chladným vzduchom), alebo kondukciou (aplikáciou tuhých, tekutých látok nižšej teploty, ako je teplota kože).

Účinok

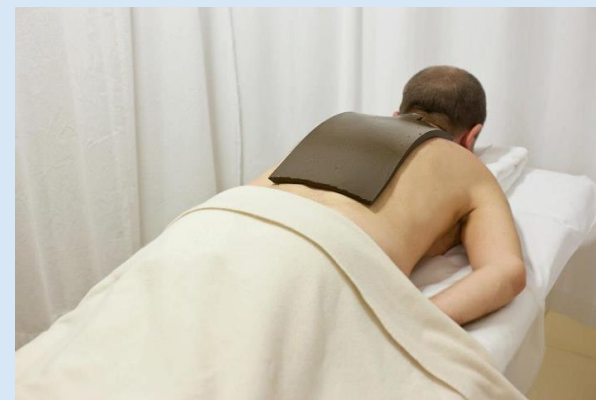
tlmenie zápalu, bolesti, prekrvenie tkanív, ústup edémov, funkčné zlepšenie, zvýšenie (pri krátkodobej aplikácii) alebo zníženie (pri dlhšej aplikácii) svalového tonusu.

Indikácie

zápal, bolesť, edém, obmedzenie funkcie kĺbu, zvýšenie a zníženie svalového tonusu.

Kontraindikácie

poruchy periférnej cirkulácie, chladová alergia a kryoglobulínemia. poruchy srdcového rytmu



Liečba teplom a chladom

Edukačný list pre pacientov

Ľubovnianska nemocnica, n.o.

**Pomáhame pri návrate
Vášho zdravia**

www.lubovnianskanemocnica.sk

Obrancov mieru č. 3
064 01 Stará Ľubovňa
tel.: +00421 52 43 17 111
fax.: +00421 52 43 21 367

