

热疗法

热疗作用

- 1、促进炎症的消散和局限 — 炎症早期用热，促进炎性渗出物消散，炎症后期用热，促进炎症局限
- 2、缓解疼痛 — 常用于腰肌劳损、胃绞痛、胃肠痉挛等病人
- 3、减轻深部组织充血 — 如关节扭伤48h后用热
- 4、保暖

热疗影响因素

- 方式 — 湿热法比干热法效果好
- 部位 — 皮肤较薄及经常不暴露的部位对热更为敏感
- 面积 — 热疗的效果与用热面积大小成正比
- 时间 — 用热时间多为10-30分钟
- 温度差
- 个体差异

热疗禁忌症

- 1 急腹症未明确诊断前
- 2 面部危险三角区感染时
- 3 软组织损伤早期(48小时)
- 4 各种脏器内出血、出血性疾病

热疗方法

干热法

热水袋

- 检查热水袋无破损，调节水温至60-70℃，灌至热水袋的1/2-2/3满
- 将热水袋慢慢放平，排尽袋内空气
- 用热时间<30分钟
- 婴幼儿，老年人、末梢循环不良、麻醉未清醒、感觉障碍等病人，热水袋的水温应调至50℃以内，
- 热水袋使用过程中，应经常观察局部皮肤的颜色，如发现皮肤潮红，应立即停止使用，并在局部涂凡士林，可起保护皮肤的作用

红外线灯

- 消炎、解痉、镇痛，促进创面干燥结痂及保护肉芽组织生长
- 一般灯头距照射部位为30-50cm，每次照射时间为20-30分钟
- 照射完毕，嘱咐病人休息15分钟后离开治疗室
- 照射过程注意保护病人眼睛，可戴有色眼镜或用纱布遮盖
- 照射过程中皮肤出现桃红色的均匀红，为合适剂量
- 如皮肤出现紫红色，应立即照射，凡士林保护皮肤

湿热法

湿热敷法

- 病人取舒适体位，在热敷部位下面垫橡胶单及治疗巾，局部涂以凡士林，上面盖一层纱布
- 将湿布浸于热水中，用长钳拧干湿布至不滴水为度
- 抖开湿布，如不烫手即可折好数层于患处。上面可放置热水袋，以保持温度
- 每3-5分钟更换湿布一次，热湿敷时间为15-20分钟
- 有伤口的部位作热湿敷时，应按无菌操作进行

热水坐浴

- 常用于会阴、肛门疾病及手术后等病人
- 坐浴时间为15-20分钟
- 坐浴过程患者如出现头晕、乏力等，应停止坐浴
- 对会阴、肛门有伤口患者，应准备无菌浴盆及坐液
- 女病人在月经期、妊娠期及阴道出血、盆腔有急性炎症时，不宜坐浴