

## PARAFINOTERAPIA

Parafina jako węglowodór nienasycony 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 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 (tak zwane "rękawice" lub "skarpety"), a także maseczki, jak w przypadku porażenia nerwu twarzonego.

Czas zabiegu powinien trwać 30-45 minut, przeciętnie 30, 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 pewien element mechaniczny.

Otóż, bardzo pozytywnym zjawiskiem jest fakt zmniejszenia swej objętości, co w rezultacie 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 zlecanych 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.

Obowiązują ogólne wskazania i przeciwwskazania do leczenia ciepłem, przy czym przyjmuje się, że **głównymi wskazaniami do stosowania parafinoterapii są:**

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

**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, aby nie spowodować oparzenia.
  - hemofilia,
  - miażdżyca,
  - nadciśnienie tętnicze,
  - choroby nowotworowe,
  - żylaki,
  - zmiany troficzne skóry,
  - świeże wynaczynienia,

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