

Jednorazový voskový zábal **návod na použitie**

Oblasť použitia

Voskové zábaly sa používajú v celej fyzioterapii, v oblasti klinickej a liečebnej starostlivosti ale aj vo wellness. Táto metóda nevyžaduje žiadne zvláštne priestory a technické vybavenie. Použitie včelieho vosku môže prehĺbiť účinky predchádzajúcej alebo následnej liečby.

Indikácie

- bolesti svalov a kĺbov
- reumatické ochorenia
- príznaky bolesti
- bolesti hlavy
- migréna
- urogenitálne ochorenia
- bronchitída, nachladnutie, ochorenia horných dýchacích ciest
- chlad vnútorné napätie
- wellness – pre pocit tepla, aróma pre zmysly a starostlivosť o pokožku

Kontraindikácie

Voskové zábaly sa nemajú používať pri horúčkovitých ochoreniach, akútnych zápalových stavoch, akútnych posttraumatických stavoch, krvácaní, opuchoch, makro - alebo mikroangiopatických poruchách prekrvenia kože, na oblastiach kože s poruchami citlivosti, na plošných poraneniach kože, na otvorených ranách a pri akútnych ochoreniach kože, pri žihľavke vyvolanej horúčkou, pri tuberkulóze, ťažkom poškodení srdca a nedostatočnom krvnom obeh, zvýšenom krvnom tlaku, vysoko zápalových reumatických stavoch, známej alergii na včelie produkty.

Vedľajšie účinky

Po veľkoplošnej liečbe prehriatím vzniká pri vstávaní riziko ortostatickej dysregulácie. V tomto prípade by mal pacient pred vstaním zostať niekoľko minút sedieť. U citlivých pacientov nemožno vylúčiť nadmerné začervenanie pokožky.

Použitie v tehotenstve a dobe kojenia:

Aj keď neboli zistené žiadne škodlivé následky pri použití voskového zábalu v tehotenstve a dobe kojenia, je obozretné sa pred použitím poradiť s lekárom.

Vzájomné pôsobenie

Pri súčasnom použití lokálnych hyperemizujúcich látok a teplých zábalov je nutné počítat so silným podráždením pokožky.

Druh použitia

Rašelinový nosič tepla je zohrievaný vo vodnom kúpeli na cca. 58°C. Medový zábal je položený priamo na ošetrovanú pokožku. Na základe veľmi malej hrúbky materiálu je vosková fólia ľahko modulovateľná. Medzi voskový zábal a nosič tepla musí byť vždy položená vrstva z froté osušky (2-3 vrstvy) ako vyrovnávajúca vrstva. Nakoniec je na osušku položený nosič tepla. Týmto navrstvením materiálov docielime pomalý prestupujúci účinok tepla. Počas použitia pozvoľne vzrastá teplota. V prvých desiatich minútach použitia rastie teplota cca. na 37°C až 44°C a potom zostáva na rovnakej úrovni ďalších desať minút.

Terapia teplom s ohľadom na ľudskú termofyziológiu

Terapia teplom s použitím včelieho vosku je novodobou metódou k znovuoobnoveniu a harmonizácii teplotných pomerov v ľudskom tele.

Zdravotnícke objasnenie

Kvalita tepla vo vrstvách kože a vo svaloch (pričnie pruhovanej svalovine) ľudského tela sa nedá topograficky fixovať, pretože teplo prúdi s krvou a lymfou, prípadne s tkanivovou tekutinou. Tento fyziologický tok tepla aktivuje nervovú sústavu, pohyblivosť svalov a zaisťuje predpoklady pre výkon neuromuskulárnej funkcie. Poruchy tohto toku tepla spôsobujú vznik chladných miest v rôznych častiach tela. Tieto časti majú pri určitých patofyziologických stavoch charakteristické vlastnosti v zmysle stagnujúcich chladných polí. Pritom vznikajú charakteristické poruchy neuromuskulárneho aparátu. Terapia musí byť použitá v tých prípadoch, kedy je treba tok tepla znovu aktivovať.

Spôsob účinku

Aby mohlo byť teplo zmysluplne použité ako terapeutikum, sleduje terapia teplom zo včelieho vosku poznatky termofyziológie. Tá ponúka telu určitým spôsobom teplo prijať bez obrannej reakcie ako je potenie. Ponúkané teplo nechá telu dostatočný čas na reakciu vďaka pomalému stúpaniu teploty. Vhodná teplota zasahuje celé telo, spôsobuje rovnomerné rozloženie tepla cez obloženú časť (neprehrieva lokálne) a nezaťažuje organizmus. Nosičom tepla sú rašelinové nosiče tepla. K tomu sa pridá froté osuška ako vyrovnávajúca vrstva, aby bolo dosiahnuté požadovanej vzrastajúcej/konštantnej teploty.

Oblasti použitia

Voskové zábaly sa používajú v celej fyzioterapii, v oblasti klinickej a liečebnej starostlivosti a tiež v náročných oblastiach wellness.

Voskové zábaly vedú k zlepšeniu mnohostranných problémov v oblasti liečby akútnej a chronickej bolesti, chronicky zápalových a sklerotizujúcich ochorení pohybového aparátu alebo neurologických ochorení s doprovodnými javmi. Možnosť uplatnenia nachádza liečba z včelím voskom tiež v tiež pri liečbe cystitíd alebo bronchitíd v oblasti gynekológie a vnútorných chorôb. Úspešne sa môže používať pri liečbe ľahkých psychických porúch a ochorení.

V oblasti wellness zaisťujú zákazníkovi voskové zábaly pocit spokojnosti, tepla a príjemného uvoľnenia. Uvoľňovanie typického aróma zo včelieho vosku je veľmi príjemné. Vedľa mnoho ďalších cenných látok obsahuje včelí vosk aj vitamín A, ktorý podnecuje tvorbu buniek a je známi ako prostriedok proti vysušenej pokožke. Po použití teplých voskových zábalov je pokožka zamatovo hebká a vláčna.

Niekoľko predností voskových zábalov

- najvyššie možné zaistenie hygieny
- veľké liečebné účinky
- stúpajúca / konštantná teplota použitia, tým žiadna záťaž pre pacienta
- prírodné, esteticky príjemné materiály
- jednoduché použitie, žiadne čistiace práce alebo údržba
- mnohostranné využitie

Návod na použitie: Zábal chrbta**Indikácia**

Lokálne bolesti a stuhnutie, bolesti hlavy/migréna (iba pri ich prvých príznakoch!), nekľud, poruchy spánku (studené nohy)

Kontraindikácie

- známa alergia na včelie produkty
- čerstvé, plošné poranenia pokožky

Požadované materiály

- voskové zábal veľkosti 33 x 45cm
- froté osušky
- rašelinový nosič tepla ohriaty na 58°C

Prevedenie

Najprv položiť rašelinový nosič tepla na lôžko do priestoru krížovej kosti pacienta. Potom prikryť nosič tepla froté uterákom v 2-3 vrstvách a na to položiť voskový zábal. Zábal umiestniť tak, aby pacientovi zakrýval celú oblasť krížov/zadok, len tak je možné doceliť rozšírenie tepla až do dolných končatín.

Vďaka tomuto vrstveniu dochádza k prehriatiu pokožky. Telo sa môže pomaly vznikajúcemu teplu pozitívne otvoriť a prijať ho. Klienta pohodlne zabaliť do vhodnej deky.

Doba trvania: 20 – 30 minút

Pokožka je po použití začervenaná, ale suchá a zamatovo hebká.

Poznámka: napr. pri bolestiach v oblasti ramien a šije/pri bolestiach hlavy spôsobuje použitie zábalov v oblasti lumbálky vyrovňovanie teploty medzi oblasťou zadržaného tepla a dolným extrémom (studené nohy).

Možnosti polozenia zábalu:	Použitie nosičov tepla z vodného kúpeľa, teplota 58°C
Zábal sa položí na lôžko, klient si na neho ľahne	Hore - voskový zábal Uprostred – 2-3x zložený froté uterák Dole - nosič tepla
Zábal sa položí na chrbát klienta	Hore - nosič tepla Uprostred - 2-3x zložený froté uterák Dole - voskový zábal

Upozornenie

- nosič tepla nikdy neprikladať priamo na pokožku!
- bod topenia včelieho vosku je pri 60°C, neprehrievajte preto nosiče tepla. Tak isto nedoporučujeme používať iné ako predpísané materiály ako medzivrstvu. Voskový zábal by sa mohol stať nepoužiteľným a časti včelieho vosku by mohli prilepiť na pokožku
- voskové zábal sú pri teplote nižšej ako 20°C lámavé, tzn. modelovať vosk môžeme len pri teplote 20°C a vyššej
- zamedzte silnému začervneniu pokožky
- jednorazové voskové zábal sú iba 1x použiteľné
- voskové zábal sa nemôžu používať k celotelovým zábalom
- dodávané voskové zábal sú čisto prírodné produkty bez umelých konzervačných látok. Dodávané voskové zábal boli vyrobené v nedávnom čase a sú čerstvé. Pretože prírodný vosk mení svoje vlastnosti pôsobením vplyvom životného prostredia ako sú svetlo a vzduch, doporučujeme ich spotrebovať do 6 mesiacov od dodania.

Skladovanie

Voskové zábal skladujte pri izbovej teplote a v suchu. Chráňte pred mrazom!