

Дата проведения занятий:
05.12. – группа 2

Кружок «Юные знатоки
лекарственных растений»
Руководитель: Липко О.В.

Тема занятия: «Наружные лечебные средства: компрессы, растирки, примочки, припарки, ванны. Лечебные смеси. Мази, их приготовление»



Давайте вспомним:

1. Какой выход сырья лекарственных растений в % почек, травы, сочных плодов?
2. Какое лекарственное сырьё бракуется и не подлежит применению ?
3. Назовите сроки хранения лекарственных растений?

Компрессы, примочки, припарки, растирки.

Слово «компресс» происходит от латинского *compressus*, что означает «сжатый». Это довольно плотная повязка, которую пропитывают нужными веществами (как правило, настояками или мазями) и прикладывают к больному участку тела на определенное время. Как правило, компрессы применяют не однократно, а курсом.

Компрессы помогают избавиться:

- от проблем, связанных с сезонными простудами, болью в горле, кашлем, бронхитом и ангиной;
- болей в мышцах, суставах, спине;

- более во внутренних органах в стадии стихания обострения;
- проблем с кожей лица, рук, тела.

Виды компрессов

Сухие компрессы

Иногда — хотя и довольно редко — компресс делают сухим. Как правило, повязку все-таки пропитывают каким-то вспомогательным веществом. Однако в редких случаях используют обыкновенный чистый бинт или марлю. Это необходимо, если нужно закрыть рану, царапину, ушиб и предохранить больное место от попадания грязи или закрепить лечебное вещество. Например, при воспалении века (так называемый ячмень — гнойный нарыв на глазу) к нему прикладывают кусочек алоэ, прижимая его сверху бинтом. Это и есть сухой компресс.

Влажные компрессы

Влажные компрессы делятся на горячие, согревающие и холодные.

Горячие влажные компрессы

Горячий компресс необходим, когда нужно:

- быстро избавиться от боли — в суставе, в животе, в мышцах, в голове (да, напрасно все думают, что здесь поможет только лишь холодный компресс: прилив крови под влиянием горячей повязки вызывает мгновенный болеутоляющий эффект);
- «рассосать» воспаление — другими словами, как можно быстрее если не снять его полностью, то как минимум значительно уменьшить воспаленную площадь на теле.

Для создания горячего компресса используют либо повязку (из ткани), либо грелку, резиновую или электрическую. Однако если вы ставите горячий компресс ослабевшему больному, он не сможет отреагировать на изменение температуры и в результате на и без того больном месте может появиться ожог. Поэтому компресс с грелкой лучше накладывать не непосредственно на тело, а хотя бы на простыню или даже на одеяло, если она слишком горячая.

Горячий компресс нужно менять каждые 10–15 минут, так как на теле он довольно быстро остывает. Поэтому ткань нужно нагревать вновь и вновь.

Холодные влажные компрессы

Холодные компрессы применяют, если необходимо:

- остановить кровотечение;
- снять жар;

- уменьшить воспаление и боль (холодный компресс обладает такими же точно обезболивающими свойствами, как и горячий, однако за счет не расширения, а, напротив, сужения сосудов);

Растирки

Растирания на водной и спиртовой основе проводят для интенсивного втирания смеси основы и действующего вещества в кожу проблемной области до появления легкого покраснения и/или ощущения тепла. Этот метод дает хороший эффект при болях или воспалительных явлениях в суставах и позвоночнике, невритах, невралгиях.

При растираниях происходит интенсивное воздействие на участок тела, наблюдается мощный приток крови, нормализуется обмен веществ, оказывается благоприятное воздействие на лимфатическую систему, органы дыхания и кровообращения. Растирания применяют в качестве дополнительного лечебного средства при воспалительных явлениях в мышечной, нервной, соединительной ткани (эффективно снимают боль, отек или воспаление, способствуют расслаблению мышц).

Действующим веществом для растираний обычно являются экстракты лекарственных растений.

Общий рецепт приготовления водного отвара: взять 3 ст. ложки измельченного растительного сырья, насыпать в эмалированную посуду, залить 1 стаканом горячей воды, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане в течение 20 минут. Затем охладить при комнатной температуре, процедить и отжать остатки травы.

Спиртовую настойку на водке или спирту в соотношении 1: 10 или 1: 5 готовят следующим образом. В стеклянную банку нужно насыпать соответственно 5 или 10 ст. ложек травы, налить 0,5 л водки, плотно закрыть и настаивать в течение трех недель в темном месте при комнатной температуре. Полученную настойку нужно процедить и хранить, плотно закупорив, в темном месте при комнатной температуре.

Существует рекомендация брать для растираний 70 %-ный спирт, а для компрессов — 40 %-ный.

Курс растираний обычно составляет 2 недели, если в рецепте не указано иное.

Ванны из лекарственных трав

Лекарственная ванна (*Officinalis Balneum*) проводится с добавлением в пресную воду лекарственных веществ, оказывающих дополнительное терапевтическое воздействие.

Наиболее известны хвойные ванны, горчичные, валериановые, ромашковые, ванны с чередой и др. Каждая ванна с травами в зависимости от температуры воды и длительности имеет свое терапевтическое значение.

Для лечения с помощью лекарственных ванн используют листья, цветы, корневища, плоды растений, а также кору деревьев и кустарников. Лучше всего использовать свежую зелень, однако чаще растения собирают и сразу сушат.

Среди травяных ванн, используемых в эстетической косметологии, следует выделить ароматические ванны. К ним относят хвойные, шалфейные, скипидарные, горчичные и др. Лечебное действие данных ванн на организм основано на раздражающем кожу действии эфирных масел, терпенов, дубильных веществ, скипидара, фитонцидов, полисахаридов, горчицы и т. п., содержащихся в растениях. Эти полезные травяные ванны улучшают кровообращение, расширяют поры, тем самым создавая условия для более легкого проникновения через кожу активных веществ, которые оказывают воздействие не только местное, но и на весь организм в целом.

Следует отметить некоторые общие особенности приема ванн, содержащих препараты растительного происхождения:

- не следует принимать лечебную травяную ванну сразу после еды;
- перед приемом ванны тело нужно хорошо вымыть водой с мылом

Для приема одной ванны используйте 250 грамм сухого травяного сбора. Поместите лечебное сырье в термос и оставьте настаиваться. Готовый отвар выливайте в ванну.

На полную ванну для взрослого человека требуется 200-250 л воды. На сидячую — 20-30 л, на ножную — 10 л. На детскую ванну необходимо до 40 л воды (в зависимости от возраста ребенка).

Лежа в ванне, даже в состоянии расслабления, необходимо слегка пошевеливаться, менять положение, массируя себя. Массаж начинают с кончиков пальцев на ногах и постепенно продвигаются вверх. Особенно энергично обрабатывают бедра, затем — руки, плечи, спину, ягодицы. Все движения массажной щетки должны быть направлены к сердцу. Если нет щетки, можно помассировать тело и руками. Массаж и гимнастика особенно необходимы тем, кто хочет избавиться от лишнего веса, находится на диете. Места с огрубевшей кожей — локти, подошвы — необходимо протирать пемзой. После массажа следует расслабиться, отдохнуть.

По температуре воды ванны делятся на следующие типы: горячие — свыше +40 °С, теплые — +38...+39°С, нормальные (близкие к температуре

тела) — +34...+37 °С, прохладные — +20...+33 °С и холодные — ниже +20 °С. Обычная продолжительность общей ванны — от 1-2 до 15-20 мин.

Принимая ванну, можно выбрать температуру воды по своему вкусу. Чем выше температура воды, тем короче по времени должна быть процедура, но идеальной считается температура воды +37 °С. Данная ванна хороша, когда нужно снять напряжение, расслабиться, она подходит и для целебных ванн с добавлением трав и соли. Продолжительность такой ванны — до 20 мин.

Более высокая температура воды (+38...+42 °С) хороша тогда, когда нужно согреться, чтобы предотвратить простуду, но длительное и частое применение горячих ванн может привести к пересушиванию кожи, расширению капилляров, снижению тонуса мышц и кожи.

Следует помнить, что температура воды лечебной ванны с травами оказывает влияние на давление крови. Так ванна с водой ниже +35 °С — повышает давление, от +35 °С до +40 °С — понижает, выше +40 °С — опять повышает. Температура воды, равная температуре тела, не влияет на сердечно-сосудистую систему.

Чтобы не происходило интенсивное обезжиривание кожи от частых ванн, горячей воды и мыла, тело после мытья (можно и до него) смазывают кремом или маслом, они лучше всего впитываются слегка подогретыми. Втирают их круговыми движениями, особенно тщательно на локтях и коленях, где кожа часто бывает шершавой или сухой. После ванны ноги тщательно вытирают, так как влажная кожа легко трескается и в трещинки попадает инфекция.

Лечебные ванны принимают 2-3 раза в неделю до наступления терапевтического эффекта. Гигиенические — 1 раз в неделю. Лечебные ванны проводят под наблюдением врача-косметолога, который в каждом конкретном случае определяет их периодичность и продолжительность.

Мази

Мазь — это лекарственная форма, содержащая в своей основе наибольшее количество жиров. Применение мазей характеризуется наибольшей глубиной проникновения действующего вещества. К действующим веществам можно отнести вытяжки целебных растений, раздражающие и успокаивающие натуральные средства.

При ряде заболеваний наружное применение лекарственных средств оказывается более эффективным, чем внутреннее. Непосредственное воздействие лекарственных средств на кожные рецепторы ускоряет прилив крови к месту воздействия, улучшает крово- — и лимфообмен, снимает воспаление. Однако следует помнить, что применяемое для терапии заболеваний наружное медикаментозное лечение не является исключительно местным, так как оно оказывает и общее (иногда весьма существенное) воздействие на организм больного. Накладывание мазей «под повязку» еще больше увеличивает глубину проникновения действующего вещества. Поэтому при применении наружных мазей не следует забывать о

противопоказаниях, даже если они относятся к приему медикаментозных средств внутрь.

Мази рекомендуются для лечения сухих кожных высыпаний, при наличии инфильтрации (уплотнений) в коже, простудных, легочных, гинекологических заболеваний, в комплексном лечении травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата, а также для их профилактики. Не следует применять мази на мокнущие кожные высыпания, это лишь ухудшит состояние.

Виды мазей

По способу воздействия мази могут быть разогревающие и охлаждающие, в зависимости от природы действующего вещества. К разогревающим веществам относятся пчелиный и змеиные яды, которые повышают проницаемость капилляров; экстракт перца, горчицы; более слабым разогревающим эффектом обладают мази, в состав которых входит метилсалицилат (метилловый эфир салициловой кислоты). Они локально увеличивают кровенаполнение (о чем свидетельствует гиперемия, то есть покраснение тканей) и, как следствие, увеличивают теплообмен (ткани нагреваются).

Разогревающие мази применяют в период после снятия острого приступа при таких заболеваниях, как миозит, ревматизм, неврит, люмбаго, бронхит, а также при хронических заболеваниях связок, сухожилий и суставов.

Охлаждающие мази не снижают температуру тканей, а лишь создают ощущение прохлады благодаря содержащемуся в них ментолу, эфирным маслам, иногда это может быть и спирт. Их рекомендуется применять после травм, чтобы обезболить и успокоить место повреждения.

Мазевые основы

Основы для мазей должны отвечать нескольким условиям. Прежде всего они должны быть биологически безвредными, то есть не оказывать аллергического, раздражающего и сенсибилизирующего воздействия. Должны иметь нейтральную реакцию, так как наружный слой кожи имеет кислую реакцию, которая препятствует размножению микроорганизмов; должны обеспечивать высвобождение и всасывание лекарственных веществ через кожу; легко наноситься и удаляться с места нанесения.

Жировые основы

Животные жиры применяют в качестве мазевых основ еще с древних времен и до сих пор. Наиболее распространен свиной жир — смесь триглицеридов стеариновой, пальмитиновой, олеиновой и линолевой кислот. Содержит также небольшое количество холестерина. Это белая масса практически без запаха. Температура плавления — 34–36 °С. Мази на свином жире хорошо всасываются, не оказывают раздражающего действия и легко удаляются мыльной водой.

Под влиянием света, тепла, воздуха свиной жир прогоркает, приобретая резкий, неприятный запах, кислую реакцию и раздражающее действие. Твердый свиной жир способен к окислению, он не пригоден для изготовления мазей с окислителями. Реагирует с веществами щелочного

характера, солями тяжелых металлов, цинком, медью и висмутом — при этом образуются мыла. Мази темнеют, становятся плотными и вязкими.

Растительные жиры в основном имеют жирную консистенцию и могут использоваться как компоненты мазевых основ. По своей устойчивости растительные жиры аналогичны животным — прогоркают при длительном хранении, но благодаря содержанию фитонцидов более устойчивы к воздействию микроорганизмов. Наиболее широко применяются подсолнечное, арахисовое, оливковое, персиковое, миндальное, абрикосовое масла. К достоинствам растительных жиров можно отнести биологическую безвредность, фармакологическую индифферентность, способность легко проникать через верхний слой кожи.

Воск пчелиный — часто используемый компонент основ. Представляет собой твердую ломкую массу темно-желтого цвета с температурой плавления 63–65 °С. Химически инертен, хорошо сплавляется с жирами и углеводами. Применяют его для уплотнения мазевых основ.

Углеводородные основы

Углеводороды являются продуктами переработки нефти. К их достоинствам можно отнести химическую индифферентность, стабильность и совместимость с большинством лекарственных веществ. Наиболее широкое применение при приготовлении мазей находят вазелин, стеарин, озокерит.

Вазелин — смесь жидких, полужидких и твердых углеводородов, вязкая масса, тянущаяся нитями, белого или желтоватого цвета. Температура плавления 37–50 °С. Смешивается с жирами, жирными маслами (за исключением касторового). Не всасывается кожей. Задерживает всасывание лекарственных веществ, поэтому эффект при применении мазей на основе вазелина наступает позже.

Вазелиновое масло — бесцветная маслянистая жидкость, смягчающая мазевые основы. Смешивается с жирами и маслами (за исключением касторового) и обладает всеми недостатками вазелина.

Парафин — белая жирная на ощупь масса с температурой плавления 50–57 °С. Используется как уплотнитель мазевых основ.

Озокерит — воскоподобный минерал темно-коричневого цвета с запахом нефти, содержащий серу и смолы. Температура плавления 50–65 °С. Применяется как уплотнитель.

Приготовление мази

Растительное сырье вводят в мазь либо в виде тонко измельченного порошка, либо в виде отвара или настоя очень высокой концентрации. Как правило, мазь содержит не более 25 % сухих добавок.

Для приготовления мази в сухую чистую посуду кладут основу или ее составные части, кроме воды. Если основа сложная и в ее состав входят несколько веществ, например свиной жир, воск и масло, их вместе расплавляют на водяной бане и тщательно перемешивают. В остывшую основу понемногу вводят порошок или настой травы. При этом мазь непрерывно растирают, используя деревянную ложку или пестик. Настой добавляют по каплям, тщательно растирают массу до однородного состояния

и только потом добавляют следующую порцию настоя. Мешать нужно только в одну сторону, иначе мазь расслоится.

Мед, нагретый на водяной бане, добавляют в почти готовую мазь. Нагревать мед с остальной основой не следует, так как при этом разлагаются ферменты, которые представляют его главную ценность. Рекомендуемая температура нагревания меда 40 °С.

Правила нанесения мази

Наиболее часто в рецептах встречается рекомендация «нанести мазь тонким слоем». Однако для каждого человека слой будет тонким по-своему. Как определить количество мази на одно применение?

Если в рецепте не указано иное, то в среднем количество препарата на одно применение (одна доза) должно уместиться на расстоянии от его кончика до ближайшего сустава на указательном пальце со стороны ладони. Такая доза равна примерно 0,5 г лекарственного средства. Ею можно обработать поверхность тела, равную площади двух ладоней взрослого человека.

Ответьте на вопросы:

1. От чего помогают избавиться компрессы?
2. Перечислите виды компрессов.
3. На чем основано лечебное действие ванн из лекарственных растений?
4. Перечислите виды мазей.
5. Какие жировые основы используются для приготовления мазей?

Ответы присылайте на электронный адрес lipko.oksana@mail.ru, с указанием имени и фамилии.