

Парафинотерапия в домашних условиях.

Парафинотерапия (от парафин и греч. *θεραπεία* [therapeia] — лечение), парафинолечение, — метод теплолечения с применением нагретого парафина в качестве теплоносителя в виде аппликаций, наслаивания и ванн.

Что такое парафин?

Парафин – это продукт нефтепереработки, смесь насыщенных ациклических углеводородов.

Основные характеристики:

- кристаллическое строение;
- без вкуса и запаха;
- не растворим в воде и спирте;
- в жидком виде, хорошо смешивается с жирами;

Суть методики – как используют парафин?

Лечебный эффект парафинотерапии складывается из теплового и механического факторов.

Основные лечебные эффекты парафинотерапии:

1. При остывании объем парафина уменьшается на 10%, это вызывает компрессионное действие на подлежащие ткани, тепло распространяется на большую глубину, уменьшается просвет периферических сосудов и ускоряется кровоток в них.
2. Он способствует расширению капилляров, что усиливает местный обмен веществ, ускоряется выведение шлаков.
3. Все это обуславливает противовоспалительное и стимулирующее действие на органы и ткани.
4. Тепло от парафина способствует рассасыванию рубцов и глубоких инфильтратов.

Методика имеет множество показаний. Нередко ее используют в медицине в терапии всевозможных патологий.

Парафинотерапия – перечень показаний к применению

Основные показания к применению методики:

- чрезмерная сухость кожи;
- застарелый псориаз;
- нейродермит;
- шрамы и трещины;
- целлюлит;
- пигментация на коже;
- борьба с мимическими морщинами;
- обвисшая кожа;
- болезненность суставов и дискомфорт в них;
- артрит и артроз;
- всевозможные патологии опорно-двигательной системы;
- негативное влияние холода на кожу;
- бронхолегочные патологии, гинекологические заболевания (вне обострения)
- невралгии;
- остеохондроз и многое другое.

Основные методики парафинотерапии

Рассмотрим основные методики лечения парафином более подробно:

- **Метод наслаивания**

Парафин расплавляют до 55- 65С и с помощью кисти наносят слоем в 1 -2 см на соответствующую зону кожи. Накладывают сверху компрессную клеенку и укутывают одеялом.

Применяется для наложения парафина на неровный и небольшой участок кожи.

- **Парафиновая ванна**

Конечность обмазывают расплавленным парафином (55С), а затем погружают в ванночку с расплавленным веществом (60- 65 С)

Применяется для стоп ног и кистей рук.

- **Аппликации с парафином**

На кожу наносят 1-2 слоя парафина толщиной 0,5 см, затем накладывают толстую марлевую салфетку, смоченную в расплавленном парафине 65- 70С . Накладывают сверху компрессную клеенку и укутывают одеялом.

- **Кюветно – аппликационная методика**

Представляет собой наложение нагретых пластин парафина полученных с помощью кюветы (специальная емкость, которая застывает прочным полиэтиленом.). При застывании верхнего слоя аппликация прикладывается к телу примерно на 50 минут. Накладывают клеенку и укутывают одеялом.

Разновидности методики в зависимости от места нанесения в косметологии.

Различают такие типы парафинотерапии:

- **Для рук**

Это, пожалуй, самая распространенная разновидность методики, при которой затягиваются самые минимальные трещины, проходит шелушение. В результате происходит активное увлажнение и улучшение состояния кожи, ногтей;

- **Для ног**

Нацелена на увлажнение ороговевшей кожи ступней. Стимулирует кровоснабжение, избавляет от усталости и припухлости, оказывает седативное воздействие;

- **Для лица**

Обеспечивает питание и смягчение, предотвращает образование морщин. Оказывает омолаживающее действие, эффективно пилингует кожу, устраняет черные точки, избавляет от послеугревых рубцов;

- **Для тела**

Оказывает общее укрепляющее воздействие, расслабляет организм, устраняет растяжки и борется с целлюлитом на раннем этапе его возникновения.

Важные особенности лечения парафином

Для лечебных целей применяют белый, очищенный от примесей, медицинский парафин с температурой плавления 42-46С. Его плавят на водяной бане, нагревая до t 65- 100С

Процедуры лечения парафинотерапией длятся от 30 до 60 минут, и проводятся ежедневно или через день, курсом 12-20 процедур.

Процедуры парафинотерапии для лица и тела, рекомендуют делать только у специалиста.

Перечень противопоказаний к применению парафинотерапии

В общей сложности, парафинотерапия имеет множество плюсов. Результат можно заметить буквально после проведения нескольких сеансов.

Однако имеется и перечень противопоказаний, которые создают полный запрет на применение подобного рода терапии.

Перед применением нужно обязательно проверить смесь на индивидуальную реакцию. С этой целью парафин в незначительном количестве наносится на небольшую область кожного покрова;

Так, полностью запрещено использовать методику, если есть следующие болезни:

- нарушение толерантности к углеводам;
- острые воспалительные процессы;
- солнечные ожоги;
- гнойничковые поражения кожи;
- туберкулез;
- гипертоническая болезнь;
- различные опухоли;
- проблемы с кровяным давлением;
- сердечная патология в стадию декомпенсации
- нарушения целостности кожных покровов;
- аллергические реакции.

Побочные реакции

Методика в большинстве случаев не влечет за собой никаких последствий.

Иногда может возникнуть ожог, не исключены также аллергические проявления и другие неприятные моменты, особенно, если пренебречь противопоказаниями.

При проведении парафинолечения в домашних условиях нужно проконсультироваться с врачом.

Будьте здоровы!