

## Założenie choremu worka z lodem

*Joanna Zalewska-Puchała*

### **Definicja:**

Zabieg terapeutyczny polegający na stosowaniu zimna suchego na małe powierzchnie ciała. Najlepsze wyniki leczenia uzyskuje się, stosując worek z lodem przez 30–60 min, z godziną przerwą.

### **Cele:**

- zmniejszenie (miejscowe) przemiany materii (w razie zapalenia);
- złagodzenie bólów (w razie uderzenia, skręcenia);
- schłodzenie;
- obniżenie temperatury ciała;
- zwężenie naczyń (zmniejszenie krwawienia, zapobieganie krwiakom).

### **Wskazania do wykonania:**

- krwawienie wewnętrzne, np. po porodzie;
- stłuczenia;
- świeże urazy;
- stany zapalne;
- bóle głowy;
- stany zapalne jamy brzusznej;
- gorączka;
- bóle menstruacyjne.

### **Zagrożenia:**

- odmrożenie, wychłodzenie;
- podrażnienie skóry.

### **Przygotowanie pacjenta:**

- poinformowanie o celu, istocie i przebiegu zabiegu;
- uzyskanie zgody chorego na wykonanie zabiegu;
- zebranie wywiadu od chorego na temat tolerancji na zimno;
- dostarczenie dodatkowego okrycia;

- zalecenie oddania moczu przed zabiegiem;
- zachęcenie do odprężenia się, zachowania spokoju podczas zabiegu, unikania gwałtownych ruchów;
- poinformowanie:
  - iż podczas zabiegu aktywność ruchowa chorego będzie ograniczona, w związku z tym powinien on pozafatwiać wszystkie sprawy wiążące się z wychodzeniem poza łóżko;
  - o niebezpieczeństwach związanych z zabiegiem;
  - o konieczności zgłaszania pielęgniarce wszelkich niepokojących objawów.

**Przygotowanie sprzętu:**

- worek na lód (lub kompres żelowy uprzednio schłodzony w zamrażalniku);
- pokrowiec na worek z lodem (lub kompres);
- kostki lodu.

**Przebieg wykonania:**

- ocena stanu chorego;
- przygotowanie sprzętu;
- przygotowanie otoczenia, pozamykanie okien i drzwi, podwyższenie temperatury w pokoju, zapewnienie warunków wypoczynku;
  - umycie rąk;
  - ułożenie chorego w pozycji zapewniającej komfort, uzależnionej od miejsca zastosowania worka z lodem;
    - wypełnienie worka kostkami lodu, tak aby worek pozwolił się dowolnie modelować (ok. 1/2 lub 2/3 objętości);
    - usunięcie z worka powietrza (przez ucisk z góry na worek ułożony na twardej podłodze);
    - sprawdzenie szczelności korka worka na lód (powyższe czynności nie dotyczą w przypadku stosowania kompresu żelowego);
    - włożenie worka do pokrowca;
    - ułożenie worka na leczonym miejscu;
    - kontrolowanie przebiegu zabiegu (usuwanie roztopionej wody z worka), tak aby w worku stałe był tylko lód, lub stopnia ocieplenia kompresu żelowego;
    - uzupełnianie worka kostkami lodu w zależności od potrzeby lub wymiana kompresu żelowego na świeży;
    - zakończenie zabiegu – usunięcie worka z lodem z miejsca leczonego i dokładna ocena skóry w miejscu wykonania zabiegu;
    - uporządkowanie sprzętu po zabiegu;
    - umycie rąk;
    - udokumentowanie zabiegu.

## BIBLIOGRAFIA

1. Barczyński M., Bogusz J.: *Medyczny słownik encyklopedyczny*. Oficyna Wydawnicza Fogra, Kraków 1993,
2. Dison N.: *Technika zabiegów pielęgnarskich*. PZWL, Warszawa 1978.
3. Wołynka S.: *Pielęgniarstwo ogólne*. PZWL, Warszawa 1993.
4. Zahradniczek K. (red.): *Wprowadzenie do pielęgniarstwa*. PZWL, Warszawa 1999.