

多一点健康关注

少一份疾病担忧

冷热应用

老年人热水袋的应用

天津职业大学：陈妍妍



目录



▶ 知识要求

- 一、冷热应用概述
- 二、取暖物品类型
- 三、使用热水袋可能出现的危害
- 四、热水袋的安全使用方法

▶ 技能要求

- 一、使用热水袋为老年人睡前暖被褥
- 二、使用热水袋为老年人保暖**





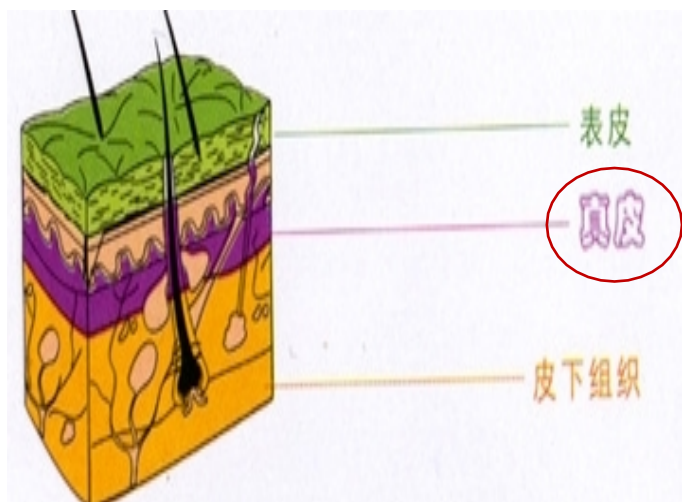
学习目标

- ✓ 了解老年人使用热水袋可能出现的危害
- ✓ 掌握老年人热水袋温度控制
- ✓ 掌握老年人热水袋使用方法
- ✓ 能使用热水袋为老年人睡前暖被褥、入睡时保暖

一、冷热应用概述

▶ 1. 冷热疗法概念

- 是利用低于或高于人体温度的物质作用于人体的局部或全身，通过神经传导引起皮肤和内脏器官的血管收缩和舒张，改变机体各系统的血液循环和新陈代谢等活动，达到治疗目的。



多4-10倍



2. 冷热疗法的生理效应

生理效应

冷热应用可使机体产生一系列生理反应，且用冷产生的效应与用热产生的效应相对。

继发效应

持续用冷或用热**超过一定时间**，产生与生理效应**相反**的作用。

- p 时间适宜：20-30min/次
- p 反复使用：中间休息1h

2. 冷热疗法的生理效应

生理效应	用 冷	用 热
细胞代谢	减少	增加
需氧量	减少	增加
血管	收缩	扩张
毛细血管通透性	减少	增加
血液黏稠度	增加	降低
血液流动	减慢	增快
淋巴流动	减慢	增快
结缔组织伸展性	减弱	增强
神经传导速度	减慢	增快
体温	下降	上升



▶ 3. 热疗法目的与禁忌

目的

- 促进浅表炎症消散和局限
- 减轻深部组织充血
- 减轻疼痛
- 保暖与舒适

禁忌

- 未明确诊断的急性腹
- 面部危险三角区的感染
- 各种脏器出血
- 软组织损伤或扭伤的初期（24小时）
- 其他：皮肤湿疹、急性炎症、金属移植部位、恶性病变部位，麻痹、感觉异常者慎用

该处血管丰富，面部静脉无静脉瓣，且与颅内海绵窦相通，热疗可使血管扩张，血流增多，导致细菌毒素进入血循环，促进炎症扩散，造成严重颅内感染和败血症



二、取暖物品类型

- ▶ 热水袋
- ▶ 电热水袋
- ▶ 暖宝宝



三、使用热水袋可能出现的危害

- 热水袋使用不当，可能出现低温烫伤
- 皮肤长时间接触高于体温的低热物体，如接触70°C的温度持续1分钟，接触近60°C的温度持续5分钟以上时，就会造成“低温烫伤”。
- 易发生低温烫伤者一般是晚上睡觉不易苏醒的人和感觉迟钝的人，常见于老年人

低温烫伤表现：创面疼痛感不十分明显，仅在皮肤上出现红肿、水泡、脱皮或者发白的现象，面积不大，烫伤皮肤表面看上去烫伤不太严重，但创面深，严重者甚至会造成深部组织坏死，如果处理不当，严重会发生溃烂，长时间无法愈合等

四、热水袋安全使用方法

- 热水袋表面应完好，无破损，无漏水现象
- 热水袋水温不可过高，老年人应低于50℃为宜。灌水后，排尽袋内空气，拧紧盖子，并在热水袋外面套布套。
- 老年人使用热水袋应放置在距离身体10厘米处，睡前放置，睡觉时取出更为安全
- 糖尿病、脊髓损伤或脑卒中的老年人，由于存在感觉、运动功能障碍，痛觉、温觉减退或消失，不宜使用热水袋。如必须使用时，应加强看护及巡视。
- 电热水袋使用时应避免袋内水温不均，加热完毕应摇动袋身，让袋内水温均匀。

▶ 热水袋的保健用途

p 促进炎症消散及伤口愈合

用热使局部血管扩张，血液循环速度加快，促进组织中毒素、废物的排出；同时血量增多，白细胞数量增多，吞噬能力和新陈代谢增强，使机体局部或全身的抵抗力和修复力增强。

p 缓解疼痛不适

缓解关节疼痛，对腰痛、坐骨神经痛、痛经等疼痛均有缓解作用

热水袋放在局部疼痛处，每次20分钟，每天1-2次，可明显缓解疼痛

p 缓解咳嗽症状

热敷背部，可使上呼吸道、气管、肺等部位的血管扩张和血液循环加速，以增强新陈代谢和白细胞吞噬能力，还有缓解咳嗽作用

p 催眠

热水袋放于后颈部，会感到温和舒适，先双手发热，慢慢脚部也感觉温暖，就可起到催眠作用



技能要求1:使用热水袋为老年人保暖

工作准备—评估沟通—放置热水袋—取出热水袋—整理用物—记录

1

2

3

4

5

6

步骤一、工作准备

- 环境准备：环境整洁，温湿度适宜
- 老人准备：老人平卧于床上，盖好盖被
- 护理员准备：护理员着装整洁，洗净双手
- 物品准备：热水袋、热水袋套、水罐（盛有50℃左右的温水）、水温计、毛巾、纱布、记录单、笔

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/378050072104006135>