

DUŞLAR

- Suyun çeşitli cihazlar kullanılarak farklı basınç, şekil ve sıcaklıklarda vücuda uygulanması yöntemidir.

- ▶ Duşların etkileri,
- ▶ tedavi edilen vücut bölgesine
- ▶ Suyun sıcaklığına
- ▶ Uygulanan basınca
- ▶ Tedavi süresine bağlıdır.

Endikasyonları

- ▶ Duşların sıcaklık derecelerine göre etkileri farklıdır
 - Sıcak duş uyarıcı ve uzun süreli rahatlatıcı etki
 - Nötral duş sedatif
 - Soğuk duş stimulan ve tonik etki

Kontreendikasyonları

► Sıcak

Kardiak böbrek hast.

Arteriosklerozis

Sinir irritabilitesi

Hipertansiyon

Varikoz ven

► Soğuk

Nevritler

Sıcağın kullanılmadığı yerler

DUŞLARIN FİZYOLOJİK ETKİLERİ

- ▶ Duşlar, hem sıcaklık hem de mekanik etki gösterirler.

- ▶ Duşların fizyolojik özellikleri pek çok faktöre bağlı değişim gösterebilir.
- ▶ Sıcaklık derecesi
- ▶ Su basıncı
- ▶ Uygulama süresi
- ▶ Genel ve lokal uygulama
- ▶ Suyun akış şekli yönü
- ▶ Uygulanan bölge

Manipulatif Duşlar

- Hastaya duşla beraber elle ve suyla beraber masaj yapılır

Etkileri

Kapiller ve lenfatik dolaşımı artırmak

Hiperemi

Adezyonları gidermek

Genel olarak vücudu uyarmak

Manipulatif Duşlar

- ▶ Sıcaklık 39 derece
- ▶ Basınç 2-3 km/ cm²
- ▶ Süre 20 dk

► Endikasyonları

Fibrositis

Obesite

Dolanım zayıflıkları

Romatizma

panniculitis

► Kontraendikasyonları

Bazı kalp hastalıkları

Arteriosklerozis

Masajın kontraendike olduđu durumlar

- ▶ Kısa süreli uygulanan duşlar sıcak yada soğuk sinirlerin duyarlılığını artırır.
- ▶ Uzun süreli uygulanan duşlar derinin duyuşal fonksiyonlarında azalmaya neden olabilir.

Zıt Duşlar

- ▶ Duşları sıcak ve soğuk olarak ard arda uygulanması yöntemidir.
- ▶ Etkileri ; uyarı, yüzayel hiperemi,adezyonları açar
- ▶ Uygulaya sıcakla başlanır sıcakla bitirilir.

Zıt Duşlar

- ▶ Sıcak 37.5- 43.5 derece
- ▶ Basınç 5-10 kg/ cm²
- ▶ Süre 12-40 sn

soğuk 15.5-26.5 derece
7.5-12.5 kg/ cm
3-10 sn

HORİZONTAL JET DUŞLAR

- ▶ Jet duşlar tek bir hat şeklinde akış gösteren iplik şeklinde çapı 1 mm den daha küçük(filiform duş) yada en fazla 25,4 mm arısında değişen suyun vücuda uygulanmasıdır.