

# Терапія вологим обгортанням

Терапія вологим обгортанням є одним з корисних методів лікування екземи.

## Що таке терапія вологим обгортанням?

Терапія вологим обгортанням допомагає лікувати екзему (атопічний дерматит). Терапія вологим обгортанням може допомогти:

- посилити поглинання шкірою зволожуючих засобів;
- посилити поглинання шкірою місцевих стероїдів, у результаті чого до уражених ділянок буде доставлятися більше ліків;
- діяти як бар'єр, який запобігає Вашій дитині дряпатися, що може допомогти їй краще спати.

## Коли використовуються вологі обгортання?

Вологі обгортання зазвичай призначені для використання в період загострення екземи. Як правило, їх використовують лише протягом декількох днів, але Ваш лікар може порадити Вам використовувати їх протягом більш тривалого періоду.

Вологі обгортання також можна використовувати без місцевих стероїдів, щоб покращити дію зволожуючих кремів і запобігти спалахам захворювання.

## Які матеріали мені потрібні?

Перш ніж робити вологе обгортання, зберіть вказані нижче матеріали:

- мазь зі стероїдами для місцевого застосування, призначена лікарем Вашої дитини;
- зволожуючий (пом'якшувальний) засіб: ми пропонуємо прозору жирну мазь, таку як вазелін;
- два шари 100% бавовняного матеріалу для обгортання на Ваш вибір: один для вологого шару, інший для сухого шару. Вологий шар повинен бути вузьким або щільно прилягати.

## Який матеріал для обгортання вибрати?

Виберіть матеріал для обгортання, який найкраще підходить для тієї частини тіла, яку Ви покриваєте. Ось кілька прикладів:

- марля: для будь-якої ділянки тіла, але це може коштувати дорого;
- щільна піжама зі 100% бавовни: для більш поширених висипок;
- шкарпетки зі 100% бавовни: для стійкої екземи на руках або ногах;
- шкарпетки зі 100% бавовни для дорослих: якщо Ви виріжете невеликий отвір на носі шкарпетки для дорослих, вона легко натягнеться на руку чи ногу. За потреби переміщайте її вгору або вниз.

1 з 2

### Дізнатися більше

- Дерматологія  
206-987-2158
- Запитайте лікаря Вашої дитини
- [seattlechildrens.org](http://seattlechildrens.org)

### Безкоштовні послуги перекладача

- Запитайте Вашу медсестру в лікарні.
- Перебуваючи за межами лікарні, зателефонуйте на безкоштовну лінію сімейного перекладу за номером: 1-866-583-1527. Повідомте перекладачу ім'я та прізвище або додатковий номер, який Вам потрібен.



**Seattle Children's**  
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

### Як накласти вологу обгортку?

Найкраще накладати вологу обгортку після ванни, але це можна робити в будь-який час доби. Поговоріть зі своєю дитиною про вологе обгортання за кілька днів до того, як почнете його виконувати, щоб вона зрозуміла, чому Ви одягаєте її у вологий одяг. Може бути корисно пропонувати нагороди (позитивні стимули) за проведення процедури. Ви також можете помістити вологий шар у сушарку на 5–10 хвилин, щоб розігріти його перед нанесенням.

### Етапи вологого обгортання:

1. Нанесіть лікувальну мазь на запалену шкіру Вашої дитини відповідно до інструкції. (Пропустіть цей крок, якщо Ваш лікар попросив Вас застосовувати вологі компреси лише для зволоження.)
2. Нанесіть товстий шар зволожувального (пом'якшуючого) засобу на ділянки, на які Ви ще не наносили ліки, або дійте відповідно до вказівок Вашого лікаря.
3. Замочіть один шар обгортки в теплій воді.
4. Відтисніть надлишок води, доки тканина не стане вологою/злегка вологою.
5. Оберніть уражене місце цим вологим шаром. Переконайтеся, що обгортка не занадто туга.
6. негайно нанесіть сухий шар (суху марлю, 100% бавовняні шкарпетки/одяг/піжаму) на вологий шар. Не накривайте пластиковою плівкою.
7. Намагайтеся тримати дитину в теплому середовищі або накрити її ковдрою.
8. Вологі обгортання найкраще діють, якщо процедура триватиме 1–2 години, але навіть 20 хвилин може принести користь. Іноді вологі обгортки залишають на місці на ніч, поки вони не висохнуть. Як завжди, дотримуйтеся індивідуальних порад Вашого лікаря щодо частоти та тривалості терапії вологим обгортанням.
9. Після завершення процедури зніміть обгортки та нанесіть зволожувальний засіб на все тіло.
10. Викидайте використані марлеві обгортки. Ви можете прати та повторно використовувати бавовняні матеріали, що використовуються для обгортання.
11. Якщо у Вас виникнуть будь-які запитання або сумніви, зверніться до лікаря Вашої дитини.

### Де я можу знайти додаткову інформацію?

- Наш роздатковий матеріал «Атопічний дерматит (екзема)» (Atopic Dermatitis (Eczema)) [seattlechildrens.org/pdf/PE573U.pdf](https://seattlechildrens.org/pdf/PE573U.pdf)
- «Екзема: атопічний дерматит» (Eczema: Atopic Dermatitis) від KidsHealth [kidshealth.org/en/parents/eczema-atopic-dermatitis.html](https://kidshealth.org/en/parents/eczema-atopic-dermatitis.html)
- Центр екземи та запальних захворювань шкіри лікарні Rady Children's Hospital [eczemacenter.org](https://eczemacenter.org)

---

Лікарня Seattle Children's пропонує безкоштовні послуги перекладача для глухих пацієнтів, пацієнтів з вадами слуху або пацієнтів, які не розмовляють англійською, а також для членів їхніх сімей і законних представників. Лікарня Seattle Children's надасть цю інформацію в альтернативних форматах на запит. Зателефонуйте до Family Resource Center (Сімейний інформаційний центр) за телефоном: 206-987-2201. Цей роздатковий матеріал був перевірений клінічним персоналом лікарні Seattle Children's. Однак Ваші потреби є унікальними. Перш ніж діяти або покладатися на цю інформацію, проконсультуйтеся зі своїм лікарем.

© 2024 Seattle Children's, Seattle, Washington. Усі права застережено.

# Wet Wrap Therapy

---

Wet wrap therapy is a useful tool to treat eczema.

---

## What is wet wrap therapy?

Wet wrap therapy helps treat eczema (atopic dermatitis). Wet wraps can help:

- Increase absorption of moisturizers into the skin
  - Increase absorption of topical steroids into the skin, so more medicine is delivered to the affected areas
  - Act as a barrier to keep your child from scratching, which can help your child sleep better
- 

## When are they used?

Wet wraps are usually for severe eczema flare-ups. Normally, you use them only for a few days, but your healthcare provider may tell you to use them longer.

Wet wraps can also be used without topical steroids to help moisturizers work better and to help prevent flares.

---

## What supplies do I need?

Before you do a wet wrap, gather these supplies:

- Topical steroid ointment prescribed by your child's healthcare provider
  - Moisturizer (emollient): we suggest a clear, greasy ointment like Vaseline
  - Two 100% cotton layers of a wrap of your choice: one for a wet layer and the other for a dry layer. The wet layer needs to be snug or fitted.
- 

## What kind of wrap do I choose?

Choose the wrap that works best for the part of the body you are covering. Here are some examples:

- Gauze: for any body area, but can be expensive
  - Fitted 100% cotton pajamas: for more widespread rash
  - 100% cotton socks: for stubborn eczema on the hands or feet
  - 100% cotton adult socks: if you cut a small hole in the toe of an adult sock, the wrap will fit easily over an arm or a leg. Move it up or down as needed.
- 

## How do I apply the wet wrap?

- It is best to apply a wet wrap after a bath, but it can be done any time of the day. Talk to your child about the wet wrap a few days before you start putting them on so they understand why you are putting them in wet clothes. It can help to offer rewards (positive incentives) for wearing them. You can also put the wet layer in a dryer for 5 to 10 minutes to warm them for application.
- 

1 of 2

### To Learn More

- Dermatology  
206-987-2158
- Ask your child's healthcare provider
- [seattlechildrens.org](http://seattlechildrens.org)

### Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.



**Seattle Children's**  
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

### Steps for applying the wet wrap:

1. Apply the medicated ointment to your child's inflamed skin as directed. (Skip this step if your provider has asked you to apply wet wraps just for moisturizing.)
2. Apply a generous layer of moisturizer (emollient) to the areas you have not applied medication, or as directed by your provider.
3. Soak one layer of wrap in warm water.
4. Wring out excess water until it is damp/slightly wet.
5. Wrap the affected area with this wet layer. Make sure it is not too tight.
6. Immediately put on the dry layer (dry gauze, 100% cotton sock/clothing/pajamas) over the wet layer. Do not cover with plastic.
7. Try to keep your child in a warm environment or cover them with a blanket.
8. Wet wraps work best if left on for 1 to 2 hours, but even 20 minutes can help. Sometimes they are left in place overnight as long as they do not dry out. As always, follow the specific advice of your provider for frequency and duration of wet wrap therapy.
9. Once you are done, remove the wraps and apply moisturizer to the entire body.
10. Throw away used gauze wraps. You may wash and reuse cotton wraps.
11. If you have any questions or concerns, contact your child's provider.

---

### Where can I find more information?

- Our handout "Atopic Dermatitis (Eczema)" [seattlechildrens.org/pdf/PE573.pdf](https://seattlechildrens.org/pdf/PE573.pdf)
- "Eczema: Atopic Dermatitis" from KidsHealth [kidshealth.org/en/parents/eczema-atopic-dermatitis.html](https://kidshealth.org/en/parents/eczema-atopic-dermatitis.html)
- Eczema and Inflammatory Skin Disease Center Rady Children's Hospital [eczemacenter.org](https://eczemacenter.org)