

Изобретение относится к области медицины, в частности к способам лечения простого бурсита после ушиба. Контактный способ реализуют путем воздействия холодом. Сначала осуществляют поглаживание опухоли от локтевого сустава вверх в течение 2-3 мин, а затем охлаждают эту область водой с температурой до 3°C или снегом в течение 2-3 сек, увеличивают время поглаживания при повторных сеансах на 0,5 мин, доводя его до 5 мин., всего на курс 4-6 сеансов.