

Спелеотерапия, галотерапия



С древних времен известны лечебные свойства соляных пещер, которые и в настоящее время используются на целом ряде курортов, расположенных вблизи соляных копей (в Польше, Австрии, Румынии, Азербайджане, Киргизии, на Украине, в Белоруссии). Спелеотерапия в условиях соляных пещер получила признание как высокоэффективный немедикаментозный метод лечения.

Спелеотерапия – метод лечения длительным пребыванием в условиях микроклимата карстовых и других пещер, соляных копей, гротов, шахт и т.д.

С середины 80-х годов 20 века стали предприниматься попытки воспроизведения микроклимата **соляных пещер** лечебниц (галитовых, сильвинитовых) в наземных условиях. Поскольку главным действующим фактором метода является аэрозоль соли, метод был назван «Галотерапия». Это название отражает главный действующий фактор спелеотерапии – сухой высокодисперсный аэрозоль природной каменной соли («hals» - греч. «соль»).

Галотерапия – немедикаментозный метод лечения, основанный на применении искусственного микроклимата, близкого к подземным соляным спелеолечебницам. Помещение, где создается лечебный микроклимат соляных спелеолечебниц, получило название «галокамера».

Показания к групповой спелеотерапии (галокамере):

1. Патология органов дыхания:

- заболевания верхних дыхательных путей в периоде остаточных явлений и в периоде реконвалесценции;
- острый бронхит с затяжным течением;
- бронхиальная астма легкой и ср. степени тяжести.

2. Заболевания сердечно-сосудистой системы:

- вегетососудистая дистония (гипотонический и гипертонический варианты).

3. Патология ЛОР-органов в периоде остаточных явлений и вне обострения:

- аллергический вазомоторный ринит;
- аллергическая риносинусопатия, поллинозы;
- хронический или подострый тонзиллит, синусит в периоде остаточных явлений.

4. Заболевания кожи:

- атопический дерматит, диффузная и экссудативная форма в стадии стабилизации;

- псориаз в стадии стабилизации;
- экзема;
- гиперсекреция сальных желез (жирный тип кожи);
- нейродермит;
- гнойничковые заболевания кожи, угри.

5. Снижение общего и местного иммунитета:

- дети часто и / или длительно болеющие ОРЗ, ОРВИ (с целью профилактики).



Основные лечебные факторы галотерапии в условиях управляемого микроклимата:

Высокодисперсный сухой аэрозоль природной каменной соли определенного диапазона (от 0,5 мг/м³ до 10 мг/м³) с контролируемыми лечебными концентрациями (режимами) в соответствии с методом, утвержденным МЗ РФ.

➤ **Гипобактериальная и безаллергенная воздушная среда.** Наличие высокодисперсного сухого солевого аэрозоля формирует в лечебном помещении среду, свободную от микроорганизмов и аллергенов.

➤ **Аэроионизация.** При измельчении в галогенераторах частицы соли приобретают отрицательный заряд и высокую поверхностную энергию. При взаимодействии с молекулами воздуха возникает его аэроионизация. **Легкие отрицательные ионы являются дополнительным фактором терапевтического воздействия на организм и очищения среды помещения.** Такой естественный способ аэроионизации является наиболее физиологичным и безопасным.

➤ **Стабильность оптимальных микроклиматических параметров.** Воздушная лечебная среда имеет стабильную влажность - (40-60%) и постоянную температуру (18-24 °С), наиболее благоприятные и комфортные для органов дыхания.

► Использование каменной соли природных месторождений (Солотвино, Соль-Илецка, Артемовска и др.). Эта соль обладает природными физическими свойствами и имеет постоянный состав (ГОСТ). Чрезвычайно малые дозы каменной соли не вызывают раздражения и повышения реактивности слизистой бронхов, что наблюдается при применении солевых растворов у ряда больных бронхиальной астмой (БА) и другой легочной патологией.

► Дизайн природной соляной пещеры, эстетическая привлекательность оказывают положительное воздействие на психоэмоциональную сферу, создают комфортные условия проведения процедуры.

Механизмы действия галотерапии



Галоаэрозоль:

- Стимулирует защитные механизмы дыхательных путей.
- Обладает бронходрулирующим, противовоспалительным, иммунокорректирующим действием.
- Оказывает естественное противомикробное действие, не оказывает отрицательного эффекта на местную защиту и способствует улучшению биоценоза дыхательного тракта.
- Присутствующие легкие отрицательные активизируют метаболизм и местную защиту биологических тканей, благоприятно действуют на сердечнососудистую, эндокринную систему, желудочно-кишечный тракт, слизистые оболочки дыхательной системы.
- Пребывание в галокамере стабилизирует вегетативную нервную систему, оказывает положительное психоэмоциональное и антидепрессивное действие.

► Курс галотерапии состоит из 10-15 ежедневных сеансов длительностью 20 – 30 минут (для детей). Больным с хронической патологией курсы процедур

целесообразно повторять 1-2 раза в год. Между сеансами осуществляется проветривание в течение 20 – 30 минут.

▶ Галотерапия успешно сочетается с другими физиотерапевтическими и немедикаментозными методами лечения.

Противопоказания:

Острые инфекционные заболевания, аллергические реакции на соль, хронические заболевания почек, общие противопоказания к физиотерапии (лихорадящее состояние, заболевания крови, новообразования и подозрение на них, истерические реакции, клаустрофобия, эмфизема, гипертоническая болезнь II В и III ст. и др.)