

Соляная пещера: показания и противопоказания

• Целебный микроклимат соляной пещеры обладает predetermined влажностью, температурой, давлением, ионным составом воздухом (характерно высокое содержание отрицательно заряженных частиц), полным отсутствием аллергенов и бактериальной флоры. Главным компонентом галокамеры, оказывающим уникальный лечебный эффект, является солевой аэрозоль — распыленные в воздухе микроскопические солевые частицы. Состав аэрозоля находится в зависимости от того, какие породы были использованы при построении соляной пещеры (может использоваться хлорид калия, соли натрия и т. д.). Частицы аэрозоля проникают в дыхательный тракт благодаря своей небольшой величине (от 1 до 5 мкм), снижая активность инфекционных и воспалительных процессов в респираторных путях. При этом происходит активная стимуляция общего и местного иммунитета. Именно благодаря этим свойствам галоаэрозоля стало возможным создание в галокамере практически стерильной атмосферы. В ходе лечения организм пациента адаптируется к особенностям целебного микроклимата, все системы и органы перестраивают свою деятельность. По некоторым данным, один сеанс галотерапии приравнивается к четырем дням пребывания на море. Спелеокамера получила свое признание у врачей и пациентов как весьма эффективный немедикаментозный способ лечения в составе комплексной терапии различных заболеваний иммунной, сердечно-сосудистой, дыхательной системы. Однако широкое назначение спелеотерапии сдерживает наличие к ней строгих противопоказаний.

• Соляная пещера: противопоказания

Противопоказаниями к посещению соляной комнаты являются острые заболевания и хронические процессы в стадии обострения, инфекции (бруцеллез, туберкулез и др.), тяжелые стадии и формы болезней (например, последняя стадия сердечной недостаточности), непереносимость галоаэрозоля. В этот же список входят:

- психические заболевания;
- онкопатология (особенно злокачественная);
- метаболические нарушения;
- заболевания кровеносной системы;
- гипотрофия, анорексия, кахексия;
- наличие гнойников (флегмон, абсцессов), кровоточащих язв или ран;
- любые формы тяжелой зависимости (наркомания, алкоголизм);
- заболевания, передающиеся половым путем.

С особой осторожностью — беременность и период лактации. В данной ситуации обязательна консультация лечащего врача на предмет наличия показаний и противопоказаний.

- ***Соляная пещера: показания***

Возможность использования разных доз галозарозоля, управляемость микроклимата позволило применять методику в терапии практически всех типов бронхиальной и легочной патологии, а также аллергических, кожных болезнях. Спелеотерапия показана и пациентам с заболеваниями ЛОР-органов, сердечно-сосудистой системы, с эндокринной патологией, больным разных возрастных категорий (детям, пожилым людям). Кроме того, нахождение в спелеокамере оказывает положительное воздействие на вегетативный отдел нервной системы, способствует стабилизации физиологических процессов, хорошо влияет на психологическое состояние. Эффективна галотерапия в период реабилитации пациентов, перенесших острые, тяжелые заболевания респираторного тракта. Очевидна польза процедуры для больных с вялотекущими, склонными к хронизации процессами, при бронхоэктатической болезни, после хирургического вмешательства, при рецидивирующем бронхите. Пребывание в соляной комнате оказывает оздоравливающий косметический эффект на кожный покров, особенно при его склонности к воспалениям.

- ***Соляная пещера для детей: показания***

Касаемо педиатрической практики: данная процедура применяется чаще всего в составе комплексной терапии малышей с бронхиальной астмой, иными обструкциями, частыми бронхитами (особо при затяжной форме течения). Воздействие соляной комнаты позволяет снизить частоту использования антибиотиков у часто болеющего ребенка и тем самым предотвратить развитие дисбактериозов и аллергии. Иммуномодулирующее, противоотечное и бактериостатическое влияние соляного аэрозоля особенно полезно при аденоидах, риносинусопатии, частых гайморитах и фронтитах, вазомоторном и аллергическом ринитах, хроническом фарингите и иных ЛОР-заболеваниях. Более чем у 90% детей, страдающих частыми синуситами, достигается практически полная санация придаточных пазух. Нейроциркуляторная, или вегетососудистая дистония — один из самых частых диагнозов, которые врачи выставляют ребенку в подростковом возрасте. Дисбаланс нервной системы также подлежит лечению в соляной пещере. Уникальный релаксирующий эффект снижает внешние проявления заболевания, поможет уменьшить частоту обострений (приступов). Рекомендована спелеотерапия для реабилитации маленьких пациентов с болезнями кожи: аллергический дерматит, нейродермит, псориаз, некоторые формы ихтиоза, экзема. Педиатры

отмечают отличную переносимость метода, редкость побочных эффектов, широкий спектр использования, а также удовольствие, которое получают дети от спелеолечения.

- ***Соляная пещера: польза и вред***

Польза от галотерапии безусловна. Аэрозоль не только стимулирует местный иммунитет респираторного тракта, но и обладает противовоспалительным, муколитическим, дренажным действием. Доказаны такие его эффекты, как бактериостатическое действие, улучшение местной флоры слизистых и повышение её устойчивости к внешним патогенным воздействиям.

Кроме того, при нахождении в соляной пещере прерывается контакт со множеством аллергенов и токсических веществ, находящихся в городском воздухе. Это способствует ускорению восстановления иммунобиологических качеств дыхательной системы. Отрицательные ионы, находящиеся в воздушной среде комнаты, не только активируют обменные процессы в тканях, но и оказывают адаптогенное воздействие на стресс-лимитирующие системы. Способна ли соляная пещера каким-либо образом навредить пациенту?

- ***Кашель после соляной пещеры***

Существует такое понятие, как «галообострение», подразумевающее обострение симптоматики или появление таковой после двух-трех сеансов спелеотерапии. Так, часто отмечают усиление кашля — это вполне нормальное явление, поскольку солевой аэрозоль оказывает муколитическое, разжижающее действие на мокроту, застоявшуюся в дыхательных путях, способствует её оттоку. Обычно усиление кашля после соляной пещеры происходит на второй-третий сеанс, но бывают и случаи, когда обострение начинается после первого посещения. Чаще этому явлению подвержены дети, в связи с особенностями строения дыхательных путей и высокой восприимчивостью к изменениям в климате. То же касается малышей, страдающих частыми бронхитами или бронхиальной астмой — обострение может быть весьма сильным, учащается число приступов, усиливаются хрипы в легких. К середине лечения интенсивность симптомов идет на убыль, затем наступает резкое облегчение общего состояния и улучшение в отношении основного заболевания. В случае, если симптомы не проходят, а нарастают, следует обратиться к лечащему врачу. Не стоит забывать о том, что существует индивидуальная непереносимость составляющих воздуха соляных пещер. Помните также, что нельзя начинать лечение в острой фазе, особенно инфекционного заболевания (в том числе ОРВИ).

- ***Сопли после соляной пещеры***

Все сказанное выше касается и насморка, появляющегося после посещения спелеокамеры еще чаще, чем кашель. Галоаэрозоль эффективно разжижает и выводит скопившуюся в придаточных носовых пазухах слизь (мокроту). Явления ринита иногда начинаются прямо во время первой процедуры. По этой причине сотрудники советуют брать в галокомнату носовые платки. Очищать нос следует, выйдя из спелеокамеры. У детей ринит выражен особенно сильно из-за узости носовых ходов.

- ***Температура после соляной пещеры***

Подъем температуры после посещения галокамеры также обусловлен воздействием целебного микроклимата. Иммуномодулирующие и иммунностимулирующие свойства солевого аэрозоля помогают бороться со скрытой инфекцией, хроническими, застарелыми очагами инфекции, о наличии которых не всегда знает и сам пациент. Обычно отклонения от нормы невелики — до 37,5 градусов. Старайтесь следить за своим самочувствием и регулярно измерять температуру после процедуры. Обо всех изменениях следует сообщать врачу, который вас наблюдает.