Содержание

 Введение

Виды лечебных грязей

Механизм действия

Хранение регенерация и подготовка грязей к применению

Методика применения грязевых процедур

Показания и противопоказания для лечения

Глина

Введение.

Грязелечение, или пелоидетерапия, известно человеку с незапамятных времен. Ещё много веков назад жители древнего востока (Египта и Индии) обнаружили, что грязи, которыми были наполнены некоторые водоёмы, способны лечить недуги.

Грязелечение пользовалось особой популярностью в древнем Риме. Местные врачеватели активно пропагандировали лечение разбавленной вулканической грязью фанго болезней суставов, сердечных недугов, психических расстройств. со временем пелоидотерапия даже вошла в моду: например, представители знати в ХVIII – ХIХ вв. отправляли своих отпрысков на грязевые курорты Швеции, Франции, Германии, Австрии, не только для того, чтобы они поправили своё здоровье, но и для того чтобы они завязали знакомства в профессиональной сфере или сделали блестящую партию в семейном отношении.

Виды лечебных грязей.

В России целебные свойства грязи были известны с XIV – XVI вв. В частности грязи Сакского озера в Крыму и Тинакского озера неподалеку от Астрахани широко применялось народными целителями. Однако вплоть до начала ХIХ в грязелечение считалось уделом шарлатанов, пока наконец, оно не было признано официальной медициной и не взято на вооружение при лечении различных заболеваний.

В России существует множество бальнеологических курортов, где специалисты изучают ресурсы грязей, разрабатывают методы их сохранения и регенерации, исследуют их лечебное действие и совершенствуют методики их применения. В настоящее время разработаны и применены многие методы грязелечения: использование грязи невысокой температуры и преимуществен - но аппликационным способом; полосное грязелечение (внутривлагалищное, внутриректальное); комплексное грязелечение (гальваногрязелечение, электрофорез грязевым раствором, диатермогрязелечение, диатермогальва- ногрязелечение, индуктотермогрязелечение); использование грязевых препаратов и контрастных грязевых аппликаций.

Наряду с традиционным лечением болезней с помощью целебных грязей, их стали применять при ряде хирургических заболеваний, в частности при огнестрельных остеомиелитах, травмах периферических нервов, спинного мозга, повреждение суставов.

Однако прежде чем прибегать к пелоидотерапии, проконсультируйтесь с лечащим врачом: он назначит вам именно те грязи, которые необходимы в конкретном случае; подберет правильный метод лечения с учетом состояния вашего организма и наличия сопутствующих заболеваний.

С лечебной целью применяют грязи различного происхождения. Целебные грязи или как их ещё называют, пелоиды, представляют собой осадки различных водоёмов, торфяные отложения болот, извержения грязевых вулканов и прочие. Грязь имеет вид однородной пластичной массы, и состоят из воды, минералов и органических веществ.

Для лечения не годится обычная грязь, которая образуется на улицах городов и деревень во время распутицы. Она не содержит никаких особых веществ. Целебными свойствами обладает только та грязевая масса, которая образуется при наличии особых геологических, климатических, биологических и прочих природных факторов. Именно такой состав способен оказать благотворное влияние на здоровье. Получается, что природа веками готовит особую суспензию, кропотливо подбирая компоненты и терпеливо выжидая многие века.

Материалом для образования грязей служат минеральные частицы и органические вещества (например, остатки растительных и животных организмов), а также коллоидные частицы органического и неорганического состава. Целебные силы грязь получает только тогда, когда в течение очень продолжительного времени её компоненты «обрабатываются» микроорганизмами. Подсчитано, что в 1 г сухой грязи может сохраняться 1 млрд. и более микроорганизмов. В результате биохимических процессов протекающих с участием микробов, грязи обогащаются биогенными компонентами: соединениями углерода, азота, серы, железа и прочих. Эти компоненты проявляют высокую терапевтическую активность.

Для лечения применяются грязевые растворы, остов грязи и коллоидный комплекс. Грязевой раствор состоит из: воды, покрывающей грязевые отложения, и растворимых в ней солей, органических веществ и газов. Чем насыщенней грязевой раствор, тем более выражение действует он на организм.

Остов грязи представляет собой вязкую массу, которая включает глинистые и песчанистые частицы различной величины, слабо растворимые соли кальция и магния, грубые органические остатки. Для лечения предпочти – тельнее применять грязи тонкого состава, которые состоят из частиц размером 0,01 мм.

Коллоидный комплекс – это тонкодисперсная часть грязи, которая включает в себя минеральные частицы размером менее 0,01 мм, органические вещества, сложные органические и органоминеральные соединения (например, серу, кремниевую кислоту, гидросульфат железа).

По количеству соединения органического вещества все грязи принято подразделять на органические и неорганические. К органическим целебным грязям (более 10 % органических веществ) относятся торфяные грязи и сапропели, а к неорганическим (менее 10 % органических веществ) сульфидные иловые и сопочные грязи. Органические вещества, входящие в состав грязей, очень важны, поскольку они определяют такие важные свойства, как теплоёмкость, способность удерживать тепло, способность к адсорбции и прочие.

В лечебных грязях практически нет болезнетворных микроорганизмов. Особая микрофлора и органоминеральный комплекс, смолообразование и пенициллиноподобные вещества наделяют грязи антибактериальными свойствами. Примечательно, что одна и та же порция целебной грязи может применяться многократно, поскольку пелоиды обладают способностью регенерации, т.е. их бальнеологические свойства восстанавливаются после применения.

В состав грязей входит биогенные стимуляторы, которые оказывает специфическое стимулирующее действие на функции организма. Это свойство широко используется в медицине, в частности из лечебных грязей изготавливаются такие медикаменты, как ФиБС, пелоидин и др.

Несмотря на большое разнообразных грязей, все они обладают некоторыми одинаковыми физическими свойствами: пластичностью, тепловыми свойствами и способность к адсорбции. Благодаря своей пластичности грязь хорошо удерживается на теле. Торфяные грязи менее пластичны, чем иловые, поэтому перед употреблением их приходится слегка обезвоживать, настаивая и сливая излишнюю воду.

Целебные грязи обладают способностью удерживать тепло на протяжении длительного времени, и это позволяет проводить грязевые процедуры при более высокой температуре, чем водные. Наиболее выраженными тепловыми свойствами обладают органические грязи.

Не менее важны и адсорбционные свойства грязей, поскольку они способствуют удалению с кожи микробов во время терапевтической процедуры.

По происхождению подразделяются на несколько основных типов: торфяные, сапропели, сульфидные иловые и сопочные.

* Торфяные грязи встречаются в заболоченной местности. В условиях избыточного увлажнения и недостатка кислорода в результате неполного распада растительных и животных организмов образуется торф. Он имеет темно – коричневую или черную окраску, высокую пластичность и свободен от различных примесей. Торф обладает выраженной способностью удерживать тепло. Медики наиболее ценят торфы, в состав которых входят сульфат кальция и микроорганизм, способные к образованию сероводорода. Лечебные торфы также обладают выраженной адсорбционной способностью. С лечебной целью применяют только торфы с высокой степенью разложения.
* Сапропели – иловые отложения органического состава, которые образуются в пресных или низко минеральных озерах в результате микробиологического разложения водорослей и других растительных и животных остатков.

Сапропели представляют собой желеобразную пластичную массу различного цвета, с высокой влажностью, низкой минерализацией грязевого раствора и невысоким содержанием сульфидов. Эти грязи добывают в основном в тундре, лесотундре и лесных зонах. Слой лечебной грязи на дне озер может достигать толщины 10-20 м, хотя разрабатывают только верхний слой (1-2 м). Самые известные в России лечебные грязи добывают на озере Молтаево в Свердловской области, на озере Акачкуль и озере Боляш в Челябинской области.

* В сульфидных иловых грязях содержится большое количество растворимых минеральных веществ и твердых частиц, но мало органических веществ. Данная разновидность лечебных грязей представляет собой пластичную массу черного или темно – серого цвета, с высокой влажностью. Место рождения сульфидных грязей находится в морских заливах, а также в озерно-ключевых водоёмах, питаемых подземными минеральными водами.
* Сопочные грязи образуются в результате действия грязевых вулканов и прочих образований, которые размещаются в молодых складчатых областях в зонах тектонических нарушений, сложенных глинистыми толщами. Данная разновидность грязей представляет собой глинистые полужидкие образования, которые выбрасываются на поверхность по тектоническим трещинам под давлением газов и подземных вод. Они имеют светло – серый цвет, влажность 40-60%, высокоминерализованы и содержат до 0,15% сульфидов. В сопочных грязях очень мало органических веществ, зато в них содержится много химических элементов – таких, как бром, бор, йод. На территории нашей страны грязевые вулканы расположены преимущественно в южных и восточных районах.

Все перечисленные разновидности лечебных грязей с успехом применяются на курортах неподалеку от места их добычи. Однако чтобы пройти курс пелоидотерапии, не обязательно посещать курорт, поскольку лечебные грязи имеются в продаже в аптеках. Кроме того, в последнее время предприятиями косметической промышленности выпускаются косметические средства, в состав которых входит лечебные грязи.

При отсутствии природных грязей для лечения допустимо применять искусственные лечебные грязи. Их готовят в лабораториях по специальным методам из минеральных и органических веществ, солей и воды (зачастую минеральную). Полученная масса, несмотря на ограниченное количество целебных компонентов, не могла бы считаться лечебной, если бы в неё не вносили в виде чистой культуры микроорганизмы, которые перерабатывают органические вещества и превращают данную субстанцию в полноценный целебный продукт.

Механизм действия лечебных грязей.

Метод грязелечения, или пелоидотерапии заключается в воздействии на организм больного лечебными грязями различных типов. Грязелечение может применяться как самостоятельный метод лечения, так и в составе комплексной терапии.

Терапевтическое воздействие грязи складывается из действия теплового, механического и химического факторов. На сколько сильным будет воздействие того или иного фактора зависит как от состояния организма больного, так и от совокупности свойств применяемой разновидности грязей.

Тепловое воздействие лечебных грязей определяется их высокой теплоёмкостью и теплоудерживающей способностью малой теплопроводимостью. Не все грязи обладают одинаковыми тепловыми способностями. Например, теплопроводность сульфидных иловых грязей почти вдвое больше, чем торфяных, поскольку в сульфидных иловых грязях содержится большое количество минеральных веществ. Поэтому при одной и той же температуре действие сульфидной иловой, торфяной или сапропелевой грязей будет различной.

Лечебное воздействие также зависит от степени минерализации грязи и показателя кислотности грязевой среды (pH), так как они влияют на скорость и интенсивность различных физиологических реакций организма. Например, сульфидная иловая грязь стимулирует функции мозгового слоя надпочечников, а торфяная угнетает их.

Грязи с высокой степенью минерализации способствуют более выраженной нормализации возбудимости нервно – мышечного аппарата и кожных терморецепторов, а также в большей степени повышение электропроводимости кожи, ускоряют некоторые ферментативные процессы, стимулирует нейрогуморальную систему и др.Исследования показали , что при гепатите грязь высокой минерализации вызывает выраженную стимуляцию обмена аскорбиновой кислоты в организме и нормализацию функции печени.

Все эти моменты обязательно должны учитываться при грязелечении. Врачи рекомендуют оптимальные температуры нагрева грязей: для сульфидных иловых грязей +44°С, для сапропелевых +46°С, для торфяных +48°С. При приложении к коже грязи, подогретой до нужной температуры, происходит расширение сосудов и ускорение кровотока, повышение температуры в подлежащих тканях нормализуется проницаемость сосудов, ускоряются обменные процессы.

Количество лечебных грязей, применяемых за одну процедуру, должно быть дозированным. Если грязь применяется в виде аппликаций, то толщина грязевой массы не должно превышать 4-5 см. При полосном лечении (для вагинальных и ректальных тампонов) используют не более 350 – 400 г грязи.

Необходимо учитывать и состав грязей, поскольку на организм большое влияние оказывают содержащиеся в них органические и неорганические соединения, микроэлементы, газы и др. компоненты, а также степень концентрации биологически активных веществ.

Чтобы обеспечить надлежащий контакт лечебной смеси и организма, грязи накладываются непосредственно на кожу. Неорганические химические компонент абсорбируются кожей и вызывают раздражение её многочисленных рецепторов. Частицы некоторых органических веществ проникают через кожу, попадают в кровеносные сосуды, и, циркулируя в крови, оказывают непосредственное воздействие на различные органы и системы организма. Проникающей способностью обладают, прежде всего, разнообразные органические кислоты (валерьяновая, муравьиная, гуминовая и др.), летучие компоненты грязей (аминовые основания, сероводород), углеводороды, азотистые вещества и др. В кожу могут проникать и ионы некоторых не органических веществ. Например, серы и железа. В состав грязей входят гормоноподобные соединения типа фолликулина и др. эстрогенных веществ, которые также способны проникать сквозь кожу и воздействовать на железы внутренней секреции. Именно эти свойства объясняют высокое терапевтическое действие грязей при многих гинекологических заболеваниях.

В лечебных грязях обнаружены соединении типа антиокислителей, которые способны стабилизировать и регулировать ферментные процессы в тканях. При наложении грязевых аппликаций ускоряются окислительно-восстановительные процессы, улучшается газообмен, тканевое дыхание.

Лечебные грязи широко применяются в косметологии, они оказывают благоприятное влияние на процессы регенерации кожи.

На кожу воздействуют также биологически активные вещества: ферменты, витамины, вещества типа медиаторов (гистамина, ацетилхолина). Они активируют клеточный метаболизм и регенеративные процессы.

Многие грязи (особенно сульфидные иловые) обладают бактерицидным действием, что объясняется присутствием в них веществ типа антибиотиков, которые вырабатываются и выделяются в грязь микробами антагонистами, различными видами бактерий и плесневых грибков. Поэтому лечебные грязи допустимо использовать для лечения инфицированных ран.

Хранение, регенерация и подготовка грязей к применению.

Лечебная грязь применяется в основном в санаторно-курортных условиях. Однако грязелечение с успехом можно использовать на дому. Грязь, добываемую на курортах, транспортируют в деревянных бочках, стеклянной посуде или в виде брикетов. Чтобы грязь не засохла, тару герметично закрывают.

Лечебные грязи продают в аптеках в стеклянных банках. В такой упаковке грязь сохраняет свои лечебные свойства на протяжении длительного времени и может быть использована индивидуально для небольших аппликаций, грязевых компрессов, ректальных и влагалищных тампонов.

В брикетах грязь не имеет достаточно влаги, поэтому перед употреблением её необходимо измельчить, а затем залить полученную стружку обычной водопроводной водой: 300-500 мл воды на 1 кг грязи. Полученную массу необходимо разминать до тех пор, пока она не станет однородной и не приобретет пластичность и липкость.

Хранить банки и брикеты с грязью можно в любом помещении при обычной комнатной температуре или чуть более низкой температуре. Запрещается хранить грязи при температуре ниже +5°, поскольку холод убивает полезные микроорганизмы, придающие грязи уникальные целебные свойства.

Лечебную грязь можно использовать многократно. При проведении курса пелоидотерапии одну и ту же порцию грязи можно использовать до 6 раз. При каждой процедуре, будь то компресс или аппликация, неизбежно теряется некоторое количество грязи, поэтому при повторном применении к уже использованной массе необходимо добавить некоторое количество свежей грязи. Запрещено повторно использовать только ту грязь, которая применялась для ректальных или влагалищных тампонов.

После многократного применения грязь частично утрачивает свои полезные свойства. Эти свойства можно восстановить, если подвергнуть грязь регенерации. Для этого отработанную грязь помещают в чистую посуду и заливают 5%-ным раствором поваренной соли слоем не менее 10 см. Регенерация быстрее протекает в теплом месте, поэтому грязь помещают на хранение в отапливаемое помещение. Грязь полностью восстанавливает свои свойства через 6-10 месяцев подобного хранения.

Перед применением лечебной грязи её необходимо нагреть до нужной температуры. Нагрев грязи осуществляют на водяной бане. Грязевую массу помещают в небольшую ёмкость и ставят её в другой, больший по размерам сосуд, наполненный подогретой до 70-80°С водой. Для того чтобы определить оптимальный нагрев грязи, можно воспользоваться обычным термометром. Выше +48°С грязь нагревать не следует, иначе из неё улетучиваются целебные в лечебном отношении компоненты.

Методика применения грязевых процедур

При выборе методических приёмов грязелечения руководствуются, прежде всего, видом заболевания, локализацией и стадией патологического процесса, общей реактивностью организма больного. Кроме того, необходимо обязательно принять во внимание и сопутствующие заболевания, так как при некоторых болезнях грязелечение противопоказано.

Грязевые процедуры могут быть общими и местными. Общие грязевые ванны – весьма действенный способ лечения, но, к сожалению, он не приемлем для домашнего использования, поскольку ванну необходимо полностью наполнить лечебным составом, имеющим консистенцию густой сметаны. Вместо этого можно использовать разводные грязевые ванны (так называемые грязевые болтушки). Раствор для такой ванны приготавливают путем разведения грязи минеральной водой в соотношениях 1:3 или 2:3. Эти процедуры применяются при генерализованных формах поражения (например, полиартрите) и сопутствующих функциональных нарушениях сердечно-сосудистой системы.

В домашних условиях удобнее всего использовать аппликационную методику грязелечения в виде общих и местных грязевых аппликаций. Местные аппликации накладывают на кисть, стопу, отдельный сустав, пояснично-крестцовую область, область желудка, печени. На подобные аппликации уходит в среднем от 3 до 12кг грязи.

Для проведения грязевых аппликаций на кровати раскладывают тонкое одеяло, поверх него стелют полиэтиленовую пленку, а на неё – простыню из грубого холста. На простыню в определенных местах выкладывают подогретую грязь и распределяют ровным слоем толщиной 5-6 см для сапропелевых и сульфидных иловых грязей и 6-8 см для торфяной грязи. Больной ложится на простыню таким образом, чтобы грязевая лепешка приходилась на соответствующую часть тела. Если грязь наносится на область печени, желудка, низ живота, то больной сначала должен лечь на кровать, на спину, затем на соответствующее место накладывают грязевую лепешку слоем не менее 3-4 см и плотно укутывают больного, как было указано выше. Чтобы продлить процедуру, можно поверх грязевой аппликации поместить резиновую грелку, которая будет поддерживать требуемую температуру на протяжении нужного времени. На пояснично-крестцовую область удобнее всего наносить грязевую аппликацию в положении лежа на животе.

Некоторые грязевые аппликации в соответствии с местом наложения получили определенные названия: при наложении грязи на конечности и суставы – грязевые «чулки», «носки», «перчатки» (при неврите, артрите и др.); при наложении на область таза и ноги – грязевые «брюки» (при радикулите, последствиях травм спинного мозга и др.); при наложении на область таза и верхнюю часть бедер – грязевые «трусы» (при заболеваниях органов малого таза); при наложении на заднюю поверхность шеи, верхнюю часть спины и надключичные области – грязевой «воротник» (при заболевания головного мозга, глаз, шейного отдела позвоночника, верхних конечностей и др.); при наложении на молочные железы – грязевые «бюстгальтеры» (при гинекологических заболеваниях).

Продолжительность процедуры – 20-30 мин. По её окончании с кожи больного нужно удалить грязь, сгребая её ладонью. Затем больной обмывается под теплым (36-37°С) душем без применения мыла и насухо вытирать кожу. После процедуры нужно обязательно полежать в течение 30-40 мин.

Процедуры проводятся через день, хотя в отдельных случая допустимо проводить грязевые аппликации 5-6 раз в неделю. Курс лечения обычно составляет 12-18 процедур.

При общих грязевых аппликациях подогретой грязью обмазывают все тело больного, за исключением головы и передней поверхности грудной клетки. Затем больного следует последовательно завернуть в холщевую простыню, полиэтиленовую пленку и тонкое одеяло. Чтобы избежать перегревания, на лоб нужно положить холодный компресс или пузырь со льдом. Общие грязевые аппликации используются для лечения больных с распространенными формами поражения (например, при полиартрите, полирадикулоневрите) без расстройств со стороны сердечно-сосудистой системы. Завершение процедуры (удаление грязи с кожи, прием душа и т.д.) в данном случае будет таким же, как и при местных аппликациях. Периодичность процедур – 1 раз в 2 дня.

Грязевые компрессы относятся к местным процедурам. Их применяют при заболеваниях суставов, но только в подострой или хронической стадии. Подогретую до соответствующей температуры грязь ровным слоем толщиной 1-2 см намазывают на полотняную салфетку и плотно прикладывают грязевым слоем к коже. Компресс накрывают полиэтиленовой пленкой, затем слоем ваты и закрепляют бинтом или полотенцем. Продолжительность процедуры может быть различной – от 30 мин до 5-6 ч. Первые процедуры должны быть короткими по времени, а их продолжительность можно постепенно увеличивать. Компрессы делают через день, хотя допустимо проводить их и ежедневно.

Щеточно-грязевая процедура представляет собой растирание кожи специальными щетками с последующим наложением грязи на эту область. Растирание проводится с целью раздражения кожных рецепторов, что вызывает выделение на данном участке гистамино- и ацетилхолиноподобных веществ. Это приводит к повышению проницаемости кожи и облегчает всасывание биологически активных веществ, содержащихся в грязи.

Щеточно-грязевая процедура проводится следующим образом: сначала участок кожи (поясницу, сустав, конечность и т.д.) растирают специальной травяной щеткой до тех пор, пока кожа не покраснеет, затем на это место накладывают грязевую аппликацию.

Полостное грязелечение заключается во введении грязевых тампонов во влагалище или прямую кишку. Таким образом, лечат заболевания органов малого таза. Грязь для тампонов необходимо предварительно подготовить – протереть через густое металлическое сито, чтобы очистить от случайных механических примесей (ракушек, камушков), которые могут поцарапать или обжечь слизистую оболочку.

Во влагалище грязевой тампон вводят с помощью мягкой резиновой трубки длинной около 30 см. На конец накладывают зажим, набивают трубку холодной грязью, а затем с другого конца трубки накладывают зажим. Подготовленная таким образом трубку помещают в посуду с горячей водой и нагревают грязь до температуры 46-50°С. Перед процедурой температуру грязи непременно нужно проверить, чтобы случайно не обжечь слизистую оболочку влагалища. С нагретой трубки снимают один зажим и осторожно пальцами выдавливают содержимое, наполняя грязью влагалище и своды. Таким образом, вводят до 250 г подогретой грязи. Больная должна лежать с грязевым тампоном 30-40 мин. По окончании процедуры грязь удаляют из влагалища путем энергичного спринцевания подогретой до 40-42°С водой. Процедуры проводят через день, курс лечения включает 10-15 процедур. На время менструаций курс лечения прерывают.

Ректальное грязелечение проводится преимущественно у мужчин, страдающих хроническими заболеваниями предстательной железы и семенных пузырьков. Ректальные грязевые тампоны также могут применяться и у женщин при некоторых заболеваниях женской половой сферы.

Для введения грязи прямую кишку используется особый шприц с толстым наконечником и без иглы. Грязь, предварительно подогревают до температуры 38-46°С, вводят в прямую кишку в объеме 250-300 г.

Процедуру желательно проводить после акта дефекации. Больной должен занять коленно-локтевую позу. Грязь вводят медленно, под небольшим давлением. Это делается для того, чтобы избежать быстрого позыва на низ. Предпочтительнее использовать густую маслообразную грязь, поскольку густая масса меньше раздражает слизистую и лучше удерживается в прямой кишке.

Процедуры проводят через день, на курс приходится 10-15 ректальных тампонов. Продолжительность процедуры – от 30-40 мин до 2 ч. Больной должен удерживать вплоть до акта дефекации. Проводить промывание прямой кишки с помощью сифонной клизмы нет необходимости.

Полостное грязелечение часто проводят в сочетании с местными аппликациями на область малого таза.

При лечении некоторых заболеваний эффективной является методика лечения грязевыми аппликациями контрастных температур. Например, при вибрационной болезни сапропелевую грязь, нагретую до температуры 46-50°С, накладывают на область кистей в виде «перчаток», а грязь температурой 26-28°С – на «воротниковую зону». Продолжительность таких процедур не должна превышать 20 мин, проводят их через день, на курс назначают 10-12 процедур.

При некоторых заболеваниях используют холодные аппликации. Таким методом лечат гинекологические заболевания в подострой стадии. При этом грязь перед нанесением не подогревают, а, напротив, охлаждают до температуры 4°С.

В курортных условиях проводятся также гальваногрязелечение и диатермогрязелечение. При данных методиках грязелечение на кожу накладывают две грязевые лепешки толщиной 3-4 см, температурой 44-50°С. Поверх грязевых лепешек помещают металлические электроды и фиксируют их небольшими подушечками с песком. Через электроды в течение 20-30 мин подается слабый ток.

Широко распространены также методики использования грязевого раствора и препаратов из лечебных грязей: пелоидина, гумизоля, пелобиола и др.

Грязевой раствор получают с помощью отжима, фильтрации и центрифугирования грязи. Полученные препараты применяются для компрессов, орошений, полосканий, инъекций и в методиках электрофореза. Если препараты, полученные из грязей, предназначаются для инъекций, то они используются в качестве биогенных стимуляторов, поскольку активизируют защитные силы организма, налаживают процессы обмена и ускоряют регенерацию тканей.

Грязелечение допустимо сочетать с лечебной физкультурой, массажем, механотерапией, вытяжением позвоночника, медикаментозным лечением. Запрещено, однако, проводить в один и тот же день сеанс грязелечения и другие тепловые процедуры, сочетать процедуры грязелечения с холодными и прохладными душами, морскими купаниями, аэрогелиотерапией при пониженных температурах воздуха.

Курс лечения проводится обычно один раз в год или несколько чаще. Между курсами должен быть интервал не менее 6 месяцев.

Показания и противопоказания для применения грязелечения.

Лечебные грязи широко применяются при лечении аллергий, поскольку грязевые аппликации нормализуют выработку антител, задерживают развитие аллергических реакций немедленного и замедленного типа, нормализуют показатели неспецифического иммунитета.

Грязелечение также эффективно при различных местных воспалительных процессах. Грязевые аппликации вызывают гиперемию тканей, улучшают трофику, кровообращение, процессы обмена, способствуют рассасыванию патологических продукты воспаления. К тому же грязи активизируют действие желез внутренней секреции, что повышает защитную функцию организма.

Противовоспалительное действие грязей в наибольшей степени проявляется в той стадии воспалительного процесса, когда элементы соединительной ткани ещё недостаточно уплотнены. Если изменения тканей ещё нестойкие, то грязи могут вызывать полное рассасывание возникших в воспалительном очаге образований из соединительной ткани.

Грязевые процедуры улучшают питание тканей и таким образом способствуют размягчению рубцов, рассасыванию спаек, стимулируют регенеративные процессы, ускоряют обызвествление костной мозоли и увеличивают объём движений в суставах. Примечательно, что лечебное воздействие сохраняется и после окончания грязевой процедуры в течение некоторого времени (от 15 мин до 6ч). Повторное применение грязей увеличивает достигнутый эффект.

В данном случае степень воздействия лечебного состава на организм определяется не только температурой и физическими и химическими свойствами грязи, но ещё и площадью грязевой аппликации и местом её приложения. Обширные по площади аппликации более интенсивно влияют на организм.

Пелоидотерапия в большинстве случаев дает положительный эффект при лечении гинекологических заболеваний: воспалений матки и её придатков, эрозии шейки матки, бесплодия на почве воспалительных заболеваний яичников, нерезко выраженной функциональной недостаточности яичников. Грязелечение можно применять при болезнях мужских половых органов: хроническом простатите, эпидидимите, орхите, везикулите.

Грязевые процедуры с успехом применяются и при лечении сердечнососудистых заболеваний. Под влиянием грязи ускоряется кровоток и возрастает обмен циркулирующей крови в организме. Грязелечение также способствует нормализации артериального давления. Доказано, что у больных с гипотензией во время процедуры артериальное давление повышается, а у больных с гипертонической болезнью – понижается.

Для проведения процедур грязь нагревают до температуры не более 40°С. Если грязь имеет температуру 40-42°С, то во время лечебной процедуры у большинства больных наблюдается учащение пульса, и только спустя 10-15 мин после процедуры этот показатель нормализуется. Увеличение температуры до 44-48°С может вызвать тахикардию, повышение артериального давления, появления неприятных ощущений и боли в области сердца, улучшение общего самочувствия. Поэтому если у больного помимо основного заболевания имеются сопутствующие нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы, то грязелечение проводится с особой осторожностью: применяются грязь невысокой температуры, площадь грязевых аппликаций делают небольшой и применяют небольшое количество процедур на курс.

Иногда во время курса грязелечения наблюдаются так называемые бальнеореакции: основные клинические симптомы заболевания несколько усиливаются. В этом случае необходимо пересмотреть методику грязелечения и назначить щадящий режим применения грязей.

Грязи с успехом используются для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата: артрита и полиартрита травматического, инфекционного и дистрофического характера в хронической стадии и стадии затихающего обострения, ревматоидного полиартрита, суставной формы ревматизма в неактивной стадии не ранее чем через 8-9 месяцев после обострения, остеохондроза, остеохондропатии, спондилоартроза и спондилоартрита в хронической стадии, болезни Бехтерева при минимальной степени активности процесса, переломов с замедленной консолидацией, остита и периостита, миозита, фибромиозита, бурсита, тендовагинита, остеомиелита без признаков активности воспалительного процесса. Кроме того, грязелечение способствует регенерации тканей при трофических язвах и длительно не заживающих ранах.

Грязевые процедуры показаны при инфекционно-токсических заболеваниях: менингоэнцефалите, арахноидите, энцефалите, энцефаломиелите, токсических энцефалопатиях, менингомиелорадикулите, миелите, эпидемическом полиомиелите (все заболевания по окончании острого периода). Допустимо использовать местное грязелечение при травмах спинного мозга и его оболочек, нерезко выраженных нарушения функций тазовых органов (не ранее чем через 2 месяца после травмы). При травмах головного мозга грязевые процедуры можно проводить только при отсутствии эпилептических припадков и психических расстройств.

Грязелечение используется при болезнях и последствиях травм периферической нервной системы, радикулите в хронической стадии и стадии затихающего обострения, полирадикулоневрите, полиневрите, плексите, неврите инфекционного, инфекционно-аллергического и токсического характера в подострой и хронической стадиях, вегетативном полиневрите, вибрационной болезни в подострой и хронической стадиях.

Допустимо использовать грязевые аппликации при лечении болезней органов системы пищеварения: язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки вне периода обострения, недостаточности моторной функции желудка, перигастрите, хроническом колите, гепатите, холецистите.

Грязелечение может быть эффективным при болезнях уха, горла, носа: хронических атрофических и субатрофических процессах в носоглотке, хронических воспалительных заболеваний придаточных пазух носа, хроническом тонзиллите в стадии компенсации, хронических воспалительных заболевания уха.

С помощью грязи можно лечить болезни глаз: неврогенный кератит, язву и бельмо роговой оболочки; травматические поражения глазного яблока, компенсированные формы глаукомы, пигментную дегенерацию сетчатки, атрофию зрительного нерва и др.

Наложение грязи хорошо помогает при болезнях кожи: хронических экземах; нейродермитах и псориазе вне стадии обострения.

Сеансы пелоидотерапии назначаются при заболеваниях периферических сосудов: флебите, последствиях тромбофлебита (инфильтрате, язве) не ранее чем через 3 месяца после обострения.

Таким образом, целебными грязями можно вылечить достаточно широкий спектр заболеваний либо значительно облегчить их течение. Однако и этот распространенный метод терапии имеет противопоказания. Так, запрещается проводить сеансы грязелечения при:

* острых воспалительных процессах;
* доброкачественных и злокачественных новообразованиях;
* заболевание крови и кроветворных органов;
* кровотечениях и склонности к ним;
* туберкулезе любой локализации;
* недостаточности кровообращения II и III стадии;
* гипертонической болезни II и III стадии;
* выраженных формах атеросклероза;
* эндокринных заболеваниях и болезнях обмена веществ (ожирение III и IV степени, тяжелые формы тиреотоксикоза, сахарного диабета и др.);
* заболевания почек и мочевыводящих путей;
* циррозе печени и всех форм желтух в острой стадии;
* психических заболеваниях;
* тяжелых формах неврозов и эпилепсии.

Кроме того, грязелечение противопоказано на всех сроках беременности и больным наркоманией.

Глина

Глина – это широко распространенная осадочная горная порода, содержащая кремний, марганец, калий, кальций, натрий, а также различные биологически активные вещества, минеральные соли и микроэлементы.

Глина получила признание целителей благодаря широкому диапазону применения. Она способствует регенерации тканей, обладает антитоксическими, антисептическими, бактерицидными свойствами. Помимо всего прочего, глина – отличный консервант.

Собирать глину желательно подальше от промышленных предприятий и дорожных магистралей: в карьерах, котлованных, у обрывов, близ родников, ручьев, речек, а можно воспользоваться глиной, которая обнаружится, например, на собственном приусадебном участке. Если же удастся найти глину разных цветов, слепить из неё «конфеты», подержать на солнце для подпитки солнечной энергией и разложить по коробкам – получится эдакое глиняное ассорти, во сто крат полезнее шоколадного.

Хранят глину также большими кусками или в виде лепешек (не допуская соприкосновения с металлами), а при серьезных проблемах со здоровьем делают более основательные запасы: завозят в сарай, погреб или гараж целую гору глины.

Глину используют в виде мазей, паст ( в том числе для чистки зубов), масок на лицо, примочек, растираний, лечебных ванн, водных растворов, порошков, аппликаций на места, обмазываний толстым слоем глины всего тела, компрессов, бальзамов на основе меда, яблочного уксуса, трав и т.д. Для наружного применения глину размешивают водой, уриной либо крутым настоем или свежим соком таких трав, как чистотел, лютик, спорыш, полынь, лопух, ромашка, подорожник, зверобой, тысячелистник. Кипятить и ошпаривать глину кипятком нельзя, так как она может потерять свои лечебные качества.

Список литературы:

* Сурмина И.О. «Лечение природой», Москва 2005г
* Журнал «Физкультура и спорт» №7, 2000г