Медико-педиатрический колледж

*по предмету:*  **ФИЗИОТЕРАПИЯ**

*на тему:* **САНАТОРНО-КУРОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ**

Санкт-Петербург

2002

**содержание**

1.Введение……………………………………………………………………………………………3

2. Климатотерапия…………………………………………………………………………………4

2.1. Климатические зоны и курорты……………………………………………………4

2.2. Виды климатотерапии………………………………………………………………..5

3.Бальнеотерапия и бальнеологические курорты………………………………………….6

4. Грязелечебные курорты…………………………………………………………………………8

Заключение……………………………………………………………………………………………9

Список используемой литературы…………………………………………………………….10

**1.Введение**

Естественные, или природные, лечебные факторы включают климат, минеральные воды и лечебные грязи. В природе они распределены неравномерно. Местности, располагающие природными лечебными факторами (минеральные источники, залежи лечебных грязей, благоприятный климат и др.), а также бальнеологическими и гидротехническими сооружениями и лечебно-профилактическими учреждениями, называются курортами.

Первые курорты в нашей стране были открыты по указу Петра 1. Это были «Минеральные Воды» вблизи Петрозаводска и Липецкий курорт. В 19 и в начале 20 века возникли курорты на Северном Кавказе (Кавказские Минеральные воды) и в Крыму.

Санаторно-курортное лечение можно считать наиболее естественным, физиологичным. При многих заболеваниях, особенно в периоде ремиссии, т.е. после исчезновения острых проявлений, оно является наиболее эффективным. Широкое применение в комплексном санаторно-курортном лечении находят различные немедикаментозные виды лечения: диетотерапия, лечебная физкультура, массаж, иглорефлексотерапия.

В зависимости от преобладания того или иного лечебного природного фактора курорты подразделяются на климатические, бальнеологические и грязелечебные.

**2. Климатотерапия**

Климатотерапией называют использование метеорологических факторов, т.е. особенности климатических и погодных условий данной местности, в лечебных и профилактических целях. Климат характеризуется комплексом постоянных метеорологических признаков, тогда как погода значительно более изменчива. Погодой называют состояние метеорологических элементов в данном месте в любой момент времени.

Климат и погода оказывают сложное, комплексное воздействие на организм человека. Действующими началами климата являются газовый состав атмосферы, относительное содержание в ней кислорода, степень загрязнения, наличие частиц, несущих электрический заряд (аэроионы), атмосферное давление, влажность, осадки, температура, интенсивность солнечной радиации, магнетизм и др. факторы. Их влияние на организм, как правило, является сочетанным.

2.1. Климатические зоны и курорты.

**Климат пустынь** отличается продолжительным жарким и сухим летом с очень высокой средней температурой воздуха, низкой влажностью, с интенсивной солнечной радиацией. Такой климат способствует обильному потоотделению и облегчает функцию почек, в связи с чем он показан при хронических нефритах.

**Климат степей** также жаркий и сухой, но отличается более резкими перепадами температур дня и ночи. Такие курорты показаны страдающим туберкулезом и хроническими заболеваниями легких.

**Климат лесостепей** (Европейской части страны)создает щадящие условия. При нем не бывает резких перепадов температур, наблюдается умеренная влажность. Курорты этой зоны широко показаны при различных хронических заболеваниях, в том числе при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь и др.).

**Горный климат** характеризуется наибольшей частотой воздуха, интенсивность солнечной радиации, особенно ультрофиалетовой, пониженным барометрическим давлением и относительно невысоким содержанием кислорода, особенно в высокогорных районах. Климат этих курортов оказывает тонизирующее и закаливающее действие, он показан лицам, страдающим функциональными расстройствами нервной системы, хроническими компенсированными заболеваниями легких и сердца.

**Приморский климат** (климат морских побережий) характеризуется чистотой и свежестью воздуха при высоком содержании в нем гидроаэроионов, озона и морских солей, интенсивным солнечным излучением, которое усиливается отражением от поверхности моря, отсутствием резких перепадов температур воздуха. Важной особенностью приморской климатической зоны является возможность использования такого лечебного фактора как, морские купания. Приморский климат оказывает тонизирующее, общеукрепляющее и закаливающее действие.

2.2. Виды климатотерапии.

**Аэротерапия** – это лечебное воздействие открытого воздуха. Только пребывание в климатической среде данного курорта, в том числе прогулки на свежем воздухе, экскурсии, игры, оказывают лечебное влияние. Специальным видом аэротерапии являются воздушные ванны. Для проведения аэротерапии используются специальные сооружения: аэрарии, климатопавильоны, климатоверанды. Лечебное дейчтвие аэротерапии основано на дозированном и возрастающем охлаждении организма. Это улучшает терморегуляцию, повышает устойчивость к действию низких температур, т.е. закаливает организм. Повышенное содержание кислорода в атмосферном воздухе способствует улучшению окислительных процессов в тканях организма. Они показаны всем больным в период выздоровления или ослабления процесса, особенно при заболеваниях легких, сердечно-сосудистой и нервной системы.

**Гелиотерапия** – лечение солнечной радиацией. Солнечные ванны являются сильнодействующим профилактическим и лечебным фактором и поэтому требуют строгого дозирования. Их следует проводить только по назначению врача и под строгим медицинском контролем. Основным фактором солнечной радиации является ультрафиолетовое излучение.

Под влиянием солнечных ванн повышается работоспособность человека и сопротивляемость инфекционным и простудным заболеваниям. Показания к гелиотерапии в основном те же, что и для общего ультрафиолетового облучения как в лечебных, так и в профилактических целях.

**Талассотерапия** – лечение морскими купаниями. По механизму лечебного действия к ним приближаются купания и в других открытых водоемах.

Лечебные купания оказывают многостороннее лечебное воздействие и являются наиболее мощной климатотерапевтической процедурой. Вода действует на погруженное в нее тело человека как охлаждающий температурный фактор, как химический фактор вследствие растворенных в ней солей, как механический фактор – в результате гидростатического давления и механической энергии волн. Плавание представляет собой вид лечебной физкультуры, отличаясь только тем, что движения производятся в среде, уменьшающей массу тела, т.е. снижающей физическую нагрузку. Дыхание у поверхности воды сопровождается ингаляцией гидроаэрозолей и гидроаэроионов.

Талассотерапия тренирует систему терморегуляции, активизирует вентиляцию легких, повышает жизненный тонус организма, способствует закаливанию организма.

Морские купания показаны при функциональных заболеваниях центральной системы, при утомлении, хронических заболеваниях легких и сердца в период ремиссии и компенсации.

**3.Бальнеотерапия и бальнеологические курорты.**

Под бальнеотерапией понимают совокупность лечебных методов, основанных на использовании минеральных вод. Минеральные воды образуются в недрах земли под влиянием различных геологических процессов. Они отличаются от пресной воды по своему составу и физическим свойствам.

Минеральные воды содержат различные соли в ионизированном виде. В зависимости от преобладающего аниона в составе той или иной воды различают гидрокарбонатные, хлоридные, сульфидные, нитратные воды и воды сложного состава. Основными катионами являются натрий, калий, кальций, магний.

По газовому составу различаются воды углекислые, сероводородные, радоновые, азотные.

Кроме того, в зависимости от химического состава выделяются воды, содержащие биологически активные микроэлементы, - йодбромные, железистые, кремнистые, мышьяковистые.

Количество (в граммах) минеральных солей, растворенных в 1 л воды, называется минерализацией. Различают воды слабой (2-2,5 г/л), средней (5-15 г/л) и высокой (более 15 г/л) минерализации. Кроме того, учитывают рН (кислотность) минеральной воды, ее температуру.

**Ванны из углекислых минеральных вод** улучшают сократительную способность миокарда и коронарное кровообращение, снижают повышенное артериальное давление, расширяют сосуды кожи (реакция покраснения), активизируют функцию желез внутренней секреции и центральной нервной системы.

**Естественные сероводородные (сульфидные) ванны** вызывают резкое расширение сосудов кожи, что облегчает работу сердца, способствует заживлению повреждений кожи, выведению из организма продуктов распада белка, оказывают противовоспалительное, рассасывающее, болеутоляющее и десенсибилизирующее действие. Они влияют на сердечно-сосудистую систему аналогично углекислым ваннам.

**Естественные радоновые ванны** оказывают специфическое действие на организм благодаря альфа-излучению, возникающему при распаде атомов радиоактивного газа – радона. Они обладают выраженным седативным и болеутоляющем свойством, улучшают деятельность сердца, нормализуют артериальное давление. Под влиянием радоновых ванн ускоряются процессы заживления и рассасывания в нервных волокнах, мышечной костной ткани.

**Йодобромные ванны** оказывают специфическое действие, обусловленное содержащимися в них микроэлементами – йодом и бромом. Йод при всасывании через кожу и слизистые оболочки усиливает деятельность желез внутренней секреции, бром оказывает успокаивающее действие на центральную нервную систему, улучшает работу сердца.

**При приеме внутрь** минеральная вода оказывает химическое действие, обусловленное содержащимися в ней микроэлементами, солями, газами. Она обладает также свойствами вызывать термические эффекты. Вследствие таких влияний нормализуются основные функции желудка и кишечника.

**4. Грязелечебные курорты.**

Лечебные грязи представляют собой различные виды иловых отложений, образующихся на дне водоемов, морских лиманов, озер. Лечебные грязи различаются по их происхождению.

**Иловые сульфидные грязи** образуются в соленых водоемах с высокой степенью минерализации воды и содержат сероводород, метан, углекислоту. Они бывают черного цвета имеют мазеобразную консистенцию. Органические вещества содержатся в них в небольших количествах. Вода составляет 40-60%.

Твердая фаза иловой грязи представляет собой кристаллический скелет, состоящий из мельчайших частиц глины и песка. Заполняющая его промежутки жидкая фаза представляет собой коллоидную массу, в которой растворены газы, минеральные и органические вещества.

Сапропелевые грязи образуются на дне открытых пресных водоемов со стоячей водой. В них содержатся много солей и воды – 90%.

**Торфяные ванны** образуются в болотистых местах в результате длительного гниения остатков растений. Они представляют собой плотную массу темно-бурого цвета с большим содержанием органических веществ.

Местное влияние грязи на очаг хронического воспаления проявляется обезбаливающим, противовоспалительным и рассасывающим действием. При правильном проведении грязелечебные процедуры оказывают также благоприятное воздействие, повышая общий тонус и реактивность организма.

Лечение грязями назначают при заболеваниях органов опорно-двигательного аппарат (в частности позвоночника, суставов, мышц), длительно незаживающих трофических язвах и ранах, заболеваниях и последствиях трамв центральной и периферической нервной системы, гинекологических заболеваниях, болезнях желудка и кишечника, некоторых сосудистых нарушениях. Грязелечение, таким образом, показано при артрозах, невритах, радикулитах, аднекситах, метроэндрометритах, хронических гастритах, язвенной болезни и других заболеваниях в фазе ремиссии.

К противопоказаниям относят острые воспалительные процессы, злокачественные новообразования, туберкулез, заболевания сердечно-сосудистой системы, тиреотоксикоз, общее истощение.

**Заключение**

Все лечебно-профилактические мероприятия на курортах проводятся комплексно и основываются на трех климато-двигательных режимах.

Режим I – щадящий, или слабое воздействие назначается ослабленным больным в период адаптации.

Режим II – тонизирующий, или умеренное воздействие, способствует повышению жизненного тонуса и закаливанию организма

Режим III – тренирующий, оказывает наиболее сильное воздействие.

При переходе от одного режиму к другому нарастает интенсивность всех назначаемых больному процедур, как природных, так и преформированных, а также усиливаются климатическое воздействие и все виды двигательной активности больного.

**Список используемой литературы.**

«Физиотерапия», Л.М. Клячкин, М.Н. Виноградова – Москва «Медицина», 1988