

Механизм грязелечения (пелоидотерапии)

При разных заболеваниях применяются разные типы пеллоидов, отличающиеся друг от друга физическими свойствами, химическим составом и силой лечебного воздействия. Лечебные грязи содержат сложный природный биохимический комплекс, оказывающий разностороннее влияние на организм. Под влиянием грязелечения активизируются адаптационные механизмы, восстанавливаются нарушенные болезнью функции, улучшается крово- и лимфообращение, нормализуются процессы обмена веществ, улучшается тканевое дыхание, стимулируются процессы регенерации. Лечебная грязь оказывает на организм комплексное благотворное воздействие. Благодаря своему химическому составу грязь интенсифицирует микроциркуляцию крови и, следовательно, все обменные процессы в кожных покровах. Поэтому грязевые аппликации улучшают трофику кожи, нормализуют работу сальных и потовых желез, стимулируют рост волос. Находящиеся в грязях минеральные соли, микроэлементы и органические вещества способствуют нормализации микробного дисбаланса, оказывают коагулирующее и кератолитическое действие стимулируют созревание коллагеновых структур, и подавляют аутоиммунные процессы, обеспечивают бактерицидные, фунгицидные и противовоспалительные свойства. Действие грязевой процедуры не ограничивается временем ее проведения, существует период последействия, эффект каждой процедуры суммируется и устойчиво закрепляется.

- **Температурное воздействие.** Лечебные грязи очень медленно остывают и постепенно отдают тепло организму. В результате ткани глубоко прогреваются, сосуды расширяются, циркуляция крови и лимфы улучшается, из воспалительного очага «вымываются» шлаки, организм очищается, и болевые ощущения идут на убыль. Грязелечение активизирует обмен веществ, улучшает снабжение тканей кислородом, а также пластическими и энергетическими веществами.
- **Механическое воздействие.** При нанесении грязей на тело возбуждаются тактильные рецепторы кожи импульсы распространяются в головной мозг. Активизируется вегетативная нервная система, отвечающая за тонус сосудов и работу внутренних органов. Она усиливает приток крови в зону грязевой аппликации и увеличивает потоотделение. Вместе с потом из организма усиленно выводятся соли и шлаки, нормализуется дренаж межклеточной жидкости, кожа разглаживается, подтягивается, становится упругой и бархатистой.
- **Химическое воздействие.** Все газы (кислород, сероводород, углекислый газ, азот, метан, ксенон) и ионы некоторых микроэлементов (йода, брома, цинка, меди и других), растворенные в лечебных грязях, обладают уникальной способностью проникать через неповрежденную кожу в ткани и кровь, нормализуя работу внутренних органов и систем нашего тела. Содержащиеся в грязевой массе минеральные соли, биогенные стимуляторы, витамины и другие органические соединения воздействуют на кожные рецепторы и рефлекторным путем стимулируют нейроэндокринную систему (в первую очередь гипофиз, щитовидную железу, надпочечники, яички и яичники). Поступающие в организм гуминовые и карбоновые кислоты, которые не вырабатываются в нем самостоятельно, становятся донорами жизненной энергии и оказывают омолаживающий эффект.
- **Антимикробное воздействие.** Лечебные грязи губительно действуют на стафилококки, стрептококки, кишечную палочку и другие условно патогенные бактерии. Поэтому их применяют не только наружно, но и внутрь влагалища и ректально в виде тампонов. Наивысший показатель бактерицидности у грязей Мертвого моря, что делает их незаменимыми при лечении открытых ран и повреждений слизистых оболочек. Выраженное антимикробное действие объясняется высоким содержанием сульфидных групп, ионов брома и цинка.

- **Противовоспалительное воздействие.** Содержащиеся в грязях активные субстанции: витамины, микроэлементы, органические соединения обеспечивают выраженный противовоспалительный (за счет подавления простагландинового каскада) и регенеративный эффекты.

- **Компенсаторное воздействие.** Воздействуя на нейроэндокринную систему, грязелечение активизирует защитно-приспособительные механизмы адаптации и способствует развитию восстановительных процессов, направленных на подавление болезни. Организм начинает усиленно сопротивляться укоренившемуся в нем недугу и исправляет нарушенные им взаимоотношения внешней и внутренней среды.

Грязелечение является сильным средством воздействия на весь организм, поэтому пользоваться им следует только по назначению и под контролем врача. При приеме грязевых процедур необходимо строго соблюдать установленные правила. После процедуры больной должен отдыхать на кушетке в комнате отдыха в течение 30—40 минут, а в прохладное время года более продолжительное время. По возвращении в палату или домой рекомендуется лежать в постели 1—2 часа.

При грязелечении рекомендуется избегать охлаждения (купание в прохладных водоемах и др.), физического напряжения, так как это может вызвать обострение болезни. Не следует принимать процедуру натощак, целесообразнее проводить ее через 2—3 часа после еды. Иногда после первых грязевых процедур самочувствие больного может ухудшиться: возникают усталость, слабость, обострение болей (так называемая «бальнеологическая реакция»), но в течение ближайших дней, как правило, эти неприятные ощущения исчезают.

Разные типы лечебных грязей имеют во многом общий механизм действия на больной организм, но все же есть и отличия, в том числе показания и противопоказания.