Глава 12

САНАТОРНО-КУРОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

В комплексе лечебно-оздоровительных, реабили­тационных и профилактических мероприятий, на­правленных на укрепление здоровья человека, осо­бое место занимает санаторно-курортное лечение.

Курортология — наука о природных лечебных факторах, их действии на организм и использова­нии в лечебно-профилактических и реабилитацион­ных целях.

Курорт — это территория, в пределах которой имеются естественные или выведенные на поверх­ность искусственным путем минеральные воды, за­пасы лечебных грязей, целебный климат, водоемы, благоприятный ландшафт, а также необходимые учреждения и сооружения (санатории, дома отды­ха, курортные поликлиники и др.).

Санаторий — это стационарное учреждение, в котором применяют лечение природными и искус­ственными физическими факторами, лечебное пи­тание, лечебную физкультуру и психотерапию.

Каждый санаторий имеет определенный медицин­ский профиль в зависимости от природных лечеб­ных факторов курорта и утвержденных для него медицинских показаний. Лечение больных в сана­тории осуществляется преимущественно природны­ми физическими факторами (климат, минеральные воды, лечебные грязи) в сочетании с физиотерапи­ей, лечебной физкультурой, массажем, лечебным питанием, и психотерапией при условии соблюде­ния установленного режима, обеспечивающего пол­ноценное лечение и отдых больного. Для этого они должны располагать необходимыми сооружениями, в которых больные могут получить климато-, бальнео- и грязелечебные процедуры (лечебные корпу­са, пляжи, солярии, бюветы минеральных вод и дру­гие бальнеотехнические сооружения), а также обес­печивать комфортабельные условия проживания.

Наряду с санаториями, находящимися на курор­тах, существует сеть уместных санаториев, органи­зуемых преимущественно неподалеку от крупных городов в благоприятных ландшафтных, микрокли­матических условиях. Такие санатории предназна­чены для больных, которым поездка на курорты по медицинским показаниям может быть вредна, а так­же для более тяжелых больных, в том числе и пос­ле пребывания в стационаре.

С учетом структуры заболеваемости населения созданы специализированные, санатории для лече­ния больных с заболеваниями органов кровообра­щения, пищеварения, болезнями органов дыхания неспецифического характера, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, гинекологическими, кожи, почек и мочевыводящих путей, нарушения­ми обмена веществ. Также функционируют специа­лизированные санатории (санаторные отделения) более узкого профиля: для лечения больных брон­хиальной астмой, сахарным диабетом, глаукомой, заболеваниями и последствиями травм спинного мозга, некоторыми профессиональными заболеваниями, болезнями периферических сосудов конечностей. Специализация санаториев для больных туберкулезом определяется формой, стадией и локализацией туберкулезного процесса.

Санатории бывают однопрофильными (для лече­ния больных с однородными заболеваниями) и многопрофильными, (с двумя и более специализированными отделениями). В зависимости от возраста обслуживаемых больных разделяют санатории для взрослых, детей, подростков, родителей с детьми. Имеются санатории для беременных. К учреждени­ям санаторного типа относятся также санатории- профилактории, организуемые при крупных промыш­ленных сельскохозяйственных предприятиях, учебных заведениях, а также специализированные санаторные лагеря для детей круглогодичного действия.

На многих курортах наряду с санаторным прово­дится и амбулаторно-курортное лечение, на кото­рое направляются больные, не нуждающиеся в стро­гом санаторном режиме и постоянном медицинском наблюдении. Для лечения такие больные прикреп­ляются к курортным поликлиникам, где обследу­ются квалифицированными специалистами и полу­чают назначения на процедуры. Для курсового ам­булаторного лечения предназначены и городские бальнеогрязелечебницы с поликлиникой, организо­ванные в ряде городов на базе местных природных лечебных ресурсов. В некоторых местных санаториях имеются специализированные отделения долечивания, куда больные переводятся непосредственно из стационара после острого периода болезни. Как пра­вило, это больные, перенесшие острый инфаркт ми­окарда, реконструктивные операции на магистраль­ных сосудах, острый вирусный гепатит и др.

Санаторно-курортное лечение — один из этапов в комплексной терапии больного, имеющий преем­ственный характер и тесно связанный с предшеству­ющими и последующими лечебно-профилактичес­кими мероприятиями. Основной целью санаторного лечения является восстановление и компенсация нарушенных функций на основе нормализации и повышения собственных защитно-приспособительных механизмов организма. Направление на сана­торно-курортное лечение выдает лечащий врач и заведующий отделением лечебно-профилактического учреждения, в котором наблюдается больной.

Существуют общие противопоказания к направ­лению больных на курорты и в местные санатории: все заболевания в острой стадии, хронические забо­левания в стадии обострения и осложненные остро­гнойными процессами; острые инфекционные забо­левания; венерические болезни; психические забо­левания, все формы наркомании и хронический алкоголизм, эпилепсия; болезни крови в острой ста­дии и стадии обострения; кахексия, злокачествен­ные новообразования; заболевания и состояния, тре­бующие стационарного лечения, в том числе и хи­рургического вмешательства; все заболевания, при которых больные не способны к самостоятельному передвижению и самообслуживанию, кроме лиц, подлежащих лечению в специализированных сана­ториях для спинальных больных; эхинококк любой локализации; часто повторяющиеся или обильные кровотечения; беременность во все сроки на бальне­ологические и грязевые курорты; все формы тубер­кулеза в активной стадии для курортов и санатори­ев нетуберкулезного профиля.

Курорты подразделяются на три основные груп­пы: климатические, бальнеологические и грязевые. На курортах природные лечебные факторы могут сочетаться, и поэтому они подразделяются еще на бальнео-грязевые, бальнео-климатические, климато-грязевые, климато-бальнео-грязевые.

Климатотерапия и климатические курорты. Климатотерапия — это метод лечебного использо­вания специфических свойств различных типов кли­мата, а также отдельных метеорологических комп­лексов и различных физических свойств воздушной среды.

Климат — многолетний режим погоды (метео­рологические условия), свойственный данной мест­ности. На формирование климата оказывают влия­ние приход-расход солнечного тепла в атмосфере, на земной и морской поверхностях, циркуляция воз­душных масс атмосферы, а также океаны, моря, кон­тиненты, крупные формы рельефа, почва и расти­тельность.

Выделяют три группы климатических факторов: атмосферные (метеорологические), космические (ра­диационные) и теллурические (земные).

Атмосферные факторы климата:

1. газовый состав и физические свойства воздуха (плотность, температура, атмосферное давление, влажность воздуха, насыщенность озоном, аэроио­нами и др.);
2. движение воздуха (скорости ветра);
3. количество и характер осадков (снег, дождь);
4. облачность;
5. туман;
6. атмосферное электричество.

Космические факторы климата:

1. Солнечное излучение (прямое, отраженное, рассеянное);
2. сезонные и суточные ритмы Солнечной актив­ности;
3. космическое излучение.

Теллурические факторы климата:

1. географическое расположение местности и ее ландшафт;
2. постоянное магнитное поле Земли;
3. электростатическое поле Земли.

Климатические факторы оказывают воздействие на все виды рецепторов, сенсорных структур и не­рвных проводников организма. Под действием раз­личных факторов физической природы в процессе эволюции в организме выработались определенные механизмы регуляции функций. В определенных сочетаниях климатические факторы используются для стимуляции механизмов долговременной адап­тации организма.

К климатотерапии относят: кратковременную смену климата; пребывание в условиях загородной местности городов, расположенных в разных климатогеографических зонах; различные виды клима­топроцедур: аэро-, гелио-процедуры, талассотерапия, спелеотерапия.

Для профилактики различных заболеваний и оз­доровления организма рекомендуется проводить кратковременную смену привычных климатических условий на более контрастные. Процесс акклимати­зации человека под влиянием сложного комплекса воздействий (климатического, гигиенического, пси­хоэмоционального) характеризуется развитием фи­зиологических, биохимических, морфологических изменений, которые положительно влияют на пато­генетические звенья того или иного заболевания.

По общефизиологическому воздействию на орга­низм человека климатические курорты подразделя­ют на три категории: климатические курорты ща­дящего, щадяще-тренирующего и тренирующего воздействия.

Виды климатотерапии. Различают следующие основные виды климатотерапии: аэротерапию (аэро­фитотерапию), гелиотерапию и талассотерапию, спе­леотерапию.

Аэротерапия — это использование воздействия свежего воздуха на открытой местности в лечебных и профилактических целях. Аэротерапия включает в себя: длительное пребывание (включая сон) на открытых верандах, балконах, в специальных кли­матопавильонах; пребывание на берегу моря, во вре­мя которого на организм человека воздействует мор­ской воздух, насыщенный морскими солями, озо­ном, фитонцидами морских водорослей; воздушные ванны — дозированное воздействие свежего возду­ха на организм полностью или частично обнажен­ного человека.

Физиологическое действие аэротерапии связано с повышенным обеспечением организма кислородом и эффектом охлаждения. В процессе аэротерапии тренируются механизмы терморегуляции, повыша­ется устойчивость организма к неблагоприятным факторам внешней среды. Воздушные ванны быва­ют холодные, умеренно холодные, прохладные, ин­дифферентные и теплые. Холодные и прохладные воздушные ванны обладают раздражающим действи­ем, повышают жизненно важные функции организ­ма. Для предотвращения переохлаждения организ­ма их сочетают с физическими упражнениями. В процессе лечения запуск механизмов термоадапта­ции приводит к изменению удельного веса различ­ных механизмов теплопродукции и теплоотдачи, вследствие чего существенно повышается реактив­ность организма к факторам внешней среды. Воз­душные ванны восстанавливают также нормальные соотношения процессов высшей нервной деятельно­сти.

Лечебные эффекты: тонизирующий, метаболичес­кий, трофический, актопротекторный, нейромиос- тимулирующий, вазоактивный.

Показания: заболевания миокарда и клапанного аппарата сердца без нарушения ритма, постинфар- ктный кардиосклероз, атеросклероз мозговых и пе­риферических сосудов, ишемическая болезнь серд­ца, стенокардия напряжения I—II ФК, нейроциркуляторная дистония всех форм, гипертоническая болезнь I—II стадии, хронические заболевания орга­нов дыхания в фазе ремиссии, туберкулез легких в фазе рассасывания и уплотнения, хронические за­болевания органов пищеварения и обмена веществ вне обострения, последствия заболеваний и травм опорно-двигательного аппарата, хронический гло- мерулонефрит и пиелонефрит, остаточные явления после перенесенных заболеваний и травм централь­ной и периферической нервной системы, болезни крови в стадии стойкой ремиссии, болезни кожи, хронический отит, ринит, фарингит, ларингит.

Противопоказания: острые респираторные забо­левания, обострения хронических заболеваний пе­риферической нервной системы (невриты, неврал­гии, радикулиты), суставов, почек, хронические заболевания сердечно-сосудистой системы с недоста­точностью кровообращения II—III стадии, органов дыхания с легочной недостаточностью выше II ста­дии, частые ангины, острая пневмония, ревматизм, бронхиальная астма с частыми приступами.

Аэрофитотерапия — это лечебное применение насыщенного летучими веществами растений воз­духа.

Выделяемые растениями летучие ароматические вещества при вдыхании попадают в верхние носо­вые ходы и адсорбируются на рецепторных белках мембран обонятельных рецепторов. При вдыхании летучих ароматических веществ у больных изменя­ется тонус подкорковых центров головного мозга, изменяется реактивность и психоэмоциональное состояние. Направленность этих процессов обуслов­лена структурой обонятельных раздражителей и неодинакова у летучих веществ различных расте­ний. При взаимодействии с микрофлорой верхних дыхательных путей, такие вещества могут вызывать их гибель или тормозить размножение.

Лечебные эффекты: тонизирующий, седативный, адаптогенный, спазмолитический, гипотензивный, бактерицидный.

Показания: заболевания сердечно-сосудистой си­стемы (гипертоническая болезнь I—II стадии, ише­мическая болезнь сердца, стенокардия напряжения

I - II ФК, атеросклероз мозговых и коронарных со­судов, нейроциркуляторная дистония всех форм), хронические заболевания органов дыхания (брон­хиты, трахеиты, пневмонии, бронхиальная астма смешанной формы) в фазе ремиссии, хронический спастический колит, дискинезии желчевыводящих путей, неврозы, функциональные расстройства цен­тральной нервной системы (бессонница, утомление), климакс.

Противопоказания: обострения хронических за­болеваний органов дыхания, суставов, почек, хро­нические заболевания сердечно-сосудистой системы с недостаточностью кровообращения II—III стадии, органов дыхания с легочной недостаточностью выше II стадии, острые респираторные заболевания, ре­цидивирующие ангины, психозы.

Аэрофитотерапию проводят природным воздухом, насыщенным летучими веществами различных ра­стений. Процедуры осуществляют в парках и в засаженных эфирно-масличными растениями бесед­ках. Для получения тонизирующего эффекта при меняют гвоздику, жасмин, ирис, лаванду, лавр.

полынь, розмарин, рябину, смородину, тополь чер­ный, черный перец, шалфей. Для получения седа­тивного эффекта — апельсин, валериану, герань ду­шистую, лимон, мандарин, резеду, розу, ромашку, сантолин, цикламен; адаптогенного — мяту, чеснок.

В начале и конце процедуры следует дышать глу­боко, а в остальное время — в нормальном ритме. В лечебной практике используют также прогулки боль­ных в парковых зонах в сочетании с дыхательной гимнастикой. Процедуры начинают через 1—2 часа после приема пищи. Дозирование лечебных проце­дур аэрофитотерапии осуществляют по длительнос­ти воздействия. Продолжительность проводимых ежедневно процедур составляет 8—12 мин, курс ле­чения — 15—30 процедур.

Гелиотерапия — применение солнечных лучей с лечебными и профилактическими целями. В за­висимости от условий освещения солнечными луча­ми солнечные ванны подразделяются на ванны сум­марной, рассеянной и ослабленной радиации. Раз­личают также общие и местные солнечные ванны. При общих солнечных ваннах человек облучается прямым светом всех участков солнечного спектра. Общие солнечные ванны ослабленной радиации про­водятся под тентами и экранами, снижающими ин­тенсивность падающего на человека солнечного из­лучения. При общих солнечных ваннах рассеянной радиации исключается воздействие прямыми луча­ми солнца, и больной подвергается действию сол­нечной радиации, идущей от небосвода. Действие солнечных ванн рассеянной радиации более мягкое и щадящее, так как тепловой эффект прямых сол­нечных лучей исключен или значительно ослаблен, а биологическое действие ультрафиолетовых лучей, получаемое от рассеянной радиации, сравнимо с действием прямой солнечной радиации. При мест­ных солнечных ваннах облучению подвергаются отдельные участки тела. Для солнечных ванн кон­центрированной радиации применяются рефлекто­ры с зеркалами различных конструкций.

Лечебные эффекты: пигментирующий, тонизиру­ющий, витаминообразующий, иммуностимулирую­щий, трофостимулирующий, вазоактивный, психо­эмоциональный.

Показания: заболевания миокарда и клапанного аппарата сердца без нарушения ритма, постинфар- ктный кардиосклероз, ИБС, стенокардия напряже­ния I—II ФК, нейроциркуляторная дистония всех форм, гипертоническая болезнь I—II стадии, послед­ствия заболеваний и травм опорно-двигательного аппарата, хронические заболевания органов дыха­ния в фазе ремиссии, ограниченный вялотекущий туберкулез легких, функциональные заболевания нервной системы с умеренно выраженными нару­шениями, хронический гломерулонефрит и пиело­нефрит, остаточные явления после перенесенных заболеваний и травм центральной и периферичес­кой нервной системы, болезни кожи (экзема, ней­родермит, псориаз), вялотекущие раны и язвы, ги­повитаминоз D3, хронический отит, ринит, фарин­гит, ларингит.

Противопоказания: острые респираторные забо­левания, обострения хронических заболеваний пе­риферической нервной системы (невриты, неврал­гии, радикулиты), суставов, почек, ишемическая болезнь сердца, стенокардия напряжения III—IV ФК, прогрессирующие формы туберкулеза, ревматизм, системная красная волчанка, бронхиальная астма с частыми приступами, органические заболевания нервной системы, фотодерматит, заболевания эндок­ринных органов с выраженными нарушениями их функции.

Талассотерапия — использование с целью ле­чения и закаливания различных климатических, бальнеологических и гидротерапевтических факто­ров, связанных с пребыванием у моря. В этом слу­чае талассотерапия по сути смыкается с климатоте­рапией, так как в нее включаются и аэротерапия, и гелиотерапия. В более узком понимании талассоте­рапия заключается в морских купаниях.

Физиологическое действие морских купаний обус­ловлено термическими, механическими и химичес­кими факторами. Купания тренируют нервно-гумо­ральные, сердечно-сосудистые и других терморегу­ляционные механизмы. Также нормализуют обмен веществ, функции дыхания, повышают жизненный тонус организма, его адаптационные возможности, оказывают закаливающее Действие.

Лечебные эффекты: тонизирующий, трофичес­кий, адаптогенный, метаболический, актопротектор­ный, вазоактивный.

Показания: заболевания миокарда и клапанного аппарата сердца без нарушения ритма, ишемичес­кая болезнь сердца, стенокардия напряжения I—II ФК, постинфарктный кардиосклероз, нейроцирку- ляторная дистония по гипертоническому и смешан­ному типам, гипертоническая болезнь I—II стадии, последствия заболеваний и травм опорно-двигатель­ного аппарата (переломы костей, разрывы связок и сухожилий и др.) и периферической нервной систе­мы (остеохондроз, радикулит), начальные проявле­ния атеросклероза розговых сосудов, хронические заболевания органов дыхания в фазе ремиссии, хро­нические заболевания органов пищеварения и об­мена веществ вне обострения, хронический диффуз­ный гломерулонефрит вне обострения без почечной недостаточности, функциональные заболевания не­рвной системы с нерезко выраженными проявлени­ями.

Противопоказания: острые заболевания и обо­стрения хронических заболеваний периферической нервной системы (невриты, невралгии, радикули­ты), суставов, почек, ревматизм, заболевания сер­дечно-сосудистой системы с недостаточностью кро­вообращения II—III стадии, органов дыхания с ле­гочной недостаточностью выше II стадии, нарушения мозгового кровообращения, атеросклероз сосудов нижних конечностей с трофическими расстройства­ми, органические заболевания нервной системы.

Лечебные купания проводят при различной тем­пературе воды и воздуха. Процедуры выполняют в прохладной воде морей, рек, озер, лиманов, откры­тыми закрытых искусственных водоемов, бассей­нов. После купаний больные лежа отдыхают. В про­хладный период года купания проводят в искусст­венных закрытых и открытых водоемах (бассейнах) с подогревом воды.

Спелеотерапия — использование с лечебной целью микроклимата карстовых пещер и соляных копей. Этот метод лечения является наиболее эф­фективным у больных бронхиальной астмой вне фазы резкого обострения, с недостаточностью фун­кции внешнего дыхания, хроническим бронхитом с астматическим компонентом в фазе ремиссии, а так­же у пациентов с начальными стадиями гипертони­ческой болезни, без частых приступов стенокардии, с недостаточностью кровообращения не выше I сте­пени. К особенностям микроклимата карстовых пе­щер откосится умеренно холодная температура воз­духа, его низкая относительная влажность, высо­кая степень ионизации со значительной концентра­цией легких аэроионов, несколько повышенный уровень радиоактивности воздуха и увеличение в нем доли углекислого газа.

Ведущим при лечении в соляных шахтах являет­ся комплекс следующих природных факторов: по­вышенное содержание высокодисперсных аэрозолей натрия хлорида, постоянная температура воздуха, отсутствие в нем вредных примесей и микроорга­низмов, малая скорость движения воздуха, опреде­ленные соотношения содержания газов, влажнос­ти, атмосферного давления. Аэрозоли солей тормо­зят размножение микрофлоры дыхательных путей, предотвращая развитие воспалительного процесса. Тишина и необычная обстановка пещеры восстанав­ливает процессы торможения в коре головного моз­га. Создаваемый присутствием аэроионов запах све­жего и насыщенного воздуха положительно действу­ет на больных, создавая ощущение свежести, легкости дыхания и психоэмоционального комфорта.

Время нахождения больного в карстовой пещере постепенно увеличивают с 1 ч до 3 ч. Процедуры проводят ежедневно в утренние часы. Число проце­дур составляет 20—25. Лечение в соляных шахтах продолжается 25—30 дней. Перед началом лечения больной проходит адаптационный период на повер­хности, продолжающийся 3—5 дней. Время ежед­невного непосредственного пребывания под землей составляет до 12 ч.

Лечебные эффекты: бронходренирующий, гипо­сенсибилизирующий, седативный, противовоспали­тельный, актопротекторный, гипотензивный.

Показания: заболевания органов дыхания (брон­хиальная астма всех форм, рецидивирующий тра- хеобронхит, хронический обструктивный бронхит) в фазе ремиссии с легочной недостаточностью не выше II стадии, риносинусопатии, респираторные аллергозы, нейроциркуляторная дистония, нейро­дермит, рецидивирующая экзема, дерматит, веге- то-сосудистые дисфункции, синдром хронической усталости.

Противопоказания: заболевания сердечно-сосуди­стой системы с недостаточностью кровообращения

II-III стадии, органов дыхания с легочно-сердечной недостаточностью выше II стадии, нагноительные процессы в легких, часто рецедивирующие ангины, хронические заболевания почек с почечной недоста­точностью выше II степени, инфекционные заболе­вания, психозы, клаустрофобия, эпилепсия, исте- роневроз.

Бальнеологические и грязевые курорты. Среди наиболее известных бальнеологических и грязевых курортов выделяют следующие: курорты с углекис­лыми водами (Ессентуки, Железноводск, Кисло­водск, Пятигорск); курорты с сероводородными во­дами (Горячий Ключ, Ейск, Нальчик, Пятигорск, Сочи); курорты с радоновыми водами (Пятигорск); курорты с мышьяковистыми водами (Кармадон); курорты с йодобромными водами (Ейск, Кудепста, Нальчик, Чартак); курорты с железистыми водам: курорты с минеральными водами для внутреннего применения (Горячий Ключ, Ессентуки, Железно­водск, Кисловодск, Нальчик, Трускавец и др.); гря­зевые курорты (Анапа, Ахтала, Ейск и др.).