

Алевтина Корзунова

Целебная глина и целебные грязи



Алевтина Корзунова

Целебная глина и целебные грязи

«Научная книга»

Корзунова А.

Целебная глина и целебные грязи / А. Корзунова — «Научная книга»,

Данная книга расскажет об удивительных свойствах глины и лечебных грязей, помогающих избавиться практически от всех известных человечеству болезней. И даже в том случае, если приведенные в книге процедуры не смогут побороть ваш недуг полностью, они обязательно облегчат ваше физическое и эмоциональное состояние. Кроме того, глино- и грязелечение может с успехом применяться в качестве дополнительного метода оздоровления организма наряду с традиционным. Книга рассчитана на массового читателя.

Содержание

Введение	5
Часть I.	6
Глава 1. Грязь	6
Что мы знаем о грязях	6
Иловые грязи	6
Торфяные грязи	7
Сапропели	7
Сопочные грязи	7
Где найти лечебную грязь?	8
Использование грязи в медицине	11
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Алевтина Корзунова

Целебная глина и целебные грязи

Введение

Не стоит забывать, что человек является частью природы, поэтому связь между природными условиями и нашим здоровьем очевидна. Чтобы стать сильным, бодрым и выносливым, человек должен общаться с природой, а не отгораживаться от нее. И, к счастью, люди осознали это и с древних времен научились использовать природу, ее богатства в своих целях. И в первую очередь – для поддержания и улучшения состояния своего здоровья.

Солнечные лучи, пресная и соленая вода, воздух, растения – далеко не предел. К этим природным факторам лечения человек прибавил такую важную природную среду, как почва, богатство и целебность которой несомненны. К одним из основных даров природной среды относятся грязи и глина, которые обладают чудодейственными лечебными свойствами.

Различные типы грязей и глины применялись в лечебных целях очень давно. Еще в Древнем Египте больные обмазывались грязью и глиной, которую выносил во время разлива Нил, и лежали на берегу реки под горячими лучами южного солнца. В XVI в. грязелечение получило расцвет в Италии, где применяли в основном вулканическую грязь. Несколько позднее – в XVII в. – грязелечение пришло во Францию, а в XVIII в. – в Германию. В России колыбелью грязелечения (XIX в.) являлся Крымский полуостров.

Люди в полной мере ощутили целебные свойства и пользу грязи и глины и стали с удовольствием применять их для лечения различных заболеваний, а также в косметических целях.

Эта книга поможет вам ответить на многие вопросы и даст подробное представление о таких нетрадиционных видах оздоровления, как грязе- (пелоидолечение) и глинолечение. Вы узнаете о видах грязей и глины, получите информацию об их общих целебных свойствах. Но самое главное – эта книга станет подробным руководством для самостоятельного применения грязи и глины в профилактических целях и для лечения самых разных недугов.

Часть I. Лечение грязями

Глава 1. Грязь

Что мы знаем о грязях

В лечебных целях используют различные виды грязей. По условиям их образования различают следующие: иловые, сапропели, торфяные и сопочные.

Иловые грязи

Иловые грязи представляют собой мазеподобную массу черного цвета с запахом сероводорода, которая образуется в морях и многих озерах из осадочных пород при активном участии микроорганизмов. Для всех разновидностей иловых сероводородных грязей характерно преобладание минеральных веществ над органическими. Содержание последних не превышает обычно 1—5 %. Влажность сероводородных грязей значительно ниже влажности торфяных и сапропелевых и обычно колеблется в пределах от 40 до 75 %.

Отличительной особенностью этого вида грязей является содержание в них сероводорода, который может быть в растворенном (свободный сероводород) и в связанном состоянии, а также в виде сульфатов, сульфидных ионов и гидрата сернистого железа. Сероводород и сульфидные ионы, растворенные в лечебной грязи, оказывают на организм действие, аналогичное влиянию сероводородных вод типа мацестинских и сергиевских минеральных вод. Гидрат сернистого железа, находясь в грязи даже в небольших количествах, обволакивает их илистые частицы и придает им черный цвет. Общее содержание в них всех видов сульфидных соединений колеблется в больших пределах и достигает 0,05 %, а иногда и больше.

Исследования показали также наличие в иловых сероводородных грязях биологически активных соединений подобных гормонам антибиотикам, что позволяет выделить такие их лечебные свойства, как противовоспалительные, антисептические. В связи с этим грязи рекомендуются для нормализации обмена веществ.

Иловые сероводородные грязи образуются на дне непересыхающих водоемов, содержащих среди прочих веществ сульфаты.

Минеральные вещества поступают в водоемы с берегов и отсортировываются течениями. Крупные песчаные частицы быстро оседают в прибрежной части озера, а тонкие, глинистые, медленно оседающие частицы уносятся в глубь водоема. Этим обуславливается состав иловых грязей – остатки отмерших водных растений (водорослей и макрофитов) и животных (рачков, червей, насекомых) также оседают на дне.

В такой органоминеральной смеси осадков под влиянием микроорганизмов начинают протекать биологические процессы, среди которых особенно важны реакции разложения сложных органических соединений и восстановления сульфатов сероводорода. Сероводород частично вступает в химическое взаимодействие с железом, входит в состав глины, в результате чего образуются сульфиды железа.

В процессе грязеобразования создается также и коллоидный комплекс, от которого зависят вязкопластичные свойства илов, а также водоудерживающая и адсорбционная способности. В состав коллоидного комплекса иловых грязей, кроме сульфатов железа, входят гидраты

окислов железа и алюминия, органические вещества, кремниевая кислота, глинистые частицы и некоторые другие соединения.

Для лечебного применения иловую грязь можно достать непосредственно из озера, подогреть до необходимой температуры и приготовить аппликации, ванны и т. д.

Торфяные грязи

Торфяные грязи образуются в болотистых местах в результате длительного гниения различных органических веществ, взаимодействующих с почвой. В отличие от предыдущего вида эти грязи представляют собой плотную массу темно-бурого цвета с нейтральной или слабокислой реакцией. Нередко они содержат большое количество сернистого железа и свободную серную кислоту. В торфяных лечебных грязях больше органических веществ, чем в иловых. В частности, торф содержит остатки растительного происхождения, гумус, смолистые вещества, глинозем, соли железа, хлорид натрия, сероводород, коллоидные органические вещества.

Для лечебных целей используются различные типы торфа при условии высокой степени разложения (более 40 %) и малой (не более 1—2 %) засоренности частицами, размер которых более 0,25 мм (имеются в виду растительные остатки, песок и т. п.).

Поверхность торфяной массы несколько шероховатая, она плохо пристает к телу. Для обычных пресноводных торфов характерна высокая влажность (более 80 %) при сохранении пластичности и отсутствии капельно-жидкой влаги. Реакция торфов обычно слабокислая вследствие присутствия свободных гуминовых и других органических кислот. Твердая масса торфов в основном состоит из остатков растений и продуктов их полураспада – гуминовых веществ, битумов, восков, жиров, органических кислот и других веществ.

Подготавливая торфяные грязи к лечебному использованию, из них удаляют крупные растительные остатки, смешивают с водой и нагревают.

Сапропели

Сапропели (гниющие илы) образуются в пресных открытых водоемах из глинистых и песчаных частиц, веществ почвенного перегноя при участии бактерий, особенно сульфатредуцирующих, и ферментов. В сапропелях имеются вещества, состоящие из жидких и твердых углеводородов, сложных эфиров, органических кислот, спиртов и смол. В этом виде грязей не находят патогенных микробов, а имеются микробы-продуценты антибиотиков. В отличие от торфов, образующихся только из болотной растительности, отложения сапропеля состоят из остатков водных организмов – растений и животных, обитающих на дне озера.

Сопочные грязи

Сопочные грязи являются продуктом извержения грязевых вулканов, поэтому относятся к псевдовулканическим. Твердая фракция грязевых вулканов представляет сопочную грязь, жидкая часть представлена водой (минерализация 5,5—11 г/л). По химическим показателям эта вода характеризуется содержанием гидрокарбонатно-натриевых и хлоридно-сульфатно-натриевых ионов. В упомянутых лечебных грязях и минеральных водах содержится повышенное количество микроэлементов (бора, брома, йода, лития).

Лечебное действие сопочных грязей обусловлено их составом. Эти грязи обладают высоким индексом пластичности, большой липкостью и сравнительно малой влажностью при крайне низком содержании сероводорода.

Другую группу псевдовулканических грязей составляют гидротермальные, образующиеся в районах сильнодействующих вулканов в результате разложения горных пород под действием горячих газопаровых струй. Характерной особенностью этих грязей является их

природная теплота (температура иногда доходит до 100 °С). Состав грязей определяется процессами выщелачивания пород термальными растворами. Использование их возможно в ограниченных масштабах, хотя по своему химическому составу они представляют собой очень ценный материал для грязелечения.

Благодаря содержанию во всех видах грязей таких полезных веществ, как сера, углекислота, гормоноподобные элементы, свободные кислоты, антибиотики и убивающие микробов фитонциды, они стали незаменимым целебным средством для лечения многих заболеваний.

Все полезные вещества, содержащиеся в лечебных грязях, проникают через кожу и разносятся с кровью по организму, способствуют усилению его жизнедеятельности, борьбе с воспалительными процессами и выделению из него микробов и ядовитых веществ, таких как ртуть, свинец, мышьяк и др.

Действуя через нервные окончания, находящиеся на коже, грязевые процедуры возбуждают определенные участки головного мозга, вызывая ответные реакции положительного свойства.

Грязелечение улучшает процессы тканевого обмена, улучшает кровообращение, функции эндокринных желез, способствует рассасыванию спаек, рубцов, сращению костей, удаляет продукты воспаления и способствует повышению подвижности больных суставов. Поэтому оно применяется при поражениях спинного мозга, его оболочек, в том числе для ослабления последствий полиомиелита. Доказано, что целебные грязи способствуют рассасыванию кровяных опухолей, которые образуются в результате повреждения кровеносных сосудов.

Все виды грязей помогают при многих желудочных и кожных заболеваниях, быстро заживляют раны и уменьшают воспалительные процессы во внутренних органах.

Грязелечение на курортах в настоящее время проводится в комплексе с другими способами воздействия на больной организм. Такая комплексная терапия ставит цель – усиление влияния грязелечения на организм и повышение эффекта действия различных дополнительных процедур и медикаментозных препаратов.

Установлено, что грязевые процедуры оказывают комплексное влияние на основные функции организма (кровообращение, дыхание, обмен веществ, выделение и т. д.). Под их влиянием улучшается венозное кровообращение, меняется сократительная способность миокарда. У больных артериальной гипертензией отмечается тенденция к снижению уровня артериального давления.

Грязевые аппликации непосредственно воздействуют на нервные окончания в коже и клеточную структуру, под их влиянием увеличивается содержание гистамина и гистаминоподобных веществ, повышается проницаемость тканей, которые как бы приоткрывают доступ для проникновения ряда химических элементов в организм. Через кожу из грязи также поступают гормоноподобные вещества. Таким образом, комплекс указанных изменений способствует общему улучшению деятельности обменного характера в органах, иммунологической реактивности (повышению иммунитета).

В настоящее время в нашей стране грязелечение предлагают более 100 курортов, которые подразделяются на грязевые, бальнеогрязевые, климатогрязевые и климатобальнеогрязевые.

Наиболее широко в лечебно-профилактической практике применяются иловые сероводородные грязи, значительно меньше – торфяные и сапропели, изредка – сопочные.

Где найти лечебную грязь?

Свойства лечебной грязи позволяют не только народной медицине, но и научному миру считать ее одним из самых лучших средств для избавления от многих недугов. И в древности, и в наши дни люди лечились и продолжают лечиться ею.

Сейчас существует несколько способов воспользоваться дарами натуральной аптеки. Так, например, вы можете отправиться на курорт, специализирующийся как раз на лечении грязью. Такие курорты существуют как в нашей стране, так и за рубежом. Вы можете приобрести лечебную грязь в аптеке, где вам не только предложат несколько видов, но и проконсультируют, каким образом их лучше использовать. А хотите – отправляйтесь на добычу лечебной грязи самостоятельно, но для этого запомните несколько необходимых правил. Обо всем этом и пойдет речь ниже.

Итак, лечебную грязь можно купить в аптеке. Пожалуй, это самый доступный способ для большинства желающих попробовать свойства этого препарата. Здесь вам предложат несколько ее видов, расскажут об их свойствах, а также проконсультируют, каким образом с ее помощью можно избавиться от различных болезней.

Брикеты с лечебной грязью бывают различного веса и состава. Так, например, медицинской широко практикуется смешивание нескольких видов грязей для наилучшего воздействия на организм. В натуральную грязь могут быть добавлены и минеральные компоненты или вытяжки из лекарственных трав.

Рекомендуем приобретать лечебную грязь в аптеках еще и по той причине, что некоторые ее виды требуют специальной обработки перед использованием. Например, речную грязь, добытую не с середины русла, а около береговой линии, обязательно надо перегонять, фильтровать и заново высушивать, чтобы избавить полезную массу от песчаных добавок и различных примесей. Другие виды грязей – торфяную, например, – трудно добыть человеку неподготовленному. Торфяную грязь, помогающую при многих заболеваниях, особенно суставов, добывают в болотистых областях России. Опасна добыча вулканической (или гейзерной) грязи, несущей высокий тепловой эффект. Таким образом, самым выгодным способом достать лечебную грязь все же остается ее покупка в аптеке, а заодно и получение соответствующих консультаций.

Но если в вашем крае существует месторождение лечебной грязи, попробуйте добыть ее сами. Так, в средней полосе России можно найти один из видов иловой лечебной грязи. В отличие от озерной она располагается на дне рек, под небольшим слоем песка. Наилучшей считается грязь с середины реки, но можно использовать и ту, что находится у побережья. Самой чистой, а, следовательно, лучшей для применения считается иловая грязь притоков главных рек, поскольку она менее подвержена влиянию химических элементов. Старайтесь брать лечебную грязь в экологически чистых районах.

Также достаточно просто найти сапропелевую грязь. Она располагается на дне пресных озер, ил которых отличается большим содержанием органических веществ, образующихся под водой за счет животных и растительных организмов. Обычно этот вид грязи добывают с середины озер, где она наиболее чисто промывается водой, кроме того, толщи воды наилучшим образом спрессовывают ее. Но можно добывать и с прибрежной зоны, однако придется хорошо промывать ее перед применением.

Вы также можете найти так называемую лесную лечебную грязь. Чистая вода ручьев, насыщенных минеральными компонентами, выносимыми из недр земли, промывает близлежащую почву. Перегной листьев, а также животных организмов создает благоприятную обстановку для развития ее полезных свойств. Этот вид грязи следует добывать в глубине леса, где наибольшая влажность, с начала мая и до конца июля. Эта лечебная грязь напоминает своими свойствами торфяную.

Еще одной разновидностью лечебной грязи, простой для добывания, но не менее целебной, является так называемая осенняя. Это смесь осеннего листового перегноя и подземных вод. Она появляется в условиях большой почвенной влажности при малом доступе кислорода. Таким образом возникает лечебная грязь с высоким тепловыми свойствами, которая к тому же

легко добывается. Этот вид можно добывать начиная с конца сентября и до середины ноября. Оптимальные условия для ее созревания – 2—3 погожих дня после обильного дождя.

Есть еще один вид сезонной лечебной грязи, которую также легко найти. Речь идет о так называемой зимней грязи. Она появляется в результате взаимодействия свежего снега, обогащенного атмосферой, и достаточно промерзшей земли, в которой как бы консервируются полезные вещества. Так, например, замечено, что в морозной земле гораздо больше минеральных веществ. Пропитываясь снегом, почва становится носителем множества полезных веществ. Лучше всего выкапывать почву на глубине 10—15 см и оставлять ее в алюминиевой посуде под снежным покровом. Утром вы получите пласт лечебной грязи.

Рассмотрим, по каким признакам можно определить лечебную грязь. Как известно, далеко не любая из них подходит для лечения, и человеку неопытному нетрудно ошибиться. Особого вреда вы организму не нанесете, но и ожидаемой пользы вряд ли дождетесь. По каким же признакам отличается лечебная грязь от обыкновенной?

Например, иловая озерная лечебная грязь темно-бежевого оттенка и достаточно тяжела на вес. В конечном своем виде пласт грязи представляет собой относительно твердую пластину, которая, впрочем, легко растворяется в воде, придавая ей золотисто-бежевый тон. Сухой пласт запаха не имеет.

Иловая речная грязь более светлого цвета за счет присутствия в ней некоторой доли песка. В сухом виде она представляет собой легко рассыпающуюся пластину, которая растворяется в воде, оставляя на ней легкую пелену мелкого песка. Он обязательно должен присутствовать в пласте, так как несет тепловой эффект. Кроме этого, можно заметить, что иловая речная грязь среднего веса. Сухой пласт имеет слабо выраженный запах речной воды.

Сапропелевая лечебная грязь, или пресно-озерная, светло-желтого (может быть с редкими полосками коричневого) цвета. Она представляет собой хорошо спрессованную пластину, в которой могут попадаться мелкие камушки (в этом случае пласт необходимо растворить в воде и промыть). Сапропелевая грязь достаточно тяжела на вес благодаря сильной спрессованности. Она медленно растворяется в воде и быстро застывает вне ее. Запаха не имеет.

Перейдем к рассмотрению признаков различных торфяных видов лечебной грязи. Сама торфяная грязь представляет собой темно-бурую вязкую массу, разнообразно меняющую свою форму, тяжелую на вес, что связано с присутствием в ней воды. Имеет сильный опрелый запах, достаточно устойчивый. Не забудьте об этом, когда будете применять торфяную грязь для лечения. В воде она растворяется плохо и, засыхая, практически не размачивается, что усложняет ее использование.

«Лесная» лечебная грязь обладает практически всеми вышеперечисленными свойствами. Она немного темнее торфяной, что происходит за счет насыщения ее листовым перегноем. Имеет сильно выраженный запах прелых листьев.

«Осенняя» грязь такого же цвета, что и «лесная», может быть желтоватого оттенка. У нее такой же запах прелых листьев или свежих грибов. «Зимняя» лечебная грязь более темная, с ярко выраженным запахом мокрой земли.

Возникает вопрос, каким образом самостоятельно добывать лечебную грязь. Вам потребуются небольшая металлическая лопаточка с острыми краями для работы со слоем земли, маленькое ведерко, желательное с ситом-поддоном для оттока воды и отсеивания камней и песка во время промывания добытых пластов грязи и отрез марли (можно сложенной в несколько раз) для отжимания.

Поднимая пласт земли или ила (около 5—6 см), старайтесь как можно осторожнее перенести слой лечебной грязи в ведерко. Через сетчатый поддон стечет лишняя вода. Этот способ прекрасно подходит при добыче иловой и сапропелевой грязи. Если вы набираете торфяную или виды «сезонных» грязей, понадобится еще и марля, в которую следует положить небольшой кусок пласта и осторожно отжать.

Когда принесете пласты домой, налейте в большой таз чистой, лучше всего отфильтрованной воды и опустите их в воду. Когда они растворятся полностью, пропустите их через частое сито, отбирая камни, траву, песок и землю. Очищенную грязь выложите на противень и оставьте на солнце просушиться. На ночь занесите в дом. Через 2—3 дня подобной обработки лечебная грязь будет готова к применению.

Несколько слов о том, каким образом хранят лечебную грязь. Лучше всего держать ее в полотняных мешках, где она сможет «дышать», а, следовательно, не застынет неудобными для использования кусками. Иловую грязь можно хранить и завернутой в бумажные листы, так как она в сухом виде представляет собой твердые пласты и практически не крошится. То же самое касается и сапропелевой, но ее обязательно нужно обертывать не только бумагой, но и тканью, так как она крошится сильнее.

Торфяную грязь хранят в нескольких тряпичных мешках или в прорезиненном мешке. Но в последнем случае обязательно давайте раз в месяц массе «подышать», иначе она станет камнеобразной и практически непригодной к использованию. Поэтому после покупки грязи в аптеке дома обязательно размочите ее и храните, следуя нашим советам.

Что касается всех видов «сезонной» лечебной грязи, то ее вообще не рекомендуется хранить длительное время, так как степень ее полезности для организма напрямую зависит именно от времени года, позже она теряет большинство своих свойств. Оптимальный срок хранения – не более 2—3 недель.

Использование грязи в медицине

Лечебные грязи влияют на организм, оказывая температурное, механическое и химическое раздражение. Физические свойства всех видов позволяют пользоваться при грязелечении относительно высокими температурами. Теплоемкость лечебных грязей велика, а теплопроводимость мала. Отсюда их высокая теплоудерживающая способность, благодаря которой тепло от грязи медленно и постепенно передается телу больного через аппликацию или ванну.

Очень важным лечебным свойством грязей является их адсорбционная способность, в силу которой при наложении на кожу они поглощают имеющиеся на ее поверхности микробы. Такое же действие оказывает грязь при ее наложении на слизистые оболочки.

Но основными действующими факторами лечебных грязей являются тепловой и химический. Если тепловое влияние на организм всех грязей почти одинаково, то по своему химическому действию они резко отличаются. Во многих из них содержатся летучие и газообразные вещества (сероводород, аммиак, аммиачные соединения). В некоторых, помимо большого количества солей, имеются свободные кислоты, активные катализаторы (например, двухвалентное железо), вяжущие и гумусовые вещества, различные бактериофаги, антибиотики, биостимуляторы и другие ценные вещества.

Таким образом, помимо непосредственного раздражающего действия на нервные рецепторы кожи и слизистые оболочки, грязевая процедура усиливает образование в организме различных биологически активных веществ, которые разносятся кровью, оказывают воздействие на высшие отделы центральной нервной системы, а через них – на вегетативную и эндокринную системы.

Среди грязевых процедур различают общие и местные.

Суть общих грязевых процедур состоит в том, что лечебную грязь нагревают до необходимой температуры, накладывают на тело больного, за исключением области сердца и головы. На голову при необходимости кладут пузырь со льдом. Толщина грязевого слоя составляет 4—5 см. На такую процедуру требуется 4—5 ведер (до 60 кг) лечебной грязи.

Нагреть грязь можно различными способами. Наилучший из них – на водяной или пароводяной бане. Если нужны единичные процедуры, для согревания грязи используют ведро, поместив его в бак с водой (в виде водяной бани) на горячую плиту.

Грязь нагревают до 50—52 °С, а затем, смешивая с холодной водой, доводят температуру до необходимой. Перед нагревом она должна быть освобождена от посторонних примесей (ракушек, камешков), для этого ее надо просеять через крупное сито. Более остальных видов в просеивании нуждается торф, поэтому обязательно просеивайте его и при нагревании смачивайте водой.

Желательно предварительно подвергнуть грязь бактериологическому исследованию, и, если в ней обнаружены патогенные микроорганизмы, применять ее для лечения нельзя.

Процедура местных аппликаций заключается в том, что грязь накладывают на ту часть тела, которая требует наиболее эффективного воздействия. При поражении верхних конечностей аппликации накладывают на шейно-плечевой пояс и пораженные конечности, при поражении ног – на пояснично-крестцовую область, на ноги (в виде штанин), при заболевании органов брюшной полости – на область живота, спины.

Техника применения грязи следующая: на деревянной кушетке расстилают суконное одеяло, поверх него – простыню, затем медицинскую клеенку и кусок грубого холста (брезента). На последний соответственно месту воздействия накладывают грязь необходимой температуры. Затем место, куда следует наложить грязевую аппликацию, намазывают грязью, и больной ложится на нанесенную на кушетку грязь, после чего его закутывают послойно в указанные ткани.

По истечении назначенного времени (10—15 мин) брезент разворачивают, больной освобождается от аппликации и споласкивается под теплым душем (температурой 36—37 °С.). После одевания он должен отдохнуть от 30—40 мин до 2 ч. Грязевые ванны не принимают натощак или после обильной еды.

Местные аппликации могут применяться 3—4 дня подряд с одним днем отдыха. Обычный курс рассчитан на 12—15 процедур. При наличии нарушений в сердечно-сосудистой системе грязевые аппликации назначают реже – 2 дня подряд с днем отдыха или через день, и температуру снижают до 38—40 °С.

Грязелечение может чередоваться с минеральными ваннами. Выделяется несколько классических типов пелоидотерапии.

1. Интенсивное грязелечение – грязевые аппликации 2—3 дня подряд с днем отдыха, температура грязи 46—50 °С, продолжительность процедуры – 15 мин, курс лечения – 14—16 процедур.

2. Митигированное грязелечение – грязевые аппликации назначают через день, продолжительность – 10—12 мин, температура грязи около 40 °С, курс лечения – 10—12 процедур.

3. Комбинированное бальнеогрязелечение – последовательное применение минеральных ванн, затем грязей и снова минеральных ванн. Температура грязи 38—42 °С, продолжительность процедуры – 15 мин, через день. Температура минеральных ванн 36—37 °С, продолжительность – 10—12 мин.

4. Метод систематического чередования грязевых процедур и минеральных ванн – в первый день назначают грязевую аппликацию, на следующий – минеральную ванну. Среди недели один день свободен от всяких процедур. Температура аппликаций 42—46 °С, минеральной ванны 35—37 °С, продолжительность приема ванны – 10—15 мин. Лечение заканчивается минеральными ваннами.

Эти ориентировочные схемы не исключают различных комбинаций аппликаций с другими процедурами по количеству и их расстановке, температуре, длительности и т. п. Применение грязелечения зависит от состояния больного, интенсивности лечения основного и сопутствующего заболеваний, возраста, тренированности больных, а также от целого ряда кли-

нических критериев. Грязелечение может применяться и оказывать действие даже на те органы и ткани, которые не подвергаются непосредственному влиянию грязевых аппликаций.

Широкое применение получило грязелечение в гинекологической и колонопроктологической практике. Для тампонов иловую грязь пропускают через мелкое металлическое сито, чтобы удалить из нее твердые частицы (камешки и т. п.), которые могут травмировать слизистую оболочку. После этого грязь накладывают в стаканчики по 100—150 мл каждый и нагревают на водяной бане до 45—50 °С. Затем вводят в виде тампонов во влагалище или прямую кишку на 30—45 мин. После применения грязь удаляют и вымывают теплой водой. Требуется обильное спринцевание, лучше раствором хлорида натрия, приготовленным в аптечных условиях.

При гинекологических заболеваниях применяют также грязевые «бюстгалтеры» (аппликации на молочные железы) и «труссы» (на область таза, поясницу, промежность).

При воспалительных процессах предстательной железы у мужчин грязевые тампоны вводятся в прямую кишку при помощи специального шприца.

Грязевые аппликации могут сочетаться не только с бальнеотерапией, но и с электротерапией. Грязелечение может попеременно проводиться с гальваническим или фарадическим током, или индуктотерапией.

Гальванический ток может быть использован для электрофореза дополнительных лекарственных веществ, вводимых в лечебную грязь (салициловые и йодные препараты, хлорид кальция и пр.), где прокладкой служит грязевая лепешка.

Электрогрязевые процедуры легче переносятся больными, а терапевтический эффект значительно выше.

Кроме того, грязелечение может сочетаться с солнцелечением, ультрафиолетовым облучением, лечебной физкультурой, массажем, питьевым лечением, механотерапией, ингаляциями.

Как показали клинические наблюдения и специальные клинико-физиологические и биохимические исследования, с грязелечением совместимы (одновременно или одна после другой) электрогрязевые процедуры, фитотерапия, кинезотерапия (терренкур, массаж, механотерапия), вагинальные или ректальные тампоны. Дозировку и последовательность, а также интервалы между ними определяет врач.

Совместимы в течение одного дня с определенными интервалами аппликации, питьевое лечение, механотерапия, массаж, ингаляции попеременно. Интервал между процедурами должен быть в пределах 3—5 ч.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.