

## 1. Ингаляционная терапия:

**1.1. Ингаляции лекарственные.** Ингаляционная терапия – лечение и профилактика заболеваний путем вдыхания искусственно распыляемых лекарственных веществ или воздуха, насыщенного солями, эфирными маслами и др. Основной целью ингаляционной терапии является достижение максимального местного терапевтического эффекта в дыхательных путях при незначительных проявлениях системного действия. Основными задачами ингаляционной терапии считаются: улучшение дренажной функции дыхательных путей; санация верхних дыхательных путей и бронхиального дерева; уменьшение отека и стимуляция регенерации; снижение активности воспалительного процесса; купирование бронхоспазма; воздействие на местные иммунные реакции респираторного тракта; улучшение микроциркуляции слизистой оболочки дыхательных путей; защита слизистой оболочки от действия производственных аэрозолей. Ингаляционная терапия – это доставка различных лекарственных средств в распыленном состоянии непосредственно в дыхательные пути. В настоящее время она является одним из наиболее оптимальных и часто используемых методов лечения воспалительных и обструктивных заболеваний дыхательных путей. Ингаляции вызывают уменьшение бронхоспазма и отека слизистой, улучшение дренажной функции дыхательных путей, санация верхних дыхательных путей.

**1.2 Ароматотерапия** позволяет полноценно реализовать весь арсенал полезных свойств эфирных масел, не изменяя их естественных свойств. При использовании этого метода происходит лечебное воздействие, как через восприятие запахов, так и путем поступления компонентов эфирных масел через дыхательные пути во внутреннюю среду организма. Область применения ароматерапии: заболевания органов дыхания, нервной и сердечно - сосудистой систем, различные функциональные расстройства, психо – эмоциональная коррекция, повышение общей работоспособности.

**1.3 Аэроионотерапия** – лечебное применение легких отрицательных ионов воздуха с возможностью дозирования и контроля параметров.

Аэроионотерапия применяется при острых и хронических заболеваниях органов дыхания, заболеваниях центральной и периферической нервной системы, сердечно – сосудистой системы, неврастениях и расстройствах сна, вегето - сосудистых нарушениях.

Метод эффективен для повышения концентрационной способности, улучшения восприятия, улучшения общего самочувствия и трудоспособности.

Дозируемая аэроионотерапия рекомендована также всем людям, которые длительное время проводят в помещениях с кондиционированным воздухом.

**1.4. Галотерапия,** камерная спелеотерапия представляет собой немедикаментозное лечение, в основе которого лежит воссоздание искусственного микроклимата, максимально приближенного к свойствам и условиям соляных пещер. Основная заслуга галотерапии заключается в очищении органов дыхательной системы. Нахождение в соляной камере способствует насыщению клеток полезными ионами, тем самым восстанавливается функция легких, а микрофлора дыхательных путей очищается от пыли и вредных бактерий. В течение сеанса галотерапии солевой воздух увеличивает насыщенность крови кислородом, формирует защитные силы организма для борьбы с инфекциями и вирусами. Соляные пещеры особенно полезны при лечении различных ЛОР-заболеваний: гайморитов, фарингитов и бронхитов. Эффективны соляные пещеры для детей, часто подвергающихся простудным заболеваниям. Они способствуют укреплению иммунной системы, как у детей, так и взрослых. Галотерапию по праву считают прекрасным средством при проблемах косметологического характера. Солевые процедуры обновляют кожу, способствуют оздоровлению за счет отшелушивания ороговевшего слоя кожи и питают её.

## **2. Светолечение:**

**2.1. Ультрафиолетовое облучение местное** - широко используется бактерицидное действие ультрафиолетового облучения. Различают прямое и непрямое бактерицидное действие УФ-лучей. В результате прямого действия происходит коагуляция и денатурация белков микроорганизмов на поверхности раны, слизистой оболочки, что приводит к гибели бактериальной клетки. Непрямое действие УФ-излучения связано с изменением иммунобиологической реактивности организма под влиянием УФ-лучей. Благодаря своему многообразному действию, УФО нашло широкое применение для профилактики и лечения широкого спектра заболеваний.

**2.2. Лазеротерапия, магнитолазеротерапия чрескожная.** Лазерная терапия применяется для лечения неврологических, вертебрологических заболеваний, также при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (ревматоидный артрит, деформирующий спондилоартроз, эпикондилиты, плечелопаточные периартриты, бурситы, тендовагиниты, пяточные шпоры, фибромиалгический синдром и др.).

**2.3. Надвенное лазерное облучение, магнитолазерное облучение** - это мощное средство повышения иммунитета и реабилитационных

возможностей организма, улучшения реологических свойств крови и микроциркуляции.

### **3. Гидротерапия (водолечение)**

**3.1. Подводный душ-массаж**, подводный гидромассаж - замечательная физиотерапевтическая процедура, которая предназначена для расслабления, отдыха и лечения. Сочетает в себе положительное воздействие лечебной ванны и активного механического воздействия на тело человека мощной струей воды, имеющей давление от 1,5 до 4 атмосфер. В процессе проведения курса процедур улучшается состояние сосудов, укрепляются их стенки, восстанавливается эластичность. Улучшается лимфо- и кровоток, активизируется работа сердечной мышцы. Кроме того, улучшаются, активизируются обменные процессы, общее самочувствие.

**3.2. Ванны жемчужные** - это процедура, во время которой происходит воздействие на организм пациента воды с пузырьками воздуха, выходящими под давлением 0,5–1,5 атмосфер из отверстий, расположенных на дне ванны. Жемчужные ванны оказывают выраженный релаксирующий эффект, помогают бороться со стрессом, снижают возбудимость, уменьшают болевые ощущения, восстанавливают нормальную работу мышц, нормализуют артериальное давление. Жемчужные ванны применяются при заболеваниях центральной и периферической нервной систем, так как они снижают возбудимость, оказывают успокаивающее воздействие на нервную систему, уменьшают болевые ощущения и восстанавливают нервную регуляцию мышц. Кроме того, действующие факторы жемчужной ванны вызывают расширение капиллярных сосудов и, как следствие, улучшают кровоснабжение органов и тканей. При этом снижается артериальное давление и увеличивается сердечный выброс. Таким образом, нагрузка на сердце значительно снижается.

#### **3.3 Хвойно – жемчужные ванны.**

Хвоя является природным кладезем витаминов, и даже превосходит по их количеству все хорошо известные фрукты. Она содержит витамины В1, В6, В9, В12, К, Д, Е, А, С, железо, цинк, селен, а также многие необходимые человеку белки и энзимы. По своему составу хвойным маслам практически нет равных. Поэтому содержание хвои в жемчужной ванне делает ее поистине лечебной.

#### **3.4 Вихревые ванны для верхних и нижних конечностей.**

Гидромассажная ванна для массажа верхних конечностей эффективно и широко применяется при заболеваниях суставов рук, заболеваниях

периферической нервной системы, для лечения посттравматических состояний, улучшения трофики тканей, для повышения тургора кожи.

Гидромассажная ванна для массажа нижних конечностей применяется при заболеваниях суставов ног, заболеваниях периферической нервной системы, варикозном расширении вен голени и бедер, для лечения посттравматических состояний, улучшения трофики тканей, для повышения тургора кожи.

Также эта процедура хорошо подходит в случае так называемого синдрома мерзнущих ног, в восстановительном лечении после травм (переломов, разрывов сухожилий), в случае если травма была в области колен, голени, стопы, а также в случае заболеваний суставов.

#### **4.Массаж**

Оказывает благотворное действие на организм человека. Под влиянием массажа увеличивается количество функционирующих капилляров, ускоряется капиллярный кровоток, повышается кровоснабжение массируемого участка, устраняется венозный застой, улучшается питание тканей. Удаляется слущивающийся эпидермис, улучшается кожное дыхание. Оживляется обмен в клетках, повышается поглощение тканями кислорода. В результате стимулирования кроветворной функции в крови повышается содержание гемоглобина и эритроцитов, улучшается эластичность тканей. Массаж повышает сопротивляемость организма к инфекциям, улучшает психо-эмоциональное состояние, сон, настроение.

**5. Бесконтактный гидромассаж** - применяется бесконтактная гидромассажная ванна, которая обеспечивает полный или частичный гидромассаж тела, причем без погружения пациента в водную среду, что резко снижает число противопоказаний к применению данного метода лечения. На поверхности ванны расположено тонкое эластичное покрытие, позволяющее исключить контакт пациента с водой и сохранить при этом все эффекты, присущие водолечению.

Оздоровительный бесконтактный водный массаж способствует снятию стресса, оздоровлению и релаксации. Сеанс бесконтактного водного массажа способствует активации лимфатической системы, улучшению микроциркуляции, уменьшению мышечного напряжения, улучшению тонуса мышц и формы тела, улучшению метаболизма в коже, улучшению кровообращения и выведению токсинов, общему улучшению здоровья.

**6. Кислородный коктейль** - это сок, настой трав либо любой другой напиток, обогащенный кислородом. Положительное воздействие кислородного коктейля обуславливается способностью кислорода достаточно интенсивно всасываться в кровь через слизистую оболочку желудка.

Курсовое применение кислородных коктейлей ведет к эффективному насыщению организма кислородом, не вызывая побочных явлений.

Коктейль активизирует функции желудочно-кишечного тракта, нормализует микрофлору кишечника, улучшает пищеварительный процесс, ускоряет расщепление полезных веществ, помогает при нарушениях центральной нервной системы.

**7. Фиточай** - готовят из лесных, полевых трав и плодов, очень разнообразных по вкусу, цвету и аромату, они имеют в своем составе массу биологически активных веществ: витаминов, ферментов, микроэлементов, органических кислот.

Этот букет биологически активных веществ благоприятно влияет на организм человека, предохраняет, предупреждает и лечит многие заболевания, поэтому травяные чаи рекомендуется пить всем, независимо от возраста и состояния здоровья.

## **8. Электролечение**

### **8.1. Гальванизация общая, местная.**

Гальванизация стимулирует регуляторную функцию нервной и эндокринной систем, способствует нормализации секреторной и моторной функций органов пищеварения, стимулирует трофические и энергетические процессы в организме, повышает реактивность организма, устойчивость к внешним воздействиям, в частности, повышает защитные функции кожи. При общей гальванизации увеличивается количество лейкоцитов в крови, несколько повышается СОЭ, улучшается гемодинамика, урежается число сердечных сокращений, повышается обмен веществ (особенно углеводный, белковый).

### **8.2. Электрофорез постоянным, импульсным токами-**

это сочетанное воздействие электротока и лекарства, вводимого в организм с помощью электротока. Предназначен для профилактики и лечения различных заболеваний и синдромов: заболеваний органов желудочно-кишечного тракта, легких, почек и суставов; неврологических проявлений остеохондроза позвоночника; заболеваний нервной системы, протекающих с болевым синдромом; заболеваний, требующих электростимуляции внутренних органов; лечения фантомных болей; урологических и гинекологических заболеваний; заболеваний пародонта.

**8.3. Ультравысокочастотная терапия** метод лечения, заключающийся в воздействии на организм электрическим полем ультравысокой частоты, которое подводится к пациенту посредством конденсаторных пластин (электродов). УВЧ-терапия благоприятно влияет на функциональное состояние нервной системы, эндокринных желез, крово- и лимфообращение, способствует улучшению обмена веществ. Этот метод лечения оказывает

противовоспалительное, болеутоляющее, десенсибилизирующее, противоспастическое действие, стимулирует защитные силы организма и улучшает трофику тканей.

**8.4. Магнитотерапия местная:** на аппарате «Ортоспок» - это вид физического воздействия на человека низкочастотными постоянными или импульсными магнитными полями. Повышается проницаемость мембран наших клеток, ускоряются окислительно - восстановительные реакции, усиливается активность ферментов и активизируется местное кровообращение. Магнитные поля снимают боль и воспаление, уменьшают отек в тканях, снижают активность процесса свертывания крови, стимулируют восстановительные процессы в тканях (особенно в костной и хрящевой) и улучшают их питание. На аппарате «Сета» - аппарат отличается тем, что реализует в широком диапазоне частот и величин высокоинтенсивное импульсное магнитное поле, треугольной формы оказывающее эффективное лечебное и профилактическое воздействие на организм человека. Лечебные эффекты: седативный, анальгетический, противоотечный, гипотензивный, вазоактивный, противовоспалительный, трофикорегенеративный, метаболический, нейромистимулирующий.

**8.5. Магнитофорез** - метод лечения, в процессе которого лекарственные вещества вводятся в ткани организма с помощью магнитного поля. Во время процедуры магнитофореза происходит совместное лечебное воздействие электромагнитного поля и лекарственного препарата. Магнитофорез способствует: снятию отеков и воспаления; нормализации обменных процессов; улучшению микроциркуляции и трофических процессов в тканях.

**8.6. Магнитостимуляция** - метод физиотерапевтического лечения, при котором на организм воздействует импульсное магнитное поле различной интенсивности и частоты. Магнитостимуляция состоит из интенсивного воздействия магнитным полем и пауз в таком воздействии. Основные лечебные эффекты магнитостимуляции: стимуляция нервных волокон, возбуждение мышечных волокон, как поперечнополосатых, так и гладких, обезболивание, улучшение питания и процессов регенерации клеток и тканей, расширение сосудов и усиление тока крови по ним, уменьшение выраженности воспалительных реакций.

**8.7. Дарсонвализация местная** – это воздействие слабым импульсным током высокой частоты (т.е. высокочастотная терапия) на проблемные участки поверхности тела человека. При этом между электродом и кожей образуется тихий или искровой заряд, который оказывает раздражающее

действие. Метод используется для лечения некоторых заболеваний периферической нервной, сердечно - сосудистой, мышечной систем. Кроме того, дарсонвализация считается одной из самых полезных методик в косметологии. Способствует нормализации свертываемости крови, снимает спазмы, повышает эластичность кожи, препятствует образованию морщинок на лице. Во – вторых, импульсы воздействуют на самые глубокие слои кожи, поэтому данная технология несравнимо эффективнее различных косметических кремов и масок.