

Галотерапия

Что такое галотерапия?

Чтобы дать ответ на вопрос «Что такое галотерапия?», для начала нужно обратиться к спелеотерапии. Спелеотерапия – метод лечения длительным пребыванием в условиях микроклимата карстовых и других пещер, соляных копей, гротов, шахт и т.д. Впервые о полезных свойствах соляных пещер для больных с патологией органов дыхания стало известно благодаря исследованиям польских врачей (Ф.Бочковский, 1843 г.). В соляных копиях г. Величка Краковского воеводства была построена экспериментально-клиническая лечебница для легочных больных.

В настоящее время спелеотерапевтические лечебницы в условиях карстовых пещер имеются в ряде стран — Венгрии, Словакии, Болгарии, Австрии, Германии, Грузии, Узбекистане. Во всех этих лечебницах основным лечебным фактором является воздух соляных выработок, насыщенный частицами каменной соли.

С середины 80-х годов 20 века стали предприниматься попытки воспроизведения микроклимата соляных пещер-лечебниц (галитовых, сильвинитовых) в наземных условиях. Поскольку главным действующим фактором метода является аэрозоль соли, метод был назван «Галотерапия». Это название отражает главный действующий фактор спелеотерапии – сухой высокодисперсный аэрозоль природной каменной соли («hals» - греч. «соль»).





Галотерапия – немедикаментозный метод лечения, основанный на применении *искусственного микроклимата*, близкого по параметрам к условиям подземных соляных спелеолечебниц.

Помещение, где создается лечебный микроклимат соляных спелеолечебниц, получило название «галокамера» («галокомплекс», «галокабинет»).

Основные лечебные факторы галотерапии

Высокодисперсный сухой аэрозоль природной каменной соли определенного диапазона (от 0,5 мг/м³ до 10 мг/м³) с контролируруемыми лечебными концентрациями (режимами) в соответствии с методом, утвержденным Минздравом России. Основную массу частиц аэродисперсной среды (более 80%) составляет респираторная фракция (1-5 мкм), благодаря чему осуществляется эффективное действие аэрозоля во всех, в том числе самых глубоких отделах дыхательных путей. Физико-химические свойства сухого аэрозоля определяют специфику методики галотерапии, особенностью которой является многокомпонентное лечебное действие чрезвычайно малых доз вещества.

Гипобактериальная и безаллергенная воздушная среда. Наличие высокодисперсного сухого солевого аэрозоля формирует в лечебном помещении среду, свободную от микроорганизмов и аллергенов.

Аэроионизация. При измельчении в галогенераторах частицы соли, вследствие мощного механического воздействия, приобретают отрицательный заряд и высокую поверхностную энергию. При взаимодействии с молекулами воздуха возникает его аэроионизация. Легкие отрицательные ионы являются дополнительным фактором терапевтического воздействия на организм и очищения среды помещения. Такой естественный способ аэроионизации является наиболее физиологичным и безопасным.

Стабильность оптимальных микроклиматических параметров. Воздушная лечебная среда имеет стабильную влажность (40-60%) и постоянную температуру (18-24 °С), наиболее благоприятные и комфортные для органов дыхания.

Использование каменной соли природных месторождений (Солотвино, Соль-Илецка, Артемовска и др.). Эта соль обладает природными физическими свойствами и имеет постоянный состав (ГОСТ). Чрезвычайно малые дозы каменной соли не вызывают раздражения и повышения реактивности слизистой бронхов, что наблюдается при применении солевых растворов у ряда больных бронхиальной астмой (БА) и другой легочной патологией.

Необходимо отметить, что в настоящее время имеются научно обоснованные данные о механизмах действия сухого аэрозоля каменной соли (галита) на дыхательные пути и организм в целом. Изучение механизмов действия других природных солей (сильвинита, морской соли) затруднительно вследствие их непостоянного состава, наличия нежелательных примесей, антропогенного загрязнения (морская соль).

Дизайн природной соляной пещеры, эстетическая привлекательность. Оказывают положительное воздействие на психо-эмоциональную сферу, создают комфортные условия проведения процедуры.

Механизмы действия галотерапии

Изучение влияния сухого высокодисперсного аэрозоля природной каменной соли на различные механизмы пато- и саногенеза респираторного тракта показало, что галоаэрозоль стимулирует защитные механизмы дыхательных путей и обладает *саногенным, бронходренлирующим, противовоспалительным, иммунокорректирующим* действиями. Сухой аэрозоль каменной соли оказывает ингибирующий эффект на рост и жизнедеятельность микроорганизмов, сопровождающийся процессом потери ими патогенных свойств. Свойственное хлориду натрия естественное противомикробное действие не оказывает отрицательного эффекта на местную защиту и способствует улучшению биоценоза дыхательного тракта.

Присутствующие легкие отрицательные аэроионы в воздушной лечебной среде активизируют метаболизм и местную защиту биологических тканей, благоприятно действуют на сердечно-сосудистую, эндокринную систему, желудочно-кишечный тракт, слизистые оболочки дыхательной системы, оказывают адаптогенное действие на центральные и периферические стресс-лимитирующие системы организма. Пребывание в галокамере стабилизирует вегетативную нервную систему, оказывает положительное психо-эмоциональное и антидепрессивное действие.

Аэрозоль хлорида натрия улучшает текучесть бронхиального секрета, способствуя нормализации мукоцилиарного клиренса. Благодаря действию аэрозоля, в процессе галотерапии улучшается дренажная функция дыхательных путей: облегчается отделение мокроты, снижается её вязкость, облегчается кашель, изменяется аускультативная картина в лёгких. Сухой солевой аэрозоль оказывает бактерицидное и бактериостатическое действие на микрофлору дыхательных путей, стимулирует реакции альвеолярных макрофагов, способствуя увеличению фагоцитирующих элементов и усилению их фагоцитарной активности.

Все эти положительные действия от применения галотерапии на организм человека, позволяют снизить риск серьёзных осложнений и существенно ускорить процесс реабилитации больных, перенесших острые респираторные вирусные инфекции.

Показания

1. Хроническая бронхолёгочная патология в фазе затухающего, вялотекущего обострения, ремиссии и острые заболевания органов дыхания с затяжным течением:

- хронический необструктивный и обструктивный бронхит (ХНБ и ХОБ);
- бронхиальная астма с различными клинико-патогенетическими вариантами течения;
- поллиноз с респираторными симптомами;
- бронхоэктатическая болезнь;
- муковисцидоз;
- острый бронхит с затяжным течением;

- пневмония с затяжным течением.

2. Заболевания верхних дыхательных путей:

- вазомоторный и аллергический ринит;

- острый и хронический риносинусит;

- полипоз носа:

- хронический фарингит, тонзиллит:

- аденоидит.

3. С целью профилактики развития хронических заболеваний лёгких:

- частые острые респираторные заболевания (3 и более раза в год);

- повторные острые бронхиты и пневмонии в течение последних двух лет;

- производственный контакт с аллергенами;

- кашель, связанный с курением;

- ирритативные и/или аллергические реакции дыхательных путей, обусловленные длительным воздействием различных раздражающих соединений;

- начальные обструктивные нарушения по данным функции внешнего дыхания (ФВД).

4. Патология кожных покровов: атопический дерматоз, нейродермит, псориаз, экзема, гиперсекреция сальных желез, угри.

5. Психо-эмоциональное напряжение.

5. Сезонная депрессия.

6. Сочетанная сердечно-сосудистая патология.

Положительный эффект достигается в 75-90% случаев.

Курс галотерапии состоит из 10-25 ежедневных сеансов длительностью 30 минут (для детей) и 60 минут (для взрослых). Больным с хронической патологией курсы процедур целесообразно повторять 1-2 раза в год. Во время сеанса пациенты (как правило, 4-6 человек) располагаются в креслах, находятся в состоянии релаксации. Обычно процедуры галотерапии сопровождаются спокойной музыкой, детям во время сеанса транслируются спокойные музыкальные развлекательные передачи, сказки.

Противопоказания

- выраженное обострение заболеваний бронхолёгочной системы;
- грипп, ОРВИ с высокой лихорадкой и интоксикацией;

- кровохарканье и склонность к нему;
- легочная недостаточность 3 ст.,
- гипертоническая болезнь 2Б и 3 ст., прогрессирующая коронарная недостаточность
- злокачественные новообразования.

Побочные эффекты галотерапии наблюдаются редко и, как правило, не вызывают больших опасений. Иногда во время первых двух-трёх процедур возникает ощущение першения в горле. В этих случаях рекомендуется полоскание горла кипячёной водой комнатной температуры после завершения процедуры.

Преимущества галотерапии

Методика галотерапии позволяет эффективно воздействовать напрямую на органы дыхания и косвенно на все органы и системы без использования медикаментозных средств. Основными преимуществами метода являются:

- высокая терапевтическая эффективность;
- возможность сократить медикаментозное воздействие на организм пациента;
- широкий спектр лечебного и профилактического воздействия;
- универсальность, которая позволяет применять методику в любом возрасте, а также в сочетании с другими методами;
- отсутствие побочных эффектов.

Галотерапия обоснована научными исследованиями и помогает использовать особенности уникального микроклимата естественных соляных пещер. Методика успешно сочетает медицинские инновации с природными оздоровительными факторами.

Галотерапия успешно сочетается с другими физиотерапевтическими и немедикаментозными методами: ингаляционной фитотерапией, [аромафитотерапией](#), [аэроионотерапией](#), различными видами массажа, кинезиотерапией, энтеросорбцией, сорбционным кишечным диализом, биорезонансной терапией и др.