

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
АСБЕСТОВСКО-СУХОЛОЖСКИЙ ФИЛИАЛ ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
"СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ"

**Понятие о гидро- и бальнеотерапии.  
Показания и противопоказания к водолечению.  
Порядок проведения водных процедур.**

Выполнила:  
Поскотина.Е.С.  
Студентка группы 402Ф  
Преподаватель:  
Иванова Т.А.

Сухой Лог  
2019г

# ГИДРОТЕРАПИЯ

Гидротерапия (в переводе с лат. hydro – «вода» и therapeia – «лечение») — это использование воды для оздоровления организма в качестве обливаний, душа, обёртываний и др.



# МЕХАНИЗМ ВОЗДЕЙСТВИЯ ГИДРОТЕРАПИИ

Общая и местная



**1.** Химическое воздействие

**2.** Физическое воздействие

**3.** Температурное воздействие

# ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ГИДРОТЕРАПИИ

- ✓ Улучшение кровообращения.
- ✓ Расслабление организма, снятие стресса и невроза.
- ✓ Уменьшение боли.
- ✓ Укрепление сосудов.
- ✓ Восстановление функций ЖКТ.
- ✓ Ускорение регенерации тканей и клеток кожи.
- ✓ Закаливание организма.
- ✓ Укрепление иммунитета.
- ✓ Улучшение обмена веществ.
- ✓ Нормализация сна и нервно-психической деятельности.



# ПОКАЗАНИЯ К ГИДРОТЕРАПИИ



1. Гипертония.
2. Заболевания ЖКТ.
3. Избыточный вес.
4. Отёки конечностей.
5. Стрессы, неврозы и расстройства сна.
6. Менструальные нарушения.
7. Дерматологические патологии (например, целлюлит, увядание кожи и др.).
8. Заболевания опорно-двигательной системы.
9. Ишемическая болезнь сердца.
10. Остеохондроз.
11. Патологии почек и печени.
12. Заболевания дыхательной системы (бронхит, пневмония и др.).
13. Частые головные боли и мигрени.
14. Снижение либидо.
15. Депрессия и др

## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ГИДРОТЕРАПИИ

1. Любые хронические заболевания в стадии обострения.
2. Наличие злокачественных или доброкачественных новообразований.
3. Нарушение мозгового кровообращения.
4. Воспалительные процессы внутренних органов.
5. Стенокардия.
6. Период беременности (особенно 1 и 3 триместры).
7. Тяжёлая гипертония.



# ВИДЫ ГИДРОТЕРАПИИ



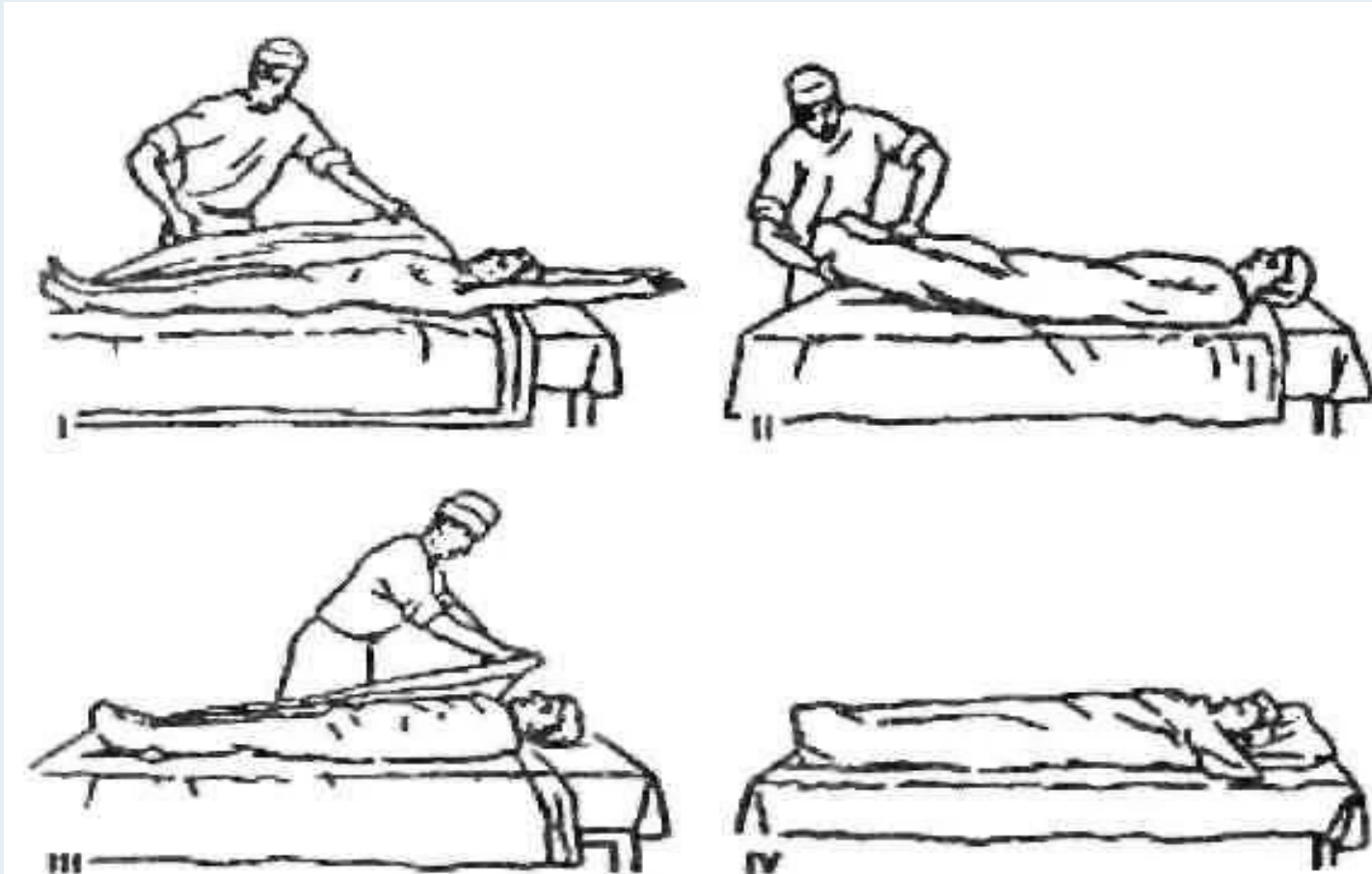
# ОБТИРАНИЯ



Рис 101. Общее обтирание.  
*a* — начало; *б* — продолжение; *в* — растирание.



# ОБЁРТЫВАНИЯ



# ОБЛИВАНИЯ

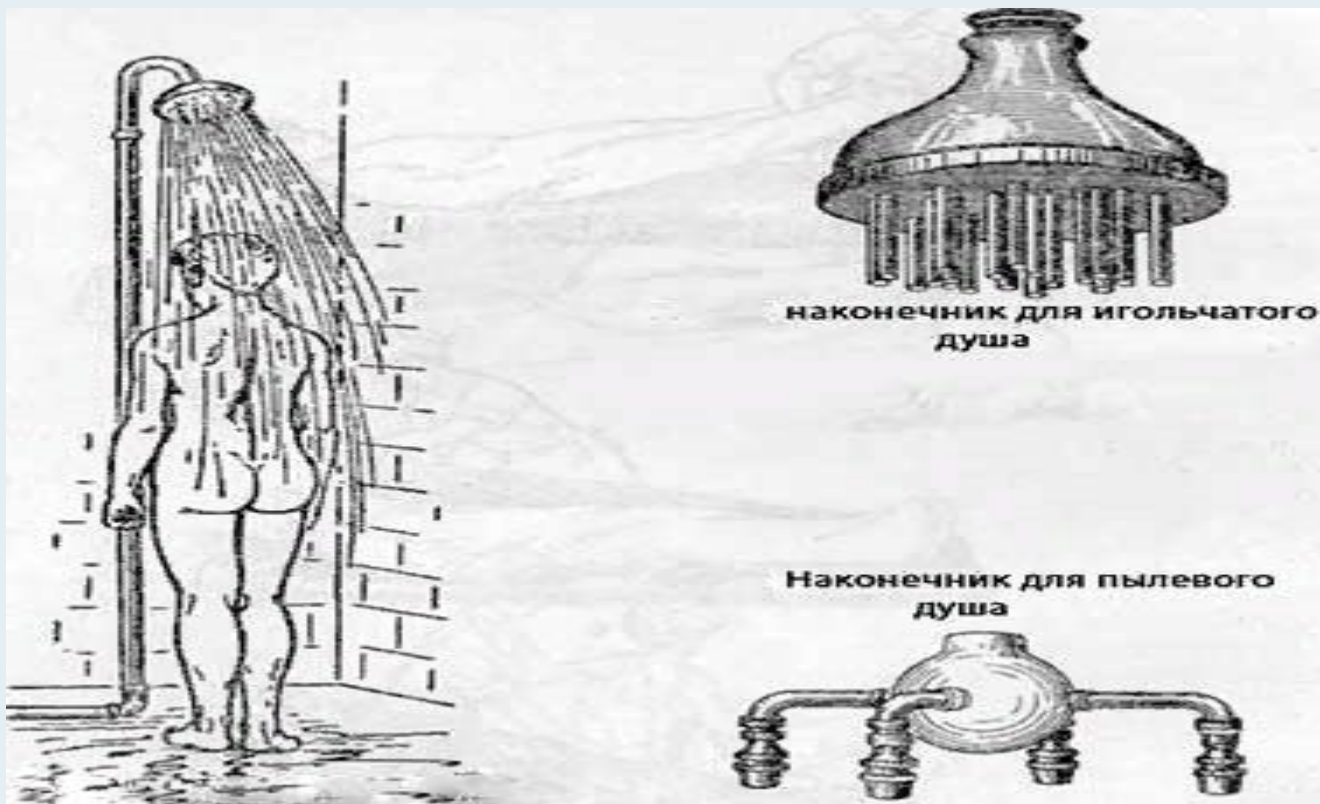


# ВОДНЫЙ ДУШ

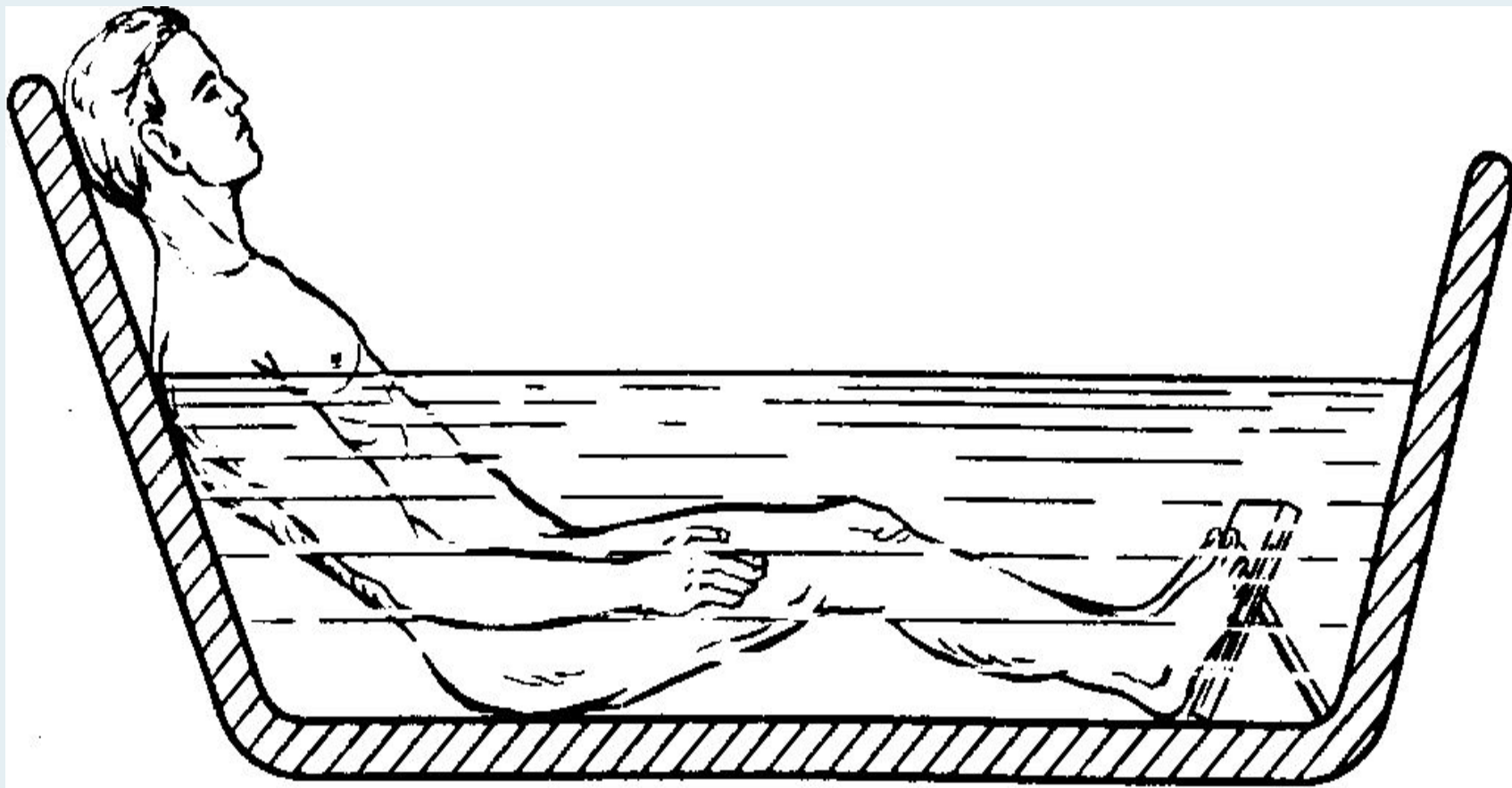
Пылевой

Дождевой

Игольчатый



# ЛЕЧЕБНЫЕ ВАННЫ



# ПОДВОДНЫЙ МАССАЖ ИЛИ ВОДНЫЙ ФИТНЕС



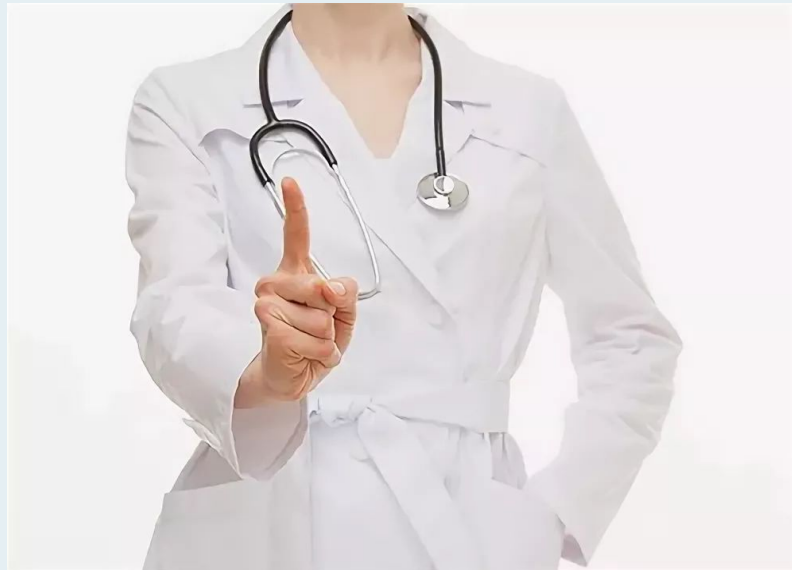
Рис. 136. Подводный душ-массаж.

# САУНЫ И БАНИ



## ОБЩИЕ ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ МЕТОДИКИ

1. Длительность одной процедуры составляет в среднем 15 минут. Общий курс при этом включает в себя 10-15 сеансов.
2. Самая оптимальная температура воды для тела — 38 градусов, но в практике используется разная, в зависимости от показаний.
3. Горячие ванны противопоказаны людям с патологиями сердечнососудистой системы.
4. Различные гидротерапевтические процедуры могут сочетаться между собой, но только по рекомендации врача.
5. Если во время и после проведения процедур пациент испытывает острую боль и дискомфорт, сеансы необходимо либо прекратить, либо уменьшить их длительность.



# БАЛЬНЕОТЕРАПИЯ

Бальнеотерапия (от лат. *balneum* — баня, ванна, купание) — раздел нетрадиционной медицины, лечение минеральными водами (местные и общие ванны, умывание в бассейнах).





# ПОКАЗАНИЯ К ПРОЦЕДУРАМ И ВИДЫ ВОД

## Нарзанные воды

Показаны людям с проблемами сердца и сосудов, психическими заболеваниями, избыточным весом, с проблемами кожи

## Сероводородные воды

Применяется в лечении болезней, связанных с кожей, мышечной и костной тканью, также определенные виды показаны для людей с проблемами эндокринной системы, урологических и гинекологических патологиями

## Воды с повышенным содержанием азота

Способствуют нормализации давления, повышения тонуса всего организма, такие воды имеют также успокаивающий эффект и часто применяются при состоянии неврозов

## Радоновые воды

Помогают в ряде случаев нормализовать работу сердечно-сосудистой системы, способствует восстановлению мышечной и костной ткани, улучшает обменные процессы в организме, стабилизирует работу эндокринной системы; Хороши для реабилитации после перенесенных операций или осложнений со здоровьем.

## Соленые воды

Применяются в зависимости от состава для лечения различных внутренних органов человека.

## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ

- 1.Обострение любого вида заболевания;
- 2.Инфекционные болезни;
- 3.Сердечно-сосудистая недостаточность;
- 4.Острая форма стенокардии;
- 5.Острые формы нарушения мозгового и коронарного кровообращения;
- 6.Злокачественные новообразования;
- 7.Проблемы дыхательной системы;
- 8.Обострение бронхиальной астмы;
- 9.Туберкулез;
- 10.Эпилепсия;
- 11.Грибковые заболевания кожи;
- 12.Мокнущий дерматит;
- 13.Генерализованный атеросклероз;
- 14.Тяжелая форма сахарного диабета;
- 15.Плохая свертываемость крови;
- 16.Аллергические реакции;
- 17.Личная непереносимость ингредиентов минеральной воды.



**Назначение должно быть квалифицированным после комплексной диагностики.**

## ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ И БЕРЕМЕННЫХ

Детям и беременным женщинам минеральная вода не противопоказана, также нужно установить этиологию болезни, патогенез – характер течения и стадию.

Часто дозировка у данной категории отличается меньшими размерами, особенно это касается детей, ведь и вес у них заметно меньше общей массы тела взрослого человека.

Самым популярным видом бальнеотерапии для беременных в первый триместр является наружное использование минеральной воды с разнообразными подходами:

1. Общие или персональные ванны;
2. Бассейны;
3. Локальные ванны для ног и рук;
4. В виде душа.



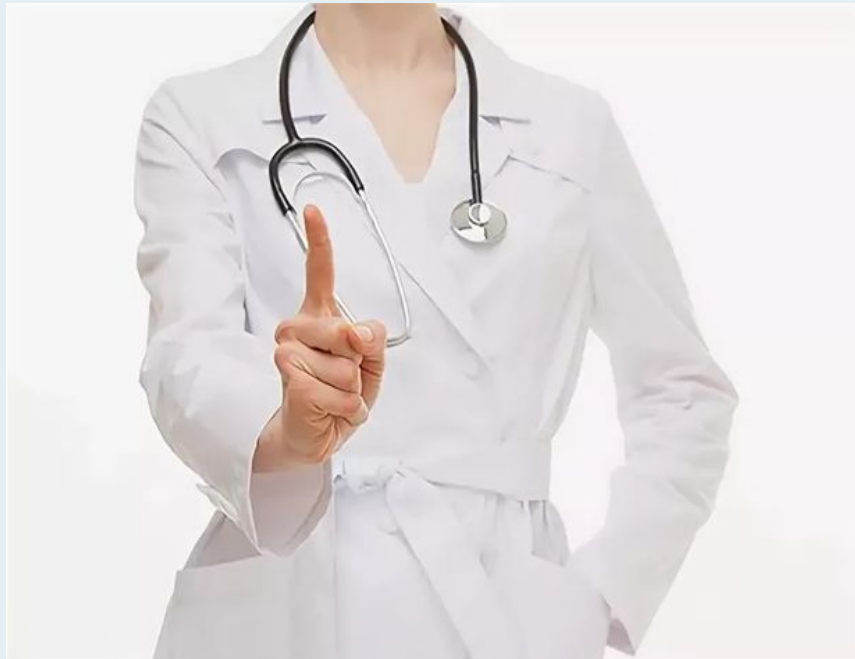
## МЕТОДЫ И ПРОЦЕДУРЫ

- ✓ Общие ванны и бассейны – человек может лежать неподвижно или плавать, также делать упражнения лечебной гимнастики;
- ✓ Индивидуальные ванны – на определенной время, в соответствии с показаниями;
- ✓ Гидромассажные ванны;
- ✓ Лекарственные ванны – с добавлением определенного лекарственного средства;
- ✓ 2-4 камерные ванны – как для всего тела, так и для отдельных частей (рук, ног, кистей и пр.);
- ✓ Контрастные ванны – воды разных температур;
- ✓ Обертывания, укутывания в пропитанную водой ткань;
- ✓ Души разной интенсивности и состава.

## МЕТОДЫ И ПРОЦЕДУРЫ

Внутреннее применение минеральной воды строго регламентировано и предписано лечащим врачом. Причем прием воды также должен осуществляться под контролем специалистов, ведь реакция организма – бальнеореакция – может быть разнообразной:

- Адекватной** – предсказуемой позитивной реакцией, процедуры продолжаются;
- Неадекватной** – изменения в организме выше допустимых норм, лечение корректируется или отменяется.



## ОТЗЫВЫ ПАЦИЕНТОВ

Сторонники гидротерапии отмечают, что после курса водных процедур состояние их здоровья во многом улучшилось: исчезла бессонница, нормализовалось пищеварение, укрепился иммунитет и др; улучшилась двигательная активность и уменьшились боли. Пациенты с заболеваниями дыхательной системы также идут на поправку, при гайморите, бронхите и т. п.

Сторонники бальнеотерапии утверждают, что она может помочь в лечении ряда заболеваний, включая артрит, расстройства дыхания и высокое кровяное давление.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

**Прислушайтесь к своему здоровью.** И если есть небольшие проблемы, то их легко можно вылечить при помощи гидротерапии, бальнеотерапии, какими бы они ни были – проблемы с внутренними органами, кожными покровами, системами организма.

**Пройдите диагностику у своего лечащего врача,** и он определит самый эффективный способ бальнеотерапии – именно для вас. Сделайте это быстрее, пока болезнь не начала прогрессировать. Ведь, как известно, любое заболевание лечится быстро и приятно только на начальных стадиях, дальше потребуются медикаменты или даже хирургические вмешательства.



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
АСБЕСТОВСКО-СУХОЛОЖСКИЙ ФИЛИАЛ ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
"СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ"

**Понятие о гидро- и бальнеотерапии.  
Показания и противопоказания к водолечению.  
Порядок проведения водных процедур.**

Выполнила:  
Поскотина.Е.С.  
Студентка группы 402Ф  
Преподаватель:  
Иванова Т.А.

Сухой Лог  
2019г