

ПРИМЕНЕНИЕ СУХОВОЗДУШНОЙ КРИОСАУНЫ В УСЛОВИЯХ САНАТОРИЯ.

Л.А.Малькевич, Е.А. Затолокина, В.Г.Крючок

УО «Белорусский государственный медицинский университет», г. Минск

ГУЗ «Военно-медицинское управление КГБ Республики Беларусь»

С 2007 года в ГУ «Санаторий «Лесное» КГБ Республики Беларусь» в комплексном лечении и реабилитации больных с заболеваниями опорно-двигательного аппарата используется метод общей криотерапии от аппарата КριοСпейс (CrioSpace Cabin) CRIO Medicintechnik, который позволяет проводить воздействие при температуре до -110° . Целью нашего исследования явилось изучение эффективности общей криотерапии при дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника и суставов. Под наблюдением находились 1440 человек, из которых 820 человек с остеохондрозом позвоночника, 595 - с деформирующими остеоартрозами, 25 человек – с ревматоидным артритом I-II степени активности. Из протокола исследования были исключены больные клаустрофобией, гиперчувствительностью к холодовому фактору. Методики и время воздействия подбирались индивидуально. Пациенты могли в любое время покинуть криокамеру.

Оценка эффективности лечения проводилась по: общему врачебному заключению, определению длительности и интенсивности боли (ВАШ - визуальная аналоговая шкала), психологическому тестированию (госпитальная шкала тревоги и депрессии).

В результате проведенного лечения пациенты отметили улучшение общего самочувствия и улучшение настроения, уменьшение болей в пораженных суставах и позвоночнике, увеличение амплитуды активных и пассивных движений в суставах, снижение мышечного тонуса ($p < 0,001$). Причем, даже после однократной процедуры было отмечено появление чувства бодрости, легкой эйфории, что, вероятно, объясняется стимулирующим действием низких температур на выработку эндогенных опиоидов (эндорфинов). Следует отметить, что в ходе курса криотерапии к 4-5 процедуре у больных повышалась термическая устойчивость, т.е. адаптация к холоду и уменьшение неприятных температурных ощущений.

У пациентов с сопутствующими заболеваниями нервной системы отмечалось уменьшение эмоциональной напряженности ($p < 0,001$), частоты и интенсивности головных болей, нормализация артериального давления (при сопутствующей ВСД по гипо-, гипер- или смешанному типам).

Таким образом, общая криотерапия оказывает выраженное обезболивающее действие, что позволяет купировать остроту процесса, улучшает качество жизни пациентов, что проявляется нормализацией психологического состояния и сна.

Key word: general cryotherapy, rehabilitation, osteoarthritis, rheumatoid arthritis, pain.

