|  |
| --- |
| **Медицинские методы** |
|  |

|  |
| --- |
| В Уреки во время отдыха и лечения на организм человека комплексно действуют несколько природных и физических факторов – морской климат, ванная из теплых песков и магнитное поле низкой интенсивности, всё это составляет наилучшие условия для оздоровления и отдыха.  В "Колхиде" лечение каждого больного проводиться индивидуально под наблюдением опытных докторов. Использование лечебных факторов, особенно плодотворным является при лечении детских заболеваний. Положительные сдвиги обусловлены не только действием песков, но и действием всех курортных факторов Уреки вместе взятых, а также воздействием "Таласотерапии". Вместе с тем, естественно, что не может быть исключён эмоциональный и психологический фактор – изменение окружающей среды, отдых, красота ландшавтов и т.д. Оптимальный срок одного курса 24 дня и он включает в себя:  **I.** Период оклиматизации:продолжается в среднем 2-5 дней, цель которого приучить больной организм к условиям окружающей среды. Количество дней акклиматизации определяется индивидульными свойствами организма, характером заболевания и расстоянием от Уреки до места постоянного проживания.  **II.** Воздушные ванны:дозировка зависит от качества и характера заболеваний. Ванны назначаются во время разной температуры воздуха, так как , чем ниже температура окружающей среды и выше скорость воздуха, тем больше раздрожительное воздействие воздушной ванны. Основная цель воздушной ванны закаление тела, усиление сил защиты организма по отношению влияния метеофакторов. Дозирование ванны происходит в минутах (от 10 минут до 1-2 часов). Воздушная ванна считается переходной подготовительной процедурой к солнечным ваннам.  **III.** Солнечные ванны:эта сильнодействующая тепловая процедура. Она вызывает напряжение механизмов терморегуляции и изменение функций всех систем и органов, участвующих в регулировании тепла. При правильном дозировании процедуры и под влиянием ультрафиолетовых лучей развиваются положительные воздействия. Дозированные солнечные ванны летом проводятся в утренние чесы, весной и осенью в дневные.  **IV.** Ванны магнитных песков.В Уреки методика принятия магнитных ванн, осуществляется в следующем порядке: маленький участок пляжа огрождается забором, для того, чтобы был защищён от ветра и песок, которого просеживают через ситце в 6-7 часов утра, смог лучше нагрется. Этот участок, со своей стороны, делят еще на маленькие участки для каждого пациента. Вокруг каждого участка делаются песчанные бугорки длиной 30 см. К 11-12 часам дня, когда песок нагреетя до 50-55 градусов, больной ложится на подготовленный участок, сверху его покроют теплым песком, свободным оставляют голову, шею и область сердца, а для защиты от солнечных лучей прикрепляют теневик. Длительность процедуры для взрослых от 10 до 30-40 минут, для детей 5-15 минут. После процедуры больного очищают от песка, обматывают простынёй и в течении 15-20 минут дают возможность отдохнуть в тени. После процедуры больного обмывают теплой водой и дают обсохнуть на солнце, после ченго он должен отдохнуть в помещении в течении 1,5-2 часа. Лечебный курс включает 10-15 ванн. Больной принимает процедуру каждый день или через день.  **V.** Морские ванны. Во время принятия морских ванн реакция организма в основном состоит из 2 фаз. Первая фаза – фаза первычного охлождения, которая связана с резким охлождением тела и имеет нервно-рефлексный характер. Она проявляется спазмами поверхностных кровеносных сосудов и расширением кровеносных сосудов внутренних органов, в результате чего кровь перемещается из периферий во внутренние органы. Отмечается раздрожение рефлексного вагуса, усиление его функций, что вызывает замедление ритма работы сердца, затруднения дыхания и повышение артериального давления крови. Вторая фаза проявляется ощущением тепла, что вызвано улучшением обращения крови на коже. В это время резко повышается уровень регуляции тепла. Дыхание учащается и углубляется, использование кислорода увеличивается в 2-3 раза, вентиляция легких увеличивается и работа сердца усиливается. Морская ванна полезна для следующих заболеваний: заболевания функций центральной нервной системы, полнота, некотрые заболевания сердечнокровососудистой системы в комплексной форме, лимфодет, рахит, хронический восполительный процесс дыхательных путей. Купание в море назначается только после всех вышеприведённых процедур, учитывая соответствующий климатический режим. (от 1 до 10-20 минут). |