

ФІЗИЧНІ ТЕПЛОВІ МЕТОДИ ЛІКУВАННЯ ЗАХВОРЮВАНЬ, ЩО ВИНИКАЮТЬ ВНАСЛІДОК ПЕРЕОХОЛОДЖЕННЯ (ГІПОТЕРМІЇ)

- **Г.І. Таран**, дитячий хірург, канд. мед. наук, директор
О.В. Горбунова, студентка,
- *Медичний Центр «Клініка Мурзілка ТМ»
Національний університет «Запорізька політехніка»*

Проблема виникнення і лікування болю у людей є все більш актуальною. Ліки не призводять до 100% одужання. Зважаючи, що здоров'я нації відображається не тільки в активності життя, правильного харчування, емоційного стану, але і є наслідком хронічної втоми і переохолодження людей.

Досліджено оригінальні анамnestичні дані пацієнтів різного віку. Виявлені патогенні фізичні фактори пов'язані з холодом, що передували розвитку болю, та пов'язані з нею вторинних порушень здоров'я.

З 26000 пацієнтів, які проходили лікування в клініці в період з 2012 по 05.2023 року відібрані 120 пацієнтів віком понад 15 років, у яких основним анамnestичним фактором, що призводив до болю було переохолодження, і основний клінічний прояв – тактильно холодні кінцівки.

Для встановлення найбільш ефективних параметрів фізичного теплового впливу на переохолоджені органи для відновлення їх нормальної функції, піддали дослідженню 10 пацієнтів у віковій категорії від 15 до 45 років, що мали патологію органів малого тазу (геморой, цистит, ерозія шийки матки, простатит, варикозне розширення вен нижніх кінцівок 1-2 ступеню, гіперестезії кінцівок, ревматоїдний артрит), у яких перед розвитком захворювання у анамнезі виявили суттєве переохолодження нижньої частини тіла та кінцівок, та тактильно холодні пальці рук і ніг.

- 1 група (5 пацієнтів) отримувала лікування ножними водними ваннами на гомілкову область, у домашніх умовах, з температурою води 45 °С тривалістю 5-7 хв., щоденно №10.

- 2 група (5 пацієнтів) отримувала лікування сидячими «японськими» ваннами (сидячі нижньою частиною тулуба в ванні) температурою 43 °С тривалістю 10-15 хв., 1 раз на 2 дні №5. Оцінювали зменшення скарг, клінічних симптомів та УЗД контроль кровообігу (доплер) до та після лікування. Враховуючи, що вода передає тепло у 30 разів ефективніше будь-якого виду сухого тепла, процедури з «сухим теплом» не використовувались.

У всіх пацієнтів, незалежно від типу теплового впливу, отримано полегшення симптомів захворювання. У 1-й групі поліпшення стану

отримали усі пацієнти, але помітили стихання симптомів хвороби не раніше ніж на 5 процедури.

Найліпший та стійкий результат отриманий у 2-й групі. 100% пацієнтів доповіли про значне стійке одужання починаючи з п'ятої і не пізніше десятої процедури.

Висновки

- 1. Основним методом фізичної терапії пацієнтів, що мають скарги на біль або функціональні розлади здоров'я, пов'язані з переохолодженням, є теплові процедури.**
- 2. Швидкість та ефективність лікування розладів здоров'я, пов'язаних з переохолодженням, прямо залежить від якості теплового впливу на пацієнта.**

УДК 615.8

ГІПОТЕРМІЯ (ПЕРЕОХОЛОДЖЕННЯ) ЯК ПРИЧИНА ВИНИКНЕННЯ ПОРУШЕНЬ ФУНКЦІЇ ОРГАНІВ І СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ

- **Г.І. Таран**, дитячий хірург, канд. мед. наук, директор
О.В. Горбунова, студентка,
- *Медичний Центр «Клініка Мурзілка ТМ»
Національний університет «Запорізька політехніка»*

Якщо причиною патології являється переохолодження – методом лікування є теплові процедури; якщо уражуючим фактором є травма (що призводить до фізичного зміщення (диспозиції) структур скелету) – лікування проводиться за допомогою мануальних методів лікування; якщо причиною патологічного стану є гіподинамія – лікування проводиться за допомогою кінезіотерапії тощо.

Дані, викладені у цьому матеріалі є оригінальними, група пацієнтів, яка відібрана для даного дослідження склала 200 осіб.

Лікування болю проводилось за допомогою класичної мануальної терапії за стандартами FIMM. Після проведення мануальної терапії рекомендували:

- теплові ванночки для рук чи ніг водою температурою 45-47 градусів, протягом 5-7хв. Залежно від важкості стану пацієнта тривалість процедур від 2 тижнів до 3місяців;
- лейт процедури курс 2-10 сеансів, апаратом електро-інформаційної терапії.
- втирання зігріваючої мазі в місце болю та спазму.