

Подводный душ-массаж (или гидромассаж) является водолечебной процедурой, при которой тело человека массируют под водой струей воды под повышенным давлением. В этой процедуре сочетаются температурное воздействие, гидростатическое влияние воды ванны, в которой проводится гидромассаж, и дополнительное механическое раздражение кожи струей воды.



Действие подводного душа-массажа аналогично таковому классического лечебного массажа. Однако оно более выражено за счет того, что тело больного находится в воде в максимально расслабленном состоянии, а значит, массаж при этом более глубокий и совершенно безболезненный. Струя воды, ударяющаяся под давлением о поверхность кожи, всесторонне воздействует на организм:

- улучшает крово- и лимфоток;
- активизирует процессы обмена веществ;
- повышает общий иммунитет, тонизирует;
- горячая вода повышает тонус сосудов и скелетных мышц, способствует увеличению значений артериального давления;
- прохладная вода уменьшает артериальное давление, активизирует процессы местного иммунитета в коже;
- сочетание холодного и горячего душа стимулирует функции эндокринной системы и способствует улучшению трофики (питания) внутренних органов;
- прохладный и теплый души снижают интенсивность болевого синдрома и возбудимость нервной системы в целом.

В некоторых случаях данная физиопроцедура не только не принесет больному желаемой пользы, но даже может причинить его здоровью вред. Итак, **противопоказаниями к проведению процедур подводного душа-массажа являются:**

- период беременности;
- менструация;
- ранний детский (до 5 лет) и старческий (65-70 лет и выше) возраст;
- острые инфекционные заболевания с повышением температуры тела или без нее;
- любые неинфекционные заболевания, сопровождающиеся повышением температуры тела (например, системные заболевания соединительной ткани в активной фазе);
- недавние травмы (сроком до 10 дней) и травмы, требующие иммобилизации;
- гнойничковые заболевания кожи;

- острые и хронические нарушения мозгового кровообращения;
- инфаркт миокарда в анамнезе;
- гипертоническая болезнь II-III стадий;
- ишемическая болезнь сердца 2-3 степени;
- сердечная аритмия;
- мочекаменная болезнь;
- тромбофлебит;
- заболевания, сопровождающиеся повышенным риском образования тромбов;
- заболевания с повышенным риском кровотечений;
- злокачественные новообразования;
- доброкачественные опухоли с тенденцией к росту.

Будьте здоровы!
Обязательно проконсультируйтесь с врачом!