

## Теплолечение

Тепло очень позитивно влияет на человеческий организм – помогает ускорять процесс обмена веществ, способствует активизации кровообращения, что позволяет лучше снабжать клетки кислородом и быстрее выводить вредные вещества.

Теплолечением называется метод физиотерапии, предусматривающий воздействие на проблемные зоны тела человека различными термоносителями.

Теплолечение оказывает на организм человека болеутоляющее, успокаивающее, антиспастическое, противовоспалительное действие, а также помогает ликвидировать воспалительные инфильтраты, рубцы и спайки.

Термотерапия является одним из наиболее распространенных физиотерапевтических методов.



### Термоносители, применяемые при теплолечении

При проведении термотерапии, как правило, используются те теплоносители, которые обладают большой теплоемкостью. Напомним, что теплоемкость – это количество тепла, которое требуется для того, чтобы повысить температуру одного грамма вещества на один градус. Таким образом, чем больше теплоемкость, тем больше тепла сохраняет теплоноситель.

Другая важная характеристика термоносителей – это их теплопроводность, то есть способность передавать тепло. В этом плане лучшими методами термотерапии считаются лечение озокеритом и парафином.

**Озокерит** получил свое название из-за своей схожести с пчелиным воском. В переводе с греческого «озокерит» означает «ароматный воск». На самом же деле озокерит является горной породой нефтяного происхождения. Он имеет уникальные физические свойства. Озокерит отличается низкой теплопроводностью и высокой теплоемкостью.

Название **«парафин»** в переводе означает «малодейственный». Парафин - это смесь высокомолекулярных твердых углеводородов метанового ряда, имеющая микрокристаллическое строение. Для лечебных целей применяют очищенный и высокоочищенный парафин, которые представляет собой белую массу.

Оба эти вещества словно созданы для того, чтобы использовать их для теплолечения. После нагревания они медленно остывают, то есть отдают тепло на протяжении долгого времени.

Полезные свойства озокерита и парафина дополняются еще одним уникальным качеством – когда разогретое вещество наносится на кожу, на ней возникает тонкая пленка. По своей температуре она близка к температуре кожных покровов человека,

тогда как основная масса озокерита или парафина остается горячей, но при этом не вызывает ожогов.

### **Показаниями к применению лечения озокеритом служат:**

- заболевания опорно-двигательного аппарата различной этиологии, кроме туберкулезных и опухолей;
- последствия различных его повреждений, миозиты, фибромиозиты, бурситы, тендовагиниты, остеомиелиты, последствия переломов при замедленной консолидации, рубцовые стяжения, контрактуры, радикулиты, невриты, невралгии, последствия повреждений позвоночника и спинного мозга;
- язвенная болезнь (в подострой стадии аппликации располагают внеочагово, на сегменты в области нижних грудных и верхних поясничных позвонков, в хронической — на область желудка и на соответствующие сегменты);
- холециститы при стихании острых явлений (а также у детей);
- остаточные явления плевритов (нетуберкулезных);
- эндартерииты в начальной стадии (внеочагово, на рефлексогенные зоны); последствия тромбофлебитов, болезнь Рейно;
- последствия воспалительных заболеваний женских и мужских половых органов;
- хронические экземы себорейного характера, нейродермиты, некоторые формы псориаза.

### **Противопоказания:**

- злокачественные и доброкачественные опухоли;
- острые инфекционные заболевания;
- нарушения кровообращения II и III степени;
- аневризмы сердца и сосудов;
- стенокардия;
- гипертоническая болезнь II и III стадии;
- туберкулез различных органов в активной фазе;
- острые и подострые воспалительные процессы в области сердца и сосудов;
- тиреотоксикоз;
- беременность.

Будьте здоровы!  
Обязательно проконсультируйтесь с врачом!