Перед проведением грязелечения посоветуйтесь с вашим лечащим врачом.

Использование бальнеологических свойств-соленого озера Менгисор Мамлютского района Правила при проведении курса грязелечения и рапы.

1. Перед процедурой обязательно следует принять душ без моющего средства (мыла, геля, пенки и т.д.), чтобы очистить поверхность кожи от загрязнений и пыли.
2. Перед началом процедуры следует нанести, содержащие вазелин, мази на все места открытых ран или порезов. Это защитит их от активного воздействия грязи и уменьшит вероятность воспалений.
3. Во время процедуры следует сохранять спокойствие и постараться максимально расслабиться. Такое поведение способствует более глубокому воздействию грязей на организм, так как на поверхности кожи не выделяется излишний пот и жир, а значит, активные вещества гораздо легче взаимодействуют с клетками.
3. Сразу после завершения процедуры грязелечения следует принять душ без мыла и насухо вытереть кожу полотенцем.
4. После душа необходимо дать организму отдохнуть и остыть. Проведите в комнате отдыха минимум 15-20 минут перед тем как выйти на улицу или другими активными начинаниями.
4. Во время проведения цикла процедур старайтесь избегать использования моющих и увлажняющих средств. Тонкая пленка грязи после смывания водой все равно остается на коже и оказывает мягкое воздействие на организм в течение перерыва между процедурами. Смыв ее, Вы уменьшите эффект от процедур.

Медицинскими показаниями к применению лечебной грязи является широкий перечень заболеваний, таких как:

•болезни мочеполовой системы (бесплодие, хронические пиелонефриты, хронические циститы, хронические простатиты, везикулиты;
•болезни кожи (хронические формы экзем, нейродермит ограниченный и диффузный, за исключением экссудативной формы, ограниченный псориаз, остаточные явления после ожогов и обморожений, кожные рубцы после химических и термических ожогов и травматических повреждений, гнездная плешивость);
•гинекологические заболевания, грязелечение широко применяется при бесплодии в гинекологии;
•болезни суставов, мышц;
•болезни органов пищеварения;
•болезни сосудистой системы;
•болезни органов дыхания нетуберкулезного характера.

противопоказания к грязелечению

• острые хронические (в стадии выраженного обострения) воспалительные процессы;
•злокачественные новообразования;
•миомы, фибромиомы, кисты яичников;
•туберкулез любых органов;
•пороки сердца в стадии декомпенсации, гипертонической болезнь III степени, аневризма аорты и сердца, стеноз аорты;
•варикозное расширение вен;
•заболевания, протекающие с наклонностью к повторным кровотечениям;
•болезни крови;
•нефрит и нефроз;

Полезные свойства рапы

При использований рапы, тело человека испытывает следующее: учащается пульс и дыхание, поднимается артериальное давление, усиливается потоотделение, нередко на 0,5 °С -1 °С повышается температура кожи. Во-вторых, рапные ванны и лиманные купания стимулируют деятельность сердца и сосудов, обменные процессы, повышают мышечный тонус. Стимулирующее влияние оказывается и на центральную нервную систему. Все это в конечном итоге заметно укрепляет защитные силы организма.

Как еще применяют рапу? ЛОР-заболевания и их лечение

Очень популярно использование рапы в зимнее время, когда обостряются ЛОР-заболевания и появляются многочисленные простуды. Благодаря природному происхождению вещества, рапу успешно применяют и для лечения детей. Чаще всего, рапу применяют в ингаляциях. Однако, можно просто вдыхать ее над нагретой посудой. Использование рапы при ЛОР-заболеваниях происходит по схеме:

Для ингаляций носа и горла подогретую рапу вдыхают через распылитель в виде тепловлажного аэрозоля. На курс 8-12 ингаляций, ежедневно.

Рапа применяется в домашних условиях и для лечения гинекологических заболеваний. Однако, этот вид процедур должен проводится строго при назначении врача. Самолечение в этом деле будет опасно.

Использование бальнеологических свойств-соленого озера Менгисор Мамлютского района Правила при проведении курса грязелечения и рапы.

С.Минкпесер 2016