



## МЕДИЦИНСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ О БАЛЬНЕОЛОГИЧЕСКОЙ ЛЕЧЕБНИЦЕ г. АРЧЕНЫ

### Вода

#### ХАРАКТЕРИСТИКИ

Лечебно-минеральная вода бальнеологической лечебницы г. Арчены, использовавшаяся еще иберийцами и римлянами, была объявлена общественным достоянием в декрете 25/04/1928 от 16 апреля 1869 г. Она классифицируется как вода, насыщенная сероводородом, сульфатами, хлоридами, натрием и кальцием. Она рождается в горах при температуре 52,5° С и находится под землей 15 000 лет.

Она обогащена отрицательными ионами, позволяющими телу расслабиться и отдохнуть, что необходимо для укрепления защитной системы, улучшения и поддержания хорошего состояния суставов, а также для дыхания кожи, чтобы противостоять старению.

#### СОСТАВ

КАТИОНЫ	Мг/л	Миллимоли	Милливали м.эк./л	Милливали %
Кальций	298,32	7 458	14 916	22,9
Магний	76,23	3 137	6 274	9,7
Кальций	930,20	40 443	40 443	62,2
Калий	132,41	3 386	3 386	5,2
АНИОНЫ				
Двууглекислый натрий	329,1	5 395	5 395	8,3
Сульфаты	444,99	4 676	9 354	14,4
Хлориды	1 778,43	50 167	50 167	77,3

Содержание газов: сероводород – 8,2 CH<sub>2</sub> /л

Оксид углерода: 73,3 мг. CO<sub>2</sub> /л

Среднегодовая температура 17,8° С и 2 769 солнечных часов в году создают идеальные условия для продолжительного водолечения людей, которые живут в холодном климате.

#### СВОЙСТВА

Свойства лечебно-минеральной воды бальнеологической лечебницы Арчены делают ее прекрасным природным средством как для лечения физических недугов, так и для восстановления и поддержания тела в хорошем состоянии. Полезный эффект, оказываемый на организм, признан врачами и физиотерапевтами, которые рекомендуют посещать водолечебницу Арчены.



## Показания к лечению термальными водами

Лечение термальными водами бальнеологической лечебницы Арчены показано при трех типах патологий

- Заболевания опорно-двигательной системы
- Заболевания дыхательной системы
- Дерматологические заболевания

### ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- |   |   |
|---|---|
| - <b>Артроз любых суставов</b><br>(позвоночник, руки, колени).  | - <b>Ревматизм мягких тканей</b><br>(хронический тендинит, миалгия, энтезопатия...).              |
| - <b>Ревматоидный артрит</b>  | - <b>Восстановление функций до и после хирургических операций на опорно-двигательном аппарате</b> |
| - <b>Псориатический артрит</b>  | - <b>Ревматическая фибромиалгия.</b>  |
| - <b>Метаболический артрит с отложением мочевой кислоты</b><br>(подагра, отложения пирофосфата кальция (псевдоподагра). | - <b>Восстановление после травм с повреждением скелетной мышечной ткани</b>                       |
| - <b>Анкилозирующий спондилоартрит или болезнь Бехтерева</b>  |   |

В том, что касается воспалительных ревматических заболеваний, таких как ревматоидный артрит и анкилозирующий спондилоартрит или болезнь Бехтерева (заболевания, при которых человек, становится недееспособным, с болями в спине и ограничением подвижности), они облегчаются после лечения термальными водами в бальнеологической лечебнице Арчены, так как боль уменьшается благодаря обезболивающему эффекту сероводородных вод Арчены, что доказывает влияние на увеличение выделения эндорфинов. <sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> "Beta-endorphin and stress hormones in patients affected by osteoarthritis undergoing thermal mud therapy", Pizzoferrato A, Garzia I, Cenni E, Pratelli L, Tarabusi C., Laboratorio di Patologia Clinica Istituti Ortopedici Rizzoli, Bologna.



Лечение сероводородными грязями также имеет противовоспалительный эффект благодаря ингибции простагландина E2 и лейкотриенов и уменьшению секреции ферментов, вызывающих воспаление, таких как миелопероксидаза и оксид азота<sup>2</sup>. Противовоспалительный эффект достаточно сильно заметен в снижении острых воспалительных процессов, свойственных для этих заболеваний (болезнь Бехтерева), позволяя улучшить качество жизни.

Упражнения в воде (гидротерапия) особенно рекомендованы при воспалительных ревматических заболеваниях, так как они уменьшают давление массы тела на больные суставы, позволяют добиться их большей подвижности, не подвергая излишней нагрузке. Температура, при которой выполняются упражнения составляет 34° C, что облегчает расслабление мышц, которые при более низкой температуре были бы сокращены. Это позволяет выполнить большее количество упражнений, положительно сказывающихся на состоянии суставов.

Болезнь Бехтерева, приводящая в своем развитии к прогрессивной потере подвижности и скованности, в частности всего позвоночника, облегчается при занятиях на поверхности воды и под водой. Упражнения под водой значительно облегчают подвижность, что задерживает или препятствует обездвиживанию позвонков и их сращиванию.

В настоящее время существуют новые эффективные методы лечения этих заболеваний, называемые биологическими, которые делают революцию в ревматологии. Но мы не должны забывать, что во многих случаях речь идет о людях страдающих заболеваниями долгое время, которые принимали огромное количество противовоспалительных препаратов с момента постановки диагноза, и другие медикаменты имеющие много побочных эффектов, приводящих к снижению иммунитета, нарушению функции печени и в общем к ослаблению организма.

Лечение лечебно-минеральными водами, которое кроме обезболивающего и противовоспалительного эффекта, дает антиоксидантный эффект и стимулирует все функции организма, укрепляет тело и во многих случаях оно необходимо пациентам проходящим жестокую химиотерапию, у которых возникает отторжение медикаментов и которые лучше воспринимают натуральную терапию, в которой нет никакой химии, используется только вода, грязи, упражнения, прогулки, солнце, природа, укрепляющие тело и душу.

---

<sup>2</sup> "Mud bath therapy influences nitric oxide, myeloperoxidase and glutathione peroxidase serum levels in arthritic patients." Bellometti S, Poletto M, Gregotti C.



## ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Ринит
- Фарингит
- Ларингит
- Отит
- Хронический бронхит
- Повторяющиеся острые респираторные заболевания
- Астма, бронхоспазм
- Хроническая обструктивная болезнь легких

Фарингит, наиболее распространенное заболевание, с которым пациенты обращаются к своему врачу, хорошо поддается лечению антибиотиками, но есть другой не бактериальный тип фарингита, который вызван воспалительными процессами, связанными с вирусными инфекциями, грибами, гастроэзофагеальной рефлюксной болезнью, курением и злоупотреблением алкоголем. В этих случаях показано лечение и профилактика термальной терапией. Сотни лет назад термальные воды использовались в лечении хронических воспалительных заболеваний дыхательных путей, среди которых фарингит, ларингит, ринит и т.д., с хорошими результатами. Фармакологический принцип действия этих вод основан на концентрации  $H_2S$ , галогенатов, сульфатов, соединений мышьяка и уровню радиоактивности, благодаря чему вода имеет противомикробное свойство и благодаря сере обладает муколитическим эффектом.

При заболеваниях более глубоких дыхательных путей, таких как хронический бронхит, астма, эмфизема, в которых присутствует значительный воспалительный процесс, которые обычно хорошо поддаются терапии кортикоидными ингаляциями, где обычно наблюдается реакция чувствительности, в особенности при астме, эти воды, благодаря своему противовоспалительному, муколитическому и снижающему чувствительность эффекту, помогают снизить выделение мокроты, облегчая ее отделение воздействием на движение ресничек клеток слизистой оболочки дыхательных путей и делая мокроту более жидкой. Это облегчает дыхание. На слизистую оболочку дыхательных путей в общем оказывается стимулирующее воздействие, клетки насыщаются влагой, они тонизируются, что позволяет им выполнять свою роль при оптимальных условиях. В результате мы получаем очищение дыхательных путей, укрепление и резистентность к внешним раздражителям и наилучшую клиническую картину на долгое время.

Терапия дыхательных путей термальными водами оказывает действие на слизистые оболочки. Используется температура воды схожая с температурой тела, которую мы называем индифферентной температурой. По нашей лечебной схеме мы начинаем с наиболее поверхностных путей, слизистых носа и гортани посредством носовых промываний и полосканий горла. После этого мы используем коллективные небулизации или процедуры в туманном зале, или индивидуальные процедуры, применяя взвешенные капли воды, которые будут вдыхаться и покрывать слизистые оболочки носоглотки, ротовой полости, глотки и гортани, проникая с вдыхаемым воздухом и обволакивая часть слизистой оболочки бронхов. Аэрозоли не могут производить такие мелкие капли, размером с микрон, которые проникают в самые низкие отделы дыхательной системы, охватывая бронхиолы и альвеолы. Таким образом, вода проникает во все части дыхательной системы.



## ДЕРМАТОЛОГИЧЕСКИЕ ПОРАЖЕНИЯ

- Хронический дерматит
- Псориаз
- Дерматоз
- Экзема

Традиционные показания для таких дерматологических заболеваний как псориаз и экзема. Сульфатная вода обладает регенерирующим действием на кожу, внося в нее серу, содержание которой понижено при этих заболеваниях. Эта вода обладает противовоспалительным действием на кожу, воздействуя на медиаторы воспалительного процесса, такие как TNF-а или IL-8, что улучшает заживление пораженных участков, даже если появляется небольшой эффект рикошета в первые дни лечения, в форме покраснения пораженных участков или увеличения зуда или напряжения, которые исчезают в процессе лечения.

Для того, чтобы добиться долгосрочных результатов, необходимо, чтобы лечение кожного заболевания было продолжительным. Все проведенные исследования, говорят что для достижения удовлетворительных результатов необходимо пройти как минимум 20 процедур.

Доказано, что значительно облегчается жизнь пациентов страдающих псориазом, поражающим большие участки кожи и экземой, которые прошли лечение термальными водами в течении 21 дня.

## **Применение термального лечения**

### **Арченский массаж**

Это вид массажа под струями лечебной воды, в котором используется термальная грязь. Массаж делается около 25 минут. Он улучшает циркуляцию крови и уменьшает мышечные спазмы. По окончании массажа Вы почувствуете свое тело расслабленным, успокоенным и отдохнувшим, уйдет эмоциональное напряжение.

Показания: ревматические заболевания, болезненные поражения двигательной системы, дерматологические, респираторные заболевания и последствия травм.

### **Общее или местное лечение грязями**

Лечение состоит в аппликации глины в смеси с лечебно-минеральной водой бальнеологической лечебницы Арчены, при температуре приблизительно 44° С – 45° С на суставы, которая называется «общей», если глина наносится на большинство суставов, и «местной», если наносится только на некоторые участки, что определяет врач. Оказывает обезболивающее и противовоспалительное действие на организм.

Показания: ревматические заболевания, болезненные поражения двигательной системы, дерматологические, респираторные заболевания и последствия травм.



### **Термальные ванны и ванны с гидромассажем**

Ванны с лечебно-минеральной водой в индивидуальных ваннах в течение 15 минут. В виде гидромассажа вода насыщается пузырьками воздуха. Температура воды составляет от 37° С до 39° С в зависимости от предписания врача. Оказывает на организм обезболивающее, расслабляющее и сосудорасширяющее действие.

### **Битермальный душ**

Применение схоже с циркулярным душем, но здесь используются контрастные температуры холодной и горячей воды, в соответствии с предписанными программами. Оказывает на организм расслабляющее и стимулирующее действие.

### **Парная**

Эта техника основана на пребывании клиента в помещении с повышенной влажностью и температурой обычно не превышающей 42° С, что позволяет передать тепло, достигая тем самым физическое и психологическое расслабление.

### **Термальная струя**

Струя воды под давлением направленная на тело определенным образом. Этой техникой достигается расслабление всех мышц тела и общая стимуляция организма.

### **Термарчена**

Это небольшая термальная цепь, которая кроме терапевтического имеет еще и развлекательный характер, состоит из парилки, бассейна с лечебно-минеральной водой с температурой 37° С, коридора с контрастным душем, льда и двух кабин для мануальных растираний в течении 5-7 минут. Эта техника оказывает на тело расслабляющий эффект вместе с повторяющимся стимулированием, что вызывает реакцию адаптации организма.

### **Расслабление в воде под наблюдением специалиста**

Это техника пассивного движения в бассейне с водой с повышенным содержанием соли (100 гр/л), что позволяет легко держаться в воде. Необходимо присутствие терапевта при применении этой техники. Действуя на мышечные группы спины и конечностей, эта техника позволяет достичь как психологического, так и физического расслабления. Она показана при болях в спине и неврологических заболеваниях позвоночника и конечностей, а также при необходимости в расслаблении.



## **Применение респираторного лечения**

Техника состоит из прохождения цепочки различных лечебных процедур, в которых сульфатная лечебно-минеральная вода вступает в контакт со слизистой оболочкой дыхательных путей, начиная с верхних отделов и заканчивая самыми низкими.

### **Носовые промывания**

Начинаются с введения термальной воды в нос через катетер, что позволяет вводить воду из резервуара при индифферентной температуре. Вода покрывает всю слизистую носовых пазух, позволяя ей восстановиться после хронических воспалительных заболеваний.

### **Полоскания горла**

При полоскании горла сульфатной термальной водой, слизистые оболочки гортани и глотки вступают с ней в контакт, таким образом происходит очистка и удаление остатков слизи, медикаментозных ингаляций и высохшей слизи, которые обычно накапливаются на поврежденной слизистой оболочке.

### **Коллективная небулизация (туманный зал)**

Ингаляция в помещении, где при помощи небулайзера создается туман, заполняя его мельчайшим испарением воды, что позволяет при вдыхании обволакивать слизистую оболочку носа, ротовой полости, глотки и гортани и проникать лечебно-минеральной воде в бронхи.

### **Индивидуальная небулизация**

Ингаляции непосредственно через небулайзер, вдыхая мельчайшие капли лечебно-минеральной воды.

### **Аэрозольная терапия**

Ингаляция микроскопических капель воды, размером 1 микрон, которые образуются при прохождении через вибрационный ингалятор. Микрокапли воды проникают до слизистой оболочки альвеол.

### **Вапоризация**

Ингаляция паром лечебно-минеральной воды Арчены. К действию лечебно-минеральной воды добавляется эффект облегчения дыхания от пара.



## **Медицинская информация**

В бальнеологической лечебнице Арчены, термальные процедуры назначаются только нашими врачами, специалистами по гидрологии, которые полностью контролируют лечение каждого из наших пациентов во время их пребывания.

Персонал медицинской службы состоит из одного главного врача и четырех специалистов в области медицинской гидрологии (специалисты в области изучения и лечения термальными водами). Рядом с консультацией находится клиника физиотерапии, процедуры в которой дополняются термальной терапией, благодаря чему достигается правильное лечение обратившихся к нам людей.

Лечение в бальнеологической лечебнице Арчены дает высокоэффективные результаты и улучшает качество жизни нашим пациентам, улучшая работу опорно-двигательной системы, уменьшая боли и снижая употребление лекарственных препаратов.

Бальнеотерапия вместе с соответствующей техникой функционального восстановления (физиотерапией) составляют полный и эффективный природный терапевтический подход.

## **Физиотерапия и функциональное восстановление**

Бальнеологическая лечебница Арчены вот уже 20 лет располагает клиникой физиотерапии и командой профессионалов, специализирующихся в области общественной медицины. Лечение, используемое в физиотерапии для наших клиентов состоит в следующем:

### **Шейный отдел позвоночника**

Целью терапии является необходимость устранения боли воздействуя на спазм, напряженность, оцепенелость и напряженность мышц. Снимается излишняя нагрузка на мышцы и восстанавливается их работа.

### **Поясничный отдел**

Терапия направлена на устранение боли и улучшение поведения пояснично-крестцового отдела в состоянии покоя и движения при скованности подвижности и нарушении дисков.

Сконцентрирована на улучшении подвижности всего позвоночного столба, устранении напряжения мышц и снятии болей.





## **Кровообращение. Прессотерапия**

Применение специальных компрессионных манжет улучшает циркуляцию крови (венозной), давая ощущение отдыха в результате возникающего противоотечного эффекта. Сжатый воздух подается в дистально-проксимальной последовательности. Кроме этого, процедуру также можно проводить с мануальным массажем.

## **Лазерная терапия**

Лазерная техника точечной направленности применяется после предварительной диагностики повреждений. Она направлена на получение противовоспалительной и обезболивающей реакции после необходимой диагностики. Она также оказывает эффект заживления на некоторые язвы.

## **Болезни суставов**

Речь идет о достижении правильной работы скелетно-мышечной системы и периферической нервной системы без боли.

Каждая из назначенных процедур физиотерапии проходит под медицинским контролем и направлена на устранение специфических болей или предупреждение будущих проблем, которые могут возникнуть из-за плохих привычек, недостатка движения и т. д., подстраиваясь под потребности пациента.

## **Предложение спортивных занятий**

- **Водная гимнастика:** физические упражнения в бассейне, которые выполняются легче благодаря тому, что вес тела в воде снижается, кроме того добавляется эффект резистентности от термальной воды.
- **Физические упражнения:** физические упражнения для укрепления каждой части нашего тела.
- **Йога и тай чи:** восточные гимнастики, направленные на развитие тела и души для хорошего самочувствия наших клиентов во время пребывания в лечебнице.
- **Сендеризм:** физическое занятие, которое заключается в пеших прогулках по наиболее живописным местам, окружающим нашу водолечебницу.
- **Велосипедные маршруты.**
- **Водная аэробика:** ритмичные физические упражнения в термальной воде.