

СПЕЛЕОКЛИМАТОТЕРАПИЯ В ЛЕЧЕНИИ БОЛЬНЫХ НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНОЙ ДИСТОНИЕЙ ПО ГИПЕРТЕНЗИВНОМУ ТИПУ.

Жоголева О.А., Дорохов Е.В., Карпова А.В.

ГОУ ВПО «Воронежская государственная медицинская академия им. Н.Н.Бурденко Росздрава» кафедра нормальной физиологии, г.Воронеж

Нейроциркуляторная дистония (НЦД) — группа патологических состояний, характеризующихся первично-функциональными расстройствами деятельности сердечно-сосудистой системы, в основе которых лежит не связанное с неврозом или органической патологией нервной и эндокринной систем несовершенство или расстройство регуляции вегетативных функций. По данным различных специалистов, нейроциркуляторная дистония диагностируется у 25-70% больных, обращающихся с жалобами на головные боли, слабость, потливость, головокружение, звон в ушах, обморочные состояния, расстройство сна, повышенную метеочувствительность. Одним из наиболее распространённых вариантов НЦД является нейроциркуляторная дистония по гипертензивному типу. У лиц с данной патологией отмечается преходящее повышение артериального давления, умеренная головная боль давящего характера, возникающая после физической или психо-эмоциональной нагрузки. Кроме того, характерен синдром общей дезадаптации в виде повышенной утомляемости, снижения физической активности, повышенной чувствительности к изменению метеоусловий, вялости, пониженной работоспособности, особенно во вторую половину дня, сниженной памяти. Данная патология привлекает внимание специалистов не только вследствие снижения у страдающих ею лиц адаптационных резервов организма, но и потому, что это состояние можно рассматривать, как предболезнь для артериальной гипертензия, ишемической болезни сердца в молодом возрасте. В настоящее время разработаны различные варианты лечения нейроциркуляторной дистонии по гипертензивному типу, но ни один из них не является достаточно эффективным. Целью проведённого нами исследования было изучение терапевтических возможностей спелеоклиматотерапии при лечении данной патологии. Спелеоклиматотерапия – использование специфического микроклимата пещер, горных рудников, шахт в лечебных целях. Комплексное действие факторов спелеоклимата обладает адаптогенным воздействием на организм и, таким образом, стимулирует саногенез. Нами были исследовано 168 молодых людей в возрасте 18-20 лет (средний возраст 19,3 лет), 85 девушек и 83 юноши, с диагнозом нейроциркуляторная дистония по гипертензивному типу. Курс спелеотерапии составлял 15 двухчасовых сеансов во второй половине дня. В ходе исследования мы определяли частоту сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление систолическое (АДс), диастолическое (АДд), среднее (АДср), удельное периферическое сопротивление сосудов (УПСС), индекс физической работоспособности PWC_{170} до и после курса спелеотерапии. В результате анализа полученных данных, было отмечено снижение ЧСС - на 8%, АДс - на 26%, АДд - на 15%, АДср - на 13%, УПСС - на 32% после курса спелеоклиматотерапии. Индекс PWC_{170} увеличился на 38%. Кроме того, спелеолечение приводило к субъективному улучшению общего состояния: снижение частоты возникновения головных болей отмечалось у 65,4% исследуемых, слабость стала реже отмечаться у 72,5%, головокружение – у 40,2%, улучшение качества сна отметили 82,1% исследуемых. Таким образом, при использовании спелеоклиматотерапии происходит значительное расширение физиологических резервов кардиореспираторной системы, что сопровождается повышением работоспособности человека, устойчивости к физическим и психологическим нагрузкам и повышает адаптационные возможности организма. Проведённое нами исследование демонстрирует положительный терапевтический эффект метода спелеотерапии, что позволяет использовать его в рамках комплексного лечения НЦД по гипертензивному типу.