

# Галокамера для детей

В последнее время отмечается рост количества детей, страдающих от хронических заболеваний дыхательной системы. Тем более становятся востребованными услуги по оздоровлению организма, которые, однако, предлагаются не в любом дошкольном учреждении. Например, бассейн или галокамера для детей очень полезны и, что немаловажно, хорошо переносятся малышами.

*Принцип работы галокамеры направлен на лечение, профилактику и реабилитацию заболеваний органов дыхания в условиях искусственного микроклимата соляных пещер.*

Основу метода галотерапии составляет управляемый искусственный микроклимат, по своим параметрам близкий к условиям подземных соляных спелеолечебниц. Лечебное действие в галокамере оказывает аэродисперсная среда, насыщенная сухим аэрозолем хлорида натрия (соль). Пациент находится в этой среде и вдыхает частицы распыленной соли, которая, благодаря малому размеру, проникает до уровня мелких бронхов. При этом соль выполняет сразу несколько оздоровительных функций: она оказывает противовоспалительное, иммуностимулирующее, противоаллергическое действие, нормализует осмолярность бронхиального секрета.

В нашем НДОУ имеется галокамера для детей. Она оборудована в отдельном помещении, стены и пол которого выложены из соли. Курс галотерапии состоит из 10 сеансов, которые проводятся каждый день. На начальном этапе сеанс длится не более 10 минут. После того, как дети привыкнут к галокамере, продолжительность сеанса увеличивается до 20 минут.

Галокамера (соляная пещера) является эффективным и безопасным методом реабилитационного лечения у детей. Пребывание ребенка в специальных микроклиматических условиях соляной пещеры благотворно влияет на нервную и иммунную системы, способствует расслаблению, очищает носоглотку, нормализует функцию дыхания.

Использование воздуха соляных пещер для лечения больных известно с незапамятных времен и активно применяется в традиционной и классической медицине сегодня.

*Лечебный эффект достигается за счет создания управляемого лечебного микроклимата с высоким содержанием ионизированного аэрозоля хлорида натрия. Такой воздух не содержит аллергенов и бактерий. Ионы хлорида натрия при дыхании проникают до уровня мелких бронхов и оказывают противовоспалительное и бронхолитическое действие, то есть очищают бронхи, улучшают выделение мокроты, способствуют ее лучшему отхождению. Это делает незаменимым применение галокамеры у детей с аллергическими реакциями и заболеваниями бронхо-легочной системы.*

*Еще одно из важнейших показаний для использования галокамеры – неврологические заболевания у детей. Сама обстановка соляной пещеры располагает к расслаблению и успокоению. Снимаются все негативные эмоции, происходит выраженное мышечное и психо-эмоциональное расслабление.*

*Лечебное воздействие галокамеры безопасно для ребенка, и вызывает положительные эмоции. Во время лечебного сеанса ребенок просто находится в помещении красиво оформленной соляной пещеры, в которой звучит приятная музыка и играет всеми цветами радуги специальная подсветка. Слушает интересную сказку или и при этом лечиться, просто вдыхая этот целебный воздух. Здесь совершенно отсутствует негативные моменты «пребывания в больнице»,*

*не надо, например, заставлять ребенка дышать ингалятором, делать какие-то усилия для достижения лечебного эффекта.*

*Лечение в галокамере показано детям всех возрастов при снижении иммунитета, в восстановительном периоде после ОРЗ, гриппа, пневмонии, при хронических заболеваниях органов дыхания, повторяющихся обструктивных бронхитах, пациентам с бронхиальной астмой, аллергическими реакциями, атопическим дерматитом, псориазом, детям с аденоидами, поторными гайморитами и ангинами, в том числе и после оперативного лечения, ЧБД.*

*Незаменима галокамера у детей с нейроциркуляторной (вегето-сосудистой) дистонией, неврозами, тиками, энурезом, головными болями на фоне стрессов и психо-эмоциональных нагрузок в школе, подросткам с неуравновешенным поведением.*

Отличный эффект галокамера дает в комплексном лечении детей с сахарным диабетом, хроническими заболеваниями желудочно-кишечного тракта, при логопедической коррекции.

## **Терапевтическое воздействие галокамеры на ребёнка**

Чем же полезна соляная пещера для детей? Её микроклимат воздействуют на организм ребёнка сразу в нескольких направлениях.

Укрепление иммунитета и стимуляция обменных процессов происходят благодаря отрицательным ионам:

**магния** — поддерживающий элемент сердечно-сосудистой системы, которая принимает непосредственное участие в обменных процессах;

**калия и натрия** — также поддерживают работу ССС и повышают кровоснабжение кожи;

**йода** — регулирует деятельность щитовидной железы, отвечающей за метаболические процессы в организме;

**кальция** — отвечает за нормальное функционирование кровообращения, участвует в поддержании иммунитета;

**марганца** — смягчает воздействие на организм токсичных веществ;

**селена** — помогает вывести опасные для организма вещества, способствует предупреждению развития злокачественных образований;

**цинка** — помогает в регулировании роста;

**лития** — препятствует развитию сердечных болезней и сахарного диабета;

**железа** — неотъемлемая составляющая гемоглобина, являющегося одним из важнейших элементов структуры крови;

**меди** — помогает железу усваиваться и избавляет организм от расстройств, связанных с обменными процессами.

**Польза соляной комнаты для дыхательной системы** заключается в:

увеличении вентиляции лёгких;

расширении функциональных дыхательных резервов (жизненная ёмкость лёгких);

повышении эффективности дыхательного акта человека (минутный объём циркулирующего в лёгких воздуха);

улучшении газообмена.

В результате этих увеличений и улучшений затихают воспалительные процессы и снижаются аллергические реакции, происходит более качественное очищение бронхов от слизи.

Воздействие ионов на весь организм происходит именно через дыхательную систему ребёнка, но каким образом? Вместе со вдыхаемым воздухом, проходящим через носоглотку, ионы, раздражая нервные окончания в лёгких, заставляют расширяться лёгочные альвеолы, через которые и проникают в кровь, и уже вместе с эритроцитами распределяются по всему организму.

Положительное действие оказывает пребывание в соляной комнате и на нервную систему ребёнка. Оригинальная обстановка комнаты способствует восстановлению процессов торможения в ЦНС. То есть, если малыш проявляет чрезмерную активность и возбудимость, то комната будет оказывать на него успокаивающее воздействие. При регулярном посещении галокамеры **большинство неугомонных шалунов становятся более уравновешенными**. Благодаря постоянному обновлению аэроионов в комнате присутствует приятный свежий запах насыщенного воздуха, что оказывает благотворное влияние на эмоциональный настрой и поведение малыша.