Источник: “Сельская газета” – 2021-02-06

Точечный удар по недугам

В санаториях ОАО «Белагроздравница» эффективные программы восстановительного лечения после коронавируса дают хорошие результаты

Весной прошлого года для белорусских санаториев наступили не лучшие времена — они одними из первых почувствовали дыхание пандемии. Многие лечебницы взяли вынужденный тайм-аут. В знаменитом ОАО «Белагроздравница» сориентировались быстро: поняли, нужно разработать собственные восстановительные программы. Во-первых, чтобы выйти из непростого положения, во-вторых — чтобы оказывать качественную, а главное эффективную помощь тем людям, организм которых ослабил ковид.

Уже с июня 2020 года в санаториях «Радон», «Сосновый бор», «Рассвет-Любань» и «Поречье» стали принимать некоторых отдыхающих после перенесенного коронавируса. Для них разработаны комплексные программы восстановления. Помимо лечебной физкультуры и дыхательной гимнастики, это физиотерапия, спелеоклиматолечение, янтарная аэроионотерапия, озоно- и кислородотерапия. Причем далеко не весь список процедур, которые помогают избавиться от последствий ковида. Уже есть первые результаты — 95 процентов пациентов контрольной группы, прошедших восстановление в «Сосновом бору», стали чувствовать себя гораздо лучше. Отправляемся в Молодечненский район, чтобы посмотреть, как благодаря индивидуальным постковидным программам отдыхающие набираются сил.

Озоном по больной зоне

Живописное место, оазис здоровья «Сосновый бор» в 55 километрах от Минска. Повсюду деревья (может, оттого и дышится здесь по-другому), чуть поодаль реки Удранка и Рыбчанка. В воздухе витают благотворные для организма отрицательно заряженные ионы, фитонциды соснового леса. Климатотерапия в чистом виде — первое, чем встречает санаторий вблизи горпоселка Радошковичи, который в прошлом году отметил 40-летие.

После первой волны ковида рынок санаторно-курортных услуг изменился. Руководство «Соснового бора» не мешкало — нужно предлагать людям отдых и реабилитацию на злобу дня. Заместитель директора по медицинской работе и питанию Анатолий Нафранович вспоминает, как это было:

— Совместили требования приказа Министерства здравоохранения о реабилитации постковидных пациентов с нашей материально-технической базой, разработали собственную программу восстановительного лечения с целым спектром процедур. Дальше корректируем ее — подгоняем под каждого пациента. Индивидуальный план работы с теми, кто проходит реабилитацию, учитывает исходный статус, наличие сопутствующих заболеваний и других факторов. Ведь главное не навредить, а помочь человеку.

У Ирины Нестеровой, с которой знакомимся в санатории, сегодня в списке процедур янтарная комната, массаж. Пользу лечения спустя семь дней пребывания минчанка ощущает — легче дышится. С супругом Иваном переболели коронавирусом в декабре — муж с двусторонней пневмонией дома, Ирина с таким же диагнозом в больнице. Болезнь ударила по хроническим проблемам — ноет поясница, суставы.

Ухудшился сон, появились слабость и одышка. Решено — в санаторий. В «Сосновый бор» супруги ехали осознанно: уже три года подряд проходят здесь лечение.

— Процедуры нас устраивают: разнообразные и приемлемые по стоимости. Когда появилась возможность пройти реабилитацию после ковида, не мешкали — взяли путевки на 18 дней. Уже ощущаем результаты, особенно от карбокситерапии. Буквально за две процедуры подлечили спину, мужу — плечевой сустав. Еще добавится дарсонваль-расческа. Надеюсь, улучшится и сон.

К слову, карбокси- и озонотерапия, так называемые газовые уколы, когда в заинтересованную зону вводятся углекислый газ или озон, улучшая кровоток и обмен веществ, снижая уровень холестерина, довольно популярна у отдыхающих. Это спасение при костно-мышечных заболеваниях, артрозах, остеохондрозах, причем эффект наступает довольно быстро и сохраняется минимум на протяжении года. Процедуры подходят для пациентов, у которых после перенесенной пневмонии появились проблемы с опорно-двигательным аппаратом. В санатории озонотерапия применяется и в виде внутривенных капельных вливаний озонированного физраствора, которые не только разжижают кровь, улучшают иммунитет, убивают патогенные микробы и оказывают мощное противовоспалительное воздействие на организм в целом.

Сухие углекислые ванны также входят в программу восстановительного лечения. В специальную емкость сперва подается теплый воздух, потом углекислый газ определенной концентрации. Он-то и воздействует на рецепторы кожи, проникая в мелкие сосуды. Реакция организма на повышение концентрации газа — улучшение кровоснабжения органов-мишеней: сердца, легких, почек. В отличие от мокрых ванн и тепловых процедур, сухие не имеют противопоказаний в случае перенесенной инфекции.

В списке процедур у семьи Нестеровых и надвенная лазерная терапия. То, что нужно после ковида. Что она дает? Воздействует на кровь, та становится более жидкой и текучей. А это профилактика тромбоза. Не нарушая целостности вены, ускоряется выведение вредных веществ из организма, уменьшается активность патогенных бактерий, которые могут вызывать воспалительные процессы. Кстати, процедура помогает нормализовать жировой обмен в организме, содействует снижению уровня холестерина.

Ионы отрицательные, эффект положительный

В солевой комнате отдыхает пациентка Алла Насевич. Спелеоклиматолечебница, выложенная добытыми в солигорских шахтах кирпичами из калия и натрия хлорида — красной и белой соли, — уникальная. Такие комнаты, разработанные совместно с Институтом физиологии НАН Беларуси, — изюминка всех санаториев «Белагроздравницы». Кирпичи заряжают воздух отрицательными ионами, которые целебно действуют на весь организм и нормализуют психологический статус человека. Плюс в этой комнате нулевое микробное число, что способствует восстановлению легких. И бонус в «Сосновом бору», которого нет в других белорусских санаториях, — янтарная комната. При нахождении в таком помещении уходит головная боль, повышается умственная и физическая активность. Все это благодаря янтарной кислоте, которая помогает выводить из организма шлаки, нормализует артериальное давление.

— После спелеокомнаты чувствую себя отдохнувшей, — подмечает Алла Владимировна. — Как и многие здесь, переболела коронавирусом еще в октябре. Но до сих пор не могу полностью прийти в себя. Этот санаторий для меня спасение. Много поездила, побывала на знаменитых курортах, но разительных отличий не вижу.

Лечебная база в «Сосновом бору» полностью устраивает. Какую-то одну процедуру выделить не могу: мне кажется, благоприятно воздействует весь комплекс услуг.

В их списке лечебная физкультура — обязательное условие для всех пациентов. Сложно — в щадящем режиме, сил больше — в щадяще-тренировочном. С упором, конечно, на упражнения, которые направлены на подвижность дыхательной системы. Гимнастика укрепляет мышцы грудной клетки, диафрагмы, помогает правильно дышать. Такая физкультура препятствует фиброзу, пневмосклерозу.

— Предлагаем магнитотерапию, — уточняет начмед Анатолий Аркадьевич. — Обезболивающая процедура снижает давление, хороша против воспалений и отеков. Общая терапия происходит следующим образом. Индуктор магнитного поля представляет собой матрац. Когда человек укладывается, на него начинает воздействовать поле, которое по своей форме и частоте повторяет магнитное поле здорового человека и «навязывает» его больному. К слову, весной планируем дополнить программу реабилитации оздоровительной методикой «Сон на ульях», которую запустили в прошлом году. Метод основан на эффекте сонастройки вибрационных частот пчелиной семьи со здоровой клеткой нашего организма. Процедура тоже усиливает его иммунный статус.

Что показали исследования?

Влиться в привычный ритм после медикаментозной терапии тем, кто перенес COVID-19, сложно. Слабость, утомляемость, одышка… Как победить целый ворох сопутствующих симптомов и вернуть людей к нормальной жизни? Лечебницы «Белагроздравницы» давно обратили внимание на эту категорию — еще с лета прошлого года начали заниматься восстановлением постковидных пациентов.

— Люди переболели, возникла потребность в реабилитации, — вспоминает переход на новый виток санаторно-курортных услуг заместитель генерального директора по медицинской работе и питанию ОАО «Белагроздравница» Виктор Пономарев. — Когда вышел приказ Минздрава о реабилитации таких пациентов, у нас уже были свои наработки. С учетом этого документа мы подкорректировали программы и стали апробировать их в четырех взрослых санаториях. В начале наступившего года проанализировали действенность и эффективность методик.

Что показали исследования? Более 95 процентов пациентов после реабилитации стали чувствовать себя лучше. У них повысилась выносливость к физической нагрузке, нормализовался сон, уменьшилась одышка, стало более стабильным психоэмоциональное состояние. По сути, это первый опыт среди санаторно-курортных учреждений страны, которые провели подобный анализ. В фокус-группе — а это 84 пациента, проходивших курс восстановительного лечения в «Сосновом бору», — фиксировались основные показатели здоровья в момент поступления и после выписки — частота дыхания, сердечных сокращений, сатурация. Все они улучшились на несколько единиц. Вывод логичный — программы работают. Однако на этом в «Белагроздравнице» не остановились.

— С учетом того, что прошел почти год после первого случая заражения коронавирусом, накопили определенные знания о последствиях болезни. Если раньше говорили лишь о пневмонии и восстановлении легких, сейчас наблюдаем нарушения работы других органов и систем. Страдает в том числе сердечно-сосудистая, мочевыделительная системы, желудочно-кишечный тракт, проявляются неврологические и психоэмоциональные нарушения. С учетом этих особенностей дополнили наши программы, — дополняет Виктор Пономарев.

Санатории «Белагроздравницы» в зависимости от природных факторов уже имеют специализацию, поэтому каждый из них, помимо общего для всех, базового направления — восстановления легких, заточили под узкое направление. К примеру, в

«Поречье» под Гродно более углубленно займутся проблемами ЖКТ. Такой профиль понятен — в основе оздоровления отдыхающих уникальная для Беларуси слабоминерализованная вода друскининкайского типа. «Рассвет-Любань» на Минщине за основу взял проблемы мочевыделительной системы. Постковидные осложнения, как известно, затрагивают и почки. В «Радоне» «поставят на место» суставы, в «Сосновом бору» — нормализуют систему кровообращения. К примеру, пациент перенес пневмонию. Помимо этого, у него плохой сон, встревоженность плюс проблемы с сердечно-сосудистой системой — целый букет. Программы позволяют врачу создать индивидуальный курс восстановления с учетом осложнений этих систем.

СПРАВКА «СГ»

С июня 2020-го по январь 2021 года в лечебницах ОАО «Белагроздравница» санаторно-курортное лечение прошли 797 пациентов, перенесших пневмонию, ассоциированную с инфекцией COVID-19 на основе разработанных программ восстановительного лечения.