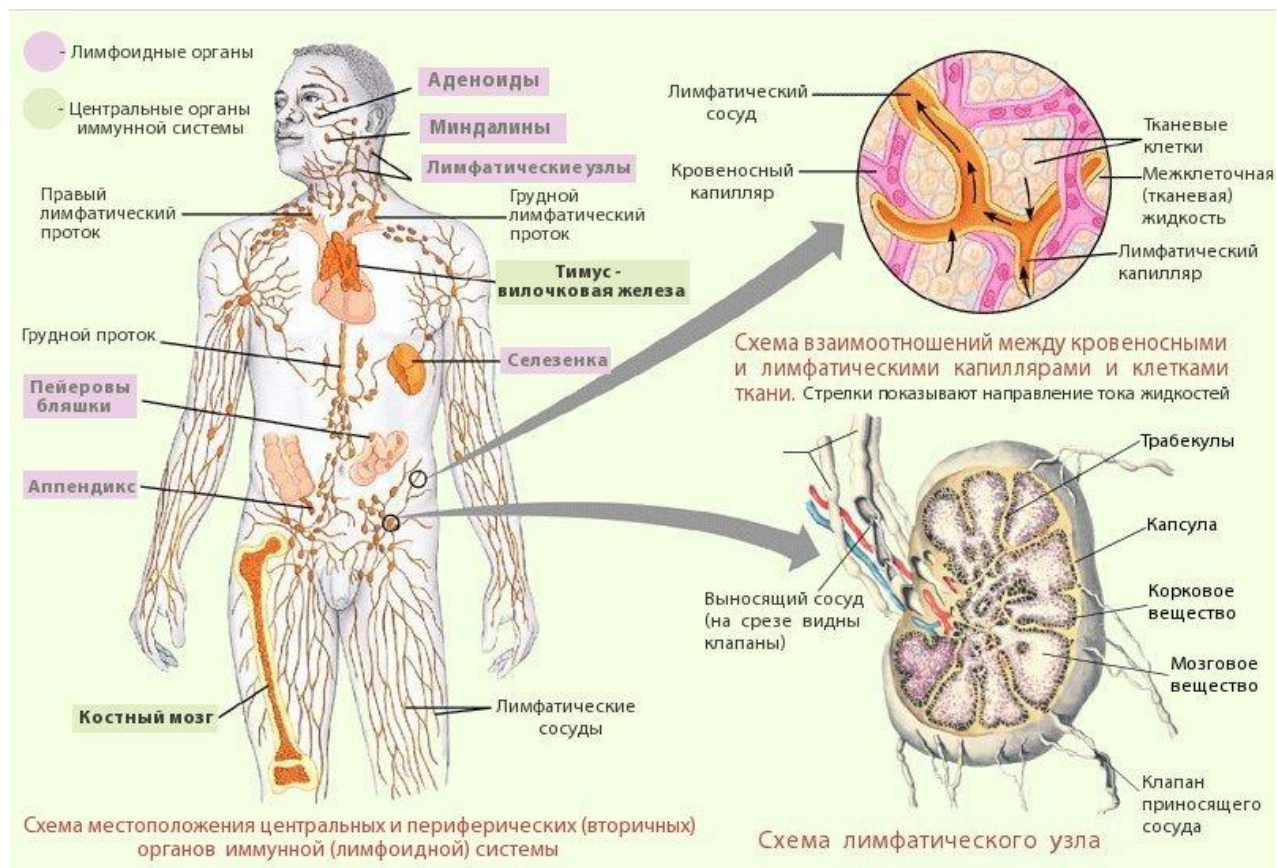


# Прессотерапия: показания и противопоказания

От состояния лимфатической системы зависит здоровье всего организма. С возрастом циркуляция лимфы может замедлиться и нарушиться. Для лечения этой патологии используется лимфодренаж с помощью аппаратного массажа — прессотерапия, или пневмомассаж. Применение данного метода физиолечения требует консультации врача по поводу противопоказаний, состава и вида процедур.

## Основы анатомии органов лимфатической системы



Лимфатическая система включает в себя сеть лимфатических сосудов, впадающих в грудной и правый лимфатические протоки, узлы, располагающиеся вдоль сосудов, а также лимфоидные органы.

Лимфатическая система — в отличие от кровеносной — характеризуется низкой скоростью циркуляции лимфы, отсутствием насоса, прокачивающего жидкость по сосудам, незамкнутостью круга лимфообращения и однонаправленностью движения.

Лимфа состоит из плазмы крови, которая выходит из капилляров в межклеточное пространство. Затем часть ее реабсорбируется обратно в кровяное русло, а часть — в лимфатические капилляры. Все это происходит под действием онкотического и гидростатического давления.

В лимфатических сосудах имеется клапанный аппарат, обеспечивающий односторонний ток лимфы. Об этом не стоит забывать во время проведения лимфодренажного массажа, который должен проводиться только в направлении снизу вверх для предотвращения травматизации клапанов.

Лимфатические узлы имеют сложное строение. С возрастом они уменьшаются, их функция снижается. Лимфоузлы выполняют роль фильтров крови (очищают от бактерий, вирусов, измененных клеток, чужеродного белка) и обогащают ее иммунными клетками, которые образуются в них.

Лимфоидные органы бывают двух видов: в одних образуются и созревают иммунные клетки (тимус – Т-лимфоциты, красный костный мозг – В-лимфоциты), в других эти клетки мигрируют (селезенка, миндалины, пейеровы бляшки тонкого кишечника, аппендикс).

## Состав лимфы и функции лимфатической системы

Лимфатическая система – очень сложная и важная часть организма, которой занимаются врачи-лимфологи. Лимфа — это жидкость, сходная по составу с плазмой крови, которая циркулирует по всем органам и системам. В ее состав входят лимфоциты, белки, электролиты, аминокислоты, факторы свертывания крови, ферменты, антитела, углеводы, липопротеины, липиды, в некоторых случаях гранулоциты и эритроциты. При определенных состояниях в лимфе содержатся возбудители заболеваний (бактерии, грибки, паразиты), клетки других тканей и метастазы злокачественных опухолей.

Всего в организме циркулирует до двух литров лимфы.



Функциями лимфатической системы являются:

- Отток жидкости из межклеточного пространства.
- Формирование иммунитета (выработка лимфоцитов).
- Перенос белков, электролитов, гормонов, разрушенных клеток.
- При наличии опухолевого или инфекционного процесса с током лимфы по другим органам распространяются метастазы и возбудители заболеваний.

С возрастом и при определенных патологиях нарушается ток лимфы, что приводит к задержке жидкости в межклеточном пространстве с образованием отечности, слоновости и т. д.

Для улучшения лимфотока используется лимфодренажная терапия, которую можно проводить в виде

ручного массажа или аппаратных процедур.

## Прессотерапия

Прессотерапия – это аппаратный массаж, действие которого направлено на улучшение циркуляции лимфы по организму. По-другому такие процедуры называют лимфодренажом, импульсной баротерапией, пневмомассажем, но действующий фактор – сжатый воздух – везде один.

Аппаратный массаж является более эффективной заменой ручного массажа.

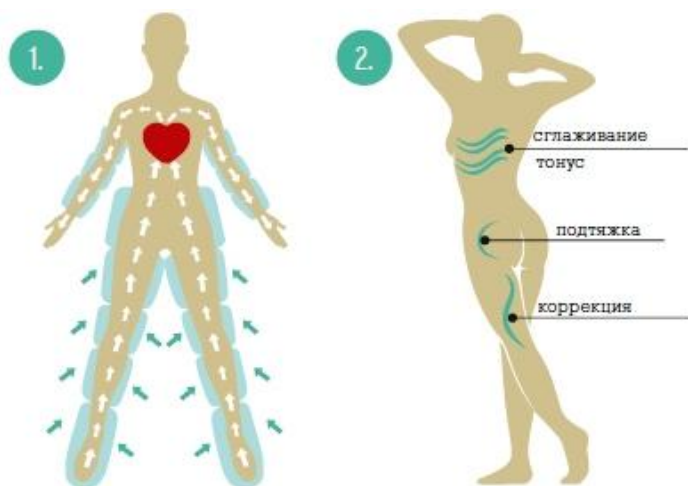
## Методика проведения процедуры

На пациента надевают специальный костюм, в который во время сеанса лечения нагнетается воздух поочередно с дистальных отделов конечностей (кисти, стопы) к проксимальным (бедро, плечи). Давление воздуха и объем проведения манипуляции подбирается индивидуально по показаниям и состоянию здоровья пациента. Процедура может быть проведена на руках, животе, бедрах и ногах.

Лечение проводится курсом в 10—15 процедур, выполняется 1 раз в 2—3 дня. Сеанс длится до 40 минут. Для поддержания эффекта рекомендуется повторять прессотерапию 2 раза в год.



## Лечебные эффекты



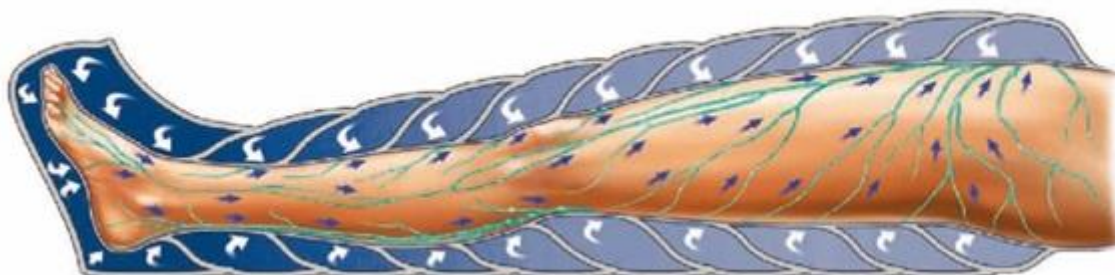
Таковыми являются:

- выведение лишней жидкости из тканей;
- улучшение крово- и лимфоснабжения;
- повышение тонуса сосудистой стенки;
- снижение массы тела;
- нормализация работы внутренних органов;
- повышение сопротивляемости организма инфекциям;
- замедление процессов старения;
- улучшение обмена веществ.

## Показания к прессотерапии

Данный метод физиолечения показан, если у пациента имеются:

- отечность;
- лимфатические отеки после удаления молочной железы;
- целлюлит;
- варикозное расширение вен нижних конечностей и его профилактика;
- ожирение;
- появление признаков старения кожи;
- пониженный тургор кожи;
- гипертоническая болезнь;
- хроническая венозная недостаточность.



## Противопоказания

В ряде случаев проведение прессотерапии больному не рекомендуется. Как правило, противопоказаниями являются:

- поражение гнойного покрова в области проведения процедуры;
- инфекционные заболевания;
- декомпенсация хронических заболеваний;
- гипертоническая болезнь;
- нарушение функции почек;
- туберкулез;
- склонность к тромбообразованию;
- менструальный цикл;
- несросшиеся переломы костей.

На сегодняшний день существует возможность проведения лимфодренажного массажа как в медицинском учреждении или салоне красоты, так и в домашних условиях. Для этой цели продаются специальные аппараты. Данный способ лечения позволит не зависеть от времени и выполнять процедуру в комфортных, привычных условиях дома и в любое удобное время. Однако необходимо позаботиться о предварительной консультации врача. Лимфолог оценит все возможные риски, грамотно пропишет необходимый в конкретном случае курс лечения (область наложения манжет, силу давления воздуха, время сеанса) и обезопасит от появления осложнений и побочных эффектов неверного применения прессотерапии.



*Врач-физиотерапевт (заведующий)  
физиотерапевтическим отделением*

*Н.П.Радилович*