**Здоровье**

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАМЕННОЙ СОЛИ В ОТДЕЛКЕ ПОМЕЩЕНИЙ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ХРОНИЧЕСКИХ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

Хорошилова Н.В., врач аллерголог-иммунолог, к.м.н., доцент кафедры клинической иммунологии и аллергологии Института повышения квалификации Федерального Медико-биологического Агентства РФ

**Аллергические заболевания и иммунная система**

У па­ци­ен­тов с ал­лер­ги­че­ски­ми за­бо­ле­ва­ни­я­ми име­ет­ся дис­ба­ланс в ра­бо­те им­мун­ной си­сте­мы с пре­об­ла­да­ни­ем вы­ра­бот­ки им­му­но­гло­бу­ли­нов клас­са Е, сни­же­ни­ем ко­ли­че­ства и функ­ци­о­наль­ной ак­тив­но­сти им­му­но­ком­пе­тент­ных кле­ток. След­стви­ем это­го яв­ля­ет­ся ин­фи­ци­ро­ва­ние боль­ных, раз­ви­тие хро­ни­че­ских оча­гов ин­фек­ции, что, в свою оче­редь, усу­губ­ля­ет уже име­ю­щи­е­ся на­ру­ше­ния им­му­ни­те­та.

На­уч­ные ис­сле­до­ва­ния, про­ве­ден­ные на ба­зе боль­ни­цы Со­лот­вин­ско­го со­ле­руд­ни­ка по­ка­за­ли, что в ре­зуль­та­те кур­са пре­бы­ва­ния боль­ных в со­ля­ных шах­тах до­сто­вер­но сни­жа­ет­ся мик­роб­ная и гриб­ко­вая об­се­ме­нен­ность сли­зи­стых обо­ло­чек ор­га­нов ды­ха­ния, сни­жа­ет­ся уро­вень им­му­но­гло­бу­ли­нов клас­са Е (мар­кер ал­лер­гии), улуч­ша­ют­ся функ­ци­о­наль­ные свой­ства им­му­но­ком­пе­тент­ных кле­ток. Та­ким об­ра­зом, пре­бы­ва­ние в по­ме­ще­ни­ях, воз­дух ко­то­рых обо­га­щен ча­сти­ца­ми со­ли, спо­соб­ству­ет нор­ма­ли­за­ции ра­бо­ты им­мун­ной си­сте­мы.

**Бронхиальная астма, аллергический ринит**

Оте­че­ствен­ные и за­ру­беж­ные ис­сле­до­ва­те­ли от­ме­ча­ют, что по­сле кур­са на­хож­де­ния в по­ме­ще­ни­ях, от­де­лан­ных ка­мен­ной со­лью, от­ме­ча­ет­ся зна­чи­тель­ное улуч­ше­ние (на 70 90%) со­сто­я­ния боль­ных брон­хи­аль­ной аст­мой. От­ме­че­но умень­ше­ние чис­ла при­сту­пов за­труд­нен­но­го ды­ха­ния, улуч­ше­ние функ­ци­о­наль­ных по­ка­за­те­лей ра­бо­ты ор­га­нов ды­ха­ния, а в даль­ней­шем - умень­ше­ние по­треб­но­сти в ме­ди­ка­мен­тоз­ных сред­ствах, спо­соб­ству­ю­щих рас­ши­ре­нию брон­хов (брон­хо­ли­ти­ках).
У боль­ных с се­зон­ны­ми и круг­ло­го­дич­ны­ми ал­лер­ги­че­ски­ми ри­ни­та­ми на­блю­да­лось умень­ше­ние за­ло­жен­но­сти но­са, вы­де­ле­ний из но­са, улуч­ша­лось об­щее са­мо­чув­ствие па­ци­ен­тов.

**Аллергические заболевания кожи**

У боль­ных с ато­пи­че­ским дер­ма­ти­том (ато­пи­че­ской эк­зе­мой, ней­ро­дер­ми­том) по­сле пре­бы­ва­ния в по­ме­ще­ни­ях, от­де­лан­ных ка­мен­ной со­лью, на­блю­да­лось улуч­ше­ние со­сто­я­ния ко­жи.

**Частые респираторные инфекции, хронический бронхит**

По­сле се­ан­сов на­хож­де­ния в по­ме­ще­нии, от­де­лан­ном ка­мен­ной со­лью, умень­ша­лось ча­сто­та ост­рых ре­спи­ра­тор­ных ин­фек­ций (ОРЗ) и обостре­ний хро­ни­че­ско­го брон­хи­та.

**Нервная система**

Ра­бо­та нерв­ной си­сте­мы тес­но свя­за­на с со­сто­я­ни­ем им­му­ни­те­та и все­гда стра­да­ет при раз­ви­тии им­мун­но­го дис­ба­лан­са. Ис­сле­до­ва­те­ли от­ме­ча­ют воз­ник­но­ве­ние фе­но­ме­на ре­лак­са­ции (рас­слаб­ле­ния) на фо­не пре­бы­ва­ния в со­ля­ных ком­на­тах, пе­ще­рах. В ре­зуль­та­те пре­бы­ва­ния в со­ля­ных ком­на­тах у па­ци­ен­тов улуч­шал­ся сон, они ста­но­ви­лись бо­лее спо­кой­ны­ми и луч­ше пе­ре­но­си­ли фи­зи­че­ские и эмо­ци­о­наль­ные на­груз­ки.

**Современные "Cоляные комнаты"**

В на­сто­я­щее вре­мя воз­мож­ной ста­ла от­дел­ка по­ме­ще­ний пла­сти­на­ми (кир­пи­чи­ка­ми) ка­мен­ной со­ли, по­сле че­го в них со­зда­ет­ся мик­ро­кли­мат, по­доб­ный та­ко­во­му в со­ля­ной пе­ще­ре или шах­те. Сле­ду­ет под­черк­нуть, что от­дел­ка да­же од­ной сте­ны в ком­на­те кир­пи­чи­ка­ми из ка­мен­ной со­ли спо­соб­ству­ет улуч­ше­нию мик­ро­кли­ма­та и, сле­до­ва­тель­но, ока­зы­ва­ет бла­го­твор­ное вли­я­ние на здо­ро­вье лю­дей, ко­то­рые поль­зу­ют­ся этим по­ме­ще­ни­ем.

"Жи­вой воз­дух" со­ля­ных ком­нат яв­ля­ет­ся до­ступ­ным не­ме­ди­ка­мен­тоз­ным сред­ством оздо­ров­ле­ния и улуч­ше­ния ка­че­ства жиз­ни лю­дей и, в ко­неч­ном ито­ге, спо­соб­ству­ет про­дле­нию ак­тив­но­го дол­го­ле­тия!