AEROZOLOTERAPIA

podsumowanie lekcji –

kurs Podstawy fizjoterapii –

Szkoła Medycyny Naturalnej

Marta Pyrchała-Zarzycka

ASTRO SALUS EDUCATION LTD

Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju

AEROZOLOTERAPIA

Inhalacje, czyli **wziewania** albo **aerozoloterapia** to metoda lecznicza polegająca na wprowadzeniu leku do układu oddechowego. Lekiem tym jest aerozol leczniczy o różnym stopniu rozproszenia.

Aerozole są to rozpuszczone substancje stałe, płynne lub gazowe, zawieszone w środowisku rozpraszającym, czyli w tym przypadku gazowym. Zwykle gazem tym jest powietrze.

RODZAJE AEROZOLI:

- pyły – są to rozproszone ciała stałe w środowisku gazowym (powietrzu),
- mgła – to w środowisku gazowym rozproszona ciecz,
- dym – to rozproszone w środowisku gazowym (powietrzu) substancje pochodzących ze spalania.

Duże znaczenie dla leczenia ma stopień rozdrobnienia, czyli średnica kropelek. Warunkuje ona poziom dostępności anatomicznej aerozolu.
Tak więc kropelki o średnicy:

- 30 mikronów przenikają tchawicę, oskrzela główne i płatowe,
- 10 mikronów penetrują oskrzela segmentowe, oskrzela najmniejsze i oskrzeliki końcowe,
- 1 mikrona przenikają oskrzeliki oddechowe i przewodziki pęcherzykowe,
- mniejszej, niż 0,3 mikrona penetrują rejon pęcherzyków płucnych.

Krople duże ze względu na większy ciężar, intensywniej podlegają grawitacji, w związku z tym szybko opadają, dlatego ich skuteczność terapeutyczna jest niewielka. Kropelki małe (poniżej 5 mikrom) podlegają wzajemnemu oddziaływaniu poprzez siły tarcia, które równoważą przyciąganie ziemskie. Mają one większą wartość terapeutyczna, gdyż wnikają głęboko.

Optymalną temperaturą aerozolu jest 30°C. Wyższa powoduje zbyt duże skraplanie się aerozolu, a niższa działa podrażniająco, przez co może wywołać skurcz oskrzeli, który z kolei wyraźnie utrudni wchłanianie aerozolu.

Inhalacje mogą się odbywać także w sposób naturalny. Możesz na przykład wdychać aerozol morski. W tym celu powinieneś stanąć twarzą do morza w odległości od niego maksymalnie 100 metrów oraz głęboko i powoli oddychać. W szczególności zabieg ten będzie efektywniejszy w przypadku, gdy będzie wiał wiatr od morza.

Jak wspomniano, do inhalacji można wykorzystać nie tylko leki, wywary z ziół czy olejki eteryczne, ale i wodę mineralną. Zabiegi inhalacyjne z wodą mineralną powinny trwać od 10-15 minut.

Przykłady rodzajów wód, które mają zastosowanie w aerozoloterapii:

- wody izotoniczne (0,9% NaCl),
- wody hipotoniczne (poniżej 0,9% NaCl),
- wody hipertoniczne (1-3% NaCl).

Wody izotoniczne – działanie:

- zmniejszenie przekrwienia błony śluzowej,
- wzmaganie wydzielania,
- normalizacja funkcji błony śluzowej.

Wody hipotoniczne – działanie:

- usuwanie zalegających wydzielin.

Wody hipertoniczne – działanie:

- przekrwienie błony śluzowej,
- pobudzenie wydzielania hormonów,
- rozrzedzenie zalegającej wydzieliny. Proces ten wspomaga jej odkrztuszanie i usuwanie.

Przykładem wody, którą możesz wykorzystać do inhalacji, jest woda „Mieszko”. Badania wykazały jej następujący wpływ na organizm:

- odkażenie,
- rozrzedzenie wydzieliny,
- przywrócenie równowagi biologicznej komórek,
- zmniejszenie wysychania błon śluzowych.

Rodzaje inhalacji ze względu na temperaturę roztworu inhalacyjnego:

- Inhalacje zimne – są to inhalacje o temperaturze 18 -25ºC,
- inhalacje o temperaturze obojętnej (33-35º C),
- Inhalacje ciepłe – 36-38ºC.

- **Temperatura roztworu inhalacyjnego:**
- inhalacje zimne 18- 25 C (p/zapalnie, zmniejsza przekrwienie i obrzęk błony śluzowej, nie wolno stosować u chorych na astmę, ponieważ zimne inhalacje mogą powodować skurcz oskrzeli),
- inhalacje o temperaturze obojętnej 33-35 C (ogrzanie błony śluzowej, poprawa ukrwienia),
- inhalacje ciepłe o temperaturze 36-38 C.

Najlepiej stosować inhalacje o temperaturze 33-35 C, gdyż nie działają drażniąco.

Działanie inhalacji zimnych:

- przeciwzapalne,
- przeciwobrzękowe,
- zmniejszające przekrwienie.

Tego typu inhalacji nie należy stosować u osób, które cierpią na astmę, wziewania te bowiem wywołują skurcz oskrzeli, co może znacząco pogorszyć stan pacjentów z astmą.

Działanie inhalacji ciepłych:

- ogrzanie błony śluzowej,
- rozszerzenie naczyń krwionośnych,
- poprawa ukrwienia,
- zwiększenie wydzielania śluzu.

Wykonywanie ćwiczeń oddechowych zaraz po odbyciu inhalacji, znacząco poprawia możliwość odkrztuszenia wydzieliny.

JAK WYGLĄDA INHALACJA

Inhalacja to zabieg leczniczy polegający na wdychaniu na przykład:

- pary wód mineralnych,
- roztworów leków lub ich aerozoli,
- naparów lub odwarów ziół leczniczych,
- rozpuszczonych w gorącej wodzie naturalnych olejków eterycznych.

Na działanie biologiczne inhalacji składa się przede wszystkim działanie farmakologiczne rozproszonego leku, leczniczego olejku bądź zioła czy wody mineralnej.
Wziewanie może odbywać się poprzez skorzystanie ze specjalnego aparatu (inhalatora) lub poprzez wdychanie pary wrzącego płynu, na przykład pary wodnej w przypadku gorącej wody, w której rozpuszczono leczniczy środek.

Objawy korzystnego działania inhalacji:

- poprawa samopoczucia,
- ustąpienie duszności,
- łatwiejszy, lżejszy i głębszy oddech,

- ustąpienie świstów,
- poprawa uzyskiwanej wartości PEF (szczytowy przepływ wydechowy),
- poprawa wskaźników spirometrycznych.

Natychmiast przerwij inhalacje, jeśli:
- nasila się odczucie zmęczenia,
- dochodzi do utrudnienia oddychania,
- pojawia się odczucie podrażnienia gardła, krtani, oskrzeli,
- **pojawia się kaszel.**

Wskazania do inhalacji:
- przewlekły nieżyt:

- nosa,
- gardła,
- krtani,
- tchawicy,
- oskrzeli,

- alergiczny nieżyt nosa,
- dychawica oskrzelowa,
- alergie,
- procesy zanikowe śluzówki dróg oddechowych,
- stany wyczerpania głosowego,
- zapalenie zatok,
- nieżyt lub zanik śluzówki dróg oddechowych,
- stany po zapaleniu płuc i oskrzeli,
- ostre i podostre zapalenie tchawicy,
- stany przed i po zabiegach operacyjnych w obrębie dróg oddechowych,
- pylica,
- grzybica narządów układu oddechowego,
- mukowiscydoza,
- rozedma płuc.

Przeciwwskazania do inhalacji:
- ostre choroby górnych dróg oddechowych,
- gruźlica płuc,
- choroby płuc i oskrzeli z krwiopluciem,
- nowotwory,
- zaawansowana pylica płuc,
- promienica płuc,
- choroby znacznie zmniejszające drożność układu oddechowego,
- zagrożenie krwawieniem i krwawienia z narządów wewnętrznych.

Marta Pyrchała-Zarzycka
Astro Salus Education Ltd
Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju

kursy@astrosalus.pl

STRONY INTERNETOWE	**BLOGI**
www.astrosalus.pl	http://astrosalus.pl/medycyna-naturalna/
www.astrosalus.com	http://astrosalus.pl/reiki/
http://kosmetyka-fitness.pl	http://kosmetyka-fitness.pl/ona/
www.magia-zycia.com.pl	http://magia-zycia.com.pl/duchowosc/
www.sukces-biznes.pl	http://sukces-biznes.pl/sukces/
www.edukacja-domowa.pl	www.edukacja-domowa.pl/rozwoj-dzieci