



ПСАММОТЕРАПИ́Я

Авторы: А. В. Бруенок

ПСАММОТЕРАПИ́Я (от греч. ψάμμος – песок и *терапия*), метод лечения нагретым песком в виде местных и общих ванн; вид *теплелечения*. Наиболее эффективно применение П. на приморских климатич. курортах. П. широко используют также в разл. мед. центрах и т. н. спа-салонах. Лечебное действие нагретого (до 50 °С) песка обусловлено его теплоёмкостью, гигроскопичностью, умеренной контрастностью температур песчинок и находящегося между ними воздуха. П. усиливает потоотделение, оказывает болеутоляющее действие, стимулирует обменные процессы, нормализует функцию почек; механич. давление песка осуществляет массаж кровеносных и лимфатич. сосудов кожи. П. назначают гл. обр. при хронич. заболеваниях и последствиях травм опорно-двигат. аппарата (деформирующий остеоартроз, артриты), периферич. нервов (невралгии, невриты, радикулиты), хронич. гинекологич. и оториноларингологич. болезнях. П. проводят в виде общих или местных песочных ванн. На курортах для этого используют песок, нагретый солнцем. В лечебных учреждениях П. обычно сочетают с физиотерапией, бальнеотерапией, др. теплелечебными процедурами.

Литература

Лит.: Олефиренко В. Т. Водотеплолечение. 3-е изд. М., 1986; Маньшина Н. В. Курортология для всех: За здоровьем на курорт. М., 2007.