



Талассотерапия для детей

Спа (spa — sanita per aqua) прочно входит в нашу современную жизнь. Несмотря на кризис, клиенты продолжают ходить в спа, потому что это помогает им избавляться от стресса и перегрузок и укрепить здоровье.



В настоящее время разработано множество разнообразных методик, которые позволяют решать широкий спектр задач, как связанных с улучшением самочувствия, так и направленных на коррекцию различных эстетических недостатков.

Массажи, кинезиотерапия и остеопатия, талассотерапия, фитотерапия, косметология для лица и тела, ванны, разнообразные обертывания и маски, уходы в капсулах и банях, сухая и влажная флотация... возможности современных спа поражают воображение. Но есть ли в спа место для детей?

С одной стороны, каждая мама, конечно же, заинтересована в поддержании или восстановлении здоровья своего ребенка. Оздоровительные программы, представленные в спа, идеально подходят для этого. Но приходя в спа, мы ожидаем погружения в покой и негу, а не в атмосферу детского сада!

Талассотерапия

Одна из наиболее полезных для детского здоровья методик — талассотерапия. И вот почему.

Анализ статистики детской заболеваемости в России показывает грустную картину накопления патологий в поколениях и роста

количества детей с различными болезнями*. Выводы современных педиатров особенно неутешительны в отношении маленьких жителей больших городов: 100% современных детей — жителей мегаполисов нуждаются в профилактике и лечении врожденных и приобретенных хронических заболеваний.



Талассотерапия, то есть дословно «лечение морем», традиционно используется в России и в мире, в первую очередь, для профилактики, а также для лечения многих заболеваний, характерных для детского возраста.

Для дошкольников и младших школьников наиболее важными считаются программы:

- сохранения и восстановления осанки, борьбы с остеохондрозом, укрепления костной системы, лечения болезней суставов;

- улучшения состояния кожи, в первую очередь, при хронических дерматозах: псориазе, атопическом дерматите, экземе;
- поддержания нормального состояния мочевыделительного тракта и профилактики цистита, пиелонефрита, нормализации моторики кишечника и борьбы с проявлениями дисбактериоза;
- профилактики и лечения хронических ринита, гайморита, тонзиллита, последствий перенесенной ангины;
- работы с аллергиями, поллинозом, хроническим бронхитом и бронхиальной астмой.

Для школьников средних классов, которые значительное время и усилия отдают учебе, характерны в первую очередь нарушения зрения, осанки и физического развития; в этом возрасте появляются и усиливаются проблемы с сердцем и сосудами.

Пока мы вспомнили только о хронических заболеваниях. Термин «часто болеющий ребенок» сегодня относится практически к 100% детей всех возрастных групп. Основными причинами растущей заболеваемости прежде всего являются:

* Ежегодный прирост заболеваемости составляет 5–7%, по данным профосмотров с помощью АҚДО за 2012 г. число детей с патологией в различных возрастных группах достигает от 88,8% (13–15 лет) до 100% (3–4 года).

Ежегодный рост заболеваемости в структуре хронических болезней:

- 24% болезни костно-мышечной системы — это сколиозы, остеохондрозы и прочие проблемы со спиной, которые во взрослом возрасте окажут влияние на здоровье и внешность в целом;
- 23% органов пищеварения — гастриты, колиты, язвы, запоры, панкреатиты — все те состояния кишечника, печени и поджелудочной железы, которые приводят к нарушению усвоения важнейших для здоровья питательных веществ;
- 20% нервной и эндокринной систем — детское и подростковое ожирение, прыщи и акне, а также нарушения памяти, концентрации внимания, снижение интеллекта и успеваемости, синдром гиперактивности, раздражительность, вспыльчивость и, как следствие — социальная дезадаптация.

- **нехватка минералов** и других нутриентов в связи со снижением качества пищи и питьевой воды;
- **накопление токсинов** в организме из-за ухудшения эко-системы, особенно это касается детей, проживающих в условиях мегаполиса, хотя интенсивное сельское хозяйство уже нарушило баланс питательных веществ и в сельских регионах;
- **серьезнейшие стрессорные перегрузки**, адаптироваться к которым детский организм иногда просто не в состоянии.

И здесь на помощь приходит **талассотерапия**. Это наиболее эффективный, безопасный и «понятный» элемент спа для детей. Ведь многим из нас талассотерапия знакома с детства по поездкам в санатории и на морские курорты, посещению отделений физиотерапии при больницах и поликлиниках. Нам знакомы такие термины, как грязелечение, бальнеотерапия, массаж, лечебная грязь...

Экскурс в историю и наши дни

Российская история талассотерапии началась давно и, как часть санаторно-курортного комплекса, существует с 1882 года, когда на курорте Старая Русса была открыта первая лечебница для золотушных детей. Курортная современная история Крыма началась

в 1860-х годах, здесь проводилось лечение туберкулеза. 1900 год считается годом основания талассотерапии в России. Были открыты Сестрорецкий курорт недалеко от Петербурга, «Черноморская санатория» в Геленджике, а позже в Сочи, и водогрязелечебница в Анапе, где «морская вода доставлялась паровым насосом». В Севастополе создается Институт физических методов лечения. С тех пор и по наши дни замечательный и популярный метод талассотерапии входит в понятие

Настоящей детской
здравницей и по сей
день является
черноморское
побережье России

«физиотерапия» (сегодня — в разделе «бальнеология»).

Наибольшего развития талассотерапия в России достигла в 60-х годах прошлого века, когда были разработаны методики применения морских лечебных факторов для профилактики и лечения широкого спектра заболеваний детского возраста.

Настоящей детской здравницей и по сей день является черноморское побережье России.

На сегодняшний день санаторно-курортное лечение в России проводится для детей с возраста 3–4 лет, а в специализированных санаториях и клиниках НИИ курортологии с первого года жизни (Приказ Минздравсоцразвития России № 138н от 27 марта 2009 г., Письмо Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 29.05.2009 г. № 14–5/10/2–4265).

Получение санаторно-курортного лечения на базе государственного санатория возможно двумя путями: бесплатные путевки по направлению Минздравсоцразвития, либо на коммерческой основе по направлению лечащего врача.

В Европе, в первую очередь во Франции** — на родине современной талассотерапии, этот метод признан разделом медицины, что подтверждено официальной аттестацией Министерства здравоохранения Франции.

Во Франции с 1977 года талассотерапия относится к профилактическим и лечебным методам. Но в отличие от России, используется сегодня в большей степени не для лечения, а с целью профилактики — сохранения здоровья у здоровых людей, или восстановления после перенесенного заболевания.

В этом аспекте талассотерапия представлена, во-первых,

** Результаты деятельности французского ученого Рене Кинтона в 1905–1907 годах впечатляют. Проведя исследования сходства плазмы человека и морской воды (1897 г.), Кинтон в Париже открыл Морские диспансеры для детей, которые стали весьма популярными из-за поразительных результатов лечения морской водой. В его диспансерах дети с тяжелыми формами атрофии и энтеритами быстро обретали аппетит и набирали вес! Морские диспансеры в последующие годы открывались повсюду во Франции, Великобритании, Бельгии, Египте, Соединенных Штатах...

в специализированных талассо-центрах, которых только во Франции на сегодняшний день насчитывается около 60, и, во-вторых, в многочисленных оздоровительных центрах и спа, расположенных на удалении от морского или океанического побережья, в том числе, специализирующихся на программах для детей, так называемых Бейби-спа или BB-спа (Beauty Mums&babies).

Пример такого спа — Бейби-спа в Кенсингтоне (Великобритания), предлагает маленьким пациентам разнообразную бальнеологию, гидротерапию и массаж. Лора Севенус, владелица, сертифицированная патронажная педиатрическая медсестра: «У детей в возрасте от 2 дней под влиянием гидротерапии и давления воды на тело увеличиваются объем и разнообразие движений. Гидротерапия — это не только приятная процедура, она укрепляет мышцы и костные структуры. Эта терапия также повышает качество сна, устраняет колики и нравится детям».

Притом что практически всем детям в России, начиная уже с года, показано применение талассотерапии для профилактики развития заболеваний или оздоровления, к большому сожалению, пока талассотерапия для детей ограничена рамками санаторно-курортного комплекса и весьма редкими спа и оздоровительными центрами, имеющими лицензию для работы с детьми.

Приятная новость в этой области: в Казани, в одном из крупнейших



спа-комплексов LUCIANO, планируется открытие детского спа, который можно будет назвать уникальным объектом в России и Европе.

На помощь приходит домашняя линия талассо-терапевтических средств, обладающая многими достоинствами профессиональных продуктов, но предназначенная для применения в домашней ванной комнате. Ведь талассотерапия — это не только широкий спектр продуктов и процедур для здоровья, это еще и великолепная косметика с выраженными оздоравливающими и восстановительными свойствами. Морская вода обладает огромным регенерирующим и заживляющим потенциалом, водоросли и морские растения исключительно богаты природными биогенными

стимуляторами: полиненасыщенные жирные кислоты, антиоксиданты и полифенолы, витамины, пигменты, антибактериальные агенты, фитогормоны...

Когда же детям может потребоваться косметический эффект талассотерапии? Сухость кожи, ксероз и диатезы детей разного возраста требуют дополнительного, очень хорошего ежедневного увлажнения, питания, заживления и восстановления защитной липидной пленки на поверхности кожи. Подростковый возраст сейчас может начинаться довольно рано, высокий уровень стресса и гормональная перестройка ведут к появлению угревых высыпаний на лице, груди и спине у детей и подростков. Специализированные уходы позволяют очистить кожу, уменьшить количество высыпаний, а также

воспитать новую формацию молодых людей, понимающих важность ежедневного домашнего и профессионального грамотного ухода за кожей.

Особенности современной талассотерапии

Современная талассотерапия — комплексные средства на основе природных лечебных факторов морского происхождения, в первую очередь, морской воды, подвергшейся высокотехнологичной переработке, эффективные и безопасные, применяемый для профилактики и лечения различных заболеваний у взрослых и детей. Сегодня существуют специальные талассо-средства для детей, уникальные и не имеющие аналогов в мировой практике талассо. Некоторые из них уже получили **государственную регистрацию** в Министерстве здравоохранения России, позволяющую использовать избранные продукты для домашних уходов для детей.

Продукция талассо для дома

Для домашнего применения используется специальным образом переработанная морская вода с удаленным избытком поваренной соли — источник натуральных морских минералов, и уникальный концентрат магния — богатейший источник природного магния, извлекаемого из натуральной океанической воды, он легко проникает через кожу, способствуя уменьшению нехватки этого незаменимого макроэлемента в организме.

В оздоровительных центрах или СПА возможно также применение ряда других «морских продуктов».

Использование названных средств дома очень комфортно. Ванны с морской водой принимают 1–2 раза в неделю не более 20 минут. Если ребенок маленький, до 5–6 лет, ванну с высокотехнологичной морской водой лучше делать в утренние часы, ведь морская вода не только снимает мышечное напряжение, расслабляя тело, но и восстанавливает нервную систему и энергетический потенциал организма, способствует более быстрому восстановлению.

Другими словами, если взрослый человек после вечерней морской ванны может погрузиться в восстанавливающий сон на всю ночь, то у ребенка, особенно маленького, этот сон продлится всего пару часов, после чего он проснется, полный энергии и готовый продолжить изучение окружающего мира.

В промежутках между ваннами при необходимости можно делать массаж тела с использованием концентрата морского магния или

просто наносить морской магний, обладающий способностью к трансдермальному проникновению, на кожу спины, животика или пяточки ребенка. Это лучше делать ежедневно, так как потребность в магнии у растущего организма крайне велика, а получить его из пищи в достаточных количествах невозможно, что было доказано еще в прошлом веке.

Высокотехнологичная морская вода подходит и для выполнения домашних ингаляций, например, для использования в небулайзере или УЗ-увлажнителе воздуха, который лучше установить в детской комнате и включать на ночь, чтобы всю ночь ребенок дышал увлажненным «морским» воздухом, богатым морскими солями.

Такие простые домашние процедуры позволят укрепить иммунитет, поддержать развитие и созревание организма в целом, насытить минеральными солями (магнием, кальцием, йодом) в максимально усваиваемой природной форме так же, как это происходит на морском побережье.

Истинный смысл современной **талассотерапии** в том, чтобы всей семьей, включая маленьких детей, «оказаться на море» и, не выезжая из своего дома, создать эффект морского курорта, воспользоваться благами чистой воды Атлантического океана с целью оздоровления, улучшения качества жизни и сна, избавления от перегрузок сегодняшней жизни. Пожелаем же здоровья всем нам! ♦

Сегодня существуют
специальные
талассо-средства
для детей