



GIDROTERAPIYA- SUV BILAN DAVOLASH

Farg'ona shahar Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

Hamshiralik ishi kafedrasi o'qituvchisi

Oxunova Feruzaxon G'anijon qizi

Annotatsiya: Ushbu maqolada odam organizmiga suvning ta'siri, suv muolajasining organizmiga yuborish usullari haqida aytib o'tilgan.

Kalit so'zlar: Gidroterapiya, ignasimon dush, silkulyar dush, yelpig'chsimon dush.

Hozirgi kunda , hamma kaslliklarni tabiiylik bilan davolash qo'llanilyapti. Dori darmonlar o'rniga esa giyohlardan tashkil topgan damlamalar ichilyapti. Shunday ekan tabiiy bo'lgan suvimiz xam biz uchun davo hisoblanadi. Tibbiyotda suv bilan davolash-gidroterapiya deb nomlanadi.

Suv bilan davolash – gidroterapiya



Suv bilan davolash - «gidroterapiya» fizioterapevtik davo turlaridan biri bo'lib, u kasalliklarning oldini olish va davolash maqsadida qo'llaniladi. Suv bilan davolashning asosiy vazifalaridan biri organizm uchun qulay reaksiyaga erishishdir. Suv muolajalari ta'sir turiga qarab turlicha bo'ladi. Chegaralangan ta'sir turiga ega suv muolajalari:

- yuvish, artish (qo'l yoki cho'tka yordamida);



- qo'l yoki oyoq vannasi, sekin-asta haroratni ko'tarish bilan;
- qo'l va oyoqqa kontrast vanna qo'llash;
- turgan holda sovuq suvni qo'lga, tizzaga, yuzga, ensaga qo'llash;
- ko'krak qafasiga kompresslar qo'yish.

O'rtacha ta'sir kuchiga ega suv muolajalari:

- oyoq, belga vannalar (belga o'tirgan yoki yotgan holda), sekin- asta haroratni ko'tarish bilan;

- o'tirgan holda ishqalash bilan vanna qabul qilish;
- mineral vannalar;
- turli xil tarkibli iliq vannalar;
- sovuq ishqalovchi vannalar;
- o'tirgan holda o'zgaruvchan haroratli vannalar;
- badanning 3/4 qismiga kompress qo'llash yoki nam sochiq o'rash;
- o'tirgan holda bug'li vanna qabul qilish;
- sauna.

Kuchli ta'sir etuvchi suv muolajalari:

- qizdiruvchi vanna;
- hammom;
- sovuq yoki issiq suvni tezlik bilan tanaga quyish.

Suv bilan davolashda tanada umumiy va mahalliy o'zgarishlar paydo bo'lib, ular ma'lum miqdorda suv harorati bilan bog'liqdir. Suv muolajalari haroratiga qarab - sovuq (20°C), salqin (20-30°C), indifferent (34 - 36°C), iliq (37 - 39°C), issiq (40°C dan yuqori) bo'lishi mumkin.

Gidroterapiya markaziy asab tizimiga o'ziga xos tarzda ta'sir ko'rsatadi. Indifferent haroratdagi suvni qo'llash natijasida tanada bo'shashish, tinchlanish, uyquchanlik hosil bo'ladi. Sovuq va issiq suv ta'sirida qo'zg'aluvchanlik kuchliroq bo'ladi. Suv bilan davolaganda yurak tomir faoliyatida o'zgarishlar yuzaga keladi. Sovuq suv ta'sirida teri tomirlari torayadi, yurakning qisqarish faoliyati sekinlashadi,



arterial bosim ortadi. Past haroratdagi suv ta'sirida skelet mushaklarining tarangligi oshadi. Issiq suvning ta'siri unga qarama-qarshi bo'ladi. Issiq va sovuq suv muolajalari moddalar almashinuvi jarayonini tezlashtirib, organizm taranglashuvini oshiradi. Gidroterapiyada, haroratdan tashqari mexanik omil muolajaning umumiy ta'sirini kuchaytiradi. Suv muolajalari, ayniqsa, yurak tomir, asab faoliyati, xafaqonlik kasalligi va organizmda moddalar almashinuvi buzilgan bemorlarga tavsiya etiladi. Monelik hollari: suv muolajalari og'ir ateroskleroz, qon bosimining yuqori darajaga ko'tarilishi, miya va toj tomirlar qon aylanishining buzilishida hamda sil kasalligining faol turida qo'llanilmaydi. Suv muolajalari har bir shaxsga alohida buyuriladi. Davo muddati 15-20 ta muolajadan iborat bo'lib, boshlanishida qisqa muddatli, so'ng bemorning ahvoliga qarab sekin-asta oshiriladi.

Gidroterapiyaning bir necha xil usullari mavjud bo'lib, ulardan suv quyish va artinish, ho'l sochiqqa o'rab qo'yish, dush (aylanma, sirkulyar, otilib chiquvchi yuqori va past bosimli), ichakni yuvish, vannalar va boshqalar qo'llaniladi. Umumiy vanna bo'lsa, bemor tanasining barcha qismi suvga tushiriladi. Mahalliy vannalar: marvaridli (suv orqali havo pufakchalari bosim bilan chiqariladi), ko'pikli (ko'pik hosil qiluvchi moddalar yordamida), tebranuvchi va aylanma (suvni mexanik ta'sirda kuchaytirish), hidli, xvoyli shifobaxsh giyohli, mineralli bo'ladi. Vanna qabul qilish muddati 10-15 daqiqa, muddatni uzaytirish noxush oqibatlariga olib kelishi mumkin. Vannalar qabul qilish vaqtida bemorning umumiy ahvolini nazorat qilib turish lozim, chunki arterial bosimning o'zgarishi puls tezligi va nafas harakatlarining yomonlashuviga sabab bo'ladi. Suv muolajalarini artish, suv quyish ko'rinishida ham qo'llash mumkin. Bu davolash usullari kundalik shaxsiy gigiyena bo'lib, bemorlarni davolash va parvarishlashiga kiradi. Qisqa muddat ichida sovuq suv bilan badanni artish, chiniqtirishning bitta vositasidir. Sovuq suvga yuvinish tomirlar faoliyatini oshirib, yuqori haroratli bemorga yaxshi natija beradi. Tananing ma'lum qismiga kontrast suv quyish, avvaliga iliq, keyin sovuq suv yordamida amalga oshiriladi. Muolajadan so'ng tana sochiq yordamida quritiladi.



Dushlar

Dush bilan suv davolash muolajasi bo'lib, bunda suv oqimi bosim bilan tushib, organizmga ta'sir etadi. Dushning ta'siri suv haroratiga va suv oqimining osimiga bog'liq. Suvni dush sifatida berish uchun maxsus moslama-dush kafedrasiga qo'llaniladi. Bu kafedra suvining haroratini va bosimini rostlash imkonini beradi. Dushli xonada dush kafedrasiga suv beruvchi va ishlatiladigan suvni chiqarib yuboruvchi trubalar o'rnatiladi. Dush kafedrasiga bu trubalarga kerakli harorat va bosimdagi suvni beradi. Kafedrada sovuq va issiq suvni aralashtirish uchun xizmat qiladigan ikkita rezervuar joylashgan. Suv harorati va bosimni o'lchab turish uchun termometr va monometr bo'lib, kerakli xaroratdagi suv maxsus aralashtirgich orqali garizantal joylashgan naycha tushadi, u yerda pol ostidagi tarmoqlan trubalardan o'tib dush moslamalariga yo'naladi.

Dushlarning quyidagi turlari farqlanadi : yomg'irsimon, ignasimon, sirkulyar, suvi yuqoriga otiladigan, yelpig'ichsimon, Sharko va Shotland dushlari. Suvning xaroratiga ko'ra sovuq (8-18*), salqin (25-30*), iliq (32-35*) va issiq (36-38*) dushlar tafovut qilinadi.

Ignasimon dush. Yomg'irsimon dushga o'xshab ketadi. Bu dush setkasining har bir teshigi toraytirilgan, yani maxsus ignasimon uchligi bo'ladi. Dushdan oqib tushayotgan suv oqimi bemorda inga sancgandek sezgini xosil qiladi. Yomg'irsimon va ignasimon dushlar uchun 1-1,5 atm bosim qo'llaniladi, suv harorati 25-36°C muolaja vaqti 2-5 minut bo'ladi kunda yoki kunora o'tkaziladi. Davo kursiga 10-12 ta muolaja buyuriladi.

Yelpigichsimon dush. Bu teshiklari bor maxsus setkali moslamadan iborat, bo'lib bemor tanasiga suv yomg'ir sachgandek bo'lib quyiladi.

Sirkulyar dush. Maxsus aylanma trubalardan iborat bo'lib, ulardagi mayda teshiklar orqali bemorga ingichka suv oqimi yuboriladi.



Yelpig'ichsimon dush. Buning uchun sharko dushi shlangasini uchligi bosh barmoq bilan bosib turilib, 3-4 metr narida turgan bemorga yelpig'ich shaklida beriladi. Suv harorati 30-32°C dan 20°C gacha pasaytiriladi. Muolaja vaqti 1,5-2 minut.

Shotland dushi. Issiq va sovuq suv kantirastidan iborat bo'lib, otilib chiqadigan 2ta suv oqimi bo'lgan dushdir. Kafedradagi ikki xil shlangdan 40°C li issiq va 20°C li sovuq suv novbatma navbat 10-15 sekunddan 4-5 marotaba yuboriladi. Muolaja 3-4 minut davom etadi.





Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.K.E Ulho'jayeva, B.T Xudoyberganova "Fizioterapiya va tibbiy reabilitatsiya.
- 2.Hamshiralik ishi asoslari K.U.Zokirova
- 3.Bemorlarni uyda vashifoxonada parvarish qilish F.G.Nazirov
- 4.Umumiy amaliyot hamshiralari uchun amaliy ko'nikmalar to'plami A.Godoev
- 5.Hamshiralik ishi asoslari Q.S.Inomov

Qo'shimcha adabiyotlar.

- 1.Axmedov SH.A. «Anatomiya i fiziologiya s patologicheskimi osnovami». Toshkent, Tasvir nashriyoti, 2009 god.
- 2.Ziyamutdinova G.X., Axmedov SH.A. «Normal anatomiya va fiziologiya». Toshkent, O'zbekiston milliy entsiklopediyasi nashriyoti, 2009 yil.
- 3.«Xammabop tibbiyot qo'llanmasi». Toshkent, 2006 y.

Internet saydlari:

www.ziyonet.uz. www.google.co.uz
www.medical.uz