

## Что же такое радон?

С тех пор, как был открыт радон – невидимый, не имеющий вкуса и запаха, в несколько раз тяжелее воздуха газ прошло уже более ста лет. Что же за это время удалось выяснить ученым о влиянии радона на организм человека?

Радон - радиоактивный химический элемент относится к инертным газам. Радон один из самых редких элементов, встречающихся на земле. Его количество и содержание в земной коре ограничивается 115 м на глубине около полурота км. Он образуется в радиоактивных рудах и минералах.

**Радоновая терапия эффективна в основном при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата, заболевания органов кровообращения, заболевания органов дыхания, органов моче-половой системы.**

Радоновые ванны и ингаляции приносят огромную пользу при заболеваниях, связанных с понижением иммунитета, а так же помогают переносить климактерические боли, оказывают положительный эффект при нарушении эндокринной системы - нарушение потенции, бесплодие.

Радоновые ванны оказывают мощное противовоспалительное действие на весь организм, позитивно влияют на иммунологические процессы, регулируют кровообращение, улучшают углеводный и минеральный обмен, обмен веществ, регулируют водно-солевой баланс, способствуют выведению из организма вредных веществ.

**Под воздействием радона нормализуется состав крови, уменьшается выраженность клинических проявлений невроза и неврозоподобных состояний.**

Радоновые ванны благотворно влияют на болезненно измененные участки кожи, улучшают их питание, способствуют ликвидации воспалительных процессов.

**Процедуры не только легко переносятся больными, но и смягчают влияния других энергоактивных факторов бальнеотерапии.**

Научно доказано, прохождения курса терапии в радоновых штольнях или принятия радоновых ванн, позволяет устранить болевые ощущения в организме на срок до 9 месяцев и снизить количество применяемых лекарственных препаратов на срок до 1 года.

Регулярное проведение курсов радоновой терапии значительно повышает качество и уровень нашей жизни. Конечно, радон используется для бальнеологического лечения, снимает не только воспалительный процесс, но и способствует быстрому заживлению поврежденных костей, суставов и связок. Это касается как обычных травм, так и последствий перенесённых операций. Пациентов с травмами у нас, в санатории, довольно много, они хорошо восстанавливаются.

**Подскажите кому можно принимать радоновые ванны и какие есть противопоказания:**

**Ответ доктора:**

Радоновые ванны можно принимать детям с 6 лет. Эти процедуры предназначены больным с «вегетативными дистониями», заболеваниями позвоночника и суставов, невритами, полинейропатиями, поражением вен (варикозная болезнь), атеросклерозом сосудов нижних конечностей.

Радоновые ванны можно принимать для нормализации обмена веществ при избыточном весе, моче-солевом диатезе, подагре, сахарном диабете, различных наследственных патологиях. Хороший эффект наблюдается при псориазе, себорее, различных видах дерматитов. При заболеваниях моче-половой сферы (кроме новообразований)- аднекситы, простатиты, уретриты, циститы. **Беременные обычно радоновые ванны не применяют.**

**Противопоказан приём данных процедур при алкогольном опьянении, злокачественных новообразованиях, при заболеваниях крови (лейкозы, тромбоцитопении), при острых нарушениях мозгового кровообращения, при остром инфаркте миокарда и гипертонических кризисах.**