

пература ванны для ротовой полости может быть разной: 32–34 °С (холодные ванны), 35–37 °С (нейтральные), 38–42 °С (теплые) и 43–50 °С (горячие).

Процедура выполняется следующим образом: в рот набирают около 20–40 мл минеральной воды (отвара лекарственных растений) и полощут 3–6 мин. Использованная вода сплевывается и берется новая порция – и так 8–10 раз. Ванны повторяют 3 раза в день в течение 2–4 нед.



Тепловые процедуры

При лечении периодонтитов применяются также тепловые процедуры, или грязелечение. Используется грязевая паста, согретая до температуры 48 °С, в виде компрессов на десны, а также закладываемая в зубодесневые карманы. Время процедуры составляет от 10 до 15 мин, курс 8–12 процедур через день. Лечебная грязь улучшает обмен веществ в пародонте, оказывает вяжущее и противовоспалительное действие, уменьшает шаткость зубов, а также выделения из зубодесневых карманов, нормализует окраску десен. К таким процедурам ротовая полость должна быть подготовлена, т.е. проведена ее санация.



Массаж десен

К старым и известным натуропатическим способам лечения периодонтитов относится массаж десен. Он стимулирует кровообращение и обмен веществ в околозубных тканях, усиливает активность системы сопротивляемости в пародонте. Для массажа можно использовать сложные аппараты, работающие синхронно с сокращениями сердца. Но наиболее простым является массаж пальцем или пальцем, обмотанным марлей, увлажненной жидким вазелином, 3% перекисью водорода, раствором поваренной соли или соком лимона (рис. 72).

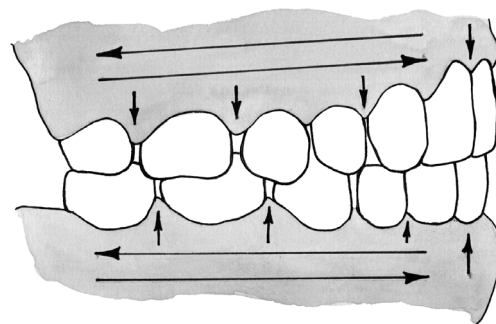


Рис. 72. Схема массажа десен. Стрелки указывают направление движения пальца

Такой массаж проделывают 1–2 раза в день (после предварительной тщательной очистки зубов) в течение 2–3 мин горизонтальными и вертикальными движениями; при этом $\frac{3}{4}$ времени необходимо посвятить вертикальным движениям (сверху вниз на верхней челюсти и снизу вверх на нижней). Массаж выполняется как с наружной, так и с внутренней стороны зубов. Массаж не должен вызывать болезненности или кровоточивости десен. Его нельзя делать при наличии зубного камня, сопутствующем воспалительном состоянии зубодесневых карманов, а также при значительной расшатанности зубов.

Профилактика болезней пародонта

Избежание болезней пародонта является весьма важной задачей. Профилактические мероприятия включают:

- ◆ Соблюдение гигиены ротовой полости. Доказано, что через 10–21 день с начала отказа от гигиенических процедур в ротовой полости развивается воспаление десен. Поэтому необходимо чистить зубы от зубного налета как минимум 2 раза в день: после завтрака и после ужина. После каждого приема пищи следует тщательно прополоскать рот. Чистку зубов следует проводить достаточно твердой щеткой, так называемым обратным методом (рис. 73). Этот метод заключается в размещении щетки боком на десне как можно дальше от линии прикуса (на верхней челюсти щетиной вверх, на ниж-

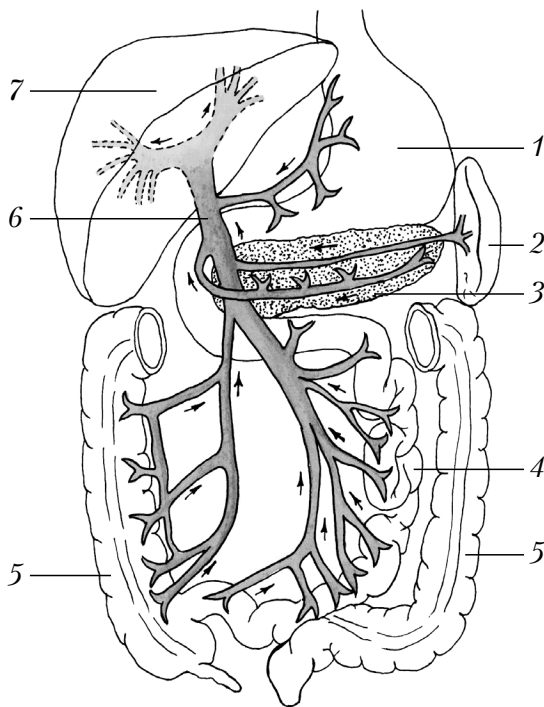


Рис. 99. Схема оттока крови из органов брюшной полости:
1 — из желудка; 2 — из селезенки; 3 — из поджелудочной железы; 4 — из тонкого кишечника; 5 — из толстого кишечника, через воротную вену (6) в печень (7)

Пищевые компоненты, попавшие в кровь после каждого приема пищи и не использованные сразу мышцами, интенсивно перерабатываются в резервные вещества. Глюкоза превращается в печени в гликоген. Другим резервным материалом являются жиры — основной энергетический материал организма, складываемый в жировой ткани, расположенной обычно равномерно под кожей (разумеется, у людей с нормальной массой тела). В случаях ожирения у женщин избыток жира скапливается в области ягодиц, бедер и нижней части живота. У мужчин, главным образом, на животе.

В случае избыточного поступления в организм жиров с пищей, часть из них будет временно складываться в печеночных клетках, ожидая как бы своей очереди на

переработку. Тогда может произойти ожирение печени (*steatosis hepatis*). Иногда из кишечника всасываются вредные и ядовитые соединения, попавшие в пищу. Печень нейтрализует большинство токсинов — как вырабатываемых самим организмом в ходе обмена веществ, так и попадающих разными путями в организм из внешней среды. Если токсических веществ слишком много, они могут повредить печень. Существенной причиной таких состояний является также злоупотребление алкоголем и длительный прием таких лекарств, как, например, некоторые антибиотики, противотуберкулезные, противораковые, гормональные и многие другие.

Отдельную проблему составляют воспаления печени (гепатит) вследствие воздействия различных вирусов. В связи с нарушениями гигиены ежегодно несколько десятков тысяч человек заболевают *острым вирусным воспалением печени*. Эта болезнь имеет две главные формы. Первая из них — эпидемический гепатит, вызываемый заражением вирусом типа А, который особенно часто затрагивает детей и пожилых людей, и вторая — парентеральный гепатит, вызываемый заражением вирусом типа В. Вторая форма воспаления печени более опасна, поскольку приблизительно у 10% больных не происходит излечения и болезненный процесс сохраняется как *хроническое воспаление печени* разной динамики и активности, иногда ведущее к *циррозу печени*.

Печеночные инфекции не являются единственной причиной цирроза. Его может вызвать также многолетнее злоупотребление алкоголем в разных видах, некоторые инфекционные и врожденные заболевания, а также болезни на иммунологическом фоне и хронические воспаления желчевыводящих путей и желчного пузыря.

Клинические симптомы болезней печени чрезвычайно разнообразны. Харак-

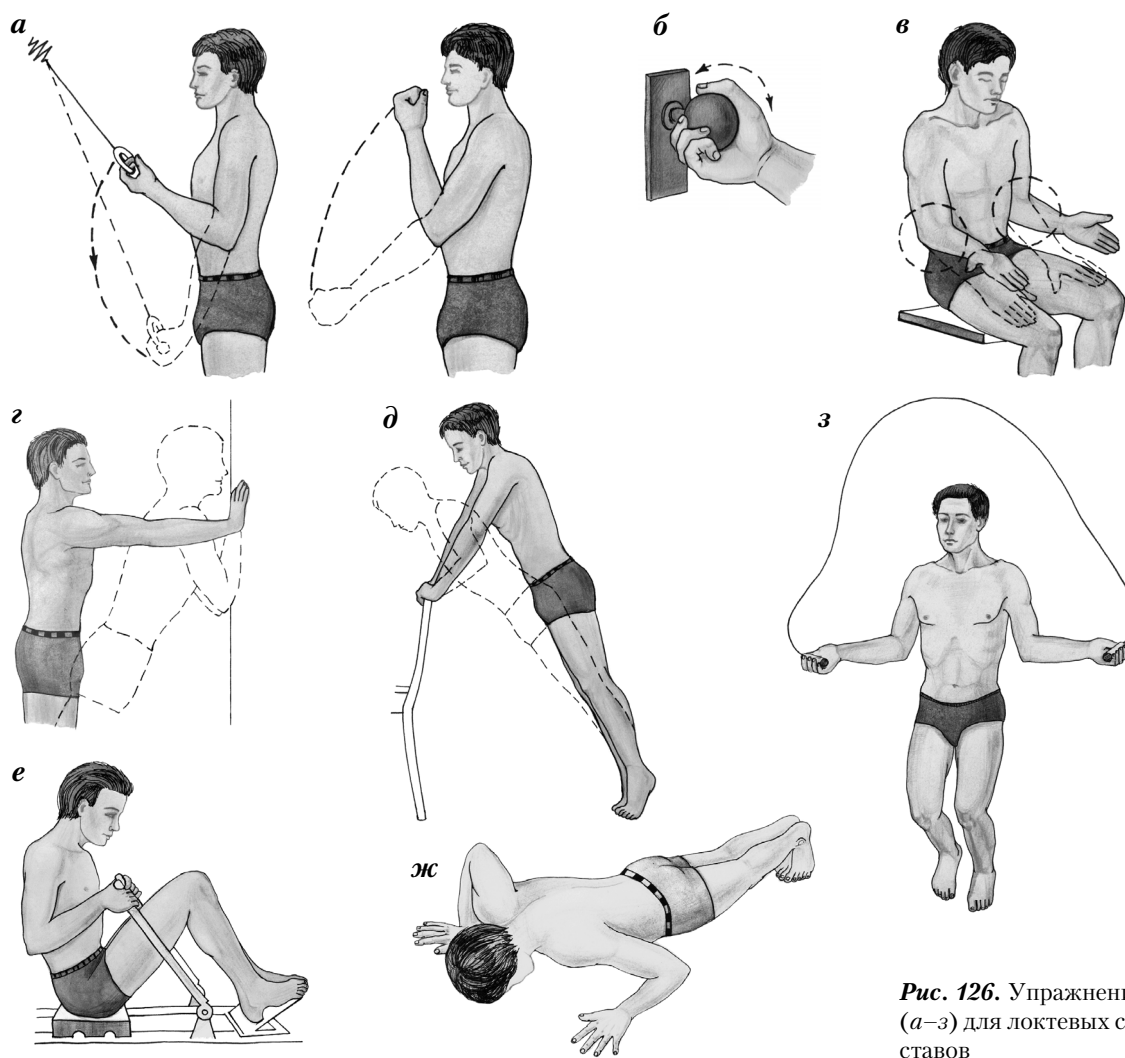


Рис. 126. Упражнения (а-з) для локтевых суставов



Рис. 127. Упражнения (а-в) для мышц шеи



Энтеробиоз (оксиуроз) (*oxyurosis*)

Заражение острицами (*Enterobius vermicularis*) является самым распространенным паразитарным заболеванием. Чаще всего отмечается у детей и подростков, весьма редко у взрослых. Распространению болезни способствует пребывание в детских коллективах — например, в детских садах, яслях, интернатах. Заболевание легко распространяется через загрязненную пищу, а также постельные принадлежности, предметы обихода, при непосредственном контакте с зараженным.

Заражение имеет чаще всего хронический характер, иногда отмечается самоизлечение (чаще у взрослых).

Острицы живут в пищеварительном тракте. Срок жизни самки около 1 мес. Яйца откладываются снаружи заднего прохода. Оплодотворенные самки активно выползают из заднего прохода и откладывают на коже перианальной области и промежности огромное количество яиц. Сами же по высыхании гибнут. Раздражение слизистой оболочки яйцами остриц вызывает зуд. Это наиболее характерный и почти постоянный симптом энтеробиоза. Зуд усиливается обычно в вечерние часы, во время засыпания. Расчесывание зудящих мест ведет к образованию мелких ранок, что усиливает воспаление и чувство зуда и жжения возле заднего прохода. Во время расчесывания под ногти попадают яйца остриц и оттуда легко, особенно у маленьких детей, попадают в рот, а далее перемещаются в кишечник. Таким образом осуществляется постоянное самозаражение (аутоинфекция). Зуд заднего прохода иногда бывает столь сильным и упорным, что ведет к нервному расстройству, которое усугубляется нарушениями сна. Реже отмечаются и другие симптомы, такие как от-

сутствие аппетита, постоянное раздражение, скрежетание зубами во сне. Боль в животе и рвота относятся к редко встречающимся проявлениям энтеробиоза. Как и при других глистных инвазиях, обнаружение в кале остриц, видимых невооруженным глазом, упрощает диагностику. Самка имеет длину около 1 см и толщину около 0,5 см, задняя часть прозрачная и значительно тоньше (рис. 134). Кал следует отправить на анализ в лабораторию, поскольку иногда мелкие нитевидные остатки пищи можно принять за остриц. Лучше всего обернуть стеклянную палочку (или хотя бы тонкую деревянную палочку) кусочком целлофана, потереть ею вокруг заднего прохода, вставить в пробирку и отправить на анализ в лабораторию. В случае заражения яйца остриц приклеятся к целлофану и будут обнаружены.

В классическом **лечении** энтеробиоза применяются, в частности, мебендазол (вермокс), пирантел (комбантрин); реже препараты пиперазина, например, Helmitin, Antepar. Выбор препарата осуществляется врачом.

В случаях небольших инвазий можно попробовать лечение соком квашеной капусты ($\frac{1}{2}$ стакана) натощак. Лучший эффект достигается, если добавить в сок квашеной капусты тертый чеснок в пропорции: на $\frac{1}{2}$ стакана сока 2 зубчика чеснока.

Alliostabil — спиртовая вытяжка из свежего чеснока. Применяется как готовый фармакологический препарат. Перед каждым приемом пищи принимать по 15–25 капель.

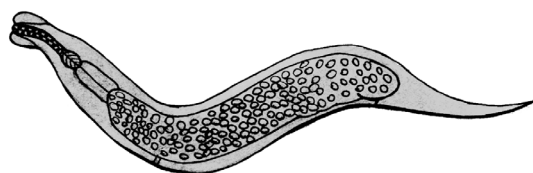


Рис. 134. Самка острицы