

NASZ EKSPERT



dr Maria Sterczewska: Wysokość ciśnienia i ilość podawanego tlenu lekarz dostosowuje indywidualnie, zależnie od stanu zdrowia pacjenta.

# W komorze hiperbarycznej

Aby odczuć efekt terapii, potrzeba 10-30 sesji



Podczas terapii pacjent siedzi lub leży. Może czytać gazetę, książkę. Choć komora jest zamknięta, cały czas ma kontakt z lekarzem

CO JESZCZE POTRAFI TLEN?

Tlenoterapia wspomaga serce. Jest też przydatna w leczeniu jego uszkodzeń



**W** chorobach serca. Jednym z wskazań do tlenoterapii jest choroba wieńcowa. HBOT pomaga przywrócić krążenie w uszkodzonym przez zakrzep obszarze, uelastycznia ścianki naczyń krwionośnych i rozrzedza krew. Lepszy dopływ krwi zapobiega atakom serca. W reumatyzmie. Eliminując stan zapalny, HBOT hamuje rozwój reumatoidalnych chorób stawów. Cofnięcie zapalenia stwierdza się prawie u jednej piątej osób, pozostałe odczuwają znaczącą poprawę. **Przy gojeniu ran.** Sprzyja szybszej regeneracji tkanek po zabiegach chirurgicznych. Do tego stopnia cofa niedotlenienie tkanek, że może nawet zapobiec amputacji kończyn. **W kosmetyce.** Hamuje procesy starzenia. Czysty tlen doprowadza składniki odżywcze do niedotlenionej skóry i pobudza nabolki do odnowy. Stymuluje też fibroblasty odpowiedzialne za produkcję białek i włókien zapewniających elastyczność skórce.

PRZECIWWSKAZANIA

**Z** tlenoterapii hiperbarycznej nie wolno korzystać przy: zapaleniach zatok, ostrych chorobach uszu, gorączce, odmie płuc, po operacji klatki piersiowej i układu oddechowego, zapaleniu nerwu wzrokowego, przy krwotokach, zaimplantowanym rozruszniku serca oraz w ciąży. Ewentualne chwilowe niekorzystne skutki uboczne: ból głowy, wymioty i zmęczenie.



**C**zy wiesz, że z tlenoterapii hiperbarycznej regularnie korzystają znane osobistości, m.in. para prezydencka Jolanta i Aleksander Kwaśniewscy, kompozytor Piotr Rubik? Okrzyknięta została sposobem na długowieczność, bo pobudza wzrost komórek macierzystych regenerujących nasze ciała. Jak działa?

Przeciw chorobom

Terapia HBOT (hyperbaric oxygen therapy) polega na wdychaniu czystego tlenu w specjalnej komorze, w której panuje podwyższone ciśnienie. Czym różni się od barów tlenowych? W barach tlen płynący przez maskę stanowi jedynie część wdychanej mieszanki gazów i ma mały wpływ na organizm. Dopiero tlen podawany w warunkach dużego ciśnienia dociera do źle ukrwionych, chorych tkanek i wywołuje w nich prawdziwą rewolucję. Ponad trzydziestoletnie badania naukowców, m.in. z amerykańskiego Instytutu Technologii Massachusetts, dają niepodważalne podstawy, by twierdzić, że dziesiątkująca ludzkość choroby cywilizacyjne (rak, miażdżyca, zawały, udary, otyłość,

kurczyca, choroba Alzheimera) w dużym stopniu wynikają z toczących się w organizmie chronicznych stanów zapalnych. W opublikowanym w ubiegłym roku recenzowanym wydaniu „Proceedings of National Academy of Sciences” czytamy, że są one przyczyną 16 proc. wszystkich nowotworów na świecie! Dlaczego przewlekłe stany zapalne są takie groźne? Przez lata mogą nie wywoływać żadnych dolegliwości. I tu przełomem w leczeniu chorób cywilizacyjnych stają się komory hiperbaryczne. Użyte podczas tlenoterapii ciśnienie wyższe od atmosferycznego sprawia, że czysty tlen nie tylko łączy się z hemoglobina, ale z łatwością przekracza wszelkie fizjologiczne bariery w organizmie. Dostaje się do komórek ciała, także tych chorych i źle ukrwionych. Dzięki temu powstaje idealne środowisko do likwidacji stanu zapalnego.

Dla ratowania życia

HBOT to czasem jedyny sposób na uratowanie życia, gdyż tlen przenikać może tam, gdzie nie ma szans przedostać się lek. Dlatego do komory hiperbarycznej kieruje się pacjentów, którym grozi śmierć lub

trwałe kalectwo. Tlenoterapia przywraca zdrowie ofiarom zatruczeń tlenkiem węgla i siarkowodorem, pacjentom w ostrych stanach niedotlenionych spowodowanych wielonarządowymi urazami, zaburzeniami naczyniowymi i hematologicznymi. Pomaga regenerować się

poparzonej skórze, goi rany, wyciąga z nieuleczalnych zakażeń bakteriami beztlenowymi. W Polsce komory hiperbaryczne posiada: Centralny Szpital Kliniczny MSWiA w Warszawie, Gdyni, Wrocławiu i Siemianowicach Śląskich, szpital w Łęcznej, Ośrodek Tlenoterapii Hi-

perbarycznej w Łodzi, warszawskie i krakowskie Centrum Medyczne VIMED. NFZ finansuje terapię w szpitalach w przypadku: trudno gojących się ran, przeszczepów skórnych, zapalenia kości, zacczadzenia, oparzeń, zatorowości płuc, zgorzeleń gazowej i innych ostrych zakażeń.

PROMOCJA

10% kwasów Omega-3

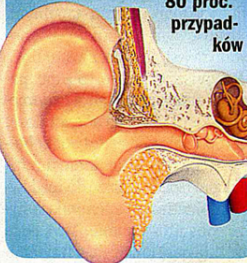
Olej rzepakowy zawiera 10 razy więcej kwasów Omega-3 niż oliwa z oliwek

1% kwasów Omega-3

NIEDOSŁUCH I GŁUCHOTA

**P**rzyczyną nagłej głuchoty bywa uraz, zakażenie wirusowe, zaburzenie na tle naczyniowym. Miewa różne nasilenie. Słuch pogarsza się wtedy co najmniej o 30 decybeli, ale można też ogłuchnąć na jedno ucho. Tlenoterapia hiperbaryczna jest jedyną metodą zwiększającą ciśnienie tlenu w uchu wewnętrznym. Tlen podany pod ciśnieniem regeneruje jego strukturę.

Przy uszkodzeniach ucha środkowego tlenoterapia hiperbaryczna skutkuje w 80 proc. przypadków



TERAPIA U DZIECI

Sesje w komorze hiperbarycznej pomagają autystycznym dzieciom. Dzięki nim mają one lepszy kontakt wzrokowy, lepiej się komunikują, sprawniej radzą z rozwiązywaniem problemów. Tlenoterapia jest także nadzieją dla cierpiących na zespół Aspergera (upośledzenie umiejętności społecznych, trudności w akceptowaniu zmian, mała elastyczność myślenia przy braku upośledzenia umysłowego) i ADHD (nadpobudliwość psychoruchowa z deficytem uwagi). Niestety, w Polsce dostęp do takiego leczenia jest ograniczony. Obecnie jedynym ośrodkiem dającym szansę (płatnie) skorzystać z niego chorym jest CM VIMED.

Lepsze dotlenienie mózgu pomaga dzieciom nadpobudliwym ruchowo

ELIKSIR DLA UMYSŁU

Tlen hiperbaryczny podnosi aktywność mózgu i koncentrację, łagodzi stany depresyjne. Ożywia i pobudza do życia uspione od dawna neurony i przywraca im prawidłowe funkcjonowanie. Zaleca się go w przypadku rehabilitacji schorzeń neurologicznych, takich jak np. wylewy i udary, bo zmniejsza stopień uszkodzenia mózgu i jego obrzęk.

pokocholej rzepakowy

KAMPANIA FINANSOWANA PRZY WSPARCIU UNII EUROPEJSKIEJ ORAZ RZECZPOSPOLITEJ POLSKIEJ

Agencja Rynku Rolnego

PSPO

PROMOCJA

Olej rzepakowy czy oliwa z oliwek?

Ja swoim pacjentom rekomenduję olej rzepakowy, który jest uznawany za bardzo wartościowy wśród olejów roślinnych. Zawiera 10 razy więcej kwasów omega-3 niż oliwa z oliwek. W dodatku cechuje go idealna proporcja kwasów omega-3 i omega-6! W naszej diecie, która nie jest

tak bogata w owoce morza i ryby, to właśnie olej rzepakowy może być cennym źródłem kwasów omega-3. Warto o tym pamiętać, gdyż to właśnie m.in. kwasy omega-3 regulują poziom cholesterolu we krwi, który jest czynnikiem ryzyka rozwoju choroby wieńcowej serca.

prof. Artur Mamcarz kardiolog