

medicii-balneologi, informatizarea despre stațiunile balneare din Republica Moldova, propunem ca în programele formării profesionale continue a medicilor și farmaciștilor să fie incluse ore cu referire la tratamentul balneosanatorial.

Totodată, pentru ca un număr mai mare de populație să beneficieze de tratament sanatorial, propunem ca CNAM, din banii atribuiți pentru domeniul profilaxiei, să cumpere bilete de tratament, care să fie distribuite de către medicina de familie și spitale. În așa fel, selectarea pacienților pentru tratamentul balneosanatorial ar fi mai corectă.

CZU 616.12-008.331.1:615.838

TENDINȚE ACTUALE ÎN TRATAMENTUL BALNEAR ȘI RECUPERATOR AL HIPERTENSIUNII ARTERIALE ÎN STAȚIUNEA BALNEARĂ BUCURIA-SIND

DIN VADUL LUI VODĂ

Natalia OSTAPCIUC, medic-șef secție, cardiolog

Hipertensiunea arterială (HTA) se definește prin creșterea de durată a valorilor tensiunii sistolice și/sau diastolice peste 140 mmHg și, respectiv, 90 mmHg la adulți. Hipertensiunea arterială este unul din principalii factori de risc pentru bolile cardiovasculare, care determină cele mai multe decese în populație, ca accidentul vascular cerebral (ictusul) și infarctul de miocard, precum și pentru afecțiunile renale.

Hipertensiunea arterială, care metaforic este numită „ucigașul tăcut”, a devenit o problemă majoră de sănătate publică, prevalența acesteia fiind în continuă creștere. Dacă, în anul 2000, numărul de adulți cu HTA la nivel mondial era de 972 milioane, se așteaptă ca acesta să crească la **1,56 miliarde** în anul 2025.

Statisticile Organizației Mondiale a Sănătății (OMS) nu sunt deloc încurajatoare: o persoană din trei suferă de hipertensiune arterială, în special în țările în curs de dezvoltare. Tensiunea arterială ridicată a stat la baza a peste 50% din decesele survenite în urma unui infarct și este cauza a peste 45% din bolile coronariene.

Bolile cardiovasculare, pentru care tensiunea arterială ridicată, reprezintă factori determinanți, cauzează anual 42% din totalul deceselor din Regiunea Europeană și circa 56% din mortalitatea totală, pe parcursul ultimilor 10 ani, în Republica Moldova

Referitor la hipertensiunea arterială, se aplică „legea jumătăților”: din toată populația hipertensivă, o jumătate nu cunosc deapre afecțiunea lor; din cei care cunosc, doar o jumătate se tratează; din cei care se tratează, doar o jumătate se tratează eficient.

Scopul tratamentului hipertensiunii arteriale include:

- scăderea valorilor tensiunii arteriale la un nivel de siguranță maximă (sub 130/85 mmHg);
- menținerea tensiunii sub control constant;
- prevenirea sau reducerea complicațiilor;
- creșterea calității vieții și prelungirea ei.

Măsuri nefarmacologice, care presupun modificarea stilului de viață:

- modificarea obiceiurilor alimentare;
- renunțarea la fumat;
- reducerea greutateii corporale (talie la bărbați < 102 cm; la femei < 88 cm);
- exerciții fizice regulate;
- tehnici de relaxare pentru reducerea stresului.

Măsuri farmacologice. La ora actuală există multe medicamente indicate în tratamentul hipertensiunii arteriale, alegerea schemei terapeutice este însă de competența medicului-specialist. Este de preferat asocierea mai multor medicamente în doze mici în locul monoterapiei, după un orar bine stabilit, pentru un control optim și constant al valorilor tensionale. Este necesar un control medical periodic, pentru verificarea eficienței tratamentului și, eventual, adaptarea acestuia ca doze sau asocieri terapeutice.

Factorii fiziobalneari au un rol important, concomitent cu terapia medicamentoasă și măsurile igienico-dietetice. Beneficiază de tratament balnear pacienții cu hipertensiune arterială în stadiile I și II.

Obiectivele tratamentului balnear:

- influențarea factorilor de risc;
- scoaterea bolnavului din mediul stresant, refacerea echilibrului neurovegetativ și neuropsihic prin influențarea verigii corticale;
- stabilirea unui regim de viață cu asigurarea ritmicității biologice (alternanță judicioasă între perioadele de activitate și cele de repaus);
- scăderea rezistenței periferice;
- creșterea randamentului cardiac;
- favorizarea perfuziei coronariene.

Metode și mijloace de tratament aplicate în stațiunea balneară BUCURIA-SIND:

- **Climatoterapie:** stațiunea este amplasată în zona pitorească a Parcului Nistean aproape de râul Nistru. Probele de aer cercetate mai mulți ani la rând au arătat o componență favorabilă pentru tratamentul pacienților cu afecțiuni cardiace, cu dereglări ale sistemului nervos.
- **Dietoterapie** (masa nr. 10).
- **Apă minerală din Vadul lui Vodă** în cura internă (crenoterapie), care prin efectul diuretic și metabolic favorizează normalizarea tensiunii arteriale.

- **Gimnastică curativă:** sunt create grupe speciale conform toleranței la efort. Pacienții se ocupă cu instructorul de gimnastică curativă.
- **Ampeloterapie** (tratament cu suc de struguri): conținutul bogat în vitamine, minerale, antioxidanți resveratrol permite utilizarea metodei la pacienții cardiovasculari. Studiile comune cu catedra *Cardiologie* (specialist principal în cardiologie al MS al RM – E. Vatamanu) privind acțiunea preparatului *Vita Grapes* (extract uscat din semințe și coajă de struguri) la pacienții cu cardiopatie ischemică, infarct miocardic cu unda Q în anamneză au arătat ameliorarea testului de elasticitate vasculară și a profilului lipidic.
- **Oxygenoterapie enterală** (coctailul cu oxigen).
- **Fitoterapie:** infuzie antihipertensivă din melisa, valeriană, troscot, salvie.
- **Balneoterapie** (băi generale).

Hidrogenul sulfurat din băile sulfuroase artificiale dilată capilarele, excită hemoreceptorii zonei sinocarotide, acționând asupra glandelor endocrine și a metabolismului, sporește resursele energetice în țesuturi, inclusiv în mușchiul cardiac, are efect lipolitic, antiagregant și mărește toleranța la glucoză. Datorită efectelor menționate, băile sulfuroase vor contribui la diminuarea factorilor de risc, cum ar fi ateroscleroza, obezitatea, dislipidemiile; se vor indica în hipotiroidie și la pacienții cu sindrom metabolic.

Siliciul din băile artificiale cu silicat de natriu reface structura membranelor biologice, are efect hipotensiv, ameliorează circulația coronariană, favorizează restabilirea proceselor de microcirculație și drenajul limfatic. Ca urmare, aceste băi posedă efect hepatoprotector, antioxidant, bioenergetic, reduc colesterolul în sânge, scad rezistența vasculară periferică. Băile cu siliciu s-au implementat ca o metodă nouă de tratament de recuperare în Sanatoriul *Bucuria* în anul 2008, conform indicațiilor metodice ale Centrului Științific al Medicinii de Recuperare din Federația Rusă. Se folosește sarea solubilă de metasilicat de natriu (Na_2SiO_3) cu concentrația de 50, 100, 150 mg/l la $t=37^\circ\text{C}$, durata 10-15 minute, la o cură de 8-10 băi.

În lucrarea cercetătoarei N. Nikiforova (publicată în *Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физкультуры*, № 3, 2013) s-a menționat că băile generale cu siliciu micșorează tensiunea arterială, măresc factorii antioxidanți de protecție, ameliorează profilul lipidic al sângelui și reprezintă o metodă de perspectivă de tratament și profilaxie la pacienții cardiovasculari. Efectele terapeutice ale

acestor băi ne permit indicarea lor în hipertensiunea arterială de gr. I-II, asociată cu cardiopatie ischemică, dislipidemie, obezitate, diabet zaharat, arteriopatie, tromboflebită, insuficiență arterială și venoasă cronică etc.

Emulsia de terebentină: în studiile proprii efectuate asupra acțiunii antihipertensive a emulsiei de terebentină folosite după Zalmanov (L. Ungureanu, 2009) am obținut o scădere a valorilor tensionale cu circa 17%.

Bioxidul de carbon prezent în băile carbogazoase artificiale uscate crește fluxul circulator periferic, determinând o scădere a rezistenței periferice, a tensiunii arteriale, care influențează hemodinamica cordului, sporește debitul sistolic și debitul pe minut, scade timpul de preejecție și crește timpul de ejecție. Aceste modificări hemodinamice reprezintă un antrenament moderat și economic al miocardului. În același timp, băile carbogazoase reprezintă o adaptare a sistemelor de reglare neurovegetativ și endocrin la o solicitare adecvată a miocardului. Creșterea întoarcerii venoase, aportul sporit de sânge în circulația coronariană, concomitent cu reducerea frecvenței, reprezintă efecte favorabile suplimentare.

Instalația pentru băile carbogazoase uscate permite de a asocia bioxidul de carbon cu alți factori balneari, cum ar fi hidrogenul sulfurat, siliciul, extractul de terebentină, și ar potența efectele hemodinamice, lipolitice etc. Aplicarea metodei combinate va aduce un aport economic mare în tratamentul balnear – se va reduce consumul de apă, de agenți termici, de preparate medicamentoase și, nu mai puțin important, timpul pacientului și al lucrătorilor medicali. Această metodă se poate folosi la cure scurte de reabilitare (circa 12 zile).

- **Electroterapie:**

- galvanizare descendentă;
- somn elecrogen (curenți pulsatili cu frecvență joasă);
- magnetodiaflux cu formulă sedativă;
- curenți diadinamici, curenți sinusoidali modulați;
- curenți D'Arsonval, ultratonterapie;
- ultrasunete;
- fototerapie (aparatură BIOPTRON);
- lazerterapie (aparatură MILTA).

- **Masaj manual sedativ**

- **Vibromasaj mecanic la tălpi**

- **Hidrotermoterapie** (duș-masaj subacvatic, duș circular)

- **Reflexoterapia**, inclusiv acupunctura, este o metodă de tratament la baza căreia stă acțiunea asupra punctelor biologice active. Datorită acțiunii directe asupra principalelor sisteme

conductive ale organismului, acupuntura este recunoscută ca o metodă eficientă în tratarea unei game largi de maladii și poate atinge rate înalte de vindecare și îmbunătățirea calității vieții prin efectul analgezic, îmbunătățește microcirculația în organe și sisteme, stimulează imunitatea, are acțiuni sedative și antidepresante.

- **Ozonoterapia**, care prevede perfuziile intravenoase cu ser fiziologic ozonat. Indicațiile de elecție sunt: diabetul zaharat, bolile cardiovasculare, hepatitele virale, insuficiențele arteriale și venoase ale membrilor etc.
- **Biorezonansoapiterapie** – metodă de tratament bazată pe acțiunea multiplă a familiei de albini asupra organismului uman, cum ar fi: inhalarea aerului de stup îmbogățit cu produse apicole, ionizarea aerului, microvibrația, acțiunea de biorezonanță cu unde magnetice de frecvență joasă și acțiune senzorial-emoțională.
- **Apitoxinoterapia**, ce presupune înțepături directe cu albini în zone speciale (puncte-țintă sau puncte de acupunctură) în funcție de maladie.
- **Hirudoterapia** – metodă de tratament al diferitor afecțiuni prin aplicarea pe anumite zone ale corpului uman a lipitorilor *Hirudo medicinalis*. În saliva lipitorii se găsesc peste 300 de substanțe biologice active, ce asigură efecte curative. Pe lângă hirudină, se mai găsesc încă 30 de substanțe active ce nu pot fi reproduse pe cale artificială. Lipitorile au acțiune reflexogenă, mecanică, biologică și cuantică. Sunt eficiente în mai multe afecțiuni ale sistemului cardiovascular (ischemii, infarct miocardic, aritmii, hipertensiune arterială, miocardiopatii,

ateroscleroză) și celui gastrointestinal, în boli reumatice și metabolice, în dereglări neurologice, ORL, ginecologie, urologie și altele.

- **Argiloterapia, fitoargiloterapia**: se utilizează argilă albastră de la sursă, care se dizolvă cu infuzii din plante medicinale: salvie, pin sau Bishofit sau Pelovit. Compoziția chimică favorabilă a argilei are acțiune antiinflamatorie, absorbantă, desensibilizantă, de detoxificare, de resorbție. Indicații: maladii ale aparatului osteoarticular, ale sistemului nervos central și periferic etc.
- **Aeroionomuzicoterapie** – se utilizează *lustra Cijevski*. Indicații: maladii ale sistemului cardiovascular, ale sistemului nervos, ale aparatului respirator, în alergii. Procedura este combinată cu audiere de muzică relaxantă și de sunete ale naturii.
- **Aromoterapia** presupune utilizarea uleiurilor eterice prin inhalarea lor prin dispersie; se utilizează în grup.
- **Hidrocolonoterapia** – este o procedură modernă, care constă în curățarea generală a colonului prin hidratare și curățare cu apă mineralizată, infuzie de plante curative. Procedura este confortabilă, fără durere și balonare. Este o metodă eficientă, inofensivă de lavaj intestinal (curățare profundă), detoxicare a organismului, cu restabilirea microflorei intestinale.

Concluzie

Medicina balneară poate fi considerată o modalitate curativă capabilă să mențină și/sau să amelioreze, și/sau să refacă sănătatea și calitatea vieții în stațiuni balneoclimatice, structurate și organizate în acord cu conceptele și obiectivele privind drepturile omului la sănătate, ca stare de bine.