

# Радоновые ванны 1

Одним из основных лечебных процедур в санатории Волжский утес являются процедуры и применением радона.

Наверняка, многие слышали о применении радона в медицине, но совсем не многие знают, как действует радон на организм.

Давайте разберемся.

Радон это тяжелый инертный газ, образующийся под землей, как продукт распада радия. Попадает на поверхность земли с течением подземных вод и других подземных газов. На местах природного выхода радона образуются естественные радоновые пещеры и ванны. Еще в 19 столетии, когда радон был открыт и описаны его свойства, он быстро нашел применение в медицине, а в местах естественного выхода газа начали строить лечебницы.

Радоновые ванны оказывают свое лечебное воздействие с помощью альфа-излучения, образующегося при распаде атомов радона на изотопы. При воздействии воды или воздуха, насыщенных радоном его частицы оседают на коже, где и происходит их распад на изотопы с образованием альфа-излучения. Часть радона проникает в системный кровоток, откуда после распада выводится из организма выделительной системой. При применении ванн в дыхательные пути радон проникает в ничтожно малых количествах Альфа-излучение в живом организме приводит к сложным процессам в клетках органов и тканей. В результате этих процессов происходит значительная активация биологической активности и антиоксидантное действие (здесь мы не можем не вспомнить тот факт, что оксидативный стресс, возникающий под воздействием свободных радикалов, является одним их основных факторов старения и разрушения клеток органов и тканей).

Ответная реакция организма на такое воздействие напрямую зависит от концентрации растворенного радона, от времени воздействия и от количества получаемых процедур. Основные клинические эффекты радоновой терапии заключаются в следующем: нормализация реакций центральной и

периферической нервной систем, снижение болевых ощущений, уменьшение с дальнейшим увеличением периферического кровообращения, улучшение работы сердечной мышцы, стимулируется функция коры надпочечников, нормализуется функция щитовидной железы и яичников, иммуномодулирующий и противовоспалительный эффекты, улучшение процессов регенерации.