

Клиническая медицина

УДК 616..211-002-056.3:615.8

DOI: 10.54503/0514-7484-2025-65.1-95

Эффективность галотерапии в лечении аллергического ринита

**А.Р. Асланян, К.Ф. Казанчян, Г.И. Тадевосян, А.Г. Арутюнян,
А.К. Шукурян, Н.А. Лусинян, М.Э. Абрамян, А.А. Восканян,
А.Г. Восканян**

*Республиканский центр спелеотерапии,
ЕГМУ им. М.Гераци, кафедра ЛОР болезней
0025, Ереван, ул. Корюна, 2*

Ключевые слова: спелеотерапия, галотерапия, аллергический ринит, бронхиальная астма, дыхательная гимнастика Стрельниковой, аносмия, храп, апноэ

Введение

История спелеотерапии (греч. *spelaiou* пещера + терапия) и галотерапии (греч. *hals* – соль) сводится к 1843 году, когда Ф. Бочковский [2] заметил, что рабочие соляных шахт польского городка Величко имеют меньше проблем с дыханием и патологией легких по сравнению с шахтерами угольных шахт. Рабочие соляных шахт, несмотря на тяжёлый физический труд, мало болели и многие из них были долгожителями. Так Бочковский стал пионером спелеотерапии и галотерапии.

Галотерапия — это один из эффективных способов лечения путем вдыхания мельчайших ионов хлорида натрия. Вдыхание паров соли позволяет очистить дыхательные пути, насыщенный ионами соли воздух обладает муколитическим и противовоспалительным действием, способствует повышению общего и местного иммунитета, профилактике вирусных и простудных заболеваний, улучшает самочувствие. В течение сеанса галотерапии увеличивается насыщенность крови кислородом, формируются защитные резервы организма для борьбы с инфекциями и вирусами. Соляные пещеры особенно эффективны при лечении ЛОР заболеваний: гайморитов, фарингитов, ларингитов и бронхитов, особенно если есть аллергическая составляющая, и помогают противостоять респираторным заболеваниям. Уже после нескольких сеансов у пациентов ослабевает или полностью пропадает кашель, восстанавливается обоняние, исчезает храп и даже эпизоды апноэ во время сна.

В Армении ещё в 1967 г. был построен солекомбинат, где в 1987 г. на территории солерудника, расположенного в экологически чистом районе г. Еревана, открылся Республиканский центр спелеотерапии благодаря усилиям главного пульмотерапевта Армении Андраника Гайковича Восканяна [3], ставшего на долгие годы клиническим и научным руководителем центра. Кстати, он же является автором многих патентов и научных разработок, направленных на улучшение дыхательной функции больных.

Лечебница находится на глубине 235 м, температура в любое время года + 19° С, здесь полное отсутствие любых аллергенов и нулевая радиоактивность.

Пациенты разных возрастов ежедневно вместе с врачом и медсестрой спускаются в шахту, где переодеваются в удобную одежду, обувь и проходят на территорию лечебницы: огромной овальной пещеры с поперечными и продольными коридорами, многочисленными палатами по периметру.

Материал и методы

За период с мая по август 2024 г. в Республиканский центр спелеотерапии обратился 51 больной: 29 – с аллергическим ринитом и сопутствующей бронхиальной астмой, 8 – с чистым аллергическим ринитом, 5 – отмечали храп и эпизоды апноэ во сне, 9 человек с аллергическим ринитом и сопутствующим конъюнктивитом. Все больные обследовались у аллерголога, терапевта и ЛОР специалистов. Диагноз заболевания был подтвержден результатами инструментального и лабораторного исследования.

Первая процедура — это лечебная ходьба, терренкур [1], во время которой каждый больной выбирает для себя скорость ходьбы, не забывая при этом глубоко вдыхать воздух, насыщенный солью, которая везде: соль хрустит под ногами, стены и потолок поблескивают кристаллами каменной соли, своими глыбами напоминая нам о существовании здесь миллионы лет назад океана. Далее проводится короткая вводная дыхательная гимнастика по методу Стрельниковой, во время которой организм «пробуждается» и основная часть, направленная на активацию всех отделов дыхательной системы и увеличение рабочей ёмкости лёгких [6]. После этого пациенты могут продолжить терренкур, затем идёт «мёртвый час», во время которого все больные засыпают на два часа и после пробуждения поднимаются вверх. Продолжительность одного сеанса спелеотерапии около пяти часов, полный курс составляет 15–20 сеансов, но положительная динамика наблюдается уже после 3–4 сеансов. Спелеотерапия рекомендуется также беременным с токсикозом и ринитом, в целях профилактики – в весенне-осенний период рекомендуется повторять курс спелеотерапии раз в год [5].

Следует отметить, что в Республиканский центр спелеотерапии обращаются граждане не только Армении, но и из разных уголков мира (США,

Германия, Бельгия, Польша, Россия...), что доказывает уникальность данного метода лечения и высокое качество соляных пещер Армении [4].

Результаты и обсуждение

Все больные, обратившиеся в Центр спелеотерапии, обследовались у оториноларингологов и пульмонологов и получали неоднократные курсы фармакотерапии, однако стойкой ремиссии заболевания не удалось достичь. По имеющимся у больных данным аллергический ринит был подтвержден при аллергологическом обследовании: у 15 из них были выявлены аллергены пыльцы растений, у 9 – бытовые аллергены, у 11 – профессиональные аллергены. У 12 больных имелась в анамнезе наследственная предрасположенность, сезонный аллергический ринит был диагностирован у 28, круглогодичный – у 7 человек. Предварительно для оценки носового дыхания была проведена передняя активная риноманометрия, по результатам которой были выявлены низкие показатели СОП (сопротивление воздушному потоку), рентгенография околоносовых пазух.

При поступлении клиническое обследование у всех больных выявило классические симптомы аллергического ринита: жжение или зуд в носу, заложенность носа, приступообразное чихание, ринорея и стекание густого, серозно-мукозного отделяемого по задней стенке глотки с неприятными ощущениями, изменение тембра голоса. Сопутствующими симптомами были головная боль, нарушение повседневной активности и нормального сна.

При риноскопии были выявлены: искривление перегородки носа у 17 пациентов, гиперемия и отечность слизистой оболочки полости носа у преимущественного большинства больных, гипертрофия нижних и средних носовых раковин, вязкое серозно-мукозное отделяемое в носовых ходах.

Оценка показателей, характеризующих эффективность проведенного курса галотерапии, проводилась по субъективным данным и объективным критериям на 7-й и 15-й день. После прохождения сеансов (10–15) галотерапии у всех, без исключения, пациентов наблюдалось уменьшение выраженности симптомов аллергического ринита, заметно улучшилось общее состояние и восстановилась работоспособность. Больные с аллергическим ринитом отмечали прекращение зуда и выделений из носа, отсутствие заложенности, улучшение дыхания и восстановление обоняния, уменьшение храпа и восстановление повседневной активности. Больные с бронхиальной астмой указывали на резкое уменьшение или прекращение кашля, першения в горле, на фоне улучшения общего состояния отмечали уменьшение медикаментозной зависимости – потребность в использовании симптоматической терапии (назальных деконгестантов). У всех пациентов восстановился сон, и они стали менее возбудимы. Повторная риноскопическая картина выявила уменьшение гиперемии или нормальную окраску слизистой оболочки полости носа, уменьшение в объеме носовых раковин, увеличение

просвета носовых ходов, в которых определялось скудное водянистое отделяемое или оно вообще отсутствовало. Положительные результаты проведенных сеансов галотерапии были наглядно показаны и повторной риноманометрией в виде полноценного восстановления носовой проходимости.

Несомненно, что аллергический ринит является заболеванием, требующим частых посещений к аллергологу и отоларингологу, длительных и повторных курсов медикаментозного лечения, немалой стоимостью, поэтому, на основании полученных нами положительных клинических результатов, можно рекомендовать галотерапию как современный, безопасный и эффективный метод лечения больным с аллергическим ринитом и бронхиальной астмой, помимо традиционного медикаментозного.

Поступила 21.01.25

Հալոթերապիայի արդյունավետությունը ալերգիկ ռինիտի բուժման մեջ

**Ա.Ռ. Ասլանյան, Զ.Ֆ. Ղազանյան, Գ.Ի. Թադևոսյան,
Ա.Գ. Հարությունյան, Ա.Կ. Շուքուրյան, Ն.Ա. Լուսինյան,
Մ.Է. Աբրահամյան, Ա.Ա. Ոսկանյան, Ա.Գ. Ոսկանյան**

Հալոթերապիան նատրիումի քլորիդի մանր իոնների ներշնչմամբ բուժման արդյունավետ մեթոդներից մեկն է: Աղի գոլորշիներ ներշնչելը թույլ է տալիս մաքրել շնչուղիները: Աղի իոններով հագեցած օդն ունի մուկոլիտիկ և հակաբորբոքային ազդեցություն, նպաստում է ընդհանուր և տեղային իմունիտետի բարձրացմանը, կանխում է վիրուսային հիվանդությունները, բարելավում է ինքնազգացողությունը:

Աղի քարանձավները հատկապես արդյունավետ են ԼՕՌԻ հիվանդությունների՝ սինուսիտի, ֆարինգիտի, լարինգիտի և բրոնխիտի բուժման մեջ, հատկապես, եթե կա ալերգիկ բաղադրիչ, և օգնում են դիմակայել շնչառական հիվանդություններին: Ընդամենը մի քանի սեանսից հետո հիվանդների հազը թուլանում կամ ամբողջովին անհետանում է, նրանց հոտառությունը վերականգնվում է, խոմփոցը և նույնիսկ քնի ապնոէի դրվագներն անհետանում են:

Հանրապետական սպելեոթերապիայի կենտրոն է դիմել 2024 թվականի մայիսից օգոստոս ընկած ժամանակահատվածում 51 հիվանդ, որից 29-ը՝ ալերգիկ ռինիտով և ուղեկցող բրոնխիալ ասթմայով, 8-ը՝ մաքուր ալերգիկ ռինիտով, 5 հիվանդ նշել է խոմփոց և քնի ապնոէի դրվագներ, 9 հոգի՝ ալերգիկ ռինիտով և ուղեկցող կոնյուկտիվիտով: Բոլոր հիվանդները հետազոտվել են ալերգոլոգի, թերապևտի և ԼՕՌԻ մասնագետների կողմից:

Հալոթերապիայի կուրսի արդյունավետությունը բնութագրող ցուցանիշների գնահատումն իրականացվել է սուբյեկտիվ տվյալների և օբյեկտիվ

չափանիշների կիրառմամբ՝ 7-րդ և 15-րդ օրը: Հալոթերապիայի սեանսներ (10-15) անցնելուց հետո բոլոր հիվանդների մոտ, առանց բացառության, նվազել է ալերգիկ ռինիտի ախտանիշների սրությունը, զգալիորեն բարելավվել է նրանց ընդհանուր վիճակը, և վերականգնվել աշխատունակությունը:

Բրոնխիալ ասթմայով հիվանդների մոտ նշվել է հազի կտրուկ նվազում կամ դադարեցում, նրանց ընդհանուր վիճակի բարելավման ֆոնի վրա նրանք նշել են դեղամիջոցներից կախվածության նվազում՝ սիմպտոմատիկ թերապիայի (դեկոնգեստանտներ) օգտագործման անհրաժեշտություն:

Հայտնի է, որ ալերգիկ ռինիտը հիվանդություն է, որը պահանջում է հաճախակի այցելություններ ալերգոլոգի և քիթ-կոկորդ-ականջաբանի մոտ, դեղորայքային բուժման երկար և կրկնվող կուրսեր և զգալի ծախսեր: Հիմնվելով մեր ստացած դրական կլինիկական արդյունքների վրա՝ մենք կարող ենք առաջարկել հալոթերապիան՝ որպես ալերգիկ ռինիտով և բրոնխիալ ասթմա ունեցող հիվանդների բուժման ժամանակակից, անվտանգ և արդյունավետ մեթոդ՝ ի լրումն ավանդական դեղորայքային բուժման:

The Effectiveness of Halotherapy in the Treatment of Allergic Rhinitis

**A.R. Aslanyan, K.F. Ghazanchyan, G.I. Tadevosyan, A.G. Harutyunyan,
A.K. Shukuryan, N.A. Lusinyan, M.E. Abrahamyan, A.A. Voskanyan,
A.G. Voskanyan**

Halotherapy is one of the effective treatment methods by inhaling tiny sodium chloride ions. Inhaling salt vapors allows you to cleanse the airways; air saturated with salt ions has a mucolytic and anti-inflammatory effect, helps increase general and local immunity, prevents viral diseases, and improves well-being. Salt caves are especially effective in the treatment of ENT diseases: sinusitis, pharyngitis, laryngitis and bronchitis, especially if there is an allergic component, and help resist respiratory diseases. After just a few sessions, patients' cough weakens or disappears completely, their sense of smell is restored, snoring and even episodes of sleep apnea disappear. During the period from May to August 2024, 51 patients applied to the Republican Speleotherapy Center, of which 29 patients with allergic rhinitis and concomitant bronchial asthma, 8 patients with pure allergic rhinitis, 5 patients noted snoring and episodes of sleep apnea, 9 people with allergic rhinitis and concomitant conjunctivitis. All patients were examined by an allergologist, therapist and ENT specialists.

Evaluation of indicators characterizing the effectiveness of the halotherapy course was carried out using subjective data and objective criteria on the 7th and 15th day. After undergoing sessions (10–15) of halotherapy, all patients, without exception, experienced a decrease in the severity of symptoms of allergic rhinitis, their general condition significantly improved and their working capacity was restored.

Patients with bronchial asthma indicated a sharp decrease or cessation of coughing; against the background of their general condition improvement, they noted a decrease in drug dependence - need for symptomatic therapy (nasal decongestants).

It is well known that allergic rhinitis is a disease that requires frequent visits to an allergist and otolaryngologist, long and repeated courses of drug treatment, and considerable costs. Based on the positive clinical results we obtained, we can recommend halotherapy as a modern, safe and effective method of treatment for patients with allergic rhinitis and bronchial asthma, in addition to traditional drug treatment.

Литература

1. *Бараишков Г.Н., Сергеев В.Н., Карамнова Н.С.* Терренкуры и физическая тренировка ходьбой: реабилитационно-профилактические аспекты. Журнал «Профилактическая медицина», М., РФ, 2021, 24(5), с. 87–93.
2. *Болгов И.* «Феликс Бочковский. Пионер галотерапии» <https://polomedia.ru/news/lichnost/feliks-bochkovskiy-pioner-galoterapii> Журнал «Польша сегодня», POLOMEDIA, Республика Польша, 2015.
3. *Восканян А.Г.* Энциклопедия фонда «Хайазг» https://ru.hayazg.info/Восканян_Андралик_Гайкович
4. *Восканян А.Г.* Спелеотерапия в Армении. Место и значение спелеотерапевтической рекреации в структуре здравоохранения Армении. Берлин. LAMBERT academic Publishing, 2018.
5. Санкт-Петербургский институт профилактической медицины «Инновационные технологии галооздоровления» <https://galokamera.com/userfiles/14.pdf> Санкт-Петербург, РФ, 2016.
6. *Шептикина Т.С., Сентябрьев Н.Н., Шептикин С.А.* Об оздоровительном эффекте парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой, Волгоград, РФ, 2021.