

Mudaravi

Ravimuda on looduslik orgaanilis-mineraalne kolloidaine, mis on tekkinud aastatuhande jooksul veetaimede ja loomade lagunemise ja rikastumise tagajärjel, sisaldades hulgaliselt keerulisi bioloogiliselt aktiivseid aineid. Nende hulgas on asendamatud aminohapped, hormoonid, vajalikud mineraalained, alumiiniumi, rauda, fosforit, tsinki, kaltsiumi, seleeni, magneesiumi, räni, vaske.

Toime

Soojustoime – kudede sügav läbisoojenemine parandab verevarustust ja ainevahetust.

Keemiline toime – mudas sisalduvad bioaktiivsed ained mõjutavad organismis biokeemilisi reaktsioone positiivses suunas.

Mehaaniline toime – mudamähiste surve ergutab nahas paiknevaid närvilõpmeid.

Radioaktiivne toime – ravimudas leiduvad radioaktiivsed isotoobid ergutavad organismi kaitsereaktsioone.

Mudaravi toimib paljude elundite talitlusse. Muutuvad hingamine, südametegevus, immuunsus, vere koostis, neerude töö, organismi üldine ainevahetus. Mitmesuguste nakkuslik - allergiliste haiguste korral vähendab mudaravi liigtundlikkust. Haiguskoldes soodustab mudaravi tursete ja tihenenud kudede, liidete imendumist. Mudaravi ennetab kroonilise haiguse, näiteks liigesepõletiku ägenemist, pidurdab kulgu ja vähendab ravimivajadust. Loiult kulgevaid kroonilisi haigusi õigesti doseeritud mudaravi ägestab, soodustades sellega ka kiiremat paranemist. Mudaravi ei kutsu peaaegu kunagi esile allergiat (lööbeid, nahasügelust jms).

Näidustused

- luu-, lihaskonna ja sidekoehaigused
- reumatoidartriit, Bechterevi tõbi;
- mitmesugused liigesepõletikud, reumajärgsed liigesevalud, podagra;
- spondüloartroos, periartropaatiad;
- traumajärgsed luu- ja liigestekahjustused;
- periostiit, müosiit;
- kontraktuurid;
- troofilised haavandid;
- krooniline osteomüeliit.

Perifeerse närvisüsteemi haigused

- radikuliit, neuriit, ganglioniit;
- Reyno tõbi;
- traumajärgsed liikumis- ja tundehäired.

Kesknärvisüsteemi haigused

- laste tserebraalparalüüs;

- aju- ja ajukelmete põletikujärgsed jääknähud;
- peajaaju ja seljaaju posttraumaatilised seisundid;
- lülivaheketta eemaldamise operatsioonijärgsed seisundid.

Suguelundite haigused

- emaka- ja emakamanuste kroonilised põletikud;
- põletikujärgne või emaka kergekujulise alaarengu taustal esinev viljatus;
- operatsioonijärgsed liited ja koetihendid ägeda perioodi möödumisel;
- munasarjade talitluspuudulikkus;
- krooniline eesnäärme põletik, munandite, munandimanuste ja seemnepõiekeste põletik.

Nahahaigused

- piirdunud neurodermiit;
- psoriaas (puhkefaasis);
- naha põletus- ja külmetuskahjustuste järgsed seisundid, eriti tihkete armistumiste esinemisel.

Seedeelundite haigused (ägeda perioodi möödumisel)

- mao- ja kaksteistsõrmiksoole haavandtõbi;
- krooniline koliit;
- perigastriit, periduodeniit.

Kõrva-, nina-, kurguhaigused

- krooniline keskkõrvapõletik (eriti trummikile armidega);
- krooniline tonsilliit, krooniline ninakõrvalkoobaste põletik;
- krooniline, limaskestast taandarenguga ninaneelupõletik.

Silmahaigused

- krooniline keratiit;
- krooniline iridotsükliit;
- krooniline pisaranäärme põletik armkoe vohamisega.

Vastunäidustused

- kõik pahaloomulised kasvaja;
- naistel müoomi operatsiooni järgselt umbes 5 aastat;
- kõik vereloomehaigused, verejooksud ja kalduvus nendeks;
- kõik tuberkuloosivormid;
- II ja III astme (keskmise ja raske) vereringepuudulikkus;
- kõrgvererõhu II ja III staadium;
- ateroskleroosi ja südame isheemiatõve väljendunud vormid;
- vaimuhaigused;
- pilepsia;
- maksatsirroos;
- kõik raskekujulised neerukahjustused;

- haiguslik kõhnumine;
- rasedus (algusest peale);
- kõik nakkushaigused ägedas ja nakkavas faasis (kaasa arvatud suguhaigused);
- ägedad tursetega põletikud.

Teostus

Mudaravi määramise otsustab üldjuhul taastusraviarst, muu eriarst või perearst. Selleks on vaja täpsustada diagnoosi, teostada eelnevalt vajalikud uuringud nagu elektrokardiogramm, vereanalüüs, vajadusel ka teised uuringud ning arvestada vastunäidustusi.

Mudaravikuur koosneb tavaliselt 10-15 protseduurist, mõnel juhul võib pikendada ravikuuri kuni 18-24 protseduurini. Tavaliselt tehakse mudaravi ülepäeviti. Hea mudaravi taluvuse korral võib määrata 4-5 protseduuri nädalas. Mudaravi püsivaks toimeks on vajalikud korduvad mudaravikuurid mitme aasta jooksul.

Lokaalne mudaravi

Enamasti teostatakse Medicumis lokaalset mudaravi. Selleks kasutame mudamähiseid ja vajadusel lahtist muda, kui on raske mähiseid paigutada. Labakäe ja küünarvarre piirkondade protseduurid tehakse kliendile laua ääres. Protseduurid muudele kehaosadele tehakse pikali asendis. Protseduur kestab 30 minutit, peale protseduuri loputatakse ravitud piirkonnad ainult veega. Ravikuuri kestvus keskmiselt 12 protseduuri, mida tehakse 2-3 korda nädalas.

Üldmuda

Üldmuda teostame harvem. Klient kaetakse 2- 3 cm paksuse soojendatud mudakihiga v.a südame piirkond ning kaetakse kile ja tekiga, et muda temperatuur ei langeks ja ravi tõhusus säiliks. Protseduur kestab 20- 30 minutit, protseduurile järgneb kerge dušš. Peale üldmuda protseduuri on soovitatav puhata vähemalt 30 minutit. Ravikuuri kestvus keskmiselt 12 protseduuri, mida tehakse 2- 3 korda nädalas. Kõik soojusprotseduurid toimivad veel mõned nädalad hiljem

Mudaravi kõrvaltoimed

Kui protseduur on liiga tugev (nt üldmuda) või valesti ajastatud (tihedus, sobivus teiste protseduuridega) võib tekkida balneoreaktsioon, mille tulen´musena võib tekkida unetus, kõrgenenud erutuvus, palavik, veresette kiirenemine jne. Mõõdukas balneoreaktsioon vaibub iseenesest.

Sobivus teiste protseduuridega

Peale mudaravi ei tohi teha veeprotseduure kuni 2-3 tundi, peale veeprotseduure võib muda kohe teha. Tursete korral tuleb teha enne massaaži siis muda, kui ei ole turseid siis vastupidi. Elektriravi tuleb teha peale mudaravi, üldiselt parem on muda elektriraviga mitte teha ühel päeval, kui kliendil/patsiendil ei ole aega ravil pikalt käia, võib teha ka samal päeval kuid vahe peab olema vähemalt 2-3 tundi.

Enne ravi määramist

- täpsustada diagnoosi, arvestada vastunäidustusi;
- kontrollida kindlasti vererõhku ja südamerütmi;
- teostada vajalikud uuringud – elektrokardiogramm, vereanalüüs, vajadusel ka teised uuringud. See on vajalik juhul, kui tegemist on:
 - eaka (alates 60a) kliendi/patsiendiga
 - südamele lähedal oleva piirkonna ravimisega
 - üldmudaga.

Sellised kliendid/patsiendid peaksid alustama kas eriarstist või perearstist, kes need uuringud tellib ja kontrollib.