

А. С. Котуза

Кріотерапія

КРІОТЕРАПІЯ (від [кріо...](#) і *терапія*) – лікування холодом. Є лікув.-профілакт. процедурою, в основі якої – нетривалий контакт всієї поверхні шкіри (заг. К.; холодні ванни, зимове купання, кріокамера) або певної її ділянки (локал. К.; за допомогою кріоаплікатора) з носієм холоду. Застосовують для лікування таких захворювань, як ревматоїд. артрит, радикуліт, колагенози, хронічна венозна недостатність, лімфостаз, а також опіків, бронхіал. астми, алергії, синдрому хроніч. втоми, у дерматології – для руйнування деяких новоутворень шкіри (тривала дія холоду призводить до деструкції тканин, що використовують у кріохірургії), іноді – для лікування дерматозів (псоріаз, екзема, нейродерміт, алопеція та ін.). Дозов. вплив холоду мобілізує функції імун. та нейроендокрин. систем організму, підвищуючи його стійкість до стресу і працездатність, покращуючи адаптац. можливості. Крім підвищення резистентності організму, виділяють ін. ефекти заг. К.: анальгет., антиексудатив. (знімає набряки, нормалізує лімфотечію, покращує мікроциркуляцію крові в тканинах), регенератив. (покращує трофіку тканин, стимулює процеси регенерації, зокрема м'язової, кістк. і хрящ. тканин), антигіпоксич. (підвищує кількість еритроцитів і концентрацію гемоглобіну в них), імуномодулюючий (покращує показники клітин. і гуморал. імунітетів) тощо. К. також сприяє зниженню жирової маси (за рахунок енергет. затрат організму), позитивно впливає на зовн. вигляд шкіри, волосся і нігтів (за рахунок покращення трофіки тканин).

Локал. К. має анальгет., антиексудатив. і регенератив. ефекти у ділянці, на яку діє охолоджувал. чинник. Її широко застосовують у косметології (кріомасаж, кріопілінг, кріоелектрофорез). Джерелами холоду можуть бути холодна вода (0 °С), космет. лід, кріопакети (від +5 до –10 °С), холодні грязьові аплікації, хлоретанові й спирт. блокади, електричні термоелементи (від +5 до –20 °С), змочені в азоті тампони і резервуари з азотно-повітр. сумішшю (від –120 до –180 °С), потік охолодженого повітря (від –20 до –180 °С). Тривалість процедури залежить від конституції пацієнта і кількості та характеру поперед. процедур.

Бібліографічний опис:

Кріотерапія / А. С. Котуза // Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] / Редкол.: І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, НТШ. – К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2014. – Режим доступу:

<https://esu.com.ua/article-2059>

2001-2025 © Ця енциклопедична стаття захищена авторським правом згідно з чинним законодавством України ([докладніше](#)).