

URAZY I OBRZĘKI

Komora hiperbaryczna jest kojarzona głównie z leczeniem schorzeń dróg oddechowych czy zatruciem czadem lub innym szkodliwym gazem. Tymczasem jednak znajduje ona liczne zastosowania w leczeniu rozmaitych dolegliwościach zdrowotnych. Dzieje się tak, ponieważ tlen dostarczany pod ciśnieniem wyższym niż atmosferyczne, stanowi składnik odżywczy dla tkanek ludzkiego organizmu. Transportowany wraz z krwią i osoczem do wszystkich komórek, pozwala na zmniejszenie tych problemów, które mają związek z niedotlenieniem. Stąd też rozległe zalety, jaką wyróżnia się tlenoterapia obejmujące oddziaływanie na zdrowie fizyczne, wydolność, sprawność umysłową, a nawet na urodę.

Jak tlenoterapia hiperbaryczna wpływa na urazy i obrzęki?

Na wstępie warto zaznaczyć, że choć hiperbaria jest metodą powszechnie stosowaną wśród sportowców, to tak naprawdę może nieść korzyści każdemu, kto doznał mniej lub bardziej poważnej kontuzji. Choć obrzęk, jaki towarzyszy urazom wcale nie musi być duży, to jednak może okazać się poważnym utrudnieniem w dopływie tlenu do uszkodzonych tkanek. To z kolei może skutkować zakażeniami i komplikacjami. Zabieg w komorze hiperbarycznej powoduje, że do organizmu przedostaje się znacznie więcej tlenu niż normalnie. Ten jest transportowany przez krew i osocze do komórek. Dochodzi do tak zwanego efektu Robin Hooda, czyli poprawionego przepływu krwi w komórkach niedotlenionych. Dzięki temu tworzą się nowe naczynia krwionośne – drogi, którymi tlen może dotrzeć do komórek. Udowodniono także, że regularne zabiegi tlenoterapii aż ośmiokrotnie zwiększają produkcję komórek macierzystych odpowiedzialnych za naturalny proces regeneracji. To wraz ze stymulacją fibroblastów pozwala na przyspieszenie gojenia i powrotu do pełnej sprawności.

U sportowców sesja w komorze hiperbarycznej powoduje szybszą regenerację po dużym wysiłku, ale też redukuje obrzęki, wspiera leczenie urazów mięśni, ścięgien, a nawet kości, także ma wpływ na poprawę przemiany materii, co minimalizuje między innymi tzw. zakwasy. Dotlenione w czasie zabiegu naczynia krwionośne obkurczają się, zmniejszając opuchliznę.

Mimo, że tlenoterapia HBOT niesie ze sobą sporo zalet, to najczęściej zaleca się połączenie jej z kompleksowym podejściem do leczenia. Taka terapia pozwala na osiągnięcie najlepszych efektów w najkrótszym czasie.

Tlenoterapia i jej zalety w przypadku kontuzji i urazów

Liczne badania nad zaletami terapii w komorze HBOT, ale też doświadczenia samych pacjentów dowodzą, że jest to jedna z najszybszych i najskuteczniejszych metod przywracających pełną sprawność nawet po poważniejszych urazach, takich jak złamania, doznanych nie tylko w wyniku aktywności fizycznej, ale też rozmaitych wypadków. Choć zalety tej terapii doskonale znają sportowcy, to jednak mają one zbawienny wpływ dla każdego, kto doznał kontuzji, złamania czy obrzęku, a nawet poważnych, trudno gojących się ran. Wśród takich zalet znajduje się na przykład:

redukcja obrzęków

skrócenie okresu rekonwalescencji

właściwości antybakteryjne

zdolność do szybszej odbudowy skóry

szybsza regeneracja dzięki zwiększonej produkcji komórek macierzystych

lepsze dotlenienie organizmu

zwiększenie skuteczności podawanych leków i wzmocnienie efektów innych terapii

Pozytywne skutki stosowania tlenoterapii hiperbarycznej zaobserwowano już w 1995, kiedy grupa pacjentów z urazem zwichniętej kostki została poddana terapii tego typu. Ich leczenie przebiegło o około 30% szybciej. Co więcej, stosując tę metodę leczenia niektóre pozytywne skutki można odczuć stosunkowo szybko, bo nawet po jednym zabiegu. Jednakże w przypadku obrzęków i urazów potrzeba nieco więcej czasu na osiągnięcie pełnego powrotu do zdrowia. Zwykle zaleca się przeprowadzenie serii od kilku do nawet kilkudziesięciu codziennych zabiegów.

Bibliografia:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3382683/> Pedro Barata, Mariana Cervaens, Rita Resende, Óscar Camacho and Frankim Marques, „Hyperbaric Oxygen Effects on Sports Injuries”, Ther Adv Musculoskelet, 2011.

[https://www.jocn-journal.com/article/S0967-5868\(07\)00093-8/fulltext](https://www.jocn-journal.com/article/S0967-5868(07)00093-8/fulltext) Kurt B, Kurt Y, Karslioğlu Y, Topal T, Erdamar H, Korkmaz A, Türközkan N, Yaman H, Odabaşı Z, Günhan O, „Effects of hyperbaric oxygen on energy production and xanthine oxidase levels in striated muscle tissue of healthy