

ОБЩЕЕ КРИОВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА: ВЗГЛЯД ИНЖЕНЕРА

А.В. Шакуров

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

КРИОВОЗДЕЙСТВИЕ, ЧЕЛОВЕК, КРИОСТИМУЛЯЦИЯ

WHOLE BODY CRYOTHERAPY: ENGINEER'S VIEW

A.V. Shakurov

KEYWORDS

CRYOTHERAPY, HUMAN, CRYOSTIMULATION

Общее газовое криовоздействие – это интенсивное охлаждение большей части поверхности тела человека длительностью от 3 минут с целью достижения ответной реакции (усовершенствованное «закаливание организма»). Сегодня это преимущественно эмпирический физиотерапевтический метод, который применяется: для оздоровления, как элемент здорового образа жизни, для восстановления, повышения иммунитета, улучшения самочувствия, бодрости («закаливание организма»); в спортивной медицине – после травм, для повышения тонуса опорно-двигательного аппарата, для повышения качества сна после нагрузок; в физиотерапии – в комплексном лечении посттравматического стрессового расстройства, депрессии, тревожности и зависимостей, ревматоидного артрита, болей и дерматологических заболеваний. В докладе дана краткая характеристика применения криометодов в медицине, их технического обеспечения с акцентом к общему криовоздействию. Дано описание концепции развития данной технологии.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Шакуров Алексей Валерьевич – доктор технических наук, доцент
(ORCID: 0000-0001-6110-8101). МГТУ им. Н.Э. Баумана, г. Москва.
e-mail: shakurov@bmstu.ru