



## Как использовать

### Использование высушенной и измельченной лечебной грязи для проведения лечебных ванн в домашних условиях.

Главной основой свойств препаратов изготовленных из лечебной грязи, являются находящиеся в лечебной грязи биоактивные гуминовые вещества, их воздействие на организм через нервные окончания, находящиеся в коже; или прямо через кожу и попадание в организм по поводу резорбции.

При локальном использовании лечебной грязи улучшается кровообращение в тканях и обмен веществ. Лечебная грязь стимулирует воздействие массажа при хронических и медленно протекающих болезнях, и также влияет грязь благополучно на воспалительные и посттравматические инфильтраты, ускоряя их вылечивание.

**Показания:** неострые и хронические заболевания периферической нервной системы, хронические заболевания мышечной системы и суставов.

**Противопоказания:** опухолевые процессы, туберкулёз, болезни, связанные с недостаточностью органов систем, инфекционные заболевания в активной фазе.

#### Правила пользования:

1. Высушенную и измельченную лечебную грязь в количестве 100 мл положить в емкость, используемую для проведения ванны рук или ног.
2. Лечебная грязь смешивается с 2-3 литрами минеральной или питьевой воды:
  - При неострых заболеваниях – температура воды 38-40 градусов, тщательно перемешать, затем опустить руки или ноги для проведения процедуры в ванну
  - При хронически протекающих процессах и болезнях мышечной перегрузки – температура воды 41-43 градуса, тщательно перемешать, затем опустить руки или ноги для проведения процедуры в ванну.
3. Длительность грязелечебной процедуры:
  - a. При неострых заболеваниях: 20-25 минут.
  - b. При хронически протекающих процессах и болезнях мышечной перегрузки: 15-20 минут.
4. После проведения грязе-лечебной ванны следует ополоснуть руки или ноги теплой водой, слегка обтереть (не растирать) и накрыть теплой тканью.