

Медицина и спа: история любви

Понятия «медицина» и «спа» для одних специалистов звучат как синонимы, для других представляют двуединство, а третьим кажется их сопоставление надуманным. Так в каких же отношениях состоят спа и медицина на самом деле? Чем они могут помочь друг другу?

С медициной как областью научной и практической деятельности владельцы и управляющие спа связываются неохотно – это «сотрудничество» сулит постоянные инспекционные проверки, лицензирование, регламентирование, а для представителей официальной медицины иноязычное буквосочетание SPA связано с «вторжением» мощного конкурента в сферу оздоровительных услуг.

Однако взаимная неприязнь не является закономерным развитием отношений двух якобы соперничающих областей.

Как это было

Возникшее в XIX веке в Европе направление курортологии было своего рода предвестником современных спа: характерными чертами этого вида оздоровления уже тогда были статусность и престижность. Поправлять здоровье «на воды» ездили лишь состоятельные и образованные люди.

На небольшой период времени образовался своего рода «паритет»: спа как форма курортного лечения стала общедоступной – во всяком случае, в Советском Союзе, во время существования которого предоставлялись бесплатные путевки в санатории, расположенные в местах, некогда доступных лишь членам царственных фамилий.

С возвращением спа-культуры как атрибута «дольче вита» медицинская составляющая растворилась, а кое-где была вовсе исключена из концепции спа. Практически все страны, вставшие на путь «спаизации», отказались от естественного родства спа и медицины. Однако медицина, как мудрая и старшая сестра, некоторое время понаблюдав за бурным ростом спа и обнаружив ряд серьезных преимуществ, не замедлила возродить былые отношения.

Так, в конце XX столетия, спустя всего 30 лет после возникновения нового рынка спа-услуг, появилась одна из главных категорий спа – медицинское спа. Возможно, медицина радушно приняла старого родственника – спа, а возможно, спа активно вторгся в некогда знакомое пространство, но восстановленный союз начал стремительно развиваться. В 1999 году американский хирург Брюс Катц внедрил простейшие спа-технологии в структуру Центра лазерной хирургии и запатентовал свое «изобретение» – medispa.

Спа-сервис, преимущества которого были очевидны, стал прекрасным дополнением к таким сферам медицины (прежде всего, платной), как пластическая хирургия, стоматология, перинатология и даже онкология (в США).

По темпам роста медицинские спа («медицинские учреждения, предлагающие, прежде всего, набор медицинских или профилактических услуг в условиях повышенной комфортности с предоставлением традиционного спа-сервиса и привлечением возможностей альтернативной медицины») сегодня опережают многие другие категории, а по доходности стабильно занимают одно из первых мест на мировом рынке.

Некоторое время союз медицины и спа вызывал скепсис у профессионалов обоих рынков. Представителей спа-бизнеса беспокоил вопрос: не приведет ли интеграция с медициной к ужесточению правил и норм деятельности спа и утрате сенсорно-эмоционального аспекта

– особой атмосферы безмятежности и отрешенности, за которую в большей степени и платят клиенты (ведь мало кому удается расслабиться в стенах даже самого высокоорганизованного медицинского учреждения).

Ревностное отношение медиков тоже вполне объяснимо: многие технологии, до сих пор считавшиеся медицинскими, стали называться «спа-уходами», а услугам, не имеющим ничего общего с официальной медициной (ароматерапия, аюрведа, йога и др.), приписывают универсальные терапевтические возможности. На самом деле спа, будучи «отрезанными» от традиционной медицины, успешно находят и продвигают на рынок как хорошо забытые древние методы оздоровления, так и собственные новые методики, которые придумали сами, используя при этом сугубо медицинский термин «терапия». Вот только некоторые популярные спа-услуги: стоунтерапия, винотерапия, шоколадо- и даже трюфелетерапия.

По темпам роста медицинские спа сегодня опережают многие другие категории, а по доходности стабильно занимают одно из первых мест на мировом рынке

Ситуация сегодня

Несмотря на такое двустороннее сопротивление спа-услуги и спа-сервис постепенно становятся эффективными помощниками многих медицинских направлений.

Однако логика развития рынка спа, в частности российского, наводит на следующие мысли:

1. Есть ли в таком союзе равноправие и взаимная выгода или же спа отведена сугубо вспомогательная роль?
2. Почему медицина видит в спа всего лишь помощника, тогда как именно спа могут стать платформой для продвижения ряда прогрессивных идей и новых технологий?

На проходившем в прошлом году ключевом для мировой спа-индустрии мероприятии Global Spa Summit с «высокой трибуны» впервые прозвучал призыв ученых-медиков продвигать инновационные технологии и достижения медицины на рынке спа и велнеса. В частности, речь шла о необходимости проведения генетического тестирования с целью более точного и эффективного подбора спа-процедур и услуг. Большие перспективы сулит и апробация в спа технологий борьбы с преждевременным старением, которые пока имеют достаточно высокую стоимость и как нельзя более отвечают потребностям типичного клиента спа.

Особенности российского рынка оздоровительных услуг пока не позволяют спа-профессионалам внедрять популярные за рубежом медицинские технологии: и без того у нас слишком сложная система лицензирования, завышенная себестоимость импортных препаратов и косметических средств, отсутствие высококвалифицированных кадров и т. д. Однако нам тоже есть чем гордиться: сравнительно недавно на рынке красоты и здоровья появилось новое направление – эндозэкологическая реабилитация и лечение (ЭРЛ) на клеточно-организменном уровне по Ю. М. Левину. Это направление, возникшее в недрах отечественной медицинской науки (конкретно – клинической лимфологии и эндозэкологии), в течение нескольких лет успешно развивалось в Клинике естественного оздоровления Кивач – санаторной базе кафедры клинической лимфологии и эндозэкологии факультета повышения квалификации медицинских работников РУДН. Можно предположить, что многим клиентам российских спа это направление уже знакомо, ведь «очищение на клеточно-организменном уровне» стало модным явлением, о котором часто пишут в глянцевых журналах.

Мы считаем, что настало время и профессионалам спа познакомиться с этим методом и взять его на вооружение.

Что такое эндоэкологическая реабилитация по Левину?

Юрий Маркович Левин – доктор медицинских наук, заведующий кафедрой эндоэкологии и клинической лимфологии факультета повышения квалификации медицинских работников РУДН, лауреат Премии правительства России в области науки и техники, обладатель многочисленных российских и международных премий и наград. Более 40 лет назад Левин Ю. М. создал медико-биологическое направление практической лимфологии, а затем и эндоэкологической медицины. Ему принадлежит идея и клинически доказанная методология очищения организма на клеточном уровне. Понятие «эндоэкология» в данном контексте относится к внутренней («эндо») чистоте среды, окружающей клетку («экология»). В переводе на «язык» спа метод Левина Ю. М. – это не что иное, как глубокая детоксикация организма.

Профессионалы и клиенты спа не понаслышке знают о необходимости очищения тканей и органов. Детокс-программы составляют основное направление услуг большинства спа, а также салонов красоты. Однако говорить об истинной глубокой детоксикации с помощью банных процедур или водорослевых обертываний в спа мы считаем неуместным. Для максимального очищения организма от токсинов* необходима работа не на поверхности кожи (хотя и это не лишне), а на уровне среды обитания клеток, лимфатической системы и всех других органов и систем. Для этого необходимо подключать к косметологическим и бальнеологическим методам детоксикации дополнительные технологии и препараты.

Разработанная Левиным Ю. М. технология не имеет аналогов в мире, испытана временем и уже сегодня взята на вооружение десятками лечебных учреждений России (прежде всего, санаторно-курортными). Суть технологии – в усилении потоков жидкости, омывающей клетку, и последующей стимуляции лимфатического дренажа. Это достигается с помощью оригинальных физиотерапевтических процедур и специально подобранных фитотерапевтических препаратов (что соответствует главному принципу спа – «не навреди»), дополненных комплексом медицинских, парамедицинских и собственно спа-процедур (массажей, обертываний, водо- и теплолечения).

Основным направлением ЭРЛ является выведение токсинов из межклеточного пространства и оптимизация защитных функций лимфатической системы

Прежде чем мы подробно рассмотрим, как ведет себя организм в ходе проведения детоксикации по методу ЭРЛ, хотели бы пояснить, почему ученые с мировыми именами (Казначеев В. П., Зубаков В. А. и др.) назвали среду обитания клеток «ахиллесовой пятой человека». Причина простая: именно в окружающих клетку тканях накапливается более 80 % отравляющих клетки веществ. Поэтому основным направлением ЭРЛ является выведение токсинов из межклеточного пространства (не в кровь, а в лимфатическую систему) и оптимизация защитных функций лимфатической системы. Это достигается за счет приема специальных препаратов, содержащих только натуральные ингредиенты и имеющих статус биологически активных добавок (то есть препараты имеют минимум противопоказаний и могут продаваться не только в спа, но и в салонах красоты). Следующим шагом являются процедуры, направленные на выведение токсичных веществ из организма. Происходит усиление желчеобразующей и желчевыводящей функций печени с помощью фитотерапии и тюбажа – несложной процедуры с использованием подогретой минеральной воды. Подключается активное, но атравматичное очищение кишечника. Тот, кто сразу подумал о глобальном мониторинге, будет удивлен. В методе Левина Ю. М. вполне можно обойтись «лаважем» (от фр. lavage – «мыть»), но с привлечением препаратов-энтеросорбентов (они есть почти у всех в домашней аптечке). Врачи-эндоэкологи подберут препараты каждому индивидуально.

ЭРЛ предполагает также очищение организма от паразитов, для чего применяются специально подобранные фитокомплексы, а не гепатотоксичные медикаменты, которые назначают при проблемах такого рода.

Перечисленные методы были бы малоэффективными, если бы не сопровождалась процедурами, обеспечивающими лимфатический дренаж. Связанные, растворенные, выведенные в лимфатическую систему токсины продолжали бы циркулировать по сосудам или оседали в лимфоузлах. Кожа, как один из основных органов выделения, активно участвует в процессе ЭРЛ, поэтому значение обертываний, банных, массажных и гидротерапевтических процедур не стоит недооценивать. Возможно, по этой причине в 1990-е годы в Европе наблюдался самый высокий спрос именно на лимфодренажный массаж, а водорослевые обертывания включались в меню практически каждого спа.

Важной составляющей детоксикации (особенно глубокой) является правильное питание. В некоторых клинических случаях (которые, впрочем, являются прерогативой медицинских учреждений) показано лечебное голодание, а для «практически здоровых» людей идеально подойдет система раздельного питания либо вегетарианская диета. В утешение «голодающим» показан прием небольшого количества красного сухого вина, способствующего очищению крови.

Сегодня мощным конкурентным преимуществом становится специализация спа, фирменные, уникальные предложения и программы

Таким образом, можно сделать вывод, что и спа-кухня с ее принципами сбалансированного, легко усваиваемого, низкокалорийного и «экологически чистого» питания станет прекрасным подспорьем в программе глубокого очищения.

По завершении курса ЭРЛ предусмотрено восстановление полезной микрофлоры кишечника (что достигается приемом пробиотиков и эубиотиков), а также «закрепление результата» с помощью витаминных и микроэлементных комплексов.

После ЭРЛ-курса достигаются следующие результаты:

- происходит очищение «ахиллесовой пяты человека» и всего организма в целом;
- активизируются механизмы саморегуляции и самоочищения;
- нормализуются обменные процессы;
- повышается иммунитет;
- стабилизируется психоэмоциональное состояние.

Внимательно изучив процесс и возможности эндоэкологической реабилитации, можно сделать вывод, что метод ЭРЛ соответствует концепции современного спа, который имеет все условия для проведения детоксикации организма, в том числе и на клеточном уровне. Сегодня существует несколько вариантов проведения ЭРЛ, включая самые простые, не требующие наличия специального оборудования и большого числа медперсонала, а это значит, что метод может успешно применяться во всех категориях спа, включая городские и гостиничные.

Предвидя вопрос об излишней «медикализации» спа, клиентами которого являются «здоровые» люди, осмелимся утверждать, что даже молодая и активная часть нашей клиентуры подвержена таким «болезням цивилизации», как стресс и хроническая усталость, лишний вес и преждевременное старение, интоксикация вследствие плохой экологии и употребления насыщенных химией продуктов, не говоря уже о том, что большинство городских жителей дышит выхлопными газами на дорогах, страдает от тех или иных видов аллергии и нарушений обмена веществ и т. д.

Стоит отметить, что Левиным Ю. М. и его учениками разработан ряд целевых программ ЭРЛ для детей, беременных женщин и водителей. Применительно к спа это может способствовать расширению целевой аудитории, выходя за рамки сугубо эстетических услуг.

Развитие российского рынка спа и появление новых спа различных категорий формируют условия для здоровой конкуренции в спа-бизнесе. И если на начальной стадии количественные показатели были основным орудием в борьбе за клиентов (чем больше позиций в спа-меню, тем лучше), то сегодня более актуальным становится лозунг

«Красота через здоровье», требующий конкретизации предложений. Мощным конкурентным преимуществом становится специализация спа, фирменные, уникальные предложения и программы. Результативность процедур и уходов выходит на первый план в отличие от ранее востребованной релаксации. В таком контексте метод эндэкологической реабилитации – прекрасная возможность для спа всех категорий.

В зависимости от возможностей конкретного спа метод ЭРЛ может внедряться как в полном, так и в минимальном объеме.

Для полноценного проведения детоксикации на клеточном уровне предприятие спа должно удовлетворять следующим условиям:

- лицензирование медицинской деятельности;
- обучение одного или нескольких специалистов методу ЭРЛ по Левину;
- приобретение комплекса фитотерапевтических препаратов;
- возможность общей диагностики и мониторинга;
- наличие квалифицированных массажистов и спа-терапевтов;
- наличие гидротерапевтического оборудования и зоны отдыха;
- формирование программ и пакетов услуг, включающих методы ЭРЛ.

Адаптированность инновационной медико-биологической технологии ЭРЛ к условиям современных спа, наличие значительного опыта его применения в санаторно-курортных учреждениях, а также интерес клиентуры спа к современным атравматичным методам оздоровления и антистарения – вот реальные предпосылки для взаимной интеграции эндэкологической медицины и спа-бизнеса уже сегодня.

В дальнейшем мы продолжим знакомить читателей с принципами действия и особенностями применения метода ЭРЛ и развитием направления эндэкологической медицины.

* Под токсинами Левин Ю. М. понимает любые, даже самые безобидные вещества, оказавшиеся в организме человека в неположенное время, месте и количестве.