

SPA-философия в профилактике: комфортная стоматология будущего



Докладчики:

д.м.н. Рыжова Ирина Петровна

к.м.н. Борзенцева Вита Алексеевна

к.м.н. Фролов Алексей Михайлович

Мосина Валерия Борисовна

В статье представлен **ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД** к профилактике воспалительных заболеваний пародонта, основанный на интеграции **ароматерапии** и **фитотерапии** в рамках концепции **SPA-стоматологии**.

Методика апробирована в клинической практике и включает использование **гидролатов, эфирных масел** и психоэмоциональной поддержки с помощью **аромапсихотерапии**.

Полученные результаты демонстрируют эффективность комплексного воздействия в снижении воспалительных проявлений, нормализации показателей пульса и артериального давления, а также в повышении приверженности пациентов к профилактике.



Введение

Sanitas Per Aquam — «здоровье через воду»

Воспалительные заболевания пародонта — одна из наиболее распространённых стоматологических проблем, оказывающих влияние как на качество жизни пациентов, так и на состояние всего организма.

Актуальность разработки мягких, физиологичных и безопасных профилактических подходов возрастает на фоне роста тревожных и стресс-индуцированных состояний.

Концепция SPA имеет прямое отношение и к стоматологии, хотя это еще пока очень новое направление, которое предлагает интегративную модель помощи, сочетающую фитотерапевтическое воздействие, ароматерапию и атмосферу психологического комфорта.

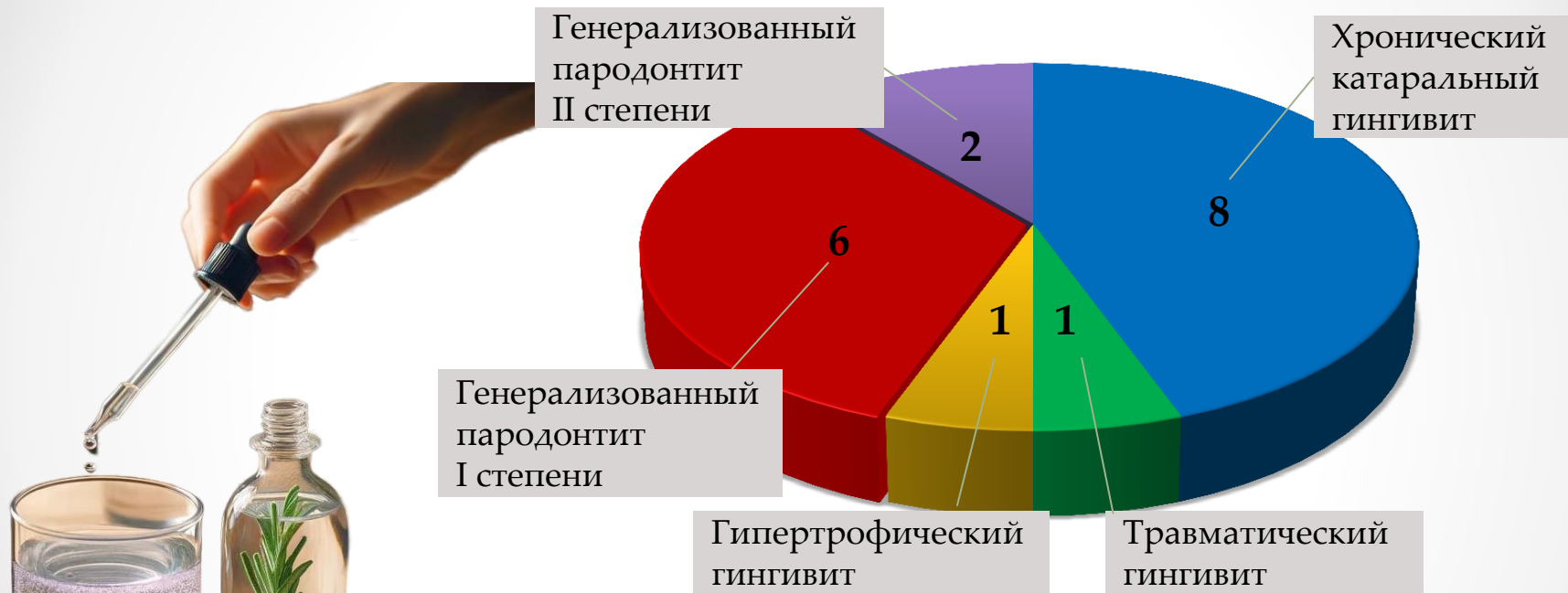
Она отвечает не только медицинским, но и эмоциональным потребностям современного пациента.



Цель исследования

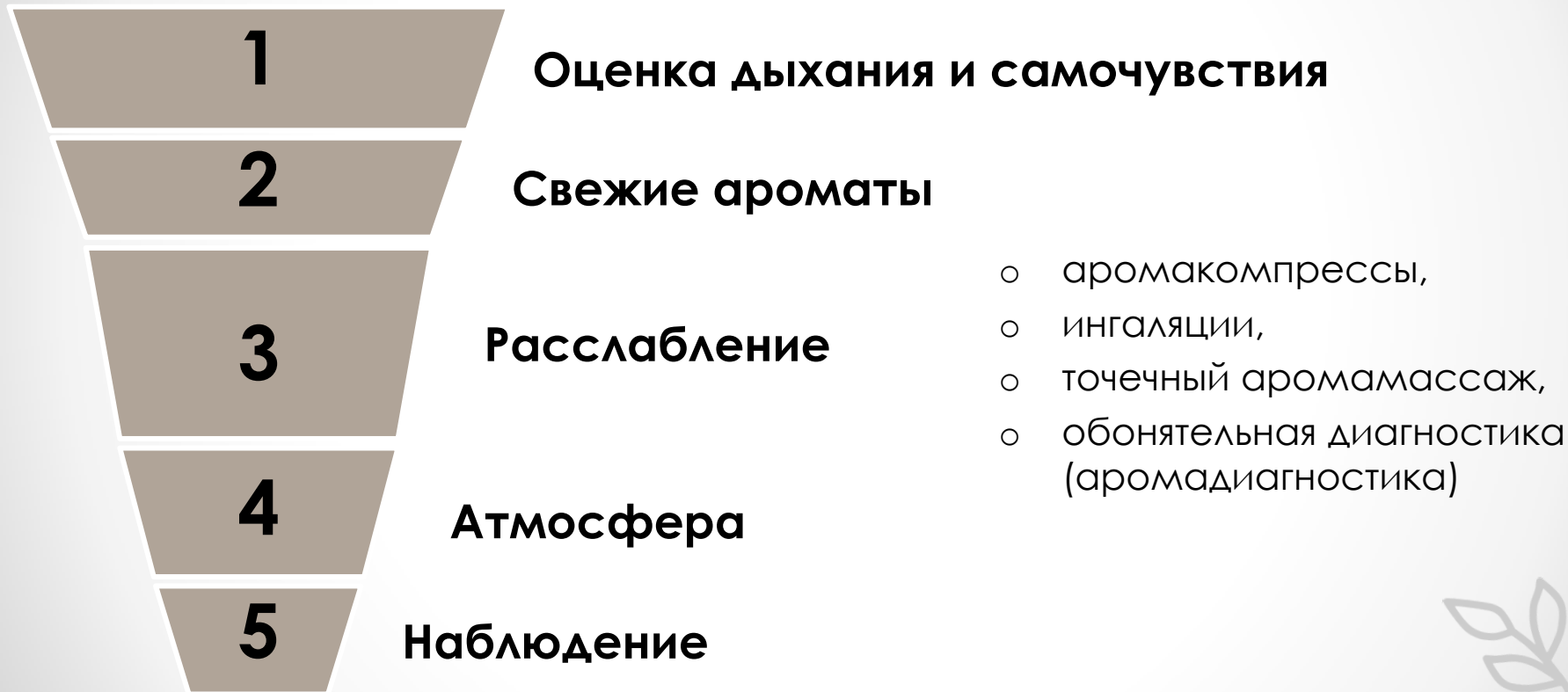
Оценить **клиническую эффективность** SPA-протокола, основанного на применении **гидролатов и эфирных масел**, в профилактике и коррекции воспалительных заболеваний пародонта, а также в улучшении **психоэмоционального состояния** пациентов.

Материалы и методы исследования



Клиническое исследование проводилось на базе стоматологического центра МЦСИ им. Б.В. Трифонова, НИУ БелГУ, г. Белгород. В наблюдение включены 18 пациентов (14 женщин и 4 мужчины) в возрасте от 20 до 67 лет

Составляющие SPA-программы



Программа


1. Дыхательные практики перед стоматологическим приемом

В качестве премедикации пациентам предлагаются релаксационные дыхательные техники, включающие глубокое диафрагмальное дыхание, квадратное дыхание и попеременное дыхание через ноздри, с использованием **эфирного масла** *Pinus sylvestris* (сосна обыкновенная), нанесённых на салфетку.

Этот подход основан на модуляции психофизиологического состояния пациентов посредством активации парасимпатической нервной системы, направленной на снижение уровня тревожности и создание благоприятной атмосферы для проведения стоматологических манипуляций.



Используемые масла:


 Кедр –
стабилизация и
чувство опоры

Научные данные:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19125379/>



Используемые масла:


 Мята —
охлаждение и
расслабление

Научные данные:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19125379/>



Используемые масла:

 **Апельсин —**
восстановление
энергии и
эмоционального
баланса

Научные данные:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19125379/>



Используемые масла:



**Шалфей и
Эвкалипт —
усиление
иммунного
отклика**

Научные данные:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19125379/>

2. Применение гидролатов лавра и тысячелистника

В рамках протокола предусмотрена фитостимуляция слизистой с применением гидролатов *Laurus nobilis* (**лавра благородного**) и *Achillea millefolium* (**тысячелистника обыкновенного**) для ирригации, аппликаций и полосканий полости рта.

Эти гидролаты, обладая **антисептическими и гемостатическими** свойствами, способствуют санации и регенерации тканей пародонта.





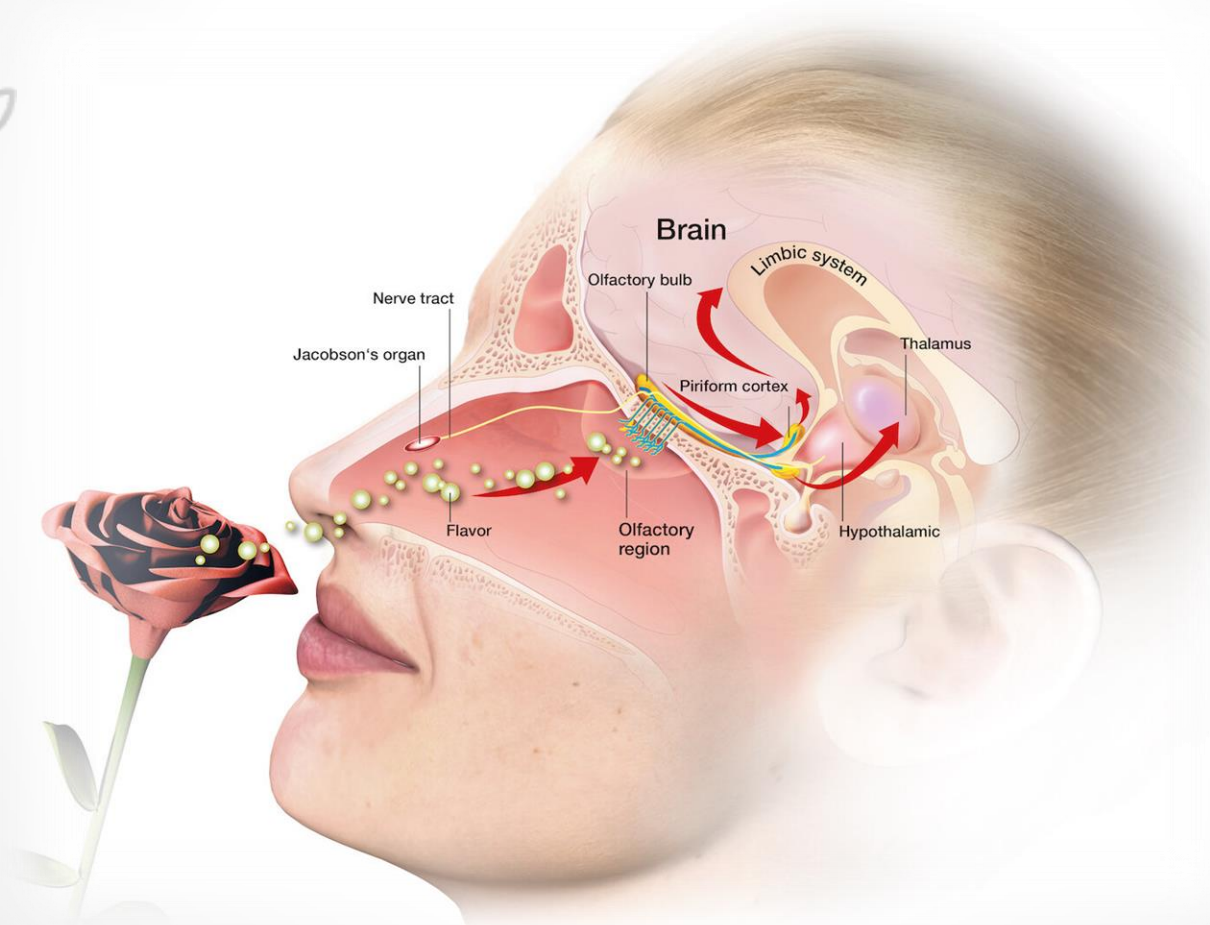
3. Ингаляции, аромакомпрессы и массаж триггерных точек лица:

В качестве вспомогательной терапии для достижения системного **расслабляющего** и **оздоравливающего** эффекта назначаются ингаляции паров эфирных масел (в частности, ***Lavandula angustifolia***), тёплые ароматические компрессы на область лица и шеи и массаж триггерных точек лица.



Эти процедуры активируют обонятельную систему и способствуют трансдермальному проникновению биологически активных компонентов эфирных масел.

Ароматерапия



4. Контрольные измерения артериального давления и пульса до и после SPA-процедуры

Для объективной оценки влияния применяемого SPA-протокола на физиологическое состояние пациентов проводится **мониторинг гемодинамических показателей** до и после процедур.

Динамика указанных параметров является индикатором эффективности релаксационных техник.





5. Анкетирование (визуально-аналоговая шкала тревожности, уровень удовлетворённости)

Для субъективной оценки пациентами эффективности применяемого SPA-протокола проводится анкетирование с использованием **визуально-аналоговой шкалы (ВАШ)** для оценки уровня тревожности и удовлетворённости.

Динамика оценок по ВАШ является критерием субъективного улучшения психоэмоционального состояния пациентов.

Снижение уровня тревожности и повышение уровня удовлетворенности свидетельствуют о положительном влиянии SPA-протокола на психоэмоциональное состояние пациента.



6. Оценка воспаления по РМА-индексу (папиллярно-маргинально-альвеолярному индексу)

Для количественной оценки степени воспаления тканей пародонта используется индекс РМА.

Изменение значений РМА-индекса в динамике рассматривается как объективный критерий эффективности применяемых лечебных мероприятий.

Снижение РМА-индекса после проведения SPA-процедуры свидетельствует об **уменьшении воспаления десен и улучшении состояния пародонта.**



7. Ведение индивидуальных SPA-карт

Для каждого пациента велась SPA-карта, в которой фиксировались **анамнез**, результаты **осмотра**, данные **анкетирования**, результаты измерения **артериального давления** и **пульса**, значения **РМА-индекса**, а также использованные **методы и средства**.

Индивидуальный подход позволяет учитывать особенности каждого пациента и **адаптировать** SPA-протокол для достижения максимального эффекта.



Результаты и их обсуждение

По результатам наблюдения выявлены следующие клинические и субъективные улучшения:



1. Нормализация артериального давления и пульса

У пациентов с начальными признаками стрессовой гипертензии (среднее значение у обследованных составляло **АД 145/90**) после 15-минутной SPA-сессии давление стабилизировалось до нормальных значений **120/75** мм рт. ст.,

а **пульс** снижался в среднем с **87** до **68** ударов в минуту.

2. Снижение индекса РМА

Средний показатель до начала протокола составил **56%**. Уже после 3 процедур отмечалось стойкое снижение до **43%**, а к завершению курса (5 процедур) — до **34%** (График 1).

У большинства пациентов наблюдалось значительное снижение кровоточивости при зондировании. Особенно выраженный эффект наблюдался при использовании гидролата тысячелистника.

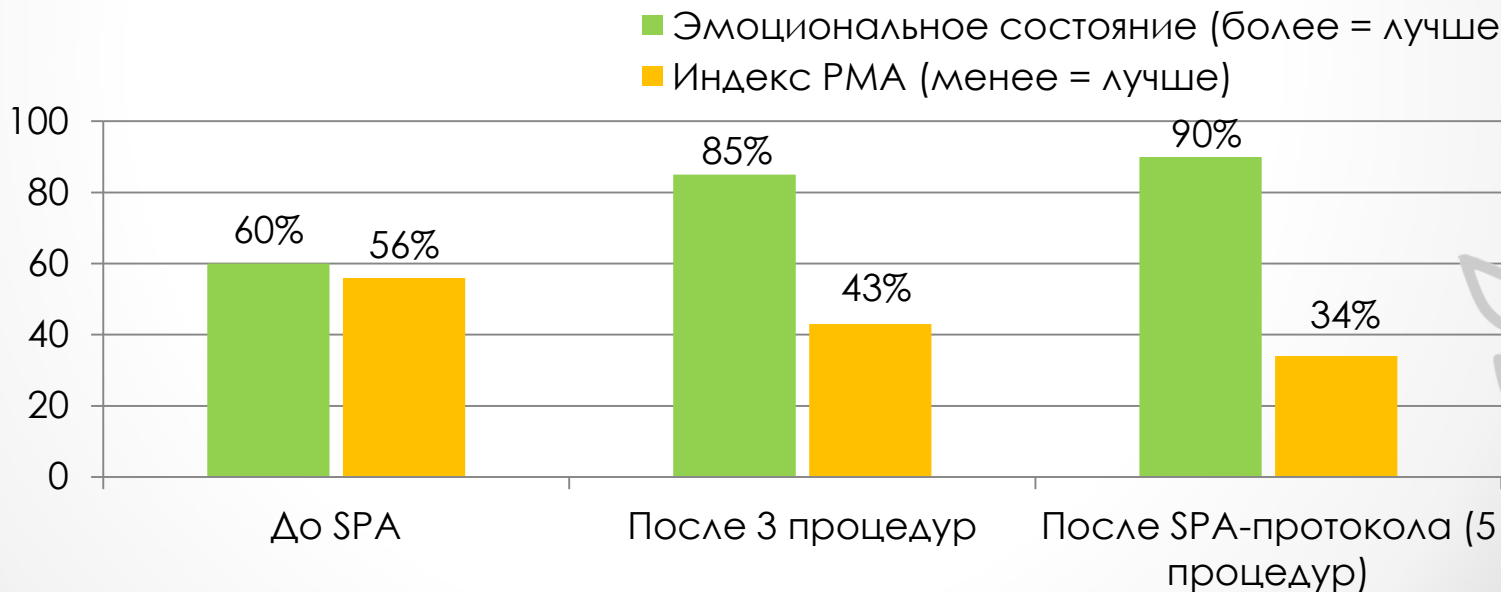


График 1. Состояние до и после SPA-терапии

3. Изменение субъективного самочувствия

По данным анкетирования, уровень тревожности **снизился** в среднем с 7 до 3 баллов по визуально-аналоговой шкале (ВАШ), где 0 соответствует полному спокойствию, а 10 — максимальному напряжению.

Пациенты отмечали ощущение **свежести дыхания, расслабленности, чувства доверия и спокойствия.**

Многие описывали визит как «не стоматологический, а **восстановительный**».

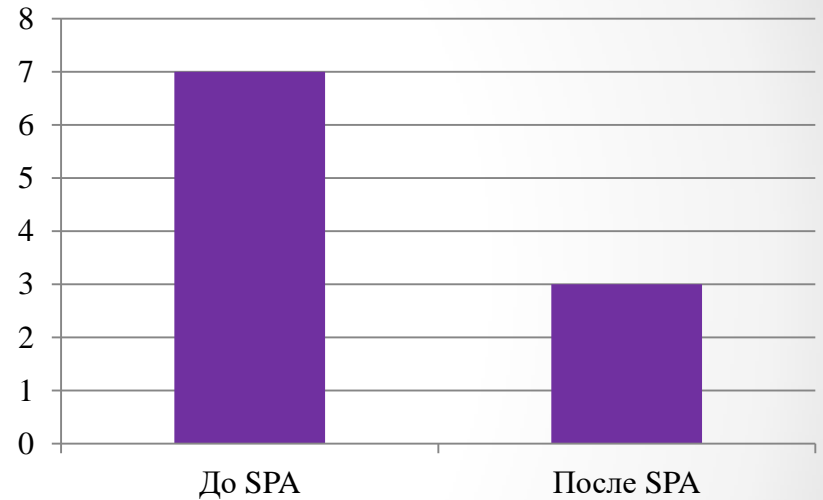


График 3. Визуально-аналоговая шкала уровня тревожности

4. Эмоциональное вовлечение

Положительная реакция на ароматы была **индивидуальна**:
апельсин вызывал подъём и радость,
лаванда — умиротворение.

Использование этих масел в триггерных точках
способствовало **быстрому психоэмоциональному**
переключению.



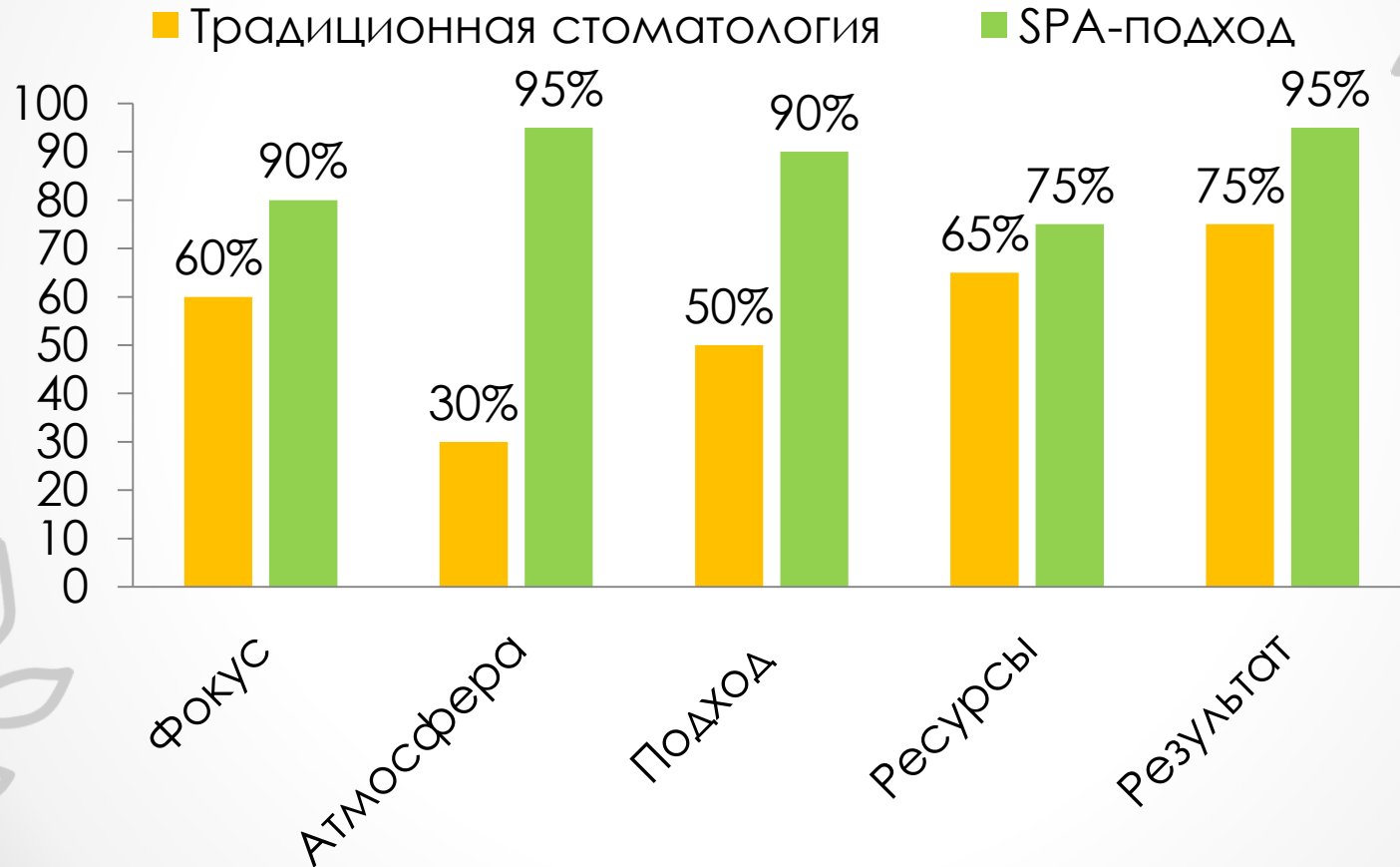
5. Приверженность

Пациенты выразили желание продолжать такой формат профилактики, охотно делились впечатлениями, интересовались домашним применением гидролатов и эфирных масел.

Таким образом, SPA-протокол стал не только лечебным, но и обучающим, формируя новую привычку заботы о себе.



Преимущества SPA-стоматологии





Пациентка М., 20 лет

Диагноз: Гипертрофический гингивит.
K05.0

Ситуация в полости рта **после 1-ой процедуры** применения **SPA-протокола:**

Отмечается улучшение гигиенического состояния полости рта.

Десна в области воспаления стала менее гиперемированной и отечной, однако кровоточивость при зондировании сохраняется, но менее выражена. Объем гипертрофированной ткани незначительно уменьшился.

Пациентка отмечает ощущение чистоты и свежести, а также небольшую чувствительность в области обработанных десен.

Пациент В., 27 лет. Третий визит
Применение **аппликаций гидролата лавра** на десну с помощью ватного тампона на 15 минут.



Снижение покраснения и отечности.
Увлажнение слизистой оболочки.
Ощущение комфорта и свежести в полости рта.



Пациент Б., 35 лет.

Обратился за профессиональной гигиеной полости рта.

Ситуация в полости рта **после** применения **SPA-протокола**:

Отмечается значительное улучшение гигиенического состояния.

Десны бледно-розового цвета, умеренно увлажнены.

Кровоточивость при зондировании незначительная, отечность десен уменьшилась.

Пациент отмечает ощущение свежести и чистоты в полости рта, а также общее расслабление. Чувствительность зубов не наблюдается.





Заключение



Проведённое исследование подтвердило эффективность интегративного SPA-подхода в профилактике воспалительных заболеваний пародонта.

- **Гидролаты** лавра и тысячелистника проявили выраженное противовоспалительное и дезодорирующее действие;
- **Аромамассаж** и **ингаляции** способствовали снижению тревожности и нормализации вегетативных параметров;
- **Индивидуализация ухода, эмоциональное сопровождение** и участие пациента в процессе сделали приём комфортным, доверительным и запоминающимся.

Полученные результаты позволяют рекомендовать применение SPA-протоколов с гидролатами и эфирными маслами как эффективный компонент профилактической стоматологии нового поколения, сочетающей науку, уход и природную терапию.