

**Baroteraapia** ehk rõhu all toimuv hapnikravi tähendab kehavedelike hapnikusisalduse suurendamist lahustunud hapniku arvel.

- Protseduur teostatakse hermeetiliselt suletud ruumis ehk barokambris.
- Ruum täidetakse 100%lise hapnikuga ja survestatakse 10–15 minuti jooksul 1,5–2,0 ata–ni. Sellise rõhu all on patsient 40 minutit, seejärel rõhk normaliseeritakse samuti 10–15 minuti jooksul.
- Rõhu muutuste (tõusu ja languse) ajal võib tekkida kõrvades survetunne nagu lennukisõidul. Surve kõrvades väheneb neelatamisel. Neelatamise kergendamiseks pakutakse patsiendile närimiskummi või klaaskomme.
- Protseduur kestab tavaliselt umbes 1 tund ja teostatakse 1 kord päevas.
- Ravikuuri pikkus on üldjuhul vähemalt 6 seanssi, soovitatavalt 8–10 seanssi (ägeda vingugaasimürgistuse puhul piisab enamasti ühest protseduurist).
- Ravi esimesel poolel võivad haigusnähud süveneda.
- Esimesed paranemisilmingud avalduvad tavaliselt ravikuuri keskel, pärast 5.–6. protseduuri.
- Baroteraapia järelmõju ilmneb umbes paar nädalat pärast ravikuuri lõppu ja kestab kuid.
- Ägedate haigestumiste korral (hüpoksia, vingugaasimürgistus) võib tulemusi oodata iga protseduuri järel.

- Ravikuuri ajal ei suitsetata, kuna nikotiin ahendab veresooni ning kudedesse jõuab vähem verd ja hapnikku.
- Pärast protseduuri on tarvis pool tundi puhata ja hoida end eemal lahtisest tulest.

#### JUHEND PATSIENDILE ENNE PLAANILIST BAROTERAAPIA SEANSSI

1. Hambad peavad olema parandatud.
2. Ninaneel ja ninakõrvalkoopad peavad olema põletikuvabad.
3. Eemaldada kõik salv- ja õlisidemed ning vajadusel rasvatustada see piirkond.
4. Enne protseduuri eemaldada kõik ehted, käekell ja äravõetavad proteesid, kuuldeaparaat, prillid, kontaktläätsed. Barokambrisse ei tohi kaasa võtta midagi tuleohtlikku.
5. Riietuda 100 % puuvillasesse või lina- ja linasesse taskuteta riietusse (punktid 3–5 - staatilise sädeme tekke vältimiseks).
6. Enne protseduuri tühjendada põis.
7. Viimane söögiaeg olgu vähemalt 2 tundi enne baroteraapia seanssi, enne protseduuri ei tohi juua gaseeritud jooke (punktid 6–7- rõhu all suureneb surve õõneselunditele).
8. Vajadusel manustada enne seanssi:
  - valuvaigistit (rõhu all valutunne suureneb);
  - rahustit (kinnise ruumi kartuse puhul).

Baroterapia kabineti telefoni nr: 7318 419

## BAROTERAAPIA

Koostanud: baroterapia kabineti õde Silvi Põder