

TLENOTERAPIA HIPERBARYCZNA W SPORCIE

Podczas wysiłku a zwłaszcza intensywnych treningów wzrasta zapotrzebowanie organizmu na tlen. Dzięki terapii hiperbarycznej HBOT możliwy jest „naturalny doping” organizmu, podczas sesji w komorze hiperbarycznej organizm może przyswoić większe dawki tlenu który transportowany nie tylko z czerwonymi krwinkami, ale także w osoczu. Tlenoterapia hiperbaryczna w medycynie sportowej nazywana jest często legalnym dopingiem, z terapii HBOT korzystają zarówno sportowcy, jak również amatorzy. Terapia HBOT gwarantuje szybszą regenerację po treningu, redukuje deficyt tlenowy powstający po dużym wysiłku. Tlenoterapia hiperbaryczna ma pozytywny wpływ na procesy metaboliczne i regeneracyjne zachodzące w tkankach. W wielu badaniach dowiedziono, że tlenoterapia ma korzystny wpływ na regenerację tkanki kostnej i mięśni szkieletowych oraz pozytywnie wpływa na procesy metaboliczne. W efekcie sportowcy osiągają lepsze wyniki i szybciej wracają do uprawiania sportu po przebytej kontuzji.

Zabiegi tlenoterapii hiperbarycznej HBOT pozytywnie wpływają na wiele procesów, w szczególności powodują:

- szybszą regenerację po wysiłku fizycznym;
- zwiększa się ilość molekuł ATP (“paliwa” dla mięśni),
- zmniejszenie stanu zapalnego i redukcja obrzęków;
- zmniejsza się czas rekonwalescencji po kontuzjach i urazach;
- zredukowanie do minimum lub całkowite wyeliminowanie zakwaszenia mięśni;
- skraca się czas regeneracji organizmu po treningu ;
- poprawa metabolizmu;
- zmniejszenie chronicznego zmęczenia;
- reperfuzja urazu;
- zwiększenie wydolności organizmu;
- podwyższenie poziomu tlenu w tkankach;
- hamuje rozwój bakterii tlenowych i beztlenowych w miejscu urazu.

Z zabiegów tlenoterapii hiperbarycznej HBOT korzystają sportowcy dla zwiększenia wydajności organizmu a tym samym poprawienia swoich wyników. Szeroko stosowana tlenoterapia hiperbaryczna jest wśród profesjonalnych zawodników amerykańskiej kadry lekkoatletycznej, hokeja (NHL), futbol amerykański (NFL), koszykówki (NBA) i piłka nożna (MLS) gdzie wykorzystywana jest powszechnie jako terapia wspomagająca leczenia urazów oraz zwiększenia wydajności organizmu.

Bibliografia

Babul S., Rhodes EC., „The role of hyperbaric oxygen therapy in sports medicine”, Sports Med. 2000.

Ishii Y, Deie M, Adachi N, Yasunaga Y, Sharman P, Miyanaga Y, Ochi M., „Hyperbaric oxygen as an adjuvant for athletes”, Sports Med. 2005

Urazy, kontuzje

Kontuzje i urazy zdarzają się kiedy aktywnie spędza się czas. W większości przypadków są to niegroźne urazy tkanki

miękkiej, czyli siniaki i stłuczenia, chociaż niekiedy dochodzi również do poważnych kontuzji i uszkodzeń kości. Kontuzje zdarzają zarówno u osób zajmujących się sportem amatorsko ale również u doświadczonych sportowców.

Sportowcy, których celem jest maksymalizacja siły, szybkości i osiągnięć pragną jak najszybciej powrócić do pełni sprawności po przebytych kontuzjach. Zabiegi w komorze hiperbarycznej pomagają znacznie szybciej wrócić do kondycji, wspomagają leczenie po doznanych urazach

mięśni, kości i ścięgien, redukują obrzęki, przyspieszają przemianę materii oraz pozwalają na szybką regenerację po intensywnym wysiłku fizycznym. Tlenoterapia hiperbaryczna HBOT jest metodą leczenia, w której wykorzystywane jest wysokie ciśnienie panujące w komorze hiperbarycznej oraz czysty tlen, którym oddycha pacjent przebywający wewnątrz komory hiperbarycznej. Podczas zabiegu tlenoterapii nie tylko krew ale również osocze transportują tlen po organizmie pacjenta, co znacznie zwiększa jego dostępność dla tkanek i narządów, zwłaszcza dotkniętych kontuzją do których wskutek urazu utrudniony jest przepływ krwi. Zastosowanie tlenoterapii pozwala znacznie obniżyć obszar niedotlenionych tkanek przyspieszając ich regenerację po przebytych kontuzjach. W trakcie terapii następuje obkurczanie naczyń krwionośnych prowadzące do zmniejszenia obrzęku.



Wybrane korzyści tlenoterapii hiperbarycznej podczas leczenia kontuzji i urazów to;

- zmniejszenie czasu rekonwalescencji po kontuzjach i urazach,
- zmniejszenie obrzęku po uszkodzeniach,
- zwiększenie ilość molekuł **ATP**,
- eliminacja efektu zakwaszenia mięśni,
- skrócenie czasu regeneracji organizmu po treningu,
- zwiększenie dotlenienie organizmu,
- działanie bakteriobójcze.

Z zabiegów tlenoterapii hiperbarycznej HBOT korzystają sportowcy dla zwiększenia wydajności organizmu a tym samym poprawienia swoich wyników. Szeroko stosowana tlenoterapia hiperbaryczna jest wśród profesjonalnych zawodników amerykańskiej kadry lekkoatletycznej, hokeja (NHL), futbol amerykański (NFL), koszykówki (NBA) i piłka nożna (MLS) gdzie wykorzystywana jest powszechnie jako terapia wspomagająca leczenia urazów oraz zwiększenia wydajności organizmu.

Takie możliwości są dostępne już w Lublinie dzięki twardej komorze hiperbarycznej, która pozwala na przeprowadzenia zabiegów tlenoterapie HBOT w komfortowych warunkach (ZALETY KOMORY). Do współpracy zapraszamy sportowców indywidualnych, kluby sportowe i wszystkich, pragnących zwiększyć wydolność swojego organizmu, poprawić osiągnięcia i czerpać korzyści jakie daje hiperbaria tlenowa HBOT

Bibliografia

Pedro Barata, Mariana Cervaens, Rita Resende, Óscar Camacho and Frankim Marques, „Hyperbaric Oxygen Effects on Sports Injuries”, Ther Adv Musculoskelet, 2011.

Kurt B, Kurt Y, Karslioğlu Y, Topal T, Erdamar H, Korkmaz A, Türközkan N, Yaman H, Odabaşı Z, Günhan O, „Effects of hyperbaric oxygen on energy production and xanthine oxidase levels in striated muscle tissue of healthy rats”, Journal of Clinical Neuroscience, 2008.

Babul S., Rhodes EC., „The role of hyperbaric oxygen therapy in sports medicine”, Sports Med. 2000.