СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

ГЛАВА I. БАЛЬНЕОКЛИМАТИЧЕСКИЙ КУРОРТ СОЧИ

ГЛАВА II. МАЦЕСТА - СЕРДЦЕ КУРОРТА СОЧИ, НЕИССЯКАЕМЫЙ ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ!

2.1 Немного истории

2.2 Климатические факторы

2.3 Лечение на Мацесте

2.4 Минеральная вода Мацесты - основной лечебный фактор курорта

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ЛИТЕРАТУРА

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время в России действует около 4,5 тыс. здравниц, способных одновременно принять 810 тыс. отдыхающих. Курортной системой такого масштаба не располагает ни одна страна мира.

Санаторно-курортная сеть охватывает практически территорию всей страны за исключением отдельных малообжитых регионов Севера и Сибири.

Наиболее плотная сеть здравниц отмечается в центральных и западных регионах европейской части страны, на Урале, в Поволжье, на Черноморском побережье и в северных предгорных районах Кавказа.

В Сибири большинство санаторно-курортных учреждений размещено в южной наиболее обжитой части. Богатство минеральных ресурсов (минеральные воды, соленые озера, лечебные грязи) способствовало появлению здесь курортов еще в прошлом веке.

Большинство здравниц построено в послевоенный период и имело достаточно развитую материальную базу. По организации лечебного процесса они во многом опережали западные курорты, но уступали им по уровню сервиса.

Санаторно-курортное лечение основано на применении природных лечебных ресурсов в сочетании с физиотерапевтическими и медикаментозными методами, причем природным ресурсам, к которым относятся ландшафты, биоклимат, гидроминеральные ресурсы (минеральные воды и лечебные грязи), отводится главенствующая роль.

Первые два фактора присутствуют на любых курортах: климатических, бальнеологических, грязевых. Они являются основополагающими при выборе лечебной местности под курортное строительство, планировании и функциональном зонировании территорий как отдельных здравниц, так и курортных зон. Курортологическая ландшафтная оценка лечебной местности производится с учетом ее функциональных и эстетических качеств.

Российские курорты отличаются разнообразием медицинских профилей. У нас лечат сердечно-сосудистые, нервные, желудочно-кишечные, кожные, гинекологические, эндокринные, почечные и прочие заболевания, есть как однопрофильные, так и многопрофильные курорты. Разнообразие природных условий России позволяет выбрать необходимую здравницу в различных регионах страны, поэтому курорты используют различные природные лечебные факторы и самые современные медицинские методики.

Современные курорты с высоким уровнем обслуживания размещены по всей территории страны: 26 из них имеют статус курортов федерального значения.

Помимо обычных лечебных курортов, Россия обладает клиническими санаториями, активно занимающимися реабилитацией больных после перенесенных тяжелых заболеваний и проводящими общеклинические обследования отдыхающих. К таким здравницам относятся Архангельское и Марфино, Барвиха и Подлипки (в Подмосковье); Усть-Качка (в Пермской области).

Среди российских здравниц многие отличаются не только хорошей медицинской базой, но и повышенным уровнем комфортности. В первую очередь к ним относятся санатории высшей категории, принадлежащие Администрации Президента РФ: "Подмосковье", "Загорские дали", "Русское поле" (в Московской области), "Марьино" (в Курской области), "Волжский утес" (в Самарской области), "Красные камни" (в Кисловодске) и др.

Вдоль побережий Черного и Балтийского морей сложились курортные зоны: Анапская, Геленджикская, Туапсинская, Сочинская (на Черном море); Светлогорская и Сестрорецкая (на Балтике). На Северном Кавказе курортные зоны формируются вокруг Нальчика, Владикавказа и Пятигорска.

Подробнее остановимся на курорте Сочи - Мацеста.

ГЛАВА I. БАЛЬНЕОКЛИМАТИЧЕСКИЙ КУРОРТ СОЧИ

Сочи, приморский бальнеоклиматический курорт всероссийского значения, с развитой инфраструктурой хозяйства и социального обслуживания, с фуникулерами и подъемниками, с его субтропическим влажным климатом, теплым, ласковым морем, мацестинскими сульфидными и минеральными волами и грязями привлекает ежегодно сотни тысяч отдыхающих.

Территорию курорта окружают с северо-востока, востока и юго-востока хребты Большого Кавказа: Алек, Мамайский, Бытха, гора Ахун и другие, высотой от 300 до 1000 метров. Амфитеатром спускаются к морю, ограждая зимой прибрежную полосу от холодных северных и восточных ветров. Береговая линия образует так называемый Сочинский мыс. Здесь размещается центр города. К северо-западу от него Расположены так называемые Новые Сочи - группа больших санаториев в широкой парковой зоне вдоль Виноградной улицы. Нижняя, жилая часть города занимает долину реки Сочи. К юго-востоку от центра, на юго-западных склонах хребтов Верещагинский и Бытха располагаются комплексы крупных санаториев, парки, скверы, объединенные в целостную систему основной магистралью города - Курортным проспектом.

В черте города произрастает множество вечнозеленых растений. Особым богатством флоры и благоустройством отличаются дендрарий и парк "Ривьера". В окрестностях города на склонах Большого Кавказа воздух напоен ароматами хвои: ель, пихта, сосна растут здесь рядом с буком, грабом, орехом, дикорастущими плодовыми деревьями. Выше в горах, в субальпийских и альпийских лугах весной и летом благоухают изысканными ароматами нежные, хрупкие цветы и травы. В Сочи проходит железнодорожная линия и Новороссийско-Сухумское шоссе. Они связывают территории Краснодарского края с Закавказьем.

Город является крупным центром туризма, через него проходят все Черноморские круизы и не менее двух десятков всероссийских туристических маршрутов. В Сочи расположенУниверситет курортного дела и туризма. Здесь множество турбаз и кемпингов.

В дневные часы, особенно на восходе, и на закате солнца хорошо взглянуть на город с окрестных горных вершин. Обзорные площадки имеются на горе Ахун, на Ривьерском мосту, на Альпийской улице, на горах Бытха, Батарейка, на верхней станции канатной дороги, в дендрарии, на улице Егорова. Любители терренкура могут разнообразить свои маршруты. В пределах города есть, по крайней мере две, специально предназначенные для пеших оздоровительных прогулок дорожки с многочисленными спусками и подъемами. Первая (терренкур "Сказка") ведет от Мацестинского моста на запад вдоль моря по тенистому лесопарку, вторая - от Старой Мацесты до Орлиных скал.

ГЛАВА II. МАЦЕСТА - СЕРДЦЕ КУРОРТА СОЧИ, НЕИССЯКАЕМЫЙ ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ!

Уникальное сочетание субтропического климата, теплого моря, обилия солнца, пышной южной растительности, окружения гор, и богатства минральных источников возводит Сочи в ранг идеального курорта.

Главным фактором, делающим Сочи местом паломничества миллионов людей, прибывающих на курорт за здоровьем является знаменитая Мацеста - месторождение сероводородных источников, легенды о целебных свойствах которых слогались веками.

Сегодня бальнеолечение Мацестой эффективно используется в медицине при заболеваниях: опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, центральной нервной системы, периферических сосудов и нервов, носоглотки и придаточных пазух носа, полости рта и десен, гинекологических заболеваниях, заболеваний кожи, послеожоговых и послеоперационных келлоидных рубцов, при лечении лиц, пострадавших от несчастных случаях на производстве и имеющих профессиональные заболевания.

Холдинг "Бальнеологический курорт "Мацеста" - крупнейшее санаторно-курортное объедининие, в состав которого входят:

- пять водолечебниц;

- "ЗАО "Санаторий "Металлург";

- "ЗАО "Санаторий "Волна";

- "ЗАО "Санаторий "Кудепста";

- "ЗАО "Санаторий им.Мориса Тореза;

- "ЗАО "Санаторий "Москва";

- "ЗАО "Санаторий "Светлана";

- завод по розливу питьевых минеральных вод: "Чвижепсе", "Пластунская", "Сочинская", "Лазаревская", "Псезуапсе"

- гидрогеологическое управление "Сочимивод";

Высокий уровень профессионализма специалистов холдинга "БК "Мацеста", накопленный уникальный опыт бальнеолечения по методикам, утвержденным Министерством здравооханения РФ гарантирует эффективность лечения пациентов с различными хроническими заболеваниями.

Услугами Мацесты также пользуются отдыхающие из большинства санаториев, пансионатов и домов отдыха Большого Сочи. Если человек приехал на курорт без путевки, но нуждается в бальнеологическом лечении Мацестой, он может оформить соответствующее медицинское назначение и пройти курс лечения, обратившись в поликлиническое отделение Мацесты.

Собираясь в Сочи, люди часто задают вопрос, в какой период лучше ехать? Если вас в первую очередь интересует лечение, то целесообразнее это делать весной или осенью, когда погода достаточно благоприятна и нет наплыва отдыхающих. Жаркие летние месяцы больше подходят для принятия морских и солнечных ванн. Сочетать и то, и другое не рекомендуется из-за большой нагрузки на организм.

В последнее время популярность лечения природными факторами вновь возрастает. Это связано и с его высокой эффективностью, и с малым риском развития побочных эффектов. Сегодня можно говорить о том, что наши граждане "возвращаются" на российские курорты. Надеемся, что лечение в Сочи, на Мацесте поможет как можно большему количеству людей улучшить свое здоровье и жить активно, радостно, полноценно.

2.1 Немного истории

15 сентября 1902 года врач В.Ф.Подгурский установил у пещер две деревянные ванны, чем было положено начало Мацесты.

Во второй половине 30-х годов на Мацесте развернулось большое строительство. Строятся ванные здания N 3,4,6, бурятся скважины.

На Старой Мацесте в 1940 году сдано в эксплуатацию ванное здание - дворец, которое явилось гордостью всего Сочи-Мацестинского курорта.

Идет дальнейшее расширение бальнеологической базы: в 1961 году введено в эксплуатацию ванное здание N 5, построенное силами строительной бригады "Мацесты", в 1963 году - ванное здание N 7 в поселке Хоста.

В 1970 годах по проекту авторского коллектива проектного института Минздрава СССР начато строительство ванного здания N 9 на Новой Мацесте.

В 1979 году введена в эксплуатацию первая очередь этого здания и окончательно этот объект был сдан в эксплуатацию в 1980 году.

В результате стихийного бедствия конца июля и начало августа 1991 года ванному зданию N 9 был причинен значительный ущерб, для устранения которого требовались большие затраты, следствием чего явилась консервация ванного здания.

В 1999г. произошло слияние Бальнеофизиотерапевтического объединения и ГРЭУ "Сочиминвод" и был создан единый Бальнеогидрогеологический комплекс "Мацеста".

На базе БГК "Мацеста" функционируют 5 ванных зданий, в число которых входит: корпус N 3, N 4, N 5, N 7, где производится отпуск сероводородных ванн и процедур. Водолечебница ╧ 8 специализируется на использовании природной иодобромной воды и различных лекарственных фитованн на основе морской воды, радоновых ванн и т.д. Всего эксплуатируется 209 общих ванн и 96 установок местных процедур (ингаляции, микроклизмы, орошения гинекологические, головы, десен, душ восходящий).

В состав БГК "Мацеста" входит радоновая лаборатория, которая отпускает раствор радона водолечебнице N 8, а также 7-ми здравницам города. Функционирует Детский оздоровительный центр "Мацеста", рассчитанный на летний отдых,вместимостью 260 детей.

2.2 Климатические факторы

Сочинский климатический район с его влажным субтропическим климатом, практически безоблачным летом, дождливой зимой и едва ли не самым продолжительным периодом солнечного сияния (около 2000 часов в год), с его теплым морем и освежающими бризами является излюбленным местом отдыха сотен тысяч людей. Средняя температура января в Сочи достигает +6°. Зимой в солнечную погоду воздух в полдень прогревается до 15-17°. С апреля по октябрь выпадает около 700 миллиметров осадков.

Самый сухой и солнечный зимний месяц - декабрь: продолжительность солнечного сияния достигает 90 часов, а средняя относительная влажность - 69 %. Весна в окрестностях Сочи ранняя, с неустойчивой дождливой погодой - в марте среднесуточная температура достигает +10°. В целом весна значительно холоднее осени, а лето всегда исключительно теплое, с преобладанием ясной, малооблачной погоды. На конец весны и начало лета приходится наименьшее количество осадков. Начиная с июня дневная температура воздуха не опускается ниже 20°, а в июле и августе обычно превышает 25-28°. В августе возрастает относительная влажность воздуха: в ночные часы она может превы-шать 80-90 %. Сочетание высокой температуры и влажности тяжело переносится теми, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями. В августе им не рекомендуется отдыхать в Сочи.

С мая по август особенно велика интенсивность ультрафиолетового излучения. Купальный сезон длится с июня до конца октября. Температура морской воды в начале лета достигает 18-19°, в июле - августе 24-26°. Осень, теплая и солнечная, - лучшее время года в Сочи. Температура днем, как правило, едва превышает 20° и только в конце ноября понижается до 10°. Средняя относительная влажность воздуха приближается к 73 %. Начиная с сентября растет активность так называемых фронтальных процессов в атмосфере. Резкие колебания метеорологических факторов ухудшают самочувствие больных гипертонической болезнью, стенокардией. С наступлением мая вероятность фронтальных процессов уменьшается.

Май-июнь - лучшее время для пребывания на курорте детей, пожилых людей, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями. Для них, в большей степени, чем для других отдыхающих, важно соблюдать основные правила акклиматизации, приспособления к новым условиям существования. Адаптация к мягкому морскому климату происходит сравнительно легко, буквально за несколько дней. Однако глубинная нормализация психофизиологических процессов в организме наступает только спустя 2-3 недели. Поэтому оптимальным периодом пребывания на курорте считается срок в 20-25 дней. В течение первых пяти-семи дней организм приспосабливается, перестраивает свои функции с учетом новых условий. Самочувствие может быть не очень комфортным. Следует больше бывать на свежем воздухе, пить минеральную воду, включить в рацион больше фруктов и овощей. Не следует долго находиться на солнце и помногу купаться.

2.3 Лечение на Мацесте

**Показания для лечения:**

* Заболевания сердечно сосудистой системы(гипертоническая болезнь, гипотоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца и др.)
* Заболевания опорно-двигательного аппарата(остеохондроз, полиартриты и др.)
* Заболевания кожи(псориаз, экзема, нейродерминт, диатез и др.)
* Гинекологические заболевания(хронические воспалительные заболевания придатков, бесплодие,спаечный процесс и др.)
* Заболевание периферических сосудов и нервов(тромбофлебит, эндартериит, варикозное расширение вен, плекситы, нервиты и др.)
* Заболевание центральной нервной системы(НЦД-нейроциркуляторная дистония, посттравматическая энцефалопатия, мигрень и др.)
* Послеожоговые и послеоперационные келоидные рубцы.
* Заболевания полости рта и десен(пародонтит, пародонтоз, гингивит стоматит и др.)
* Заболевания носоглотки и придаточных пазух носа(хронический тонзиллит, гайморит, синусит и др.)

**Комплекс отпускаемых процедур:**

* 1. Сероводородные процедуры:
	2. - общая сероводородная ванна
	3. - 4х-камерная ванна
	4. - местные процедуры (ингаляции, микроклизмы, орошение головы, гинекологическое орошение, орошение десен, душ восходящий)
	5. Йодобромная ванна
	6. Радоновая ванна
	7. Морская ванна
	8. Хвойная ванна
	9. Хвойно-жемчужная ванна
	10. Лекарственные фито-ванны:
	11. - противоревматическая ванна
	12. – валериана
	13. - противопростудная ванна
	14. - розмарин
	15. Ингаляции йодобромные, орошение десен йодобромом, гинекологическое орошение радоном.
	16. Парафино-озокеритолечение
	17. Ручной массаж
	18. Эмульсионно-грязевая ванна
	19. Подводный душ массаж

В этом разделе можно ознакомиться с некоторыми аспектами Мацестинского бальнеолечения, с показаниями и противопоказаниями.

Но хочется обратить особое внимание, что назначение на Мацестинское бальнеолечение - сугубо индивидуальное и только по предписанию лечащего врача.

В санатории можно встретить людей, имеющих одинаковый диагноз заболевания. Но, тем не менее, врачи назначают им не одинаковое лечение. Одним назначают Мацестинские ванны, а другим могут назначить камерные или какие-нибудь другие: радоновые, йодобромные и т.д.

При назначении процедур врач учитывает не только диагноз, но и стадию болезни больного, наличие сопутствующих заболеваний, возраст больного и др. данные. Здесь врач решает вопрос о том, какое лечение может дать наиболее эффективные результаты.

И если в давние времена, да и не совсем в давние времена, местные жители говорили, что чудодейственная Мацестинская вода излечивает многие болезни, то сегодня ученые и практические врачи четко определили круг болезней, при которых назначается Мацестинское бальнеолечение.

Лечение на курорте это сложный комплекс воздействия на человеческий организм, в основе которого лежит индивидуально подобранные методы бальнео- климатофизиотерапии и реактивность организма больного.

В зависимости от сочетаний лечебных методов и степени активности болезни проявляются и определяются непосредственные и конечные результаты курортной терапии. Основным лечебным фактором курорта Сочи является, как всем известно, Мацестинская сероводородная вода. Это поистине уникальная по своим физико-химическим качествам бальнеологическая аптека.

Источники Мацесты содержат различную концентрацию сероводорода от 60 до 420 мг\л, общая минерализация от 3 до 30 г\л. В состав Мацестинской сероводородной воды входят газы сероводород, углекислый газ, азот, метан и др. микроэлементы - бром, фтор, йод, и др., различные соли до 30 г\л.

Главный лечебный фактор Мацестинских вод - сероводород, обуславливает ряд реакций организма путем проникновения свободного сероводорода через кожные покровы и дыхательные пути и воздействует на клеточные и тканевые структуры. Мацестинский эффект воздействия проявляется непосредственно реакцией покраснения кожи, в основе которой лежит расширение кровеносных сосудов, ускорение циркуляции крови, увеличение числа функционирующих капилляров. В это время кожа как бы вдыхает сероводород. Затем наступает отлив крови к внутренним органам. Этим приливам и отливам крови врачи придают огромное значение. За несколько минут приема ванны обычное течение крови и распределение ее по всему организму резко изменяется. Несмотря на кратковременность процедуры, нарушение обычного кровенаполнения, или, как говорят врачи, гемодинамики, происходит достаточно быстро и сильно. Во время прилива артериальной крови к коже происходит большое оживление тканей, клетки которых возбуждаются и, обильно омываемые богатой кислородом кровью, лучше питаются. В то же время внутренние органы работают не с полной нагрузкой, они как бы отдыхают.

Влияние Мацестинских ванн распространяется на кровообращение в целом: меняется артериальное давление, замедляется частота сердечных сокращении, повышается активность дыхательной функции. Сероводородные ванны оказывают четкий эффект на течение нервно рефлекторных процессов, на клеточные структуры центральной и периферической нервной системы. Активно воздействуя на обменные процессы в организме, сульфидные ванны находят свое применение в комплексном курортном лечении ряда болезней опорно-двигательного аппарата, кожи, гинекологических заболеваний, нейроэндокринной патологии.

Научно обоснованные данные, полученные в результате многолетних научно-практических исследований, легли в основу показаний для направления на санаторно-курортное и Мацестинское бальнеолечение в Сочи.

За последние годы благодаря целенаправленным научным исследованиям были разработаны новые методы сульфидной бальнеотерапии больных ишемической болезнью сердца и активным ревматизмом Мацестинскими ваннами 25 мг\л. В практику вошли новые методы комплексной бальнеотерапии больных гипертонической болезнью, ревматоидным полиартритом, заболеваниями позвоночника, последствий ожогов с развитием келоидных рубцов, аллергодерматозов, глаукомы и ряда других заболеваний.

Активно решаются вопросы развития бальнеостоматологии. Большой эффект Мацестотерапия дает при лечении парадонтоза и гингивита, а также лечения больных с невралгией тройничного и невритом лицевого нервов, этапнореабилитационного лечения на Мацесте больных инфекционно- аллергическим миокардом, после операций на периферических сосудах, профессиональными дерматозами и других больных, поступающих в здравницы непосредственно из ведущих клинических институтов страны.

Методики лечения различны. За курс лечения обычно отпускаются от 10 до 14 общих ванн. Нередко лечение общими ваннами сочетается с приемом других Мацестинских процедур: орошениями, ингаляциями и т.д.

Если требуется воздействие сероводородной воды сосредоточить на определенной области рук и ног, врачи назначают больному четырехкамерные или двухкамерные ванночки. В ингалятории лечатся больные с заболеваниями верхних дыхательных путей.

Температура минеральной воды при назначении общих ванн колеблется в пределах от 35 до 37 градусов, при местных процедурах и орошениях температура воды повышается до 38- 39 и даже до 41 градуса. Продолжительность процедуры , как правило, не превышает 10-15 минут.

Как показывает практика курортных поликлиник и санаториев Сочи - 97 % больных, принимающих Мацестинское лечение, получают полное излечение своих недугов или значительное облегчение болезни.

Во всех случаях после приема Мацестинской процедуры необходим отдых, как непосредственно после приема ванны, так и по прибытию в санаторий - час, два. Курортники, прибывшие в Сочи без путевок, могут обратиться в поликлиническое отделение Мацесты, где пройдут необходимое обследование и получат назначение на Мацестинское лечение.

2.4 Минеральная вода Мацесты - основной лечебный фактор курорта

Источники Мацесты имеют различную концентрацию сероводорода от 60 мг/л до 420 мг/л, общая минерализация от 3.0 до 30 г/л. В состав мацестинской минеральной воды входит более 20 различных химических элементов и соединений. Главный лечебный фактор - сероводород - обуславливает ряд реакций организма. Эффект воздействия проявляется реакцией покраснения кожи, в основе которой расширение кровеносных сосудов, ускорение циркуляции крови, увеличение числа функционирующих капилляров. В настоящее время выпускается 4 вида минеральных вод:

"Пластунская"

"Лазаревская"

"Псезуапсе"

"Чвижепсе"

"ЛАЗАРЕВСКАЯ"

Минеральная вода "Лазаревская" добывается с большой глубины из скважины ╧84М группы XXII-б и является лечебно-столовой, гидрокарбонатно-хлоридной, борной водой. В качестве лечебного и профилактического средства данная вода может быть рекомендована при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря и желчевыводящих путей, при нарушении обмена веществ, ослабления неблагоприятных факторов внешней среды. В качестве столового напитка минеральная вода "Лазаревская" являясь водой среднего уровня минерализации (3,5-5,0 г.л.) обладает превосходным характерным солоноватым вкусом, прекрасно утоляет жажду, способствует активному и качественному процессу пищеварения.

"ПСЕЗУАПСЕ"

Чистая, натуральная гидрокарбонатная натриево-кальцевая минеральная вода "Псезуапсе" выпускается в двух видах: газированная и негазированная. Являясь природной питьевой водой слабой минерализации вода "Псезуапсе" (газированная) используется в качестве столового напитка, прекрасно утоляющего жажду и имеющего характерный кисловатый, освежающий вкус. Негазированная природная минеральная вода "Псезуапсе" с успехом применяется для питья, приготовления пищи и напитков, особенно в местностях испытывающих нехватку чистой питьевой воды.

"ЧВИЖЕПСЕ"

Минеральная вода "Чвижепсе" характеризуется как гидрокарбонатная, натриево-кальцевая, мышьяковистая, маломинерализованная (1,6-2,3 г.л.).

Лечебно-столовая минеральная вода "Чвижепсе" является коктейлем из двух минеральных вод скважин 48-Э "Пластунка" и ╧6 Чвижепсинского месторождения в соотношении 3:1.

В качестве столового напитка минеральная вода "Чвижепсе" отличается сбалансированным, нейтральным, освежающим вкусом.

Показания по лечебному применению:

- хронические гастриты и колиты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки;

- хронические заболевания: печени, желче- и мочевыводящих путей, панкреатиты, железнодефицитные анемии.

Рекомендуется для профилактики кариеса зубов, повышения сопротивляемости организма, при болезнях обмена веществ ( сахарном диабете, ожирении и т.д.). Употребление минеральной воды "Чвижепсе" активно способствует выведению из организма солей тяжелых металлов и радионуклидов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Особенность курортной практики состоит в том, что она сочетает в себе множество функций:

* профилактическое оздоровление населения;
* реабилитацию больных;
* анимационно-досуговую деятельность.

Профилактическое оздоровление населения в санаторно-курортной практике осуществляется с использованием двух основных форм:

* компенсаторно-расширенного восстановления физических сил человека, осуществляемого в ежедневном лечении в санаториях-профилакториях в вечерние часы;
* расширенного восстановления физических сил и здоровья в процессе санаторного лечения в отпускной период.

На курортах на основе использования природных лечебных ресурсов для профилактики заболеваний путем воздействия на факторы риска происходит восстановление физического и психического здоровья человека. Курорты способствуют сохранению и укреплению здоровья, предупреждению возникновения болезней.

Курортное лечение является важнейшим элементом современной медицины в борьбе за снижение заболеваемости населения, предупреждение инвалидности и, как следствие этого, сохранение и воспроизводство трудовых ресурсов.

В результате лечения на курортах время нетрудоспособности трудящихся после болезней сокращается в 2–3 раза, резко возрастает производительность труда. В этом состоит главная социальная задача санаторно-курортного дела.

ЛИТЕРАТУРА

1. Справочник по санаторно-курортному отбору. М., "Медицина" 1986г
2. Курорты. М., "Профиздат" 1991.
3. Курорты. Энциклопедический словарь. М., "Советская энциклопедия" 1983.
4. "Физиотерапия" Е. И. Пасынков - М.: Издательство "Медицина", 1994.