ПЛАН

ВВЕДЕНИЕ

ГЛАВА I. Лечебные факторы, местность, климат, курортов Самарской области

ГЛАВА II. Санатории Самарской области

1. Санаторий "Волжский утес"

2. Санаторий "Сергиевские Минеральные Воды"

3. Санаторий "Самарский"

4. Санаторий "Можайский"

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ЛИТЕРАТУРА

ПРИЛОЖЕНИЕ

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 курортах Самарской области.

ГЛАВА I. Лечебные факторы, местность, климат, курортов Самарской области

Самарский край - один из красивейших регионов России с развитой экономикой, богатой культурой и славной историей, уходящей в глубь веков.

На территории области существует около 70 курортов и здравниц, готовых принять более 10 000 гостей одновременно. Некоторые из этих учреждений имеют Всероссийское значение. На Сергиевских Минеральных водах работает крупнейший в России специализированный реабилитационный центр для спинальных больных. На склонах Жигулёвских гор расположился самый комфортабельный санаторий области – Волжский Утёс – Медицинский центр Управления делами Президента России.

Много на самарской земле удивительных мест, воспетых художниками слова. Самарская лука, Жигулевские и Сокольи горы, пойменные леса, необъятные просторы заволжских степей, величавая Волга с ее многочисленными притоками и живописными берегами – все это составляет прелесть и обаяние этого края.

С давних пор дивились люди красоте и величию Жигулей. Единственный горный массив на Русской равнине, казалось, таил в себе несметные сокровища. Но богатства Жигулевских гор заключено не в злате и не в драгоценных каменьях, а в минеральных водах. Среди самарцев и гостей города любовью и большой популярностью пользуются минеральные воды, добытые из целебных минеральных источников, расположенных на щедрой самарской земле. Самарская область располагает значительным запасом полезных ископаемых: нефть и попутный газ, горючие сланцы и поваренная соль, самородная сера, месторождения карбонатных пород, глинистого сырья, гипса, битуминозных песчаников, мела, формовочного песка. Имеются месторождения пресных минеральных и родоновых вод, целебных минеральных грязей.

Климат Самарской области умеренный, внутриконтинентальный. Для него типично невысокое давление воздуха и активная циклоническая деятельность. Зима здесь холодная и продолжительная, лето жаркое с частыми засухами, с большими колебаниями температуры и неустойчивостью погоды. Осень и весна продолжительны и хорошо выражены. Снежный покров и ледостав на водоемах устанавливается во второй-третьей декаде ноября. Таяние снегов и вскрытие рек обычно происходит в первой декаде апреля. Средняя температура июля, самого жаркого месяца года, +21, января, самого холодного месяца, -13 градусов Цельсия. В год выпадает около 400 мм осадков.

Природа Самарской области, с одной стороны, типична для средней полосы России, с другой стороны, воистину уникальна. Особенность ее состоит в том, что на сравнительно небольшой территории можно найти элементы природных зон, характерных практически для всех регионов Российской Федерации (за исключением крайнего севера и южных приморских районов). Скалистые, поросшие густым лесом горные вершины и привольные степи, тенистые дубравы и дремучая тайга, непроходимые болота и целебные минеральные источники, малые речушки и бескрайние горные дали – чудесных уголков на территории Самарской области так много, что государство здесь взяло под охрану не только отдельные памятники природы, но и целые территории. Среди них – национальный парк "Самарская лука", Жигулевский заповедник, Бузулукский бор, ландшафтные заказники – Васильевские острова и Сергиевские минеральные воды. Всего на территории Самарской области зарегистрировано 306 памятников природы, из них 13 объектов имеют статус республиканского значения.

Одним из преимуществ физических методов лечения является универсальность их действия, благодаря чему один и тот же фактор может применяться при самых различных заболеваниях. Физические факторы, являясь элементами внешней среды, представляют собой привычные для организма раздражители, на которые в процессе индивидуального развития вырабатываются безусловные рефлексы. Благодаря физиологичности реализация действия физических факторов осуществляется через те же механизмы, что сложились при взаимодействии организма с внешней средой в процессе эволюции.

Нельзя не отметить нормализующий характер действия физиотерапии, а также способность оказывать тренирующий эффект, стимулировать компенсаторно-приспособительные процессы в организме.

Физические факторы в терапевтических дозировках не обладают токсичностью, не вызывают побочных эффектов. В этом одно из важнейших преимуществ физиотерапии перед лекарственной терапией. Вместе с тем не следует противопоставлять физические методы лечения лекарственной и другим видам терапии. Они должны органично входить в лечебно-профилактический или реабилитационный комплекс как неотъемлемая его часть.

Достоинством физиотерапии является ее длительное последействие. Суть его состоит в том, что сдвиги в организме, терапевтический эффект не только значительное время сохраняются, но нередко даже нарастают после окончания курса лечения.

Физические факторы являются одновременно средствами как специфического, так и неспецифического действия. Именно последнее обусловливает особую ценность физиотерапевтических воздействий, даёт возможность наряду с общей стимуляцией защитных и компенсаторных приспособительных реакций дифференцированно воздействовать на нарушенные функции организма, различные симптомы болезни. Возможность в одном факторе сосредоточить воздействие на причину болезни, звенья развития болезни и её симптомы, является важным достоинством и преимуществом физиотерапии перед фармакотерапией.

К примеру, весьма обоснованным в лечении инфицированных ран является применение ультрафиолетовых облучений. Ультрафиолетовые лучи оказывают бактерицидное воздействие на микрофлору раневого содержимого, вызывают противовоспалительный эффект, улучшают кровообращение, стимулируют рубцевание, обладают обезболивающим и противоотёчным действием.

Таким образом, механизм действия физиотерапевтических методов, согласно современным представлениям, сводится к тому, что лечебные физические факторы вызывают в организме системную компенсаторно-приспособительную реакцию, которая в итоге тренирует и оптимизирует все системы организма.

При комплексном применении правильно подобранных физических факторов можно получить явно выраженный терапевтический эффект или добиться полного выздоровления.

Наверное, одним из самых древних и самых действенных лечебных средств, ставших известных человечеству, является минеральная вода. Ещё полтора десятилетия назад "народными" марками минеральной воды в России можно было назвать, пожалуй, только "Ессентуки" да "Боржоми".

Сегодня минеральную воду к разряду дефицитных товаров отнести трудно при всём желании. Только в Самарской области разведано около двадцати источников лечебно-столовых вод, большинство из которых разливается в бутылки и поступают в продажу газированными и без газа, так что трудность выбора заключается только в широте предлагаемого ассортимента и знании того, какая именно вода нужна именно.

На территории Самарской области в промышленных масштабах используется около двадцати источников различных по составу минеральных вод. Наиболее известными торговыми марками, под которыми они выпускаются, можно назвать, например, "Борскую", "Красноглинскую", "Лагуну", "Рамено", "Капель"… Большая часть минеральных вод Самарской области разливается в бутылки, а также газируется или выпускается в натуральном, негазированном виде.

ГЛАВА II. Санатории Самарской области

1. Санаторий "Волжский утес"

Если нравится Вам чистый воздух лесной, Если манят Вас море, задумчивый плес, Приезжайте и летом, и снежной зимой За здоровьем и отдыхом в "Волжский утес"!

Санаторий "Волжский утес" раскинулся на живописном берегу Жигулевского моря, у подножия Жигулевских гор. Здешние места за красоту и экологическую чистоту воздуха называют Волжской Швейцарией. Современный лечебно-оздоровительный комплекс, чарующая природа Жигулей, естественные минеральные источники и целебные грязи делают санаторий уникальной здравницей России. Здесь успешно лечат болезни сердца и сосудов, опорно-двигательной и нервной систем.

Санаторный комплекс включает в себя корпуса для проживания гостей, приема лечебных и оздоровительных процедур, парк с прогулочными дорожками, спортивными площадками, пляж, лодочную станцию, "Рыбацкую деревню", "Харчевню", "Чайный домик", построенные в традициях деревянного русского зодчества. На берегу реки Усы, притоке Волги, в живописном лесном массиве гостеприимно встречает отдыхающих "Дом охотника", рядом с которым поблескивает "зеркалом вод" большой красивый пруд.

В общем комплексе лечебных мероприятий волжского курорта основу составляет активный санаторный режим. Для отдыхающих организуются пешеходные и велосипедные прогулки, катание на лодках и купание, водные экскурсии, а зимой - лыжные прогулки, катание на коньках. Гармоничное взаимодействие человека с природой дает великолепный лечебный результат.

К услугам гостей "Волжского утеса" - комфортабельное здание из шести жилых этажей и двух этажей лечебно-оздоровительного и сервисного назначения. В нем находятся круглосуточный пост медицинского персонала и блок неотложной медицинской помощи. Корпус для проживания соединен переходом с лечебным корпусом, в котором расположены спортивные залы и залы для занятий лечебной гимнастикой, плавательный бассейн, а также кабинеты для приема процедур массажа, гидромассажа, ингаляций, аппаратного электролечения. Там же размещены отделения функциональной диагностики, стоматологический и гинекологический кабинеты, кабинеты иглорефлексо- и психотерапии, рентгенологии и лаборатория. В уникальной по своим возможностям водолечебнице отпускаются общие ванны с использованием минеральной воды, процедуры лечебной сероводородной грязи, пароуглекислые ванны, гидромассаж в минеральной воде и гидрокинезотерапевтический лечебный комплекс.

Питание гостей отличается разнообразным меню, позволяющим учитывать индивидуальные привычки, вкусы и при этом согласованным с врачом-диетологом.

В санатории имеется комфортный киноконцертный зал, примыкающий к основному зданию. В "Волжском утесе" есть парикмахерская, киоск курортных товаров, функционирует кабельная видеосистема, из каждого номера предоставляются услуги автоматической междугородной телефонной связи.

2. Санаторий "Сергиевские Минеральные Воды"

Какая все-таки это дорогая вещь (и хрупкая!) - наше здоровье! Чуть что не так - именно оно поглощает все наши мысли и деньги... Поэтому так важно вовремя начать лечиться, и если есть хоть малейшая возможность - воспользоваться лечебной силой курортов, расположенных недалеко от дома.

Больному не стоит менять климат. А если в Самарской области расположен такой, без преувеличения знаменитый курорт, как Сергиевские Минеральные Воды, а в соседней Ульяновской области не менее известные Ундоры - значит, считайте, нам повезло.

Чудодейственные возможности самарского курорта известны уже более 165 лет. Здесь вылечивают болезни сердца, крови, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, мочеполовых органов, кожи, а также профзаболевания. Особо следует отметить прекрасные результаты единственного в стране отделения для спинальных больных (с заболеваниями, травмами и ранениями спинного мозга), а также лечение детей больных детским церебральным параличом (ДЦП). Этому способствует богатство лечебных факторов, подаренных самой природой: минеральные воды и сульфидная иловая грязь озера Молочка. И, без сомнения, талант врачей и внимание всего персонала плюс новейшие методы лечения. Благотворно воздействуют и прекрасный старинный парк, и озера, поэтому лучшее время пребывания тут - лето и "золотая осень".

Чудесный парк, заложенный еще в прошлом веке, окружает и санатории курорта Ундоры. Он расположен недалеко за Ульяновском, на живописном берегу Волги, где оборудован пляж. Вода "Волжанка", ничуть не уступающая всемирно известной "Нафтусе" из Трускавца, богатый опыт врачебного коллектива, забота и внимание плюс разнообразные виды лечения делают чудеса. Под их воздействием отступают хронические заболевания печени, почек, желчного пузыря, желудочно-кишечного тракта, мочеполовой сферы. В нашем загрязненном мире немного таких исцелений, какие дает волшебная вода Ундор!

1. Санаторий "Самарский"

В одном из живописнейших мест Самары, в лесопарковой зоне на берегу Волги расположен комфортабельный, великолепно оснащенный лечебно-оздоровительный комплекс - санаторий "Самарский".

Место, где расположился санаторий "Самарский", является одним из любимейших мест отдыха самарских жителей. Оно находится почти в центре города и в то же время в лесу. Трудно найти другое такое место, которое объединяло бы в себе одновременно и близость цивилизации со всеми ее преимуществами, и близость первозданной природы. Поэтому на сравнительно небольшой территории сосредоточено так много учреждений отдыха (санаторий, Санаторий, многочисленные базы отдыха, дачные массивы). А близость волжских пляжей делает его летом самой притягательной зоной отдыха.

Санаторий находится в черте города, причем недалеко от его культурного и географического центра (около часа езды на автобусе). Оказались первый раз в городе Самара, будет интересно погулять по его старым районам - уникальному образцу архитектурного стиля, который зовется купеческим. Кстати, совсем рядом с санаторием расположен один из таких памятников - дача купца Головкина. Кроме того, в Самаре хорошо развита индустрия развлечений. В театрах играют замечательные актеры, часто приезжают на гастроли ведущие московские и ленинградские труппы. В оперном театре идет опера "Видения Ивана Грозного", поставленная Мстиславом Ростроповичем. В современных кинотеатрах мировые и российские премьеры выходят на экраны в тоже время, что и в столице. Самарский центр кинематографии устраивает показы самых интересных, скандальных и необычных фильмов, которых нет в Российском прокате. В самарских ночных клубах играют известные российские музыканты, а на гастроли приезжают звезды мирового масштаба, которые выступают еще только в Москве или Санкт-Петербурге. Все эти и другие развлечения ждут гостей санатория "Самарский".

Санаторий "Самарский" вот уже много лет принимает у себя людей, желающих отдохнуть и укрепить свое здоровье. И не только жители Самары и Самарской области могли оценить сервис и комфорт такого отдыха. Оренбург, Тюмень, Нефтеюганск, Сургут- жители этих и многих других городов из года в год отдыхают в санаторие.

Считается, что отдыхать обязательно надо на юге, у моря, под жарким тропическим солнцем. А иначе и отпуск не отпуск. Но не всем такой отдых полезен - часто резкая смена климата только вредит здоровью. А главное, никакой климат не заменит профессионализма медперсонала, а также сервиса, которые в санатории "Самарский" на высшем уровне.

Санаторий "Самарский" представляет собой современный лечебно-оздоровительный комплекс с комфортабельными помещениями.

Лечебное отделение санатория имеет в своём составе водолечебницу, кабинет озокеритолечения, физиотерапевтические кабинеты с современным оборудованием, ингаляторий, фитобар, кабинеты искусственного микроклимата: фитоаромотерапии, аэроионотерапии с люстрой Чижевского, спелеокамеру, зал лечебной физкультуры и тренажёрный зал, кабинеты герудотерапии, функциональной диагностики, иглорефлексотерапии (Су-Джок) и др. В лечебном корпусе находится круглосуточный пост дежурного мед. персонала с процедурным кабинетом для неотложной помощи.

В комплексе санаторного лечения больных в условиях санатория ведущую роль играют лечебные физические факторы:

I. Бальнеотерапия (водолечение)

 Ванны: хвойные, йодобромные, травяные, хлоридно-натриевые, морские, скипидарные, гидромассажные "Джакузи", "Балатон", "Пати", "Акваделиция-2", "Сенатор", жемчужные с озонированием, с ароматическими маслами, вихревые для конечностей и др.

 Души: Шарко, циркулярный, восходящий, веерный, подводный душ-массаж.

 Сауна (с бассейном 2 х 3 м. и гидромассажной установкой).

II. Озокеритолечение - лечение горным воском с парафином кюветно-аппликационным способом.

III. Электросветолечение.

4. Санаторий "Можайский"

Расположен в бальнеологическом и климатическом равнинном курорте лесистой зоны, на левом берегу реки Волги, на северо-западной окраине города Самара. Санаторию 5 лет. На территории санатория находится скважина источника сульфатно-гидрокарбонатной кальциево-магниевой воды ''Студеная'', которая по лечебным возможностям близка к известным минеральным водам ''Ундоровская'', ''Нафтуся''.

Профиль санатория: лечение заболеваний сердечно-сосудистой системы, неорганические заболевания центральной и периферической нервной системы, костно-мышечной системы, желудочно-кишечного тракта, мочевыводящих путей, женской половой сферы, хронических заболеваний печени и желчевыводящих путей.

Лечебная база: ведущею роль играют природные лечебные факторы, применяемые в сочетании с аппаратной физиотерапией, лечебной физкультурой, рациональным лечебным питанием в условиях активного отдыха и специально организованного режима. По своим природным лечебным средствам санаторий относится к здравницам смешанного типа, та как в лечении используются бальнеоклимато- грязевые лечебные факторы.

Водолечебница санатория оснащена современным оборудованием: ванны для подводного массажа "Treat" и "Marabou". В санатории используются иловые сульфидные грязи озера и молочко известного курорта "Сергиевские мин.воды", лечение проводится при заболеваниях суставов, периферической нервной системы, гинекологической патологии, заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Имеются кабинеты электросвечения, ингаляторий, фитобар. На территории санатория находится скважина гидрокарбонатной кальциевой магниевой воды. Лечебно- минеральная вода "Студеная" по своим лечебным возможностям близка к известным минеральным водам "Славянской", "Ундоровской", "Нафтуся" всемирно известного курорта Трускавец. Минеральная вода используется при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, мочевыводящих путей и мн.др.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для российских жителей лечение на курортах Самарской области предпочтительнее, так как они имеют возможность при большом разнообразии здравниц выбирать те, где они будут испытывать меньшие климатические и временные адаптационные нагрузки, что будет способствовать более успешному лечебному процессу. 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. Cправочник Санатории и курорты Самарской области. Самара, 2004
2. ЛУЧШИЙ ТУРИСТИЧЕСКИЙ КАТАЛОГ. Самара, 2004
3. Экология Самарской области. Самара, 2004.