

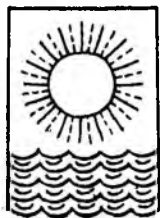


ПРИРОДНЫЕ
ЛЕЧЕБНЫЕ
ФАКТОРЫ
КУРОРТА

АНАПА

В. Н. АВАНЕСОВ
Л. И. БАКЛЫКОВ
Т. Ф. СТОЙНОВ

**ПРИРОДНЫЕ
ЛЕЧЕБНЫЕ ФАКТОРЫ
КУРОРТА
АНАПА**



КРАСНОДАРСКОЕ КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО 1984

Г л а в а I

О КУРОРТЕ АНАПА

В конце V в. до н. э. на высоком берегу бухты Черного моря возник один из крупнейших античных городов Боспорского царства — Горгиппия (на этом месте сейчас располагается центр современного курортного города Анапы).

В те давние времена в храмах богов служители культа устраивали специальные открытые террасы для приема большими солнечными ваннами. Были такие храмы и в Горгиппии. Великий Гиппократ, отец медицины, еще в III в. до н. э. придавал огромное значение широкому использованию солнца, воды, воздуха, гимнастики, массажа в оздоровлении и закаливании человеческого организма.

Местные минеральные источники Семигорья были одним из «курортных районов» античного Боспора. Исследователи приводят следующий факт. При очистке источника от ила и других наносов в нем были обнаружены миниатюрные деревянные фигурки, представляющие грубое изображение различных частей человеческого тела. Многие из этих фигурок вследствие пропитывания солями почти окаменели и были найдены под глубоким слоем ила. Высказано любопытное предположение о том, что, очевидно, существовал обычай древних бросать в целебный источник изображение своего больного органа, возможно, с надеждой или в благодарность за исцеление.

Следует упомянуть, что первое лечебное курортное учреждение на Таманском полуострове появилось еще в 1868 г. Вблизи Темрюка, рядом с горой Гнилой, была открыта войсковая грязелечебница. Сопочная грязь подносилась ведрами к месту лечения и после нагрева солнечными лучами накладывалась на больных.

В конце прошлого века единственный местный городской

Таблица 1

В литре воды содержится	Граммы	Мг·экв.	Экв.·%
Катионы:			
Калий + натрий	5,5790	242,567	77,61
Магний	0,7174	59,000	18,88
Кальций	0,2200	10,980	3,51
Сумма катионов	6,5164	312,547	100,00
Анионы:			
Хлор	9,8691	278,360	89,06
Бром	0,0050	0,062	0,02
Йод	0,0060	0,045	0,01
Сульфат	1,4440	30,080	9,63
Гидрокарбонат	0,8300	3,000	0,96
Карбонат	0,0300	1,000	0,32
Сумма анионов	12,1841	312,547	100,00
Сумма ионов	18,7005		
Общая минерализация	18,7005		

терий, будучи водой поверхностной, она содержит в большом количестве растворенный кислород и другие газы.

Содержание в морской воде значительного количества солей оказывает вредное влияние на организм при неоднократном ее употреблении внутрь. Соли задерживаются в тканях и органах человека, вызывая обезвоживание организма с серьезными последствиями. Следует знать, что в морской воде могут находиться болезнетворные микроорганизмы и бактерии, вредные для человека. Поэтому использование морской воды для полосканий горла, ингаляций и орошений возможно только после предварительного обеззараживания, проводимого чаще всего с помощью ультрафиолетовых ламп.

Талассотерапия, или морелечение (по-гречески «таласса») —



Гидроминеральные и грязевые ресурсы Анапского курортного района

Месторождения минеральных вод: 1 — Анапское; 2 — Джемтинское; 3 — Бимлюкское; 4 — 10 Цыбанова Балка; 5 — Семигорское; 6 — Раевское; 7 — Сунко; 16 — Южная Озерейка; Месторождения лечебных грязей: 8 — Чембуркское; 9 — Витязевское; 11—12 — Старокубанское и Гирляное на Кизилташском лимане; 13 — озеро Соленое; 14 — Семигорская сопка; 15 — сопка Шуго

Бирштонаса, Белой Горки. Это обстоятельство будет способствовать составлению методики лечебного использования этих минеральных вод в условиях Анапского курорта.

Минеральные воды для наружного применения

Несмотря на отсутствие до последнего времени в Анапе подземных минеральных вод для наружного применения, на курорте бальнеолечение имеет древние традиции. Дело в том, что морская вода и вода окружающих Анапу лиманов является классической минеральной водой для лечебных купаний и других процедур. Выше уже приводилась характеристика химического состава морской воды и растворенных в ней газов.

Подземные воды, находящиеся в пластах горных пород на большой глубине, нередко, измеряемой тысячами метров в условиях высоких давлений и температур, длительное время (тысячи, а иногда и миллионы лет) контактируют с горными породами различного состава, в результате чего насыщаются отдельными элементами в значительных количествах. Это обеспечивает, с одной стороны, высокую минерализацию подземной воды и нередко концентрацию в ней целого ряда специфических компонентов, имеющих большое лечебное значение. Назовем среди них бром, йод, бор, мышьяк, кремневую кислоту, железо и др.

Несомненно, органические процессы в подземных водах локализируются только в определенной обстановке и происходят, как правило, в анаэробных условиях без доступа кислорода. Образуется, в частности, высокая концентрация сероводорода (сульфидов), имеющего исключительное важное лечебное значение. Подземные воды могут насыщаться углекислотой, являющейся существенным компонентом минеральных вод, а также азотом, метаном и т. д.

Все сказанное свидетельствует в пользу того, что морские

и подземные минеральные воды имеют самостоятельное лечебное значение и являются важнейшим бальнеотерапевтическим средством.

Проведенные гидрогеологические исследования последних лет позволили прогнозировать, а затем и получить два ценных типа подземных минеральных вод для наружного применения: сульфидные (III бальнеологическая группа), бромные и йодобромные рассолы (V бальнеологическая группа).

Эти воды получены в северной части курорта в районах Джемете и Цыбанова Балка в значительных количествах. Гидрогеологические исследовательские и буровые работы уже завершены.

Азотно-метановые сульфидные (сероводородные) средне- и высокоминерализованные гидрокарбонатно-хлоридные кальциево-магниевые натриевые холодные воды обнаружены в буровых скважинах на территории поселка Джемете, который сейчас входит в черту города. Глубина скважин от 300 до 750 м. Воды характеризуются различной минерализацией от нескольких до тридцати граммов на литр.

Содержание сероводорода в отдельных скважинах различное от 0,017 до 0,120 г/л. Таким образом, по содержанию сероводорода (сульфидов) на Джеметинском месторождении выделяются воды слабосульфидные (H_2S от 0,010 до 0,050 г/л), со средней концентрацией сульфидов (H_2S от 0,050 до 0,100 г/л) и крепкие сульфидные воды (H_2S более 0,100 г/л). Сульфидные минеральные воды в районе Джемете разведаны в известняках, ракушечниках и песчаниках неогенового (раннетретичного) возраста.

Сульфидные воды получены в скважинах 1-рз, 2-рз, 1-э, 2-э, 6-бис.

Реакция сульфидных вод Джеметинского месторождения в основном нейтральная, что обеспечивает наличие в воде значительной части сульфидов в виде молекулярного сероводорода до 53%, который является наиболее активным бальнеологическим фактором.

Среди сульфидных вод курортов СССР имеются очень

Учитывая физиологические особенности детского организма, важно помнить, что центральная нервная система у ребенка более восприимчива к воздействию климатических факторов, легко возбудима и утомляема.

Кожные покровы у детей нежнее, они слабо защищают глубже расположенные ткани от воздействия солнечной радиации, смены температур воздуха и воды. При неблагоприятных воздействиях быстро нарушается тепловое равновесие, возникает перегревание или переохлаждение, что связано с особенностями терморегуляции.

При несоблюдении правил климатолечения вместо желаемого оздоравливающего эффекта могут иметь место отрицательные реакции.

Аэротерапия

Аэротерапия — лечение воздухом, проводится во все зоны года. Курортную зону Анапы можно назвать естественным ингаляториумом. Свежий, чистый воздух с повышенным содержанием кислорода и озона, преобладанием отрицательных аэроионов содержит аэрозоли морских солей, фитонциды морских водорослей и растений приморского парка.

Различают три вида аэротерапии: пребывание на воздухе в одежде (в покое и движении); сон на воздухе (дневной и ночной); воздушные ванны.

Пребывание на воздухе в одежде определяется временами года и режимом физической подвижности. Одежда должна обеспечивать тепловой комфорт при любых погодных условиях.

На воздухе в теплый и прохладный периоды года рекомендуются дозированная ходьба, лечебная физкультура, подвижные игры, ближний туризм.

Для аэропроцедур используются специальные климатотерранды, павильоны.

В период адаптации очень полезны неустойчивые про-

гулки в утренние часы по набережной. При оценке климатических воздействий учитывается эквивалентно-эффективная температура (ЭЭТ), характеризующая теплоощущение человека в тени. ЭЭТ вычисляется по специальной шкале с учетом температуры, влажности воздуха и скорости движения ветра. Зона комфорта, определяющаяся тепловым равновесием между окружающей средой и организмом человека, имеет ЭЭТ в пределах 18—22°C.

Сон на воздухе в теплый период года можно проводить на берегу моря на специально отведенных площадках. В прохладный период года сон на воздухе является активной процедурой, для которой необходимы климатопалаты и специальный набор постельных принадлежностей (матрацы, теплые одеяла, спальные мешки), причем постельное белье предварительно согревают.

При проведении сна на воздухе ЭЭТ в помещении при режиме слабого воздействия должна быть не ниже 12°C, при режиме умеренного воздействия не ниже 9°C.

Воздушные ванны являются активным закаливающим видом аэротерапии. Их продолжительность определяется ЭЭТ и назначенным режимом климатолечения (табл. 5).

В прохладный период года рекомендуются воздушные ванны в аэрофотарии в сочетании с ультрафиолетовым облучением.

Аэротерапия восстанавливает нарушенные функции организма, нормализует функциональное состояние нервной системы, дыхания и кровообращения, тренирует механизмы терморегуляции, стимулирует обменные процессы. Закаливание организма повышает устойчивость к простудным заболеваниям.

Гелиотерапия

Гелиотерапия — лечение солнцем, является одним из наиболее активных видов климатолечения.

Курорт Анапа характеризуется большим количеством сол-



Центральный пляж

нечной радиации. Максимальное число солнечных дней здесь отмечается в летние месяцы.

Многие отдыхающие, приезжая в Анапу, стремятся побыстрее загореть и не придают должного значения соблюдению правил пребывания на солнце. Восторженное отношение детей к играм на песке и на мелководье вызывает у взрослых желание продлить время купания. В связи с этим в результате большой солнечной инсоляции возникают перегревы, ожоги, и вместо оздоровительного воздействия организму, особенно детскому, наносится вред.

**Актинометрическая таблица гелиотерапии
(средняя биологическая доза в мин)
в летнее время года на курорте Анапа**

Месяцы	Часы дня				
	9-00	10-00	11-00	12-00	16-00

Для детей

Май	27	25	18	16	36
Июнь	22	20	17	15	25
Июль	23	21	18	16	27
Август	24	22	20	18	26
Сентябрь	23	24	21	20	25

Для взрослых

Май	32	23	20	18	48
Июнь	30	21	18	16	46
Июль	40	26	21	20	40
Август	50	32	28	24	42
Сентябрь	52	46	34	30	44

Морские купания

Морские купания, оказывающие мощное воздействие на гемодинамику, являются важной составной частью климатолечения.

При купании в море организм испытывает воздействие физических и химических факторов (температура, давление и движение воды, растворенные соли и органические вещества).

Детям дошкольного возраста, а также ослабленным, рекомендуется проведение подготовительного периода по следующей методике.

Тело растирают сухим полотенцем, затем губкой, смоченной в подогретой до 28°C морской воде, обтирают грудь, живот. После обтирания тело просушивают полотенцем насухо. При хорошей переносимости процедуры температуру воды ежедневно снижают на один градус, переходя в последующие дни на обливание подогретой на солнце водой. В дальнейшем для обтирания пользуются морской водой, имеющей температуру не ниже 20° , для морской душа $36\text{—}37^{\circ}\text{C}$.

В подготовительном периоде после воздушной ванны разрешаются однократные окунания в море в соответствии с назначенным режимом, под контролем медицинской сестры. Затем переходят к морским купаниям.

Морские купания в Анапе начинаются обычно в июне при температуре воды 20°C , а РЭЭТ воздуха $19,7\text{—}23,7^{\circ}\text{C}$.

Дети купаются под присмотром родителей, контролем медсестры, воспитателя и матроса-спасателя.

Перед купанием принимается воздушная ванна, затем солнечная, после которой необходимо отдохнуть в тени, и только затем входить в воду.

Нельзя погружаться в воду разгоряченным без предварительного отдыха в тени. В течение дня следует ограничиться одним купанием. Детям здоровым, старше 10 лет можно купаться 2 раза в день с интервалом между купаниями не менее 3—4 ч.

После купания необходимо насухо вытереть тело полотенцем и отдохнуть в тени около 30 мин.

Купание должно быть активным в сочетании с гимнастикой, различными играми или плаванием.

Плавание предусматривает охлаждение, оно является одним из лучших методов закаливания и тренировки организма, укрепляет нервную систему и способствует развитию мышц. Оно показано при целом ряде заболеваний. Дозированное

Предельно допустимые дозы купания детей, мин

Режимы	Температура морской воды, °С							
	19	20	21	22	23	24	25	26
Слабого воздействия	—	1	1,5	2	3	4	5	6
Умеренного воздействия	1,5	2	3	4	6	8	10	12

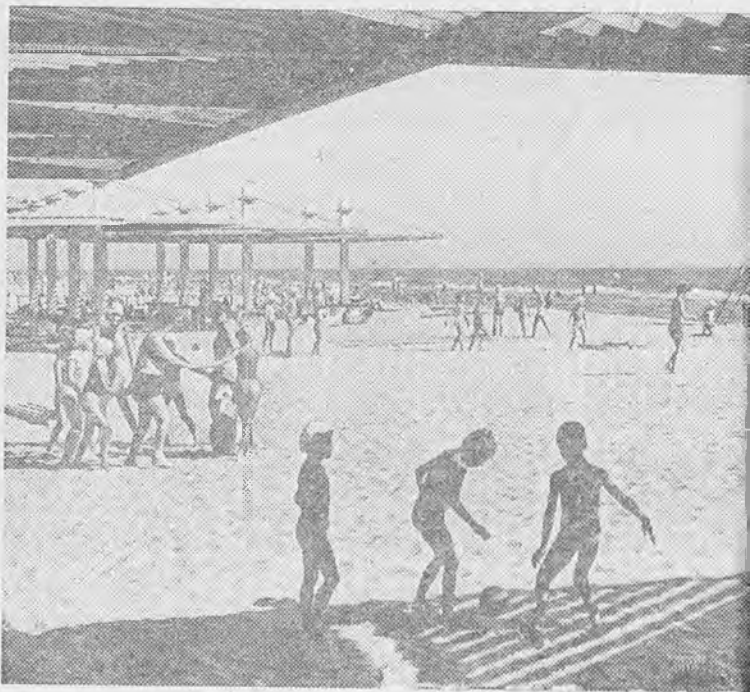
плавание особенно рекомендуется детренированным лицам, при заболеваниях обмена веществ, опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы (при отсутствии недостаточности кровообращения). Лучше использовать различные стили плавания. Наиболее спокойный способ — плавание на боку. Близок к нему медленный темп при бросе, оказывающий умеренное рациональное воздействие на организм. Плавание стилем кроль оказывает тонизирующее действие, увеличивает нагрузку и возбуждает сердечно-сосудистую систему. Полезно плавать и на спине. В этом случае достигается равномерное глубокое дыхание в результате ритмичных попеременных взмахов рук, в то время как самая подвижная часть грудной клетки находится над поверхностью воды. Детям не следует заплывать на глубину более 1 м.

Температурные режимы воздуха и воды, продолжительность плавания для детей остаются теми же, как и при купаниях.

В зимнее время купания в сочетании с гимнастикой в воде и плаванием проводятся в бассейнах с подогретой морской водой под руководством медицинской сестры и методиста по лечебной физкультуре.







Лечебный пляж комплекса «Жемчужина России»

Морской климат и морские купания оказывают большой закаливающий и тренирующий эффект, они полезны при аллергических заболеваниях различного происхождения, так как снижают чувствительность ко многим аллергенам, ведут к десенсибилизации организма и тем самым улучшают самочувствие больных с аллергическими состояниями верхних дыхательных путей и аллергическими дерматозами.

Под влиянием талассотерапии повышаются защитные силы организма, регулируются обменные процессы и деятельность эндокринной системы, стимулируется физическое развитие организма. Полезное значение имеет сочетание климатолечения с элементами психотерапии, особенно у детей с невротическими наслоениями.

Климатолечение в сочетании с лечебной физкультурой, массажем и рациональным диетпитанием является тем основным фоном, на котором назначаются различные виды санаторно-курортного лечения (ингаляции, бальнеогрязелечение, физиотерапия и др.).

Песочные ванны

Лечение песком — псаммотерапия — издавна применялось как народное средство при рахите, хронических заболеваниях позвоночника и суставов. Наличие огромных масс мелкого чистого песка в условиях сильной солнечной инсоляции позволяет использовать в санаторно-курортной практике этот метод активной терапии непосредственно на пляжах в виде песочных ванн, которые и раньше широко применялись преимущественно для лечения детей. В настоящее время этот метод лечения возрождается.

Морской песок обладает небольшой теплоемкостью, хорошо прогревается солнцем и довольно долго сохраняет тепло.

Песочные ванны оказывают на организм главным образом тепловое действие, в меньшей степени механическое и химическое.

Достаточный естественный солнечный нагрев песка происходит летом, особенно в июле и августе.

Ванны отпускаются на выделенных песчаных участках, защищенных от ветра, на берегу моря, с нагретым до температуры 40° С песком. Обнаженные участки тела, особенно голове, нужно затенить при помощи зонта или надголовника.

Ванны могут быть общими и местными. При отпуске общих ванн больного укладывают на спину и засыпают слоем песка в 5—6 см, до шеи, оставляя открытой область сердца. Лучшее время для приема песочных ванн детьми — утренние часы с 10 до 12, при РЭЭТ в пределах 19,5—23,5° С. Продолжительность процедуры 10—15 мин. Общее число процедур на курс лечения обычно составляет 10—15. Песочные ванны отпускаются через день, чередуя с другими процедурами бальнеогрязелечения. Общие песочные ванны следует назначать осторожно, особенно в жаркое время дня.

Следует помнить, что песочные ванны являются в течение дня заключительным этапом климатотерапии после воздушных, солнечных ванн и морских купаний.

Местные песочные ванны проводятся по аналогии с общими, засыпается песком только определенная часть тела.

После приема песочной ванны следует принять теплый душ. Можно в тазике на солнце подогреть морскую воду до температуры 36—37° С и использовать для смывания песка.

Сухой, горячий песок быстро и равномерно согревает больного, вызывает усиленное потоотделение, причем постоянное впитывание песком образующегося пота облегчает переносимость этой сильной тепловой процедуры. При этом учащается пульс, повышается артериальное давление, значительно усиливается обмен веществ. Обычно больные испытывают ощущение приятного тепла, расслабленного покоя, легкой сонливости. При появлении сердцебиений ванну следует прервать и положить на область сердца холодный компресс.

Показаниями для назначения псаммотерапии могут быть хронические неспецифические заболевания суставов, перифе-

рической нервной системы, некоторые гинекологические заболевания, последствия полиомиелита и рахита у детей.

Детям раннего возраста лечение песком не рекомендуется. Нельзя назначать песочные ванны в остром периоде болезни и во всех случаях, когда тепловые процедуры противопоказаны.

Бальнеолечение

Как уже упоминалось, морская вода является высокоминерализованной минеральной водой. Это позволяет широко использовать ее для наружного применения в виде ванн, купания в бассейнах, лечебных душей, орошений и других процедур, которые отпускаются в бальнеофизиотерапевтическом объединении курорта, а также в отдельных здравницах.

Минеральные воды оказывают влияние на организм человека своими физическими и химическими свойствами. Различное действие минеральной воды, кроме того, зависит от функционального состояния организма, характера и степени патологического процесса, способа применения этой воды, ее специфических свойств, условий и времени приема, температуры и количества воды.

Впервые на курорте в санатории-профилактории «Нефтяник Кубани» начат отпуск лечебных ванн из минеральной воды скважины № 15 на Южно-Бимлюкском участке при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, нервной системы и др. В ближайшее время предусмотрено использование этой воды в пансионате «Урал».

Выявленные ресурсы сульфидных вод, а также йодных бромных рассолов позволяют осуществить на курорте их широкое использование в лечебных целях при сердечно-сосудистых заболеваниях, заболеваниях нервной системы, опорно-двигательного аппарата, кожи и других. В настоящее время для этих целей строится водолечебница в зоне пионерских лагерей.

Дуоденальный дренаж

Показаниями к его применению служат холециститы и холангиты инфекционной и паразитарной этиологии, в частности лямблиозные холециститы, дискинезии желчевыводящих путей, застой желчи в желчном пузыре, заболевания печени и дуодениты.

Через дуоденальный зонд в двенадцатиперстную кишку вводят 200 мл минеральной подогретой до 38—40° С воды. На курс лечения назначают 3—4 процедуры, один раз в неделю.

Этот метод лечения вызывает снятие спазма гладкой мускулатуры желчевыводящих путей, способствует выделению значительного количества инфицированной и застойной желчи, удалению из желчного пузыря песка, паразитов, воспалительных элементов, снижая тем самым воспалительные процессы, снимая у больного диспептические ощущения. Особенностью дуоденальных процедур является то, что в двенадцатиперстную кишку попадает неизменная минеральная вода, тогда как при питьевом лечении вода вступает в химическую реакцию с соляной кислотой желудка и в кишечник попадает в измененном виде.

Тюбаж минеральной воды в сочетании с гальваногрязью

Разновидностью дуоденального дренажа является слепое дуоденальное зондирование, т. е. беззондовый дренаж (тюбаж).

Показаниями для проведения этой процедуры являются те же заболевания, что и при дуоденальном дренаже, особенно в случаях невозможности проведения зонда в двенадцатиперстную кишку (деформация и стойкий спазм привратника). Тюбаж действует мягче, чем дуоденальное зондирование, и его с успехом можно проводить в домашних условиях.

ральная вода успевает всосаться в кишечнике. Микроклизмы назначаются через день. Курс лечения 8—10 процедур.

Грязевая болтушка с минеральной водой

Местные минеральные воды используются и для отпуска процедур в виде грязевых болтушек. Грязевая болтушка готовится на минеральной воде в соотношении 1:7 (1 часть иловой сульфидной грязи и 7 частей минеральной воды). Приготовленный раствор вводится в кишечник после очистительной клизмы трехкратно по 1,5 л с интервалом 15—20 мин. Курс лечения 6 процедур, 2 раза в неделю.

Сочетание действия Семигорской воды и сульфидной грязи вызывает более интенсивное улучшение кровообращения и обмена веществ в слизистой оболочке кишечника, значительно снижая тем самым степень местного воспалительного процесса.

Ингаляция минеральной водой

В лечении больных на курорте Анапа широко используются местные минеральные воды в виде ингаляций, тем более что основными показаниями для направления больных в здравницы Анапы являются хронические воспалительные заболевания носоглотки, верхних дыхательных путей, органов дыхания нетуберкулезного характера.

Ингаляторная терапия минеральными водами активизирует функцию мерцательного эпителия, нормализует нарушение деятельности слизистой оболочки носоглотки и дыхательных путей.

В тех случаях, когда необходимо воздействовать на верхние дыхательные пути, используют ингаляционные аппараты, распыляющие вещества до средне- и низкодисперсных и мелко- или крупнокапельных частиц. Для попадания лекар-

На одну процедуру расходуется 30—40 мл минеральной воды при температуре 38—40°. Длительность процедуры 10 мин. На курс лечения назначается до 20 сеансов. Процедуры отпускаются ежедневно.

Грязелечение

Лечебное действие грязи зависит от ее физических, химических и биологических свойств. Под влиянием грязевых процедур происходят многообразные функциональные, биохимические и эндокринные сдвиги в организме.

Основным действующим фактором грязи является тепловой или температурный фактор. Тепло вызывает со стороны организма отчетливые ответные реакции, которые способствуют уменьшению или ликвидации болезненных явлений.

Второй действующий фактор — химический: действие летучих веществ (сероводород, аминные основания), различных ионов органических и неорганических кислот, железа, бактериофагов, антибиотиков, микробов и др.

Определенную положительную терапевтическую роль играют содержащиеся в грязи гормоноподобные вещества типа фолликулина, радиоактивной грязи, возникновение электрических токов между массой грязи и телом больного.

Механическое влияние грязи имеет значение только при отпуске грязевых ванн; при аппликациях этим фактором практически можно пренебречь.

Иловая грязь обладает выраженным противовоспалительным, рассасывающим, десенсибилизирующим, обезболивающим и отчасти бактерицидным действием. При грязелечении повышаются иммунобиологические и регенеративные процессы, оказывается благоприятное влияние на белковый, углеводный и водный обмен.

Необходимо помнить, что грязелечение является одним из самых энергичных видов бальнеотерапии. Поэтому появление резко выраженной бальнеологической ответной реакции со

Плотность тока 0,05—0,1 мА на 1 см² поверхности грязевого мешочка. Продолжительность процедуры 10—20 мин.

Процедуры проводят ежедневно или через день. Курс лечения состоит из 10—15 процедур.

Электрофорез грязевого отжима (раствора)

Электрофорез грязевого отжима (раствора) за последние годы на Анапском курорте приобрел широкое распространение в силу высокой эффективности при лечении хронических неспецифических заболеваний верхних дыхательных путей и органов дыхания.

Раствор из грязевой массы получается путем отжатия при помощи пресса.

Гидрофильные прокладки обоих электродов смачиваются грязевым раствором. Плотность тока 0,05—0,1 мА на 1 см² для взрослых и 0,01—0,05 мА для детей, продолжительность 15 мин. Процедуры проводят ежедневно или через день. Курс лечения 15 процедур.

Грязеиндуктотермия

При проведении этой процедуры на соответствующий участок тела кладут грязевую лепешку (температура 38—40°) в мешочке, поверх которого устанавливают индуктор-диск с зазором 1—2 см, сила анодного тока 100—200 мА; продолжительность процедуры 10—15 мин, через день.

Курс лечения 10—15 процедур.

Грязевые аппликации на десны

Аппликации давно и успешно применяют для лечения пародонтоза. Оно направлено прежде всего на улучшение крово-

Предусмотрено применение разводных грязевых ванн наряду с общими аппликациями при заболеваниях кожи, особенно при тотальных поражениях.

Особенности проведения грязевых процедур детям

Грязелечение дети принимают в возрасте от 4 до 14 лет.

В возрасте от 4 до 7 лет грязевые процедуры назначаются в виде аппликаций, через день при температуре 38—39° по 6—8 мин, курс лечения 8—10 процедур; в виде гальваногрязи при температуре 38—39°; сила тока 0,01—0,03 мА на 1 см², продолжительность 6—8 мин, через день, 8—10 процедур на курс лечения.

Детям от 8 до 10 лет грязевые аппликации показаны при температуре 38—40°, продолжительность 10 мин, через день, на курс лечения 10 процедур. Гальваногрязь при температуре 38—40°, сила тока 3—5 мА на 1 см², через день, на курс лечения 10 процедур.

Детям от 11 до 14 лет грязевые аппликации назначаются при температуре грязи 38—41°, по 10 мин, через день, курс лечения 10 процедур. Гальваногрязь при температуре 38—41°, сила тока 0,03—0,05 мА на 1 см², по 10 процедур на курс лечения.

Виноградолечение

Ампелотерапия — лечение виноградом — один из видов диетотерапии. Разумеется, виноградолечение эффективно проводить на юге, по месту произрастания винограда, т. е. при наличии всегда свежих и лучших сортов винограда, наиболее нежных и не переносящих длительных перевозок.

Из-за недостатка столовых сортов винограда, отсутствия условий для его хранения лечение виноградом очень кратко-

Г л а в а VI

ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

К НАПРАВЛЕНИЮ БОЛЬНЫХ НА КУОРТ АНАПА

Правильная организация отбора больных (детей и взрослых), направляемых в Анапу, в значительной степени определяет эффективность комплексного лечения в здравницах, продолжительность и стойкость полученных результатов.

В основу санаторно-курортного отбора положены научно обоснованные медицинские показания, разработанные за последние годы учеными Кубанского медицинского института им. Красной Армии, Центрального и Сочинского научно-исследовательских институтов курортологии и физиотерапии, организаторами курортного дела Центрального и территориального советов по управлению курортами профсоюзов, практическими врачами Анапы, занимающимися научно-исследовательской деятельностью. Многочисленные систематические и углубленные наблюдения за различными группами больных, изучение местных курортных факторов, их действие на организм с учетом ближайших и отдаленных результатов позволили определить оптимальные варианты показаний для направления на лечение. Научные исследования по дальнейшему обоснованию перспективного расширения профиля курорта продолжаются. Это естественный и закономерный процесс. Анапа, как уже говорилось, располагает богатым арсеналом натуральных и преформированных факторов, особенно для лечения детей, и это позволяет делать курорт многопрофильным и одновременно создавать строго специализированные здравницы.

Не все больные могут лечиться в санаторных и амбулаторных учреждениях Анапы. Существуют общие противопоказания, исключающие направление больных на курорты. К ним относятся:

все заболевания в острой стадии, хронические заболева-

Показания для лечения детей и подростков

Болезни органов дыхания нетуберкулезного характера

Хронические заболевания носоглотки (назофарингиты, тонзиллиты, фарингиты, ларингиты), воспаление придаточных полостей носа вне периода обострения.

Хронические бронхиты, трахеиты.

Хронические пневмонии I стадии вне периода обострения.

Легкие и среднетяжелые формы бронхиальной астмы в стадии ремиссии (с апреля по ноябрь месяц).

Болезни кожи

Зудящие дерматозы (экзема, ограниченный и диффузный невродермит, почесуха) вне стадии обострения.

Псориаз (чешуйчатый лишай), стационарная и регрессивная формы, псориазические артриты в стадии ремиссии, зимняя форма псориаза в весенне-летний период, летняя форма псориаза в осенне-зимний период.

Болезни сердечно-сосудистой системы

Тонзилогенная кардиопатия.

Состояние после перенесенного ревматического миокардита при отсутствии признаков активности процесса не ранее чем через 8—10 месяцев по окончании острых и подострых явлений со стороны сердца при отсутствии недостаточности кровообращения.

В специализированном детском санатории «Голубая волна» Министерства здравоохранения РСФСР лечатся дети с нарушениями органов движения.

Последствия заболеваний центральной нервной системы (детские церебральные параличи; двигательные нарушения, связанные с травматическими и инфекционными заболеваниями головного и спинного мозга).

Показания для взрослых больных в санаториях для родителей с детьми

Болезни органов движения

Артриты, полиартриты в неактивной фазе различного происхождения, кроме туберкулезного, деформирующие спондилезы, остеохондрозы, при возможности самостоятельного передвижения.

Болезни нервной системы

Хронические радикулиты, полиневриты, плекситы, невриты. Невротические состояния, развивавшиеся в связи с перенесенными инфекциями, интоксикациями, травмами, нередко выраженными эндокринно-вегетативными нарушениями.

Гинекологические болезни

Хронические воспалительные заболевания придатков матки, за исключением туберкулезного происхождения.

Бесплодие на почве воспалительных заболеваний матки и ее придатков.

Эрозии шейки матки.

Болезни органов кровообращения

Состояние после перенесенного миокардита ревматического и другого происхождения не ранее чем через 8—10 месяцев по окончании острых и подострых явлений со стороны сердца при отсутствии недостаточности кровообращения.

Миокардиография на почве перенапряжения сердечной мышцы, а также при недостаточности кровообращения не выше 1-й степени.

Кардиосклероз миокардиатический или атеросклеротический без приступов стенокардии и без инфаркта миокарда в

ОХРАНА ПРИРОДНЫХ ЛЕЧЕБНЫХ ФАКТОРОВ

В настоящее время Анапа является одним из крупнейших детских курортов мира.

В 1980 г., например, в Анапе лечилось и отдыхало более одного миллиона двухсот тысяч человек.

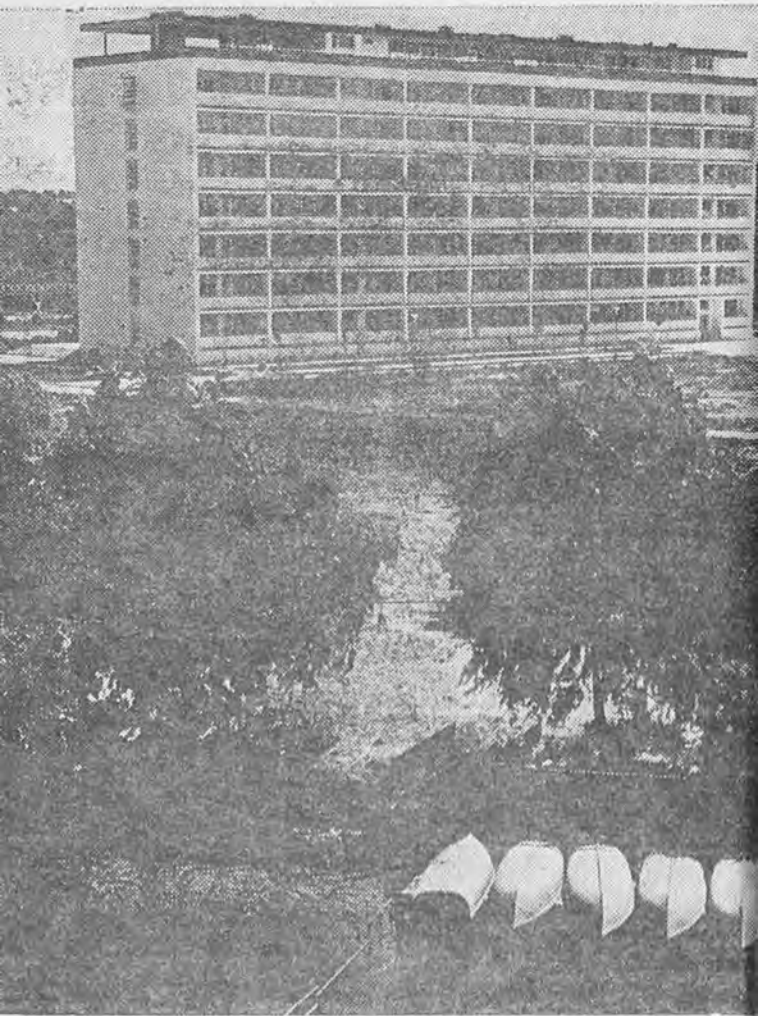
Таким образом, в пределах Анапского курортно-рекреационного района, наряду с лечебными и оздоровительными учреждениями, функционирует достаточно обширный и разнообразный народнохозяйственный комплекс сельскохозяйственных, промышленных предприятий и организаций.

В этих условиях проблема охраны окружающей среды курорта в целом и его природных лечебных факторов в частности приобретает особую актуальность.

Как показала прошедшая в марте 1979 г. в Кисловодске сессия Научного совета АН СССР совместно с ВЦСПС, развитие таких крупных курортно-рекреационных зон, какой является Анапский курорт, с рациональным использованием природных лечебных факторов и сохранением остальных элементов биосферы, возможно только на основании определения критических нагрузок, допустимых при эксплуатации наиболее уязвимых природных лечебных факторов.

Важной особенностью биосферы и литосферы курортно-рекреационных зон является использование их в оздоровительных целях. Однако для этого необходимо прежде всего сохранить важнейшие природные факторы в пределах этих зон от загрязнения и истощения.

В Анапском курортно-рекреационном районе основными природными лечебными средствами является совокупность различных климатических факторов, морская вода, минеральные воды для внутреннего и наружного применения, лечебные иловые сульфидные лиманные и сопочные грязи.



Санаторий «Анапа», Новый корпус

Специализированные санаторные пионерские лагеря

Создание в Анапе нового типа здравниц — специализированных санаторных пионерских лагерей круглогодичного действия явилось реальным воплощением в жизнь постановлений ЦК КПСС «О мерах по дальнейшему улучшению организации отдыха пионеров и школьников» и президиума ВЦСПС «О развитии в 1971—1975 гг. сети специализированных лагерей санаторного типа для детей рабочих и служащих».

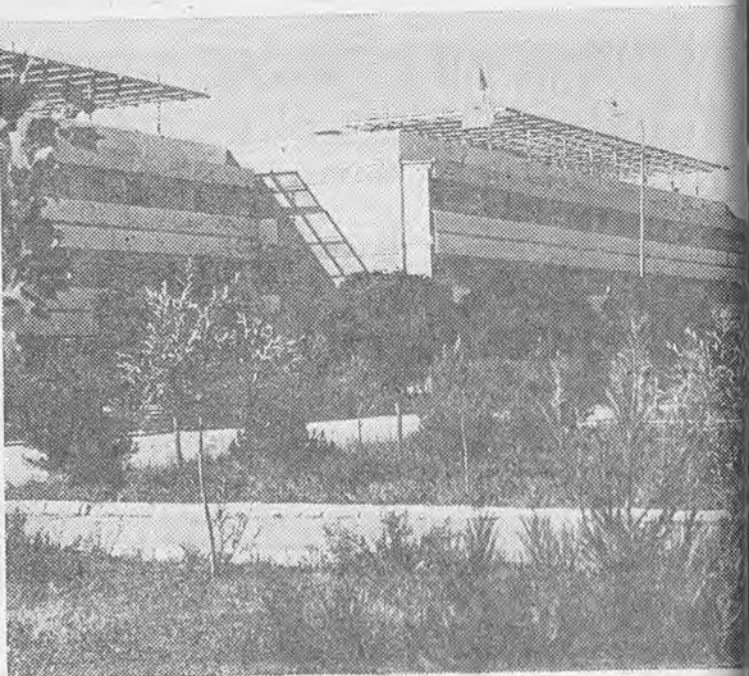
Всесоюзная детская здравница «Жемчужина России» — замечательный городок здоровья, занимающий площадь 65 га. В «Космосе», «Соколе», «Приморском», «Солнечном» работают четыре восьмилетние школы, многочисленные кружки и клубы по интересам, имеются пионерские и игровые комнаты, спортивные и костровые площадки, зооуголки. Куда ни глянешь, везде вечнозеленые и лиственные деревья — сосны, ели, платаны, тополя. Заложен большой парк «Дружбы курортов профсоюзов».

В специализированных санаторных пионерских лагерях «Жемчужина России» лечатся дети с хроническими неспецифическими заболеваниями носоглотки и легких нетуберкулезной этиологии, неконтагиозными болезнями кожи и страдающие ревматизмом.

Для лечения этих болезней широко используется климатотерапия: солнечные и воздушные ванны, морские купания, сон в климатопалатах, обтирания морской водой, контрастные ножные ванны, дозированная ходьба, прогулки у моря.

Прекрасным дополнением в климатотерапии служат лечебная физкультура, утренняя гигиеническая гимнастика, ближний туризм и игры на свежем воздухе.

Специально разработанные комплексы физической культуры применяются в зависимости от тяжести заболевания, его стадии и проводятся групповыми методами и индивидуально. Нагрузка при терренкуре, пешеходных прогулках, ближнем туризме, спортивных соревнованиях и играх дозируется.



Пионерский лагерь «Кавказ»

В перспективе проектируется реконструкция лагеря для круглогодичного использования.

Адрес: Анапа, Пионерский проспект, 17.

«Молодежный» — летний молодежный лагерь труда и отдыха на 130 мест, расположен в селе Витязеве. Функционирует с 1971 г. Продолжительность смены 30 календарных дней.

Территория лагеря благоустроена. Имеются два спальных корпуса, комната отдыха, волейбольная и теннисная площадки, библиотека, ленинская комната, бытовые помещения.

В перспективе планируется увеличить количество мест, благоустроить территорию, расширить строительство дополнительных помещений.

Адрес: Анапский район, село Витязево.

«Прибой» — трудовой оздоровительный лагерь учащихся профтехучилищ на 420 мест. Расположен в живописной горной долине Сукко, в 18 км от Анапы. Отдыхающие проживают в деревянных домиках на 2—4 человека, территория благоустроена, имеются клуб летнего, открытого типа, столовая на 420 мест, библиотека, спортплощадки, магазин.

В перспективе — строительство комплекса для учащихся ПТУ на 8 тысяч мест.

Адрес: Анапа, Сукко.

Детские дачи

«Звездочка» — детская дача на 200 мест. Функционирует с 1960 г. только в летнее время. Срок пребывания детей в возрасте 5—6 лет 30 дней в смену.

Площадь 2,3 га, территория хорошо озеленена, много цветов, розарий. Дети располагаются в благоустроенных корпусах. Имеются столовая, медицинский пункт с врачебным кабинетом, игровые комнаты, кукольный театр, спортивные площадки, городок аттракционов. На песчаном пляже с тенистыми

МЗ=00

О Г Л А В Л Е Н И Е

Глава I		
О курорте Анапа		3
Глава II		
Море и климат		19
Глава III		
Минеральные воды		29
Глава IV		
Лечебные грязи (пелоиды)		45
Глава V		
Использование природных лечебных факторов		56
Глава VI		
Показания и противопоказания к направлению больных на курорт Анапа		95
Глава VII		
Охрана природных лечебных факторов		101
Приложения		
Физико-химические анализы минеральных вод и лечебных грязей		147
Литература		173

Мд = 00

Аванесов В. Н. и др.

- А 18 Природные лечебные факторы курорта Анапа /В. Н. Аванесов, Л. И. Баклыков, Т. Ф. Стойнов.— Краснодар: Кн. изд-во, 1984.— 176 с., ил. Ц. 25 коп.

В книге описана краткая история развития детского курорта, даются характеристики климата, морской воды, подземных лечебно-питьевых и купальных (бальнеологических) вод, лечебных иловых сульфидных грязей, отложенной грязевой сопок и других природных лечебных средств, а также рекомендации по их использованию в санаторно-курортной реабилитации детей и взрослых в свете достижений современной курортологии.

Книга рассчитана на широкий круг читателей и представляет определенный интерес для специалистов, чья деятельность связана с освоением, развитием и применением природных лечебных факторов на курортах.

А $\frac{4110000000-17}{M146(03)-84}$ 68-84

615.8
ББК 53.54