

ПОПУЛЯРИЗАЦІЯ БАЛЬНЕОЛОГІЧНИХ КУРОРТІВ УКРАЇНИ ЯК НЕВІД'ЄМНОЇ СКЛАДОВОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ НАСЕЛЕННЯ

Івченко О. М.

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я,
ДВНЗ «Український державний хіміко-технологічний університет»
м. Дніпро, Україна*

Дроздік А. А.

*студентка,
ДВНЗ «Український державний хіміко-технологічний університет»
м. Дніпро, Україна*

Івченко К. М.

*студентка,
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту»
м. Дніпро, Україна*

Відомо, що лікувальні курорти України виступають як цінне джерело здоров'я та життєвої енергії. Вітчизняні бальнеологічні та СПА-курорти пропонують широкий спектр водних та грязьових процедур, які використовуються для лікування різних хронічних захворювань, і це є популярним напрямком в усьому світі. Кожен вітчизняний курорт має свою унікальність і специфічні можливості, які роблять їх особливими серед лікувальних курортів України.

До таких відноситься курорт Моршин, який розташований в селі Моршин, цей СПА курорт пропонує комплексну терапію, яка складається з хвойно-мінеральних та йодованих ванн. Відвідують цей курорт люди з наступними спектрами захворювань: органи травлення, порушення обміну речовин, нервових розладів, гінекології, сечовивідних шляхів [1, с. 89; 3, с. 253; 4, с. 111].

На перетині Карпат і Прикарпаття розташований відомий СПА-курорт України – Трускавець. Головним надбанням цього курорту є гідрокарбонатна кальцієво-магнієва вода «Нафтуся». Саме на цьому курорті добувають «чорне золото», яке надає специфічний присмак слабомінералізованій воді «Нафтуся». Лікування трускавецькими водами призначають при багатьох хворобах, а іноді і здоровим людям для профілактики захворювань та підтримання свого здоров'я.

Не менш відомий курорт Синяк, розташований в долині річки Синявка серед гір вкритих лісами. На сьогоднішній день даний СПА-курорт забезпечує більш ніж трьомстам відпочиваючим сірководневі ванни, які показані при захворюваннях шкіри, опорно-рухового апарату, кістково-м'язової та нервової системи.

Найбагатша скарбниця мінеральних джерел, яких налічується близько п'ятдесяти знаходиться у Міжгір'ї. Найбільш відомі такі джерела Міжгір'я, як Сойминське, Вучківське, Колочавське. Тож, Сойминське родовище насичене кальцієм, залізом, марганцем, цинком. Сойминськими водами проводять профілактику при діабеті, нестачі кальцію та органів травної системи. Також Вучківське родовище багате на залізо та має унікальний солоний гейзер. Вода придатна тільки для прийняття ванн. А Колочавське родовище яке володіє найбільшим на Закарпатті об'ємом мінеральних вод, що містять хлоридно-карбонатно-кальєво-магнієві елементи. Її використання сприятливо впливає на виведення токсинів, стимулює утворення кислотного середовища шлунку.

Слід відмітити, що бальнеологічні курорти, основний лікувальний фактор яких – це звичайно, мінеральні води, які застосовуються у вигляді ванн, душів, для пиття, також інгаляцій, зрошування, промивання тощо, яких доречи, в Україні близько тридцяти. До цих курортів належать: Сонячне Закарпаття, Немирів, Поляна, Біла Церква, Миронівка, Хмільник, Трускавець, Моршин, Верховина, Карпати, Квітка Полонини, Миргород, Шкло, Синяк, Любінь Великий, Черче, Гірська Тиса, Шаян, Свалява, Усть-Чорна, Солоний Лиман, Горинь, Рай-Оленівка, Березівські мінеральні води, також Старобільськ та ін.

До курортів з кількома лікувальними факторами в Україні відносяться: бальнеокліматичні, а саме Верховина, Звенигородська курортна зона, Конча-Заспа; бальнеогрязьові: Великий Любінь, Миргород, Моршин, Трускавець, Черче, Шкло; кліматобальнеогрязьові: Кирилівка.

Не можемо оминати Одеський курорт Великий Фонтан розташований в самому місті-перлині Одеса на території від району Аркадія до Чорноморки вздовж південно-західного узбережжя Чорного моря. Мікроклімат Одеси вирізняється інтенсивною сонячною радіацією, певною сухістю повітря, яке пом'якшується бризами; він сприятливий для лікування пацієнтів із захворюваннями органів дихання. Основними лікувальними факторами також є клімато-лікування, таласотерапія й мінеральні води, які використовуються для приготування ванн та приймання всередину. На курорті лікують захворювання органів кровообігу, дихання, травлення, функціональні порушення нервової системи, опорно-рухового апарату. У лікуванні застосовуються штучні на морській воді вуглекислі, сірководневі, кисневі, азотні, перлинні, радонові ванни, гідропатія, грязелікування, фізіосвітлолікування, а на пляжах курорту – клімато-, геліо-, аеро- і таласотерапія.

Наступний курорт розташований по сусідству з Одесою, має назву Затока, приморський кліматичний курорт, розташований у місці злиття Дністровського лиману з Чорним морем. Клімат цього курорту вирізняється сухий повітрям, з ознаками степового та морського. Він має численні пансіонати, будинки відпочинку, санаторії для лікування кістково-суглобових захворювань у дітей.

Також курорт Куяльник, відомий бальнеогрязьовий курорт степової зони, розташований за 9 км від центру Одеси, у південній частині Куяльницького лиману. Лікувальні ресурси Куяльника, звичайно грязь, ропа та мінеральна вода для пиття та ванн. Функціонують санаторії, курортна поліклініка, пансіонати, грязелікарня, численні будинки та бази відпочинку, а також завод з розливу мінеральної води [1, с. 82; 2, с. 129].

Висновок. Бальнеологічні курорти України відіграють важливу роль у збереженні та відновленні здоров'я населення, надаючи унікальні природні лікувальні ресурси. Значення цих курортів полягає в тому, що вони створюють можливість для людей отримати комплексне лікування, базуючись на використанні мінеральних вод, грязей, клімату та інших природних чинників. Однією з головних переваг бальнеологічних курортів України є різноманітність мінеральних вод, які відрізняються за своїм хімічним складом та терапевтичними властивостями. Це дозволяє індивідуалізувати лікування, враховуючи потреби кожного громадянина нашої держави.

Література

1. Курортологія та курорти України : навч. посіб. для самостійної роботи студентів VI курсу медичних факультетів при підготовці до практичних занять з навчальної дисципліни «Медична реабілітація» / уклад. С. М. Малахова, О. О. Черепок, Н. Г. Волох. -апоріжжя : ЗДМУ, 2019. 105 с.

2. Івченко О.М. Використання теренкурів на заняттях з лікувальної фізичної культури у ЗВО. Дистанційна Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю «Фізична культура в університетській освіті: інновації, досвід та перспективи розвитку в умовах сучасності», 13 квітня 2022 року. ДДУВС. с. 127-130. С. 453.

3. Івченко О.М., Кудрявцева О.А. «Роль викладача у залученні до здорового способу життя студентів» Міжнародна наукова інтернет-конференція «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації» (Вип. 55), 31 січня 2020 р. м. Переяслав. с. 250-252.

4. Шевченко О.А., Шевяков О.В., Корнієнко В.В., Бурлакова І.А., Славська Я.А., Жигайло Н.І., Вакулик В.В., Остапенко І.С., Герасимчук О.А., Дорошенко Е.Ю., Приходько В.В., Чернігівська С.А., Івченко О.М., Тихонович В.М., Дорогань С.Б. Психофізіологічні складові діяльності операторів атомних електростанцій як чинник аварійності в умовах загрози соціальної катастрофи. УДК 614:621.311.25-057:504.4:159.9.072 2023. R. 28, v 4. q. 107-117 Cited: Medicni perspektivi. 2023;28(4): p.107-117. <https://doi.org/10.26641/2307-0404.2023.4.294160>