

МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ



Минеральная вода.

Минеральная вода — **вода** — вода, содержащая в своем составе растворённые **соли** — вода, содержащая в своем составе растворённые соли, **микроэлементы**, а также некоторые биологически активные компоненты.

Среди минеральных вод выделяют минеральные природные питьевые воды, минеральные воды для наружного применения и другие.

Минеральные воды широко используют в **санаторно-курортном** лечении.

Так, воды для наружного применения используются для ванн, купаний, душей, проводимых в **лечебницах**. Так, воды для наружного применения используются для ванн, купаний, душей, проводимых в **лечебницах** и в **лечебных бассейнах**. Так, воды для наружного применения используются для ванн, купаний, душей, проводимых в **лечебницах**.



Классификация вод по ионному составу:

гидрокарбонатные (щелочные) — предназначены для тех, кто занимается спортом (оказывают благоприятное влияние при усиленной мышечной работе, восстанавливая резервную щелочность крови, а также при диабете, инфекционных заболеваниях). Применяются при лечении мочекаменной болезни и подагры. Противопоказания — гастрит (так как выделяющийся при распаде гидрокарбонатов углекислый газ стимулирует секрецию желудочного сока);

сульфатные — рекомендуются тем, у кого наблюдаются проблемы с печенью и желчным пузырем (в качестве желчегонного, а также как слабительное), ожирение и сахарный диабет. Категорически нельзя употреблять такую воду детям и подросткам, так как сульфаты препятствуют росту костей, связывая кальций пищи в просвете ЖКТ в нерастворимые соли;

хлоридные — способствуют регулировке работы кишечника, желчевыводящих путей и печени. Противопоказания к применению (категорически) — повышенное давление;

магниевые — помогают при стрессовых ситуациях. Противопоказания — склонность к расстройству желудка;
железистые и другие.



Влияние на организм.

Действие минеральных питьевых вод на организм обусловлено химическим, механическим и термическим факторами. Ведущим является химический фактор, обусловленный ионным составом принимаемых вод.

Содержащиеся в минеральной воде ионы, попадая в пищеварительный тракт, стимулируют выделение слюны, а затем и секрецию желудка. Ионы входят в состав желудочного сока, поэтому происходят усиление (или ослабление) его секреции и изменение состава.

Далее в кишечнике происходит всасывание компонентов минеральной воды в кровь - регулируется деятельность кишечника, печени и почек, сердца, головного мозга, сосудов, выводятся токсины и шлаки, укрепляется и омолаживается кожа.

Компоненты минеральных вод способствуют лечению обменных нарушений в организме, таких как, подагра, сахарный диабет, желчекаменная и мочекаменная болезни, атеросклероз. Комплексное и курсовое применение минеральных вод способствует профилактике инфарктов и инсультов, гипертонической болезни.



Бальнеологические минеральные воды. Область применения.

- 1. Болезни системы кровообращения:
- 2. Болезни нервной системы:
- 3. Болезни костно - мышечной системы:
- 4. Болезни органов дыхания:
- 5. Заболевания органов пищеварения:
- 6. Заболевания эндокринной системы, нарушения обмена веществ:
- 7. Болезни мочеполовой системы:
- 8. Заболевания кожи:



Крупнейшие курорты с минеральными водами в России.

- собо охраняемый эколого-курортный регион Российской Федерации Кавказские Минеральные Воды (объединяющий курорты Пятигорск, Ессентуки, Кисловодск и Железноводск) в Ставропольском крае;
- - федеральный курортный регион Анапа в Краснодарском крае;
- - курорт федерального значения Сочи в Краснодарском крае;
- - курорт федерального значения Нальчик в Кабардино-Балкарской Республике;
- - курорт федерального значения Белокуриха в Алтайском крае;
- - курорт федерального значения Светлогорск-Отрадное в Калининградской области;
- - курорт федерального значения Зеленоградск в Калининградской области.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

