

Санаторий Казахстан

Здравницы — лечебно–профилактическое учреждение, в котором для лечения и профилактики заболеваний используют главным образом природные факторы (климат, минеральные воды, лечебные грязи, морские купания и т. п.) в сочетании с лечебной физкультурой, физиотерапией и рациональным питанием (диетой) при соблюдении определённого режима лечения и отдыха.

Казахстанско-Российский медицинский университет

Тема:
Здравницы Казахстана

Факультет: ОМ

Курс: 1

Группа: 106б

Выполнил: Айдархан.М.Р

Проверила:

План:

- Введение: Здравницы
- Основная часть
Санаторий «Сарыагаш», Санаторий
«Манкент» и.т.д
- Заключение: Физиотерапия
- Список литературы

«Природа - единственная книга, содержание которой одинаково значительно на всех страницах»,

Гёте.



Казахстан - страна природных контрастов. Расположенный на обширной территории, равной 2,7 млн. км², он не уступает по площади всей Западной Европе. С запада на восток территория республики раскинулась на 3 000 км, с севера на юг - на 1 700 км.



В последние годы, во многом благодаря финансово-экономическому кризису, казахстанцы стали узнавать свою родину изнутри. И выяснилось, что она богата местами целительной силы. Практически в каждом регионе Казахстана есть курорт, призванный с помощью природных источников оздоровить тело и дух человека. Из десятка казахстанских курортов мы отобрали лишь пять, которые показали нам наиболее чудодейственными.

САНАТОРИИ КАЗАХСТАНА



Казахстан, как известно, на самой крупной международной туристской выставке ITB 2011г. в марте в Германии признан новым туристическим направлением в мире.

Итак, где можно
отдохнуть в Казахстане?

Боровое

Синегорье заставляет человека забыть все суеты и окунуться в мир сказочной стихии, наполненный таинственным ароматом народных преданий и легенд. Здесь все словно и создано только для того, чтобы человек заглянул в самые потаенные глубины собственного сердца. Древние молчаливые горы непроходимой стеной встали на пути всеразрушающего времени, которое здесь, в этом хвойно-озерном оазисе среди серой казахской степи, не имеет никакой власти. Фиолетовая дымка над Синюхой, тихий плеск воды об Каменный пляж, шум старых сосен - оказавшись здесь впервые, начинаешь верить, что действительно сам Господь благословил этот союз камня, воды, леса и неба, остановил время в этом магическом круге... И если и есть где на Земле отголосок потерянного когда-то рая, то этот эдемский сад зовется Боровое!





Санаторий "Рахмановские горячие ключи" в Восточно-Казахстанской области

В 450 километрах от Усть-Каменогорска, близ места пересечения границ четырех государств: Казахстана, России, Монголии и Китая, в самом сердце Алтайских гор, на территории ботанико-минералогического заказника и Катон-Карагайского Государственного национального природного парка Восточно-Казахстанской области, на высоте 1760 метров над уровнем моря с 1964 года работает санаторий "Рахмановские горячие ключи".



Кургальджинский заповедник

Одно из самых таинственных зон отдыха в Казахстане. Он до сих пор остается до конца неизвестным даже для местных жителей. Особенную красоту этому месту придает разнообразие редких птиц, которые здесь обитают. Всеобщее внимание особенно привлекают розовые фламинго. Кургалжын был номинирован в список Всемирного природного наследия ЮНЕСКО

Лечебно-оздоровительный комплекс "Балхаш" в Карагандинской области
Климато-бальнеологический лечебно-оздоровительный комплекс "Балхаш" Медицинского центра
Управления делами Президента РК предназначен для профилактики и лечения заболеваний
дыхательной, сердечно-сосудистой, неврологической, костно-мышечной и мочевыделительной систем.

Основные процедуры: водолечение, углекислые ванны, лечебные души, ингаляции, лазеротерапия,
гелиотерапия, грязевые аппликации, АМОК, массаж, акупунктура, электро-, свето-, теплолечение.



Талгар

Небольшой городок, расположенный у самого подножья отрогов Тянь-Шаньских гор Заилийского Алатау, всего в 20 км от Алматы. В талгарских горах можно встретить даже снежных барсов, мировая популяция которых исчисляется сотнями.





ЖАҢ АҚОРҒАН

шунасайы





Санаторий «Жанакорган Ак Шуак» находится в Кызыл-Ординской области не далеко от исторического города Туркестан на берегу реки Сыр-Дарья и является одним из старейших уникальных грязевых курортов Казахстана. Главным лечебным фактором являются природные иловые грязи и натуральный солевой раствор – рапа, которые по эффективности не имеют аналогов в республике.

Лечение:

В настоящее время санаторий функционирует в полном объёме и принимает на лечение со следующими заболеваниями:

1. Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани: полиартриты, остеохондрозы, ревматоидные артриты, и бруцеллезные полиартриты, заболевания костей, сухожилий, мышц и т.д.
2. Заболевания периферической нервной системы: радикулиты, полирадикулоневриты, невриты и т.д.
3. Гинекологические болезни: первичные и вторичные бесплодия, хр. воспаления придатков и т.д.
4. Урологические болезни: хронический простатит, мужское бесплодие, импотенция.

Широко используются современные методы диагностики и лечения: УЗИ, ЭКГ, фитобочке, кислородный коктейль, урологический массажер Мабит, пантоматогенные ванны, медовое обертывание, урологический и гинекологические массажи, душ Ширко, циркулярный и восходящие души.

Подробнее: <https://saryagash-borovoe.satu.kz/p47770619-kyzylordinskaya-obl-sanatorij.html>

Чимбулак

Уютно разместившись в ущелье Заилийского Алатау в Казахстане, горнолыжный курорт «Чимбулак» ежегодно встречает тысячи любителей зимних видов спорта. Такая популярность вовсе не случайна, ведь при средней температуре воздуха в +20 градусов летом, и -7 градусов зимой, это место становится идеальным горнолыжным курортом. На «Чимбулаке» имеются все необходимые условия для активного отдыха. К вашим услугам работают канатно-кресельные дороги, прокат и продажа горнолыжного оборудования, гостиница, горнолыжная школа, бары, рестораны, катание на различных снарядах, детский городок и различные развлекательные программы для взрослых и детей.



Саты

Место для тех, кто по-настоящему бережно относится к культуре казахского народа, кто готов сменить комфортабельные отели на традиционное казахское жилище, а прохлаждающие коктейли на целебный напиток кумыс. Юртовый лагерь расположен в 300 км от города Алматы в отрогах хребта Кунгей-Алатау, там же находятся высокогорные Кольсайские озера.



Капал-Арасан

Известный казахстанский курорт, расположенный на северных склонах горы Джунгар Алатау, на берегу реки Биен в 110 километрах от г. Шалдыкорган. Курорт основан прямо на территории целебных источников. Это прекрасное современное место отдыха, сочетающее в себе предгорный климат, великолепную природу северного Семиречья и уникальный минеральный источник.





Сарыагаш

1. «Асем Ай» - это единственная марка среди всех сарыагашских минеральных вод, которая уже 17 лет разливается непосредственно на территории самого известного и старейшего (1949 года) в Казахстане курорта «Сарыагаш».
2. «Асем Ай» по праву называется «классической "сарыагашской" водой», так как эта марка разливается со скважины ЗМД, с которой в свое время разливалась "Сары-Агачская", выпускавшаяся во времена Советского Союза.
3. Вода из скважины глубиной 1033м. подается на линию розлива после фильтрации и обеззараживания, сохраняя свою природную первозданность.
4. Уникальность воды «Асем Ай», в отличии от всех остальных столовых вод, заключается в том, что, имея содержание минеральных веществ на уровне столовых вод (менее 1 г/л.), ее можно пить без ограничения и при этом получать несомненную пользу для своего здоровья.
5. Минеральная вода «Асем Ай» имеет приятный вкус, оптимальный уровень газированности, улучшает работу органов пищеварения и превосходно утоляет жажду.



Завод



- * «Асем Ай» Единственный Казахстанский производитель, который не перевозит воду в автоцистернах, а подает её на розлив со своей скважины по пищевому трубопроводу. Перед тем как попасть в бутылки вода проходит многоступенчатую фильтрацию.
- * Розлив производится в пластиковые бутылки прошедшие предварительное ополаскивание минеральной водой.

Существует множество различных статей, в которых указывается что человек должен выпивать в день не менее 1,5 л жидкости.

Но все зависит от вашего веса, вашей физической активности и времени года.

К тому же не стоит забывать, что только вода способствует наполнению клеток живительной влагой и эти 1,5 литра и есть чистая питьевая вода.

Соки-чай-компоты сюда

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?

Нам нужно пить **39**мл воды на **1**кг веса



= 2,1 л



3,5 л =

О минеральной воде

Уровень минерализации

Минерализация воды - это совокупность растворенных в ней минеральных и органических веществ, выражается в граммах на 1 литр или дм. куб. (дм³) Она может колебаться в очень широких пределах: от 1 до 650 гр/л.

ASEM AI

от 1 до 5 г/дм
или до 1 г/дм



Минеральные воды слабой минерализации, содержащие биологически активные компоненты.

от 5 до 10 г/дм



Минеральные воды малой минерализации

от 10 до 15 г/дм



Минеральные воды средней минерализации

менее 0,2 г/дм



Воды питьевые ультрапресные

менее 0,2 г/дм
до 0,5 г/дм



Воды питьевые низкоминерализованные, пресные

менее 0,5 г/дм
до 1,0 г/дм



Воды питьевые слабоминерализованные, умереннопресные

Минеральные воды малой минерализации (до 1 г/л) можно использовать в качестве чистого прохладительного напитка для утоления жажды каждый день! Разумное употребление лечебно-столовых и лечебных вод благотворно влияет на организм. Минеральная вода способствует мобилизации регулирующих систем организма и активизации обменных процессов.



Лечение и профилактика



ASEM AI

- * Отсутствие лишних калорий.
- Пить минеральную воду - это способ обеспечивать организм полезными микроэлементами, не прибавляя в весе.
- * Против сухости и шелушения кожи лица.
- Умывание минеральной водой.
- * Хорошо снимает похмельный синдром.
 - * Профилактика сахарного диабета.
 - * Профилактика болезней желудка.
- Пить минеральную воду, предварительно разогрев до температуры 35-45°C, ежедневно 3 раза в день за 1-1,5 часа до еды на протяжении 5-6 недель.
- * Профилактика заболеваний печени и кишечника.
- Употреблять за 30-50 мин. 3 раза в день, длительность профилактических действий составляет 5-6 недель.
- * Профилактика болезней желчного пузыря, желчных путей.
- Нагреть минеральную воду до температуры 40-45°C.
- Употреблять за 40-50 мин. до еды. Длительность профилактики - 5-6 недель.
- * Профилактика болезней носовой полости у взрослых и детей.
- Промывать носовую полость 3-4 раза в день в течение 2-х недель.





sanatoriums.com
ONLINE BOOKING

Категория номера	Вид размещения	Цена за сутки
Супер Люкс	на 4 чел	100 000 тенге
Люкс	на 1 чел на 2 чел	35000 тенге 60000 тенге
Полулюкс (2 местный)	на 1 чел на 2 чел	25000 тенге 45000 тенге
Комфорт (2,3 местный)	на 1 чел	18000 тенге
Стандарт (2,3,4 местный)	на 1 чел	12900 тенге
Стандарт+	на 1 чел	14500 тенге
Коттедж	на 1 чел	12500 тенге
Дети до 6- лет Дети с 7 до 12 лет		5500 тенге 9000 тенге

Цены

Прейскурант на санаторно-курортное лечение в 2019 году

Общетерапевтическая, реабилитация после эндопротезирования: Цены от 2200 р/сут

Расширенная, антистресс. Цены: от 2500 р/сут

Оздоровительная Плюс. Цена от 2050 р/сут

Гинекологическая. Цены: от 2800 р/сут

Гинекологическая 3 корпус . Цены: от 2800 р/сут

Оздоровительная программа : Цены от 1800 р/сут

Программа лечения «Снижение веса»: Цены от 2500 рублей

Третье отделение : Цены от 1450 р/сутки

Заключение

Физиотерапия (греч. *phýsis*, природа + *therapéia*, лечение) — услуги, оказываемые физическими терапевтами пациентам, с целью развития, поддержания и восстановления максимальной свободы движений тела и функциональных возможностей на протяжении жизни. Услуги предоставляются в случае, когда функциональность и подвижность тела нарушены в результате старения, травмы, боли, болезни, расстройства, состояния или факторами окружающей среды, с пониманием того, что полнофункциональные движения это важнейший фактор здоровья. Это так называемое "западное" понимание физической терапии.

В современной Российской медицине физиотерапия представлена двумя направлениями:

1) Лечебная физическая культура (ЛФК) - методы воздействия: физические упражнения, массаж. Положительный эффект умеренных физических упражнений, подобранных специалистом по ЛФК подтвержден современными клиническими исследованиями^[3].

2) Прочие методы воздействия:

- солнечный свет,
- воздушные ванны,
- водолечение,
- минеральная вода,
- воздействие тепла и холода,
- электрическое и электромагнитное воздействие,
- воздействие давлением (баротерапия),банки),
- компрессы (припарки),
- грязелечение,
- лазеротерапия,
- диадинамотерапия,

Санаторий "Ок-Жетпес"

Санаторий «Окжетпес» расположен в пяти километрах от посёлка Боровое и в двадцати километрах от г. Щучинск на западном берегу озера Боровое.

Санаторий «Окжетпес» является санаторием круглогодичного функционирования, квалифицированного лечения и комфортабельного отдыха. Уникальные природные факторы: горный ионизированный воздух, лечебные грязи озера Балпашсор, и минеральная вода озера «Май Балык», дополняемые современной лечебно-диагностической базой позволяют исцелять и реабилитировать широкий спектр заболеваний.

Профилактика заболеваний: сердечно-сосудистой и нервной системы, дыхательных путей, опорно-двигательного аппарата.

Лечение: ванны (морские, хвойные), массаж (ручной, водный), грязь – аппликация, электрофорез, тубус кварц, магнитотерапия, ультразвук, ингаляции, очистка кишечника.





ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ,

что человек при рождении

НА 90 %

СОСТОИТ ИЗ ВОДЫ?



А В СТАРОСТИ
ОСТАЕТСЯ ТОЛЬКО

60 %

**НЕДОСТАТОЧНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ВОДЫ
ВЕДЕТ К ПРЕЖДЕВРЕМЕННОМУ СТАРЕНИЮ**

Список литературы:

- 1.Щепин, О.П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / О. П. Щепин, В. А. Медик. – М.: Геотар-Медиа, 2011. - 592 с.: ил. - (Послевузовское образование)
- 2.Улумбекова, Г.Э. Здравоохранение России. Что надо делать: научное обоснование «Стратегии развития здравоохранения РФ до 2020 года» / Г.Э. Улумбеков. - М.: ГЭО-ТАР- Медиа, 2010. – 592 с.
- 3.Учебник по восстановительной медицине / под ред. А.Н. Разумова, И.П. Бобровницкого, А.М. Василенко. - М.: Восстановительная медицина,2009.- 648 с.