

* Тема 1. Лечебно-оздоровительный туризм

- 1. История лечебно-оздоровительного туризма*
- 2. Специфика лечебно-оздоровительного туризма*
- 3. Виды лечебно-оздоровительной деятельности*
- 4. География лечебно-оздоровительных курортов*

Лечебно-оздоровительный туризм основан на трех основных лечебных природно-рекреационных ресурсах:

- * Климат;
- * минеральные воды;
- * лечебные грязи.

Лечебно-оздоровительный туризм осуществляется преимущественно на **курортах**.

* **Курорт** (от нем. kurort: kur — лечение, ort — место) — это местность, обладающая природными лечебными свойствами (ресурсами) и необходимыми условиями для их лечебно-профилактического применения.

* 1. *История лечебно-оздоровительного туризма*

* В Древнем Риме в моду вошло купание и лечение на термальных минеральных водах в знаменитых Римских банях.

* Начало развития курортного туризма относится к XVIII в., когда появились широко известные бальнеологические курорты:

Карлсбад в Чехии (ныне Карловы-Вары),

Баден-Баден в Германии,

Баден в Швейцарии,

Виши во Франции, а также приморские — Ницца во Франции,

Монте-Карло в Монако.

- * **В России** зарождение курортного туризма относится к началу **XIX в.** на базе **Кавказских минеральных вод.**
- * В конце **XIX** — начале **XX** вв. появились курорты на **Черноморском побережье Крыма** — Ялта (Украина) и Кавказа — Сочи.
- * В советское время в России было построено огромное количество санаториев, здравниц, лечебниц и пансионатов по всей территории страны.

*** 2. Специфика лечебно-оздоровительного туризма**

Лечение с использованием основных трех ресурсов (климат, минеральные воды, лечебные грязи) соответственно называется — **климатотерапия, бальнеотерапия** (от лат. *balneum* — ванна, купание) и **пелоидотерапия** (от греч. *pelos* — глина).

* 3. *Виды лечебно-оздоровительной деятельности*

* **Климатотерапия** основана на том, что различные типы климата по-разному воздействуют на организм человека и могут обладать лечебными свойствами применительно к определенным болезням.

Включает в себя:

- лечение воздухом (**аэротерапия**),
- лечение солнцем (от **гелиотерапия** — от греч. *helios* — Солнце),
- лечение морским климатом и морскими ваннами (**талассотерапия**)
- лечение разреженным воздухом и низким давлением в горах (**естественная баротерапия**),
- лечение микроклиматом естественных или искусственных пещер (**спелеотерапия**).

* **Бальнеотерапия** осуществляется на бальнеологических курортах в виде ванн, душа, купания в бассейнах, питья минеральных вод, ингаляций. Для лечебных целей используют в основном природные минеральные воды из буровых скважин.

* Минеральные воды очень разнообразны и специфичны по лечебному воздействию.

* Различают воды *по температуре*:

холодные — до $+20^{\circ}\text{C}$

теплые или слаботермальные $+20^{\circ}$ — $+35^{\circ}\text{C}$

горячие или термальные — $+35$ — $+42^{\circ}\text{C}$

очень горячие или высокотермальные — более $+42^{\circ}\text{C}$).

* **Пелоидотерапия (грязелечение)** — это применение в лечебных целях грязей (пелоидов) различного происхождения (торфяные, иловые, морские).

* Основной метод применения грязей — аппликационный, то есть наложение грязей на больной участок или все тело. Лечение нагретыми грязями эффективно при заболеваниях:

- нервной системы,
- органов кровообращения,
- процессов обмена,
- опорно-двигательного аппарата,
- КОЖИ.

* 4. География лечебно-оздоровительных курортов

Россия

- * **Кавказские Минеральные Воды** - группа бальнеологических курортов - более 100 минеральных источников разного состава с высокой лечебной эффективностью.
- * Алтайский край - функционирует курорт *Белокуриха*.
- * В Бурятии вблизи озера Байкал в живописной местности расположен курорт *Аршан*.
- * Забайкальский край – курорт *Дарасун*.
- * Самый известный курорт на Дальнем Востоке — *Шмаковка* (Приморский край).
- * Краснодарский край (Сочи, Анапа, Адлер и т.д.)
- * И др.

Восточная Европа

- * *Чехия.* Самый известный бальнеологический курорт *Карловы-Вары*.
- * *Венгрия.* Термальные минеральные воды имеются по всей стране, но наиболее посещаемыми местами остаются *Будапешт*, а также побережье озера *Балатон* — идеальное место для рыбалки, парусного спорта, гребли, плавания.
- * *Болгария.* *Золотые пески, Солнечный берег*
- * *Украина.* *Евпатория, Ялта, Феодосия*

В Западной Европе наиболее известные
бальнеологические курорты расположены в:
Германии (*Баден-Баден, Висбаден*),
Франции (*Виши, Ницца, Канны*),
Австрии (*Бадгастайн*),
Швейцарии (*Баден, Санкт-Мориц, Давос*),
Италии (курорты о. *Искья*).

* **Южная Европа** привлекает туристов своими климатическими приморскими курортами, известными в основном не как центры лечения, а как зоны отдыха и развлечений. Прекрасным местом для лечебного туризма является район *Мертвого моря* в Израиле.

* **Америка**

Лидером на рынке лечебно-оздоровительного туризма являются США.

Бальнеологические курорты имеются почти во всех штатах. Среди приморских климатических курортов наиболее популярны *Майами* (Флорида), *Сан-Диего* и *Санта-Круз* (Калифорния).