

# Бальнеологические курорты Сибири

+  
Работа Шадриной Анастасии  
группа О62313, колледж СПбГАУ

+ Бальнеологический курорт – тип курорта, где в качестве основного лечебного фактора используются природные минеральные воды. Воды могут применяться наружно (ванны, бассейны и другие), для питьевого лечения, ингаляций и других процедур. Профиль курорта определяется заболеваниями, которые в нём лечат: кардиологические, туберкулёзные, желудочно-кишечные, органов дыхания и т.п.

+ Самый первый курорт в России «Марциальные воды» был организован Петром I в начале 18 века. В 1997 году в РФ действовало более 14 тысяч лечебно-оздоровительных учреждений, в которых одновременно могло находиться более 600 тысяч человек.



# Алтайский край

**Белокуриха** - известнейший бальнеологический курорт Сибири расположен в 250 км к юго-востоку от Барнаула в отрогах Чергинского хребта. С юго-запада курорт защищен от ветров горами, покрытыми лесом (сосна, лиственница, береза и др.)

**Основные лечебные факторы:** Слабоминерализованные радоновые термальные (от +27,6 до +42°C) азотные кремнистые сульфатно-гидрокарбонатные натриевые воды; содержат кальций, магний, хлор, небольшие количества марганца, свинца и других элементов, а также растворенные и находящиеся в свободном состоянии газы — азот, радон, аргон, ксенон, гелий и др. Общее количество растворенных газов составляет около 20 см<sup>3</sup>/л. Воду используют для ванн, питья, ингаляций, радоновых аппликаций, орошений. Наряду с бальнеотерапевтическими процедурами применяют аэрогелиотерапию, лечебную физкультуру, физиотерапевтические процедуры.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов кровообращения, движения и опоры, нервной системы, гинекологические болезни, нарушения обмена веществ. Проводится лечение детей, больных ревматизмом.

# Бурятия

**Аршан** — бальнеологический и горноклиматический курорт расположен в 450 км к западу от Улан-Удэ в Восточных Саянах, у подножия Тункинских Гольцов, на высоте около 900 м, на берегу реки Кынгарка.

**Основные лечебные факторы:** Чистый ионизированный горный воздух, обилие солнца, живописные окрестности благоприятны для проведения климатотерапии. Углекислые (в том числе термальные) сульфатно-гидрокарбонатные магниевые-кальциевые воды с повышенным содержанием кремниевой кислоты (минерализация 3,6 г/л); используются для питьевого лечения, ванн, душей, орошений и др. Имеются ванное здание, аэросолярий. Применяют также процедуры физиотерапии, лечебную физкультуру и др.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов пищеварения и сердечно-сосудистой системы.

# Бурятия

**Баунтовские источники** — бальнеологическая курортная местность расположена в 550 км к северо-востоку от Улан-Удэ на севере Витимского плоскогорья, у подножия горы Большой Хоп-тон, на высоте 1100 м, в долине реки Верхняя Ципа. Близ Баунтовских источников находится наиболее крупное из местных горных озер – Баунт.

**Основные лечебные факторы:** Термальные (от +36 до +53°C) азотно-кремнистые слабосульфидные гидрокарбонатные натриевые воды (минерализация 0,4 г/л). Для лечения также используется массаж, электросветолечение, лечебная физкультура.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов движения и опоры, нервной системы, кожные и гинекологические болезни.

# Бурятия

**Нилова пустынь** — бальнеологическая курортная местность расположена в 150 км к западу от железнодорожной станции Слюдянка в отрогах Восточного Саяна, на высоте 915 м, в долине реки Ихэ-Угчунь. Преобладают хвойные леса.

**Основные лечебные факторы:** Термальная (+41°С) радоновая азотно-кремнистая сульфатная натриево-кальциевая вода (минерализация 1 г/л) источников. Применяется в виде местных и общих ванн, орошений, лечебных душей и др. Используется электросветолечение, массаж, лечебная физкультура.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов движения и опоры, нервной системы, кожи и гинекологические болезни.

# Бурятия

**Горячинск** — бальнеологический курорт расположен в 188 км к северу от Улан-Удэ на восточном берегу озера Байкал, которое образует здесь мелководную бухту с песчаными пляжами. На территории курорта преобладают хвойные леса.

**Основные лечебные факторы:** Термальная (+52 — +53,8°С) азотная сульфатная натриевая вода с высоким содержанием кремниевой кислоты и минерализацией 0,64 г/л. Применяется для ванн, душей, орошений и других процедур. Наряду с бальнеотерапией проводят грязелечение привозными глинами, климатотерапию (имеется аэрозолярий, размечены маршруты терренкура), лечебную физкультуру, электро- и светолечение, массаж и другие методы лечения.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов движения и опоры, сердечно-сосудистой и нервной систем, кожные и гинекологические болезни.



# Красноярский

**Учум (Озеро Учум) край** — бальнеогрязевой курорт расположен в 160 км к югу от горбда Ачинск на юге Качинской степи, на берегу озера Учум; окружен невысокими горами; на территории курорта и в его окрестностях — березовые и сосновые роци.

**Основные лечебные факторы:** Минеральная вода источников, рапа и сульфидная иловая грязь озера Учум. Грязь применяют для ванн, аппликаций и других лечебных процедур; сульфатно-хлоридную натриевую рапу (минерализация от 27 до 60 г/л) — для ванн. Сульфатно-гидрокарбонатную натриево-магниевую-кальциевую воду источников (минерализация 3 — 6 г/л) используют для питьевого лечения.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов движения и опоры, пищеварения, нервной системы и гинекологические болезни.



# Красноярский край

**Красноярское загорье (Кожаново)** — бальнеологическая курортная местность расположена в 222 км к югу от Красноярска в лесистой местности, с юга окруженной невысокими горами.

**Основные лечебные факторы:** Углекислые гидрокарбонатные магниевые-кальциевые воды с повышенным содержанием железа (минерализация до 3,8 г/л, уголекислоты 2,3 г/л); вода содержит ряд микроэлементов, в том числе марганец, фтор, бром, медь, стронций, а также органические жирные и нафтенновые кислоты. Наряду с минеральной водой используют электросветолечение, массаж, лечебную физкультуру.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов пищеварения, сердечно-сосудистой системы.

# Иркутская область

**Ангара** — бальнеологический курорт расположен на окраине Иркутска на высоком, правом берегу реки Иркут, в 2 км от ее впадения в Ангару. Занимает обширную территорию соснового лесопарка у подножия горы Кайская.

**Основные лечебные факторы:** Сульфидная хлоридная натриевая (минерализация 58,3 г/л) и сульфатная хлоридная натриевая минеральные воды. Воду первого типа применяют для ванн и орошений, второго — для питьевого лечения. Имеется водолечебница (наряду с минеральными применяют соляно-хвойные и жемчужные ванны), ингаляторий, аэросолярий, отделение физиотерапии, массажа, лечебной физкультуры.

**Основные показания для лечения:** Заболевания сердечно-сосудистой и нервной систем, сопутствующие болезни органов пищеварения. Открыто отделение восстановительного лечения больных с инфарктом миокарда.

# Иркутская

## область

Жуковское (Иствянка) — климатическая курортная местность расположена в 65 км к югу от Иркутска (сообщение автомобильное и водным транспортом) на западном берегу озера Байкал, на высоте около 450 м, у истока реки Ангара. Распространены таежные леса (кедр, сосна, лиственница).

**Климат** континентальный, значительно смягченный влиянием Байкала. Зима холодная; средняя температура января —  $16^{\circ}\text{C}$ . Лето умеренно теплое; средняя температура июля  $+15^{\circ}\text{C}$ . Температура воды в августе у берегов  $+20^{\circ}\text{C}$ . Характерна высокая ионизация воздуха.

**Основные лечебные факторы:** Климат. Применяют также физиотерапию, лечебную физкультуру, массаж. Имеются лечебный плавательный бассейн, ванное отделение (применяют искусственные углекислые, йодо-бромные и другие ванны), ингаляций; размечены маршруты терренкура.

**Основные показания для лечения:** Заболевания сердечно-сосудистой и нервной систем.

# Иркутская

## область

**Братское взморье** — климатическая курортная местность расположена в 60 км к востоку от Братска на побережье Братского водохранилища, в смешанном лесу.

**Основные лечебные факторы:** Наряду с климатотерапией применяют искусственные минеральные ванны, душ и др. Используется сульфатно-хлоридная натриевая вода (минерализация 6,7 г/л). Имеются аэросолярий, песчаные пляжи; размечены маршруты терренкура.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов кровообращения и нервной системы.

# Иркутская область

**Усть-Кут**— бальнеогрязевой курорт расположен в 550 км к северу от Иркутска, близ города Усть-Кут и железнодорожной станции Лена. Расположен на правом берегу реки Кут, на высоте 320 м. Территория курорта окружена крутыми сопками высотой 200-300 м, покрытыми густым хвойным лесом.

**Основные лечебные факторы:** Сульфидная иловая грязь озера и сульфидный радоновый хлоридный натриевый рассол (минерализация 127 г/л), содержащий бром, применяющийся для ванн, душей, орошений. Сульфидный ил, разведенный минеральной водой, применяют для грязелечения (аппликации, электрогрязевые процедуры и т. д.). Используют также физиотерапию, массаж, лечебную физкультуру.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов движения и опоры, нервной системы и гинекологические болезни.

# Новосибирская

**Карачи** (Озеро Карачи) — грязевой и бальнеологический курорт расположен в 394 км к западу от Новосибирска, в 234 км к северо-востоку от Омска, в северной части Барабинской степи. Курортный парк со смешанной растительностью (тополь, береза, американский клен, кустарник) расположен на одной из «грив» (повышение рельефа), которая тянется с востока на северо-запад к озерам Карачи и Узун-куль.

**Основные лечебные факторы:** Грязь и рапа соленого озера Карачи. Грязь озера — сульфидная иловая, относится к категории наиболее ценных в терапевтическом отношении грязей; применяется для грязелечения (главным образом в виде аппликаций). Рапа по составу хлоридно-сульфатно-натриево-магниевая (минерализация до 204 г/л); используется для так называемых разводных рапных ванн. Для питьевого лечения применяют также хлоридно-гидрокарбонатную натриевую воду без специфических компонентов и свойств (минерализация 2,4 г/л). Наряду с бальнеогрязелечением проводят аэрогелиотерапию и лечебную физкультуру.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов движения и опоры, нервной системы, желудка и кишечника и гинекологические болезни.

# Забайкальский край

**Кука** — бальнеологический курорт расположен в 59 км к юго-западу от Читы в восточных отрогах Яблонового хребта, на высоте около 800 м, в долине реки Кислый Ключ. Большая часть территории покрыта смешанными лесами.

**Основные лечебные факторы:** Углекислая железистая гидрокарбонатная магниевно-кальциевая вода (минерализация 3,8 г/л). Применяется для питьевого лечения. Имеются питьевой бювет, аэросолярий. Наряду с бальнеотерапией проводят климато- и физиотерапию.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов пищеварения.

# Забайкальский край

**Шиванда** — бальнеологический курорт расположен в 205 км к востоку от Читы, в юго-западной части долины реки Шиванда, на высоте 800 м.

**Основные лечебные факторы:** Углекислая (углекислоты 32 г/л) железистая гидрокарбонатная натриево-кальциево-магниевая вода (минерализация 1,12 г/л). Применяется для ванн, душей, ингаляций, промываний и для питьевого лечения. Наряду с бальнеотерапией применяют климато- и физиотерапию, лечебную физкультуру, массаж.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов пищеварения и органов дыхания (нетуберкулезного характера).



# Забайкальский

**МОЛОКОВКА** — бальнеологический курорт расположен в 20 км к юго-востоку от Читы в долине реки Молоковка (бассейн Амура), защищенной от ветров отрогами Черского хребта. В районе курорта — густые смешанные леса с преобладанием сосны и лиственницы.

Климат резко континентальный. Зима суровая, с устойчивой ясной погодой; средняя температура января —  $26^{\circ}\text{C}$ . Лето теплое; средняя температура июля  $+18^{\circ}\text{C}$ . Осадков 350 мм в год, преимущественно летом. Число часов солнечного сияния 2300 в год.

**Основные лечебные факторы:** Радоновая углекислая гидрокарбонатная магниевая-кальциевая вода (минерализация 0,7 г/л), содержащая молибден и мышьяк. Применяется для ванн, душей, орошений, ингаляций и питьевого лечения. Имеются ванное здание с водо- и грязелечебницей, аэрозолярий, размечены маршруты терренкура. Наряду с бальнеотерапией применяют грязелечение сульфидными илами, климато- и электротерапию, лечебную физкультуру, массаж, и др.

**Основные показания для лечения:** Заболевания органов движения и опоры, пищеварения, сердечно-сосудистой и нервной систем, кожные и