

# Лечебно-оздоровительный туризм

1. История лечебно-оздоровительного туризма
2. Специфика лечебно-оздоровительного туризма
3. Виды лечебно-оздоровительной деятельности

Выполнил(а): Бердиев Ш.Ш

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.

## *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.