

Курорты и санатории Туркменистана

Подготовили студенты 4 курса
лечебного ф-та 418 группы
Абдураимов Илмурат
Курбанов Бегенч

- **орт** — освоённая и используемая с целью лечения, медицинской реабилитации, профилактики заболеваний и оздоровления особо охраняемая природная территория, располагающая природными лечебными ресурсами и необходимыми для их эксплуатации зданиями и сооружениями, включая объекты инфраструктуры
- **рий** — 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

«АРЧМАН»

Арчман - это один из первых курортов Туркменистана, основанный около ста лет назад. Он пользуется огромной популярностью как у местных жителей, так и у гостей из ближнего и дальнего зарубежья.

Уникальная здравница расположена в живописном уголке на северном склоне Копетдага, на высоте **160** м над уровнем моря, в **130** км от Ашхабада.

В инфраструктуру санатория "Арчман" входят пять скважин - *серно-сульфатно-известковые источники.*



«АРЧМАН»

При помощи субтермальных минеральных вод температурой 46 градусов в Арчмане лечат самые различные заболевания.

* Прежде всего, это **заболевания желудочно-кишечного тракта**. К их числу относятся различные гастриты, воспаление пищевода, язву желудка и 12-перстной кишки, колиты, неспецифический язвенный колит, заболевания печени и желчевыводящих путей.

* Кроме того, здесь можно лечить и **болезни опорно-двигательной системы** — артрит, артроз.

* Хороший лечебный эффект достигается при лечении **кожных заболеваний**, таких, как псориаз, экзема, дерматит, крапивница, кожный зуд.

* Стоит испытать на себе целебные свойства арчманской воды и тем, кто страдает заболеваниями нервной системы, вегето-сосудистой дистонией, перенапряжением.

* Можно еще долго перечислять, что можно лечить в «Арчмане», добавим лишь, что курс лечения местной водой в значительной степени улучшает самочувствие пациентов с сахарным диабетом (безинсулиновых).

Необходимо подчеркнуть, что курортное лечение показано только в период ремиссии заболевания!

«АРЧМАН»



«АРЧМАН»

Есть и противопоказания, о которых следует знать!

К категориям лиц, которым противопоказано лечение здесь, в первую очередь, относятся пациенты с:

- онкологическими заболеваниями,
- туберкулезом и другими легочными заболеваниями,
- артериальной гипертензией III степени,
- нефритами, гломерулонефритом, почечно-каменной болезнью,
- ожирением III степени,
- сердечно-сосудистыми заболеваниями в стадии декомпенсации и любыми другими болезнями в стадии обострения.

Преимущество слабощелочной субтермальной минеральной воды Арчмана в том, что ее можно использовать **как для питья**, так и **для проведения бальнеологических процедур**. Специально для подогрева воды установлена бройлерная система, которая позволяет поддерживать определенную температуру.

«АРЧМАН»

...Помимо воды одним из важнейших лечебных факторов этого курорта является и **целебный климат**.

Чистый, насыщенный отрицательными ионами воздух предгорий, оказывает благоприятное воздействие на организм человека. Ионизация воздуха является здесь одной из самых в высоких в мире, что позволяет достигать существенного лечебного эффекта.

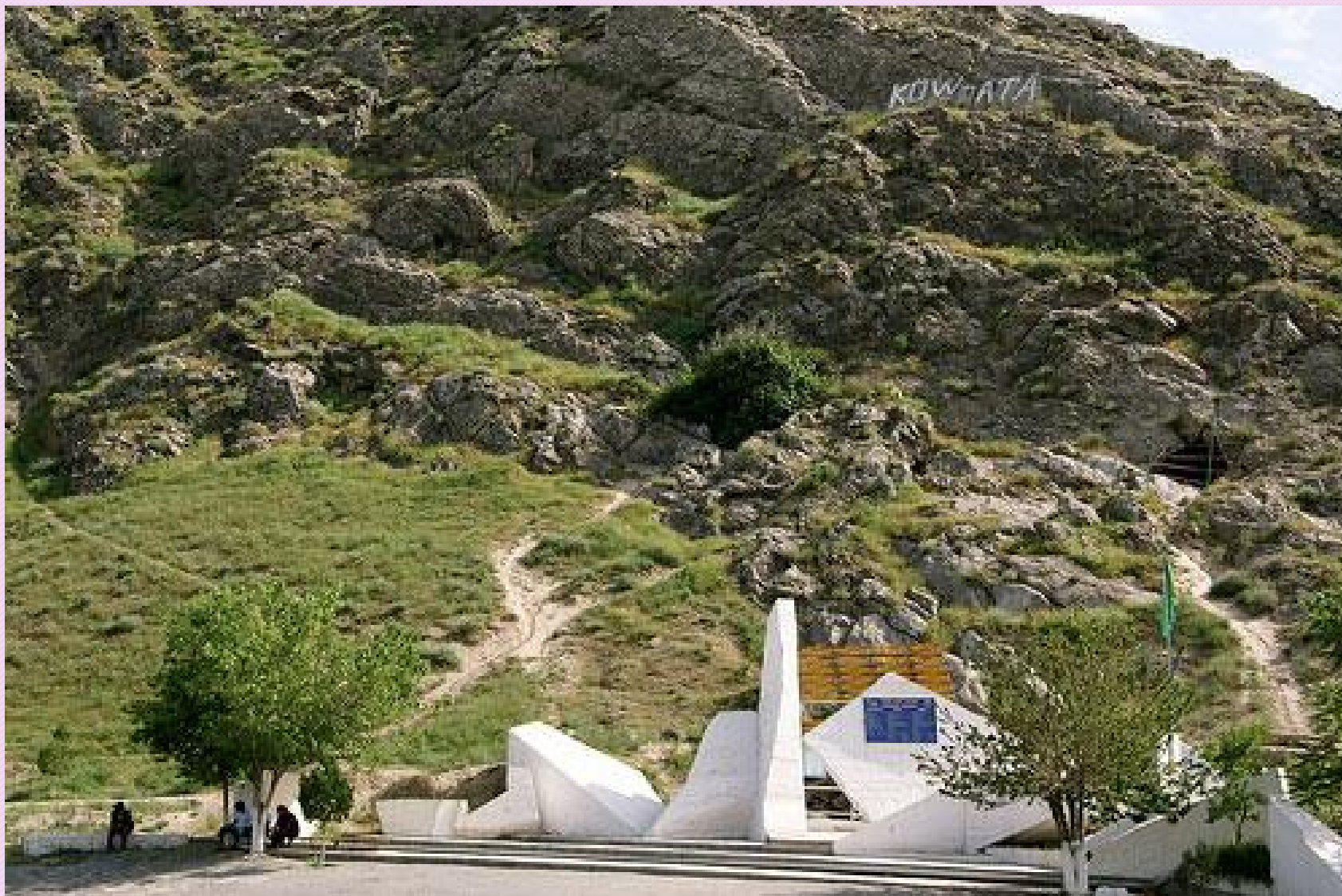
Санаторий работает круглый год.



«АРЧМАН»



«KOB-ATA»



«КОВ-АТА»

«...Жил в давние времена пастух, у которого было большое стадо. Однажды он заметил, что среди коров, которые он пас, появилась новая. Пастух не знал, кому в ауле она принадлежит. К вечеру корова, отделяясь от стада, уходила в неизведанном направлении. Пастух решил отправиться за ней, узнать, кто же ее хозяева, чтобы договориться об оплате за свой чабанский труд. Он был очень удивлен, когда корова пошла не к юрте, а зашла в пещеру. Осторожно следуя за ней, чабан увидел сидящего старика-яшули. Поздоровавшись, пастух высказал свою просьбу, и старик охотно согласился оплатить его труды. Он положил что-то в небольшой мешочек и отдал его пастуху, однако строго наказал не открывать его, пока тот не придет домой. Пастух же, сгорая от нетерпения, едва отойдя от пещеры, развязал мешочек. К большому его удивлению и разочарованию там лежали только листья инжира. В сердцах он выбросил их. Придя домой, рассказал жене о встрече со старцем, показал тот злополучный мешочек. Ну, а жена, как истинная хозяйка, решила использовать его в хозяйстве для хранения чая и вывернув мешочек, наизнанку увидела зацепившуюся за ткань маленькую золотую пластинку в форме листика инжира. Понял пастух, что выкинул на землю свое богатство. Вернулся к пещере, но ни старика, ни коровы там уже не было, только тонкое деревце инжира выросло неподалеку от входа. Оно и сегодня радует глаз посетителей. А пещера, как и озеро получили название Ков-ата, что означает "отец пещеры".»

«KOB-ATA»



Photo by Michael Shamshidov
© OrexCA.com

«КОВ-АТА»

Находится эта пещера в **100 километрах** от Ашхабада. На глубине **60 метров** от входа в пещеру лежит озеро, которое дышит теплым паром. К нему ведет длинная лестница в **350 ступеней** с подсветкой.

В лечебной воде озера содержатся **сера, йод, магний, калий, натрий, алюминий, бром, железо, сурьма** - всего **27 элементов**.

Купание в воде благотворно действует на организм, улучшает кровообращение, помогает излечить такие болезни, как **ревматизм, простуду, почечные и кожные заболевания, успокаивает нервную систему**.

Температура воды в озере от 33 до 38 градусов круглый год. Длина озера 80 метров, ширина 30 метров, глубина до 16 метров.

Это одно из самых больших подземных озер в мире! *Никогда луч солнечного света не касался теплого бархата его вод...*



«КОВ-АТА»



«КОВ-АТА»



«КОВ-АТА»



«КОВ-АТА»



«КОВ-АТА»



«АВАЗА»

Национальная туристическая зона «Аваза» — курорт на востоке Каспийского моря, национальная туристическая зона Туркменистана, в 12 км от города Туркменбаши.

Находится в этрапе Аваза города Туркменбаши Балканского веляята.



«АВАЗА»



«АВАЗА»



«АВАЗА»



«АВАЗА»



«АВАЗА»



«АВАЗА»



«МОЛЛАКАРА»

Моллакара (Mollakara) - грязевый курорт Туркмении, по своим параметрам близкий к знаменитому Мертвому морю.

Тут тоже соленое озеро, к слову сказать, радикально меняющее свой цвет в зависимости от сезона (от голубого до **красного**). Так же, как на Мертвом море, основная процедура проходит на свежем воздухе - человек заходит в море и без проблем держится на воде.

Иловая грязь из озера считается полезной при гинекологических заболеваниях, **бесплодии** и **проблемах с позвоночником**.



Грязевый курорт
работает круглогодично.

«МОЛЛАКАРА»

Моллакара относится к высококачественным илистым курортам, так как:

- грязи содержат малое количество шлаков — песка и глины;
- более вредные шлаки — камни, гипс находятся в них совсем в небольшом количестве.

Грязи добываются в окрестностях озера, на котором расположен курорт и, главным образом, в окрестностях соседнего озера Комек.

Нагрев грязей — естественный, солнцем на грязевой площадке.



«МОЛЛАКАРА»



«МОЛЛАКАРА»

Рапа озера очень насыщена и богата по своему составу и качественно, и количественно. Она богаче рапы крымских соленых озер. Содержит большое количества брома.

История этой природной лечебницы насчитывает более ста лет. Санаторий принимает больных с нарушением функций двигательного аппарата, нервной системы и мочеполовых органов. *Кроме грязелечения* курорт предлагает *различные виды водолечения*, например рапные ванны.

В годы независимости здесь открыто *спинальное отделение*. Это второе подобное специализированное отделение в СНГ.



«МОЛЛАКАРА»



«МОЛЛАКАРА»

Не подлежит сомнению, что курорт Моллакара весьма ценен, как грязевый курорт.

Целебные свойства его рапы, к сожалению, еще очень мало изучены, однако можно полагать, что высокое содержание брома в рапе озера должно весьма благотворно влиять на **нервную систему**.

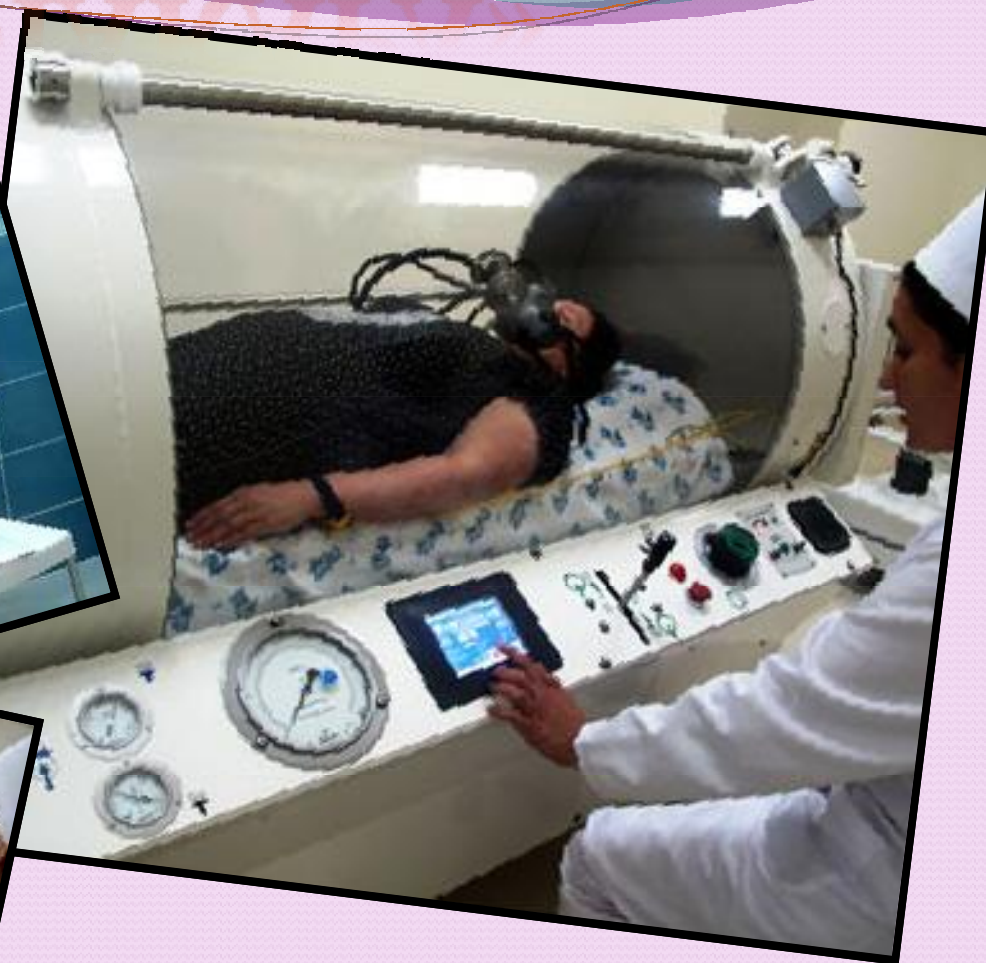
Купание в рапном озере действует укрепляюще и ободряюще.

Многолетний опыт показал, что лечение на курорте пациентов с **поражениями опорно-двигательного аппарата** исключительно эффективно.

Выявлено исключительно благотворное действие курорта на пациентов, страдающих **бруцеллезом** в его хронических формах (при условии отсутствия истощенности).

Курорт Моллакара возвратил здоровье многим пациентам с **остеомиелитом** и **поражением периферической нервной системы**.

«МОЛЛАКАРА»



«БАЙРАМ-АЛИ»

САНАТОРИЙ



«БАЙРАМ-АЛИ»

Основа лечения - *климатотерапия* и *лечебное питание*.

Климат в Байрам Али **сухой и жаркий** -- летом температура в тени выше 40 градусов, весной и осенью 30-35 градусов с относительной влажностью воздуха от 10 до 35 %, высокой инсоляцией и испаряемостью с поверхности земли, практическим отсутствием осадков с июня по сентябрь и малым их количеством в другие месяцы, слабыми ветрами.



«БАЙРАМ-АЛИ»

Климат способствует:

- * усилению кожной респирации,
- * снижению отечности, снижению артериального давления,
- * усилению почечного и коронарного кровотока,
- * улучшению кровообращения и восстановительных процессов в почках,
- * повышению сопротивляемости организма.

Благодаря увеличивающейся деятельности почек и кожи:

- + организм освобождается от большого количества токсических веществ,
- + выравнивается кислотно-щелочное равновесие,
- + улучшается обмен веществ и функции сердечно сосудистой системы.

«БАЙРАМ-АЛИ»

Виноград и **арбузы**, выращенные в песках, содержат незначительное количество воды и *богаты содержанием глюкозы и клетчатки*. При употреблении туркменских арбузов и винограда в организме **улучшается углеводный обмен**.

Употребление **зеленого чая** только в условиях Байрам Али **способствует расширению периферических сосудов, усилению потоотделения**, в результате чего вредные соли, вода покидают организм, а необходимые белки и ферментные элементы остаются в крови и широко способствуют жизнедеятельности организма с воспалительным заболеванием почек.

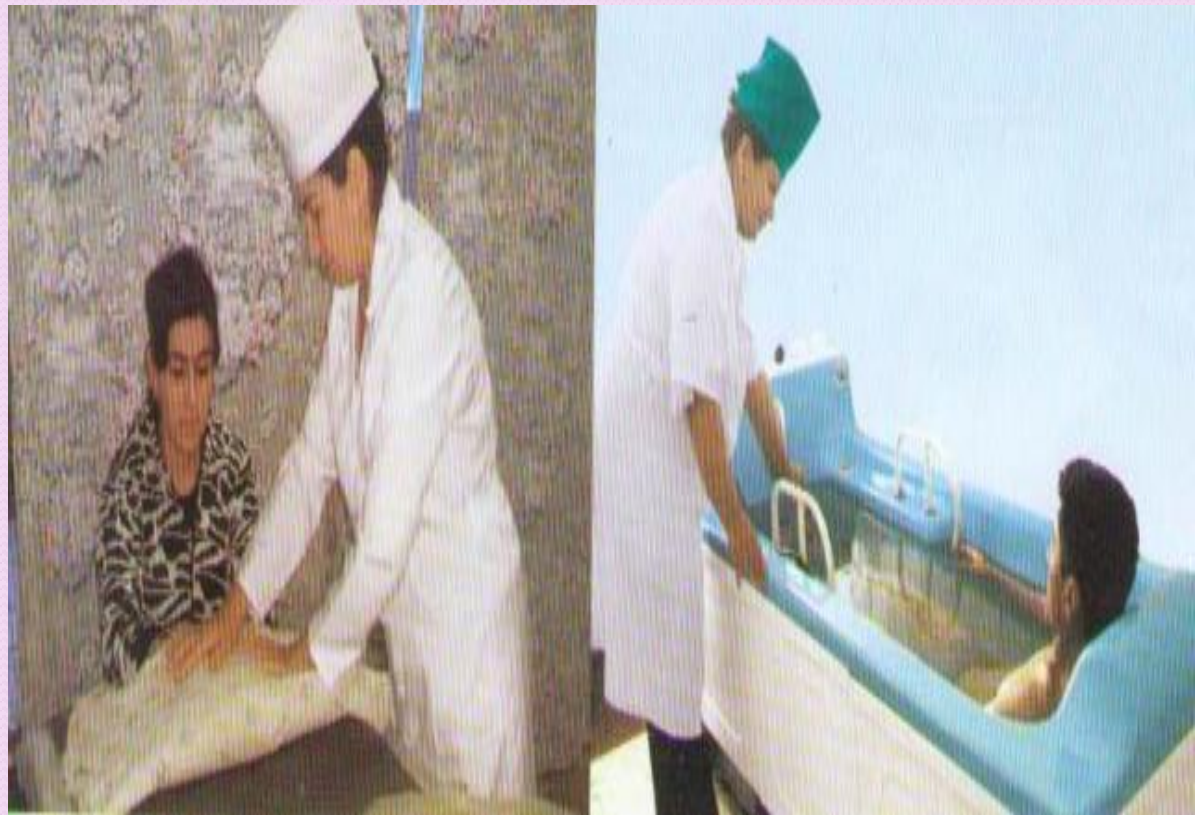


«БАЙРАМ-АЛИ»

Дополнением климатолечения являются водобальнеолечение, различные виды душей.

Широко используются:

- ü воздушные ванны,
- ü сон на воздухе,
- ü теплые души,
- ü обливание,
- ü электроревеолечение,
- ü иглорефлексотерапия,
- ü психологическая разгрузка,
- ü лечебная физкультура,
- ü массаж,
- ü парафино-озокеритолечение.



«БАЙРАМ-АЛИ»

Показаниями для лечения пациентов с **гломерулонефритом** в климатическом санатории «Байрам-Али» являются:

1. Остаточные явления после перенесенного острого гломерулонефрита, через 6-8 месяцев после острого процесса
2. Затянувшийся острый гломерулонефрит (до 1 года)
3. Хронический диффузный гломерулонефрит с нефротическим синдромом без асцита, массивных отеков, выраженной гипо- и диспротеинемии
4. Хронический диффузный гломерулонефрит с умеренно выраженным гипертоническим синдромом (АД не выше 180/100 мм рт. ст.)
5. Хронический диффузный гломерулонефрит смешанной формы
6. Хронический диффузный гломерулонефрит с изолированным мочевым синдромом (летная форма)
7. Хронический диффузный гломерулонефрит с гематурическим синдромом (без макрогематурии)
8. Хронические нефропатии на почве беременности, коллагенозов, геморрагического васкулита.

«БАЙРАМ-АЛИ»

Противопоказано лечение в санатории пациентам со следующими формами *болезней почек*:

1. Острый гломерулонефрит.
2. Подострый быстро прогрессирующий гломерулонефрит.
3. Все формы хронических гломерулонефритов с высоким АД (выше 180/100 мм рт.ст.), макроскопической гематурией, выраженной почечной недостаточностью.
4. Все формы коллагенозов с выраженными висцеральными, кожными явлениями, лихорадкой недостаточностью почек и кровообращения.
5. Острый нефроз и некронефроз.
6. Выраженный амилоидоз и амилоиднолипидный нефроз с наличием спленогепатомегалии, анемии и др.
7. Диабетическая и миеломная нефропатия.
8. Нефроанигиосклероз.
9. Туберкулез почек.
10. Опухоли почек.
11. Почечно - каменная болезнь (все виды).
12. Гидронефроз и пионефроз.
13. Нефропатия беременных.

Не показано лечение в санатории пациентам с *циститом, пиелитом, цистопиелитом*, а также *аномалией развития почек и мочевыводящих путей, состояниями после различных операции на них, мочекислым диатезом*.

«ГАЙНАР-БАБА»

Гайнар-баба – сосредоточие неразгаданных тайн и настоящих чудес, снискавших ему широкую популярность.

Располагается у подножья холмов, недалеко от селенья Гарлык.

Температура воды в роднике, питающем озеро, сохраняется неизменной на отметке 22°С.

Целительные свойства источников Гайнар-баба объясняются значительным содержанием в химическом составе его воды полезных минералов и микроэлементов, сероводорода.

По заключению специалистов, вода источника и чрезвычайно эффективна **для лечения нервных, кожных и ряда других видов заболеваний.**



«ГАЙНАР-БАБА»

Недалеко от источника находится культовое захоронение **старца Гайнар-баба**.

Людская молва бережно хранит память о его добрых деяниях.

Говорят, Гайнар-баба в совершенстве владел искусством исцелять недуги и многим вернул здоровье и радость жизни. Для лечения он использовал воду из расположенного рядом источников Аксу и Гексу.



«ГАЙНАР-БАБА»



«ГАЙНАР-БАБА»



«ФАРАБ»

Санаторий «Фараб» расположен в 25 километрах к северо-западу от города Туркменабат Лебапского вelayата.

Начиная с 1958 года санаторий «Фараб», являясь резервуаром минеральной воды, берет воды из 3-х колодцев, находящихся на глубине 360-370 метров и пользуется большой популярностью среди населения.

Постоянная температура воды 39 градусов, в состав воды входят *более 32-х химических микроэлементов*, среди которых **йод, бром, магний, гидрокарбонат натрия, сульфат натрия, сероводород и некоторые другие**. Химические элементы - **йод** и **бром**, а также другие минеральные соли *соединяются с кислородом и, окисляются*, вода после выхода из колодцев приобретает **желтоватый оттенок**.



«ФАРАБ»

Диагностическое отделение оснащено новейшим рентгенологическим, эндоскопическим, а также современным оборудованием для УЗИ, ЭКГ, включая клинико-биохимическую лабораторию и другую современную аппаратуру.

Для обслуживания пациентов в санатории функционируют следующие кабинеты: стоматолога, офтальмолога, оториноларинголога, кабинет для промывания желудка и кишечника, органов желчевыводящих путей, кабинет ингаляции, электрофореза.



«ФАРАБ»

Лечебное отделение включает в себя кабинеты физиотерапии, массажа, иглокалывания, гинекологический кабинет, а также кабинеты для лечения кишечных заболеваний и лечебной физкультуры.



«ФАРАБ»

В **водолечебнице** функционируют лечебные кабинеты для лечения сероводородной и йодобромной водой, а также кабинеты с душем Шарко, циркулирующим душем, гидромассажем.

В отделении имеются 18 ванн с успокаивающим эффектом, которые обеспечиваются использованием в них экстрактов лекарственных растений Туркменистана.

Целебная вода санатория «Фараб» широко используется для лечения:

- * ревматизма,
- * нервных болезней,
- * заболеваний опорно-двигательного аппарата,
- * кожных болезней,
- * болезней желудочно-кишечного тракта,
- * печени и желчевыводящих путей,
- * сердечно-сосудистых заболеваний,
- * гинекологических заболеваний.

«ЙЫЛЫ-СУВ»

Курорт



«ЙЫЛЫ-СУВ»

Лечебные свойства минеральных вод источников, расположенных в этрапе Бахарлы Ахалского веляята, известны с 1974 года.

При помощи бьющих сероводородных вод температурой 46 градусов здесь лечат самые различные заболевания, в том числе связанные с **нарушением опорно-двигательного аппарата, нервно-периферической и эндокринной системы.**

Два из пяти имеющихся здесь целительных источников выдают **йодо- и бромсодержащую минеральную воду**, которая показана при лечении **болезней желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря, печени, воспалении поджелудочной железы, простудных заболеваний.**

Расположившийся в 110 км от г. Ашхабада санаторий «Йылы Сув», многие годы помогает гражданам восстанавливать и укреплять здоровье.

