

# БІОЛОГІЧНІ РЕКРЕАЦІЙНІ РЕСУРСИ В СПА

Лекція 4

- Природні ресурси, як і географічні, завжди були основою розвитку туризму.
- Природні ресурси виконують численні функції; однією з найважливіших є можливість їхнього використання як засобу відновлення фізичних і духовних сил людини



- Природні рекреаційні ресурси варто розглядати як ресурси, що активно використовуються для збереження чи підтримки здоров'я індивідуума.
- До них можна віднести як окремі компоненти природи, так і весь природний комплекс.
- Усі природні ресурси оцінюють залежно від їх рекреаційного або туристичного потенціалу.
- Однак ступінь використання природних ресурсів може бути різним і залежить переважно від спеціалізації регіону



# Виокремлюють такі групи природних ресурсів



- 1. За походженням:
  - — фізичні, до яких належать компоненти неживої природи (геологічні, кліматичні, гідрологічні, термальні ресурси);
  - — біологічні — жива природа (грунтові ресурси, флора, фауна);
  - — енергоінформаційні — специфічні поля ноосферної природи, що служать факторами привабливості (наприклад, місцевість чи ландшафт).
- Цей тип ресурсів є базою для розвитку таких видів туризму, як культурний, сенсетивний і релігійний.

## 2. За видами рекреаційного використання:

- — мінеральні води;
- — грязі;
- — ванни;
- — солярії;
- — ліси.

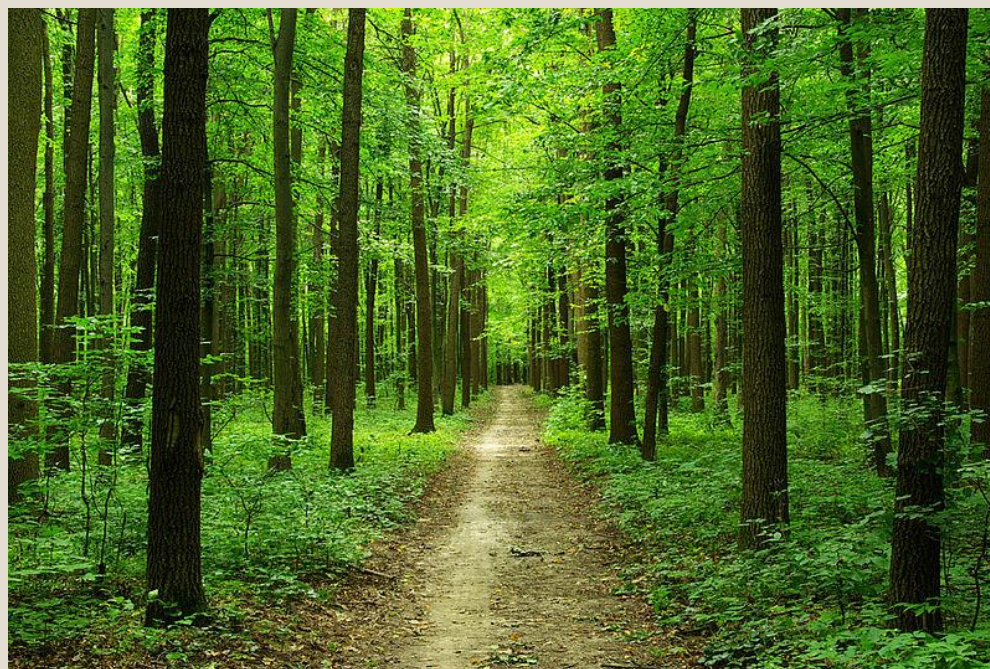


# За швидкістю вичерпання ресурсів:

- — вичерпні природні ресурси, тобто ті, кількість яких швидко зменшується в міру видобутку чи вилучення з природного середовища. Вони, своєю чергою, поділяються на відновлювальні (чистий відпочинок, прісна вода, родючий ґрунт, рослинність, тваринний світ) і невідновлювальні (мінеральні). Вони можуть вичерпатися, оскільки не поповнюються в результаті природних процесів, а також тому, що їхні запаси поповнюються повільніше, ніж відбувається споживання. Такими є грязі, мінеральні води тощо;
- — невичерпні природні ресурси, до яких належить частина природних ресурсів (сонячна енергія, вітер, морські припливи).

# За можливістю самовідновлення і культивування:

- — відновлювані ресурси, до яких можна віднести ліс, хоча період його відновлення дуже довгий, — 50 років;
- — невідновлювані ресурси, наприклад, незворотні кліматичні зміни.



- З природних рекреаційних ресурсів, цікавих для СПА, можна виокремити бальнеологічні, фітолікувальні, ландшафтні, кліматичні, пляжні ресурси та спелеоресурси.





**Фітотерапія** ("Phytotherapeia" - слово грецького походження, phyto-рослина, therapeia- лікування)- це лікування з використанням рослин.





- Фітолікувальні ресурси обмежуються параметрами рекреаційного використання лісів, їхніми водоохоронно-захисними властивостями, цілющим впливом на організм людини і сприятливим санітарно-гігієнічним фоном для лікування, відпочинку, туризму.



- **Оздоровчий СПА-комплекс "Трембіта", Закарпаття, с. Велятино**
- <https://trembita.in.ua/procedure/phytotherapy/>





- <https://trembita.in.ua/procedure/phytobarrel/>
- Фітобочка часто використовується в комплексній програмі для схуднення. Ефект полягає в тому, що вона виводить з організму шкідливі токсини, зайву рідину, покращує стан шкіри, позбавляє від целюліту.
- Результати видно після кількох процедур: тіло зменшується в об'ємі, вага знижується, а «апельсинова кірка» в проблемних місцях стає менш помітною.

# Грязелікування в СПА.

- Грязьові курорти прив'язані до родовищ лікувальних грязей (пелоїдів). Грязелікування показане переважно при патології суглобів, нервової системи травматичного походження, а також при гінекологічних й деяких інших захворюваннях. Завдяки сучасним методам і передовим технологіям грязелікування дозволяє домогтися високих медичних результатів, що сприяє зростанню популярності грязьових курортів у туристів, що потребують лікарської допомоги.

# Пелюїдотерапія



- Грязелікування являється одним з найбільш древніх методів лікування з використанням природних факторів. З лікувальною метою грязі застосовували в Древньому Єгипті, Древньому Римі, Індії. Одним із самих древніх можна вважати застосування лікування грязями в Криму, про що свідчать записи Плінія Старшого.
- Про "єгипетський" спосіб лікування мулом Нілу писав Клавдій Гален у II столітті до н.е. В Італії, виявивши швидке загоєння ран на ногах коней, що проходили через грязі уздовж мінеральних струмків, стали застосовувати грязі вулканічного походження, протягом декількох місяців настояні на мінеральній воді для лікування бойових ран воїнів.

- Лікувальні грязі або пелоїди (термін запропонований Комітетом Міжнародного товариства гідрології) - це природні колоїдні органо-мінеральні з'явлення (мулові, торф'яні, сопкові), що мають високу пластичність, теплоємністю й повільну тепловіддачу, містять біологічно активні речовини (солі, гази, вітаміни, ферменти, гормони й ін.) та живі мікроорганізми.
- За своїм походженням, яке визначає особливості їх складу й лікувальні властивості, лікувальні грязі поділяються на шість типів:
  - торф'яні грязі,
  - сапропелі,
  - сульфідні мулові грязі,
  - глинисті мули,
  - сопкові
  - гідротермальні грязі.



- <https://dpsu.gov.ua/ua/Gryazelikuvannya/>
- <https://borzhawa.com/gryazelykuvannya/>
- <https://kurortymirgoroda.com.ua/ua/mud.html>

<https://higinaspa.com.ua/balneologi-cheskie-i-gryazevye-kurorty-v-truskavce-ukr/>

# Ампелотерапія

- **АМПЕЛОТЕРАПІЯ** (грец. ampelos — виноград + therapeia — лікування) — виноградолікування, використання свіжого винограду та виноградного соку для лікування різних захворювань, переважно хронічних. Є одним з методів дієтотерапії й застосовується за призначенням лікаря в комплексі з іншими видами лікування.



# Апітерапія

*Апітерапія — альтернативний метод медицини, в якому для профілактики та лікування хвороб використовуються бджоліні продукти — мед, пилок, прополіс, маточне молочко, віск та бджолина отрута. Ці продукти можуть застосовувати місцево, вживати перорально чи вводити безпосередньо у кров.*



# Кумисотерапія

