


# Минеральная вода – чудесный дар природы





**«В природе нет такой вещи,  
которая излечила бы все болезни,  
но если бы она была, то это была  
вода в правильном применении»**

**Доктор Диндлар**

# Почему минеральная вода является великим даром природы?

## Цель:

- знакомство с историей открытия минеральных вод, их практическим применением, историей курортов в России и Псковской области, оценка качества минеральных вод, правила их использования;
- расширение кругозора;
- развитие коммуникативных навыков

**Если мы будем грамотно  
использовать  
« живую» воду -  
чудесный дар природы, -  
то природа наградит нас  
красотой и здоровьем.**

# План работы.

- Анкета-опрос “Использование минеральной воды”.
- Выяснить, как и зачем проводится лечение минеральными водами.
- Как и кем был открыт в Хилово источник с минеральными водами?
- Выяснить где находятся основные курорты России, где лечатся минеральной водой?
- Где покупать минеральную воду?
- Организовать дегустацию столовой и лечебной воды.
- Оформить рекламу Хиловской минеральной воды.
- Рефлексия Рефлексия и релаксация



# Как проводить лечение минеральными водами?

- Лечебными минеральными водами считают природные воды, оказывающие на организм человека лечебное действие за счет их физико - химических свойств.
- Лечебным действием является минерализация воды, содержание в них активных элементов, газовый состав, радиоактивность вод, кислотность , температуру.
- Лечебные минеральные воды применяются для питья, принятия ванн, душей, ингаляций, полосканий.
- Существует очень много заболеваний, при которых рекомендуют использовать минеральные воды, которую называют живой водой. Это заболевания опорно – двигательного аппарата, центральной нервной системы, заболевания сосудов, почек, выводящих путей, уха, горла, носа, нарушения обмена веществ.

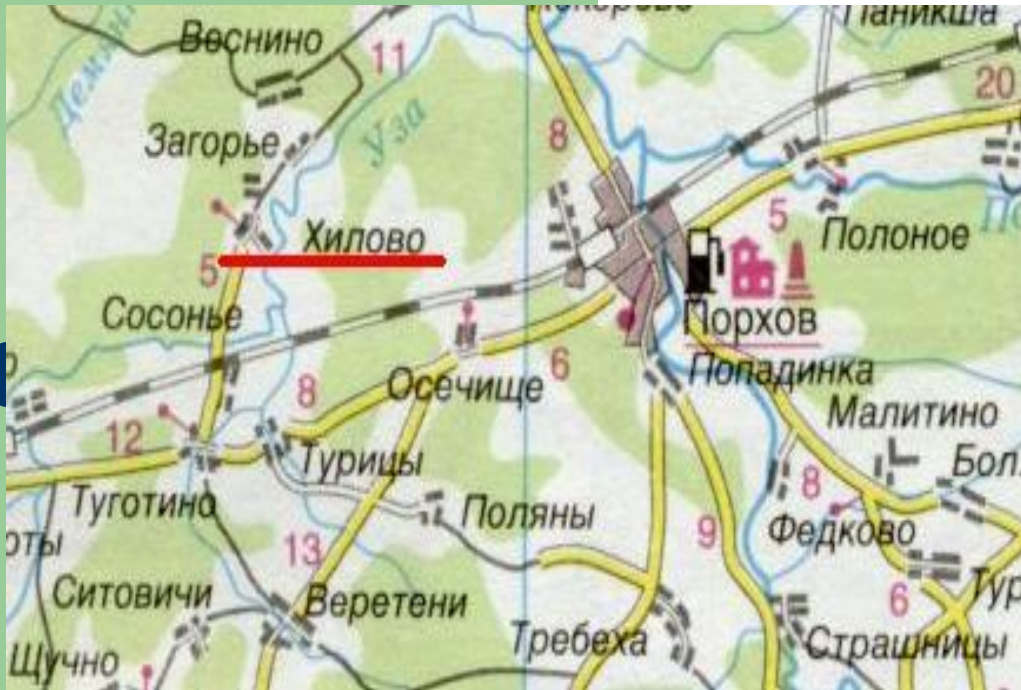
# КАК ПРАВИЛЬНО ЛЕЧИТЬСЯ?

- **Самостоятельно лечиться минеральной водой нельзя? Сначала проконсультируйтесь у специалиста. Если же этого не сделать, то исход будет традиционно русским: хотели как лучше, а получилось...**
- **Проще говоря, вместо одного заболевания получите два. Это**

**связано с тем, что в минералке содержится большое количество солей. Поэтому нельзя долгое время пить воду одной и той же марки. Поскольку каждая ее разновидность имеет постоянный состав солей, может произойти перенасыщение организма этими веществами.**

- **Необходимо помнить, что прежде чем пить минеральную воду в лечебных целях необходимо посоветоваться с врачом.**
- **Обязательно принимать минеральные воды в лечебных целях только под контролем врача!**
- **Причем, рекомендуется принимать минеральные воды не больше 6 недель.**
- **Если вы принимаете ванны. То их продолжительность составляет не более 15 минут.**
- **К сожалению, большинство видов минеральной воды уже через полчаса после истечения на поверхность Земли теряют свои целебные свойства.**
- **Поэтому лечение такими водами возможно только в тех местах, где есть их выход на поверхность**

# Санаторий «Хилово»





## Как был открыт в Хилово источник с минеральными водами?



История санатория «Хилово» связана с монастырём Святого Никандра, где использовали источники минеральных вод для исцеления страждущих. В 18 – нач. 20 вв. «Хилово» являлось собственностью помещиков Балавенских. В 1865 г. Петр Петрович Балавенский приказал повернуть русло р. Черной, на дне которой обнаружили три источника. В 1867 году минеральные воды были исследованы учёными, в том числе учёным-химиком, профессором Санкт-Петербургской Военной медицинской академии и русским композитором А.П. Бородиным.

После исследования качеств минеральных вод он опубликовал подробный отчет в журнале «Минеральные воды России». А.П. Бородин высоко

оценил минеральную питьевую воду «хиловских» источников, назвав ее «поистине чудодейственным снадобьем от желудочных недугов». В мае 1889 года источники признали общегосударственным значением, которые известны своими целебными свойствами за пределами Псковской области.

Природные источники санатория «Хилово» уникальны. Минеральные воды оказывают противовоспалительное, желчегонное, послабляющее, мочегонное средство и применяются как универсальный тонизирующий и прохладительный напиток.



**Целебный ключ бурлит, не иссякая.  
Он рвётся к людям из глубин земли.  
В струе прозрачной сила молодая,-  
И санаторий поднялся в дали.**



## **Добро пожаловать в санаторий «Хилово»**

**Курорт "Хилово" – уникальный курорт на северо-западе России с содержанием**

**сероводорода в лечебных грязях и минеральных водах, наша "северная Мацеста", один из старейших в России, основан в 1865г. (находится в 300 км южнее Санкт-Петербурга, в 70 км от Пскова).**

**Территория курорта – обширный природный заповедник с чистым лесным озером в 3км от курорта. Старинный парк с уютными уединенными уголками на берегу р. Узы.**

**Санаторий "Хилово" принимает на лечение и отдых взрослых и родителей с детьми.**

**Основной медицинский профиль**

**санатория "Хилово" - заболевания костно-мышечной системы, органов пищеварения, нервной системы, кровообращения, кожные и гинекологические заболевания.**



**Основной медицинский профиль санатория "Хилово" - заболевания костно-мышечной системы, органов пищеварения, нервной системы, кровообращения, кожные и гинекологические заболевания.**

**В санатории "Хилово" применяется**

**климатотерапия, прием минеральной воды внутрь, диетотерапия, бальнеогрязевое лечение (минеральные ванны, души, грязевые аппликации), гальваногрязь, мануальная терапия, психотерапия, лазеротерапия, магнитотерапия, транскутанное лазерное облучение крови, лимфодренаж, аэроионотерапия, ингаляции, кислородотерапия, озонотерапия, интестинальная терапия, мониторинг очистка кишечника, внутритканевая, электростимуляция, лечебный массаж,**







# Минеральная вода "Хиловская"

Минеральная вода "Хиловская" натуральная лечебно-столовая вода, добываемая из уникальных природных источников курорта "Хилово" (Псковская область). Источники расположены в центре санитарно-охранной зоны, изолированной от вредного воздействия урбанистической среды. Вода добывается с глубины свыше 250 м. Площадь экологически чистой территории - 730 кв. км.

В силу своего природного происхождения и приятного тонизирующего вкуса минеральная вода "Хиловская" может быть использована для повседневного питья и в лечебных целях, рекомендована как взрослым, так и детям. 1 литр воды "Хиловская" удовлетворяет суточную потребность взрослого человека в кальции. Минеральная вода является экологически чистой и не требует специальной очистки при розливе.

Минеральная вода "Хиловская" соответствует ГОСТ и рекомендована Российским научным центром восстановительной медицины и курортологии для питьевого лечения. В своё время рекомендована к розливу Минздравом СССР.

Минеральная вода "Хиловская" ценится специалистами и широко распространена как универсальный прохладительный напиток. Ее качество было высоко оценено и заслужило золотую награду на Миланской выставке (Италия) в 2001г.



## Где и как покупать минеральную воду ?

1. Покупать воду в крупных магазинах, супермаркетах, лечебную воду - в аптеках
2. Желательно, чтобы вода была в стеклянных бутылках
3. На этикетке тары должны быть указаны: состав воды, номер скважины, дата выпуска
5. Не следует покупать долгое время воду одной и той же марки.
6. Учтите! Пить воду нужно с умом!



# Выводы:

- «Живая вода» - это подземная, минеральная вода, в ней содержится много химических элементов – это и калий, натрий, марганец, но особенно много железа
- Лечебные минеральные воды применяются для питья, принятия ванн, душей, ингаляций, полосканий и является великим даром природы
- Самостоятельно лечиться минеральной водой нельзя, необходимо посоветоваться с врачом.

**Грамотное использование минеральных вод укрепляет здоровье.**