

ГАГРСКАЯ ГРУППА КУРОРТОВ

Медгиз-1956

А. Л. ГРИГОЛИЯ



ПРЕДСЛОВИЕ

ГАГРСКАЯ ГРУППА
КУРОРТОВ

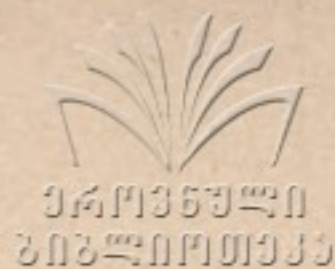
НАУЧНО-ПОПУЛЯРНЫЙ ОЧЕРК

Handwritten signature in blue ink:
Г. С. Григория
2.8.1956



ГОСУДАРСТВЕННОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
МЕДИЦИНСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
МЕДГИЗ — 1956 — МОСКВА

615. 838 (479 284)



საქართველოს

საქართველოს
საქართველოს

საქართველოს
საქართველოს

საქართველოს
საქართველოს

73.616
3

საქართველოს
საქართველოს
საქართველოს
საქართველოს

ПРЕДИСЛОВИЕ

Гагрская группа приморских и горных курортов Абхазской АССР пользуется широкой известностью. Посещаемость этих курортов, особенно горных (Рица-Авадхара), с каждым годом все возрастает. Красочные ландшафты, чистота воздуха у берега моря и в горах, ценные лечебные минеральные воды в районе Рица-Авадхара— все это привлекает сюда большое количество трудящихся, желающих отдохнуть и полечиться.

В этом научно-популярном очерке кратко изложена история курортов, дана характеристика климата и других природных условий, рассказано о тех курортных факторах, которые играют наибольшую роль при лечении на курортах Гагрской группы.

ПРИМОРСКИЕ КУОРТЫ ГАГРСКОЙ ГРУППЫ

ГАГРА

Исторические сведения

История заселения Гагра начинается с древних времен. Уже в V—VI вв. до нашей эры греки основали здесь колонию, которая первоначально носила название Триглит, а затем Нитика.

Имеются сведения, что греки начали селиться на Черноморском побережье в 500 г. до нашей эры, после войны с персами. В этот период были основаны греческие колонии на побережье Понтийского моря в Гагра, Пицунде, Лыхнах, Анаклии, Диоскурии (Сухуми) и в других местах. После греков на побережье Черного, тогда Понтийского, моря господствовали римляне.

В эпоху раннего феодализма в Гагра находилось укрепленное поселение абазгов, которое византийский историк VI в. Прокопий Кессарийский называет Трахеей. «Есть только один вход в сторону абазгов, — пишет он, — через который нельзя пройти двум человекам рядом. Это место называют Трахея». Затем следует рассказ о кровопролитной битве между абазгами и византийцами у крепости Трахея, где абазги со своими семьями засели в домах и, защищаясь, осыпали врага стрелами. Битва закончилась поражением абазгов и разорением Трахеи.

О Гагра в последующие столетия точных сведений нет, но есть основания считать, что поселение продолжало существовать здесь. В частности, к VI—VII вв. относится древняя часть крепостной церкви. Крепостные стены сохранили следы постройки X—XI вв. В XIII в. Гагра впервые появляется на венецианской карте под названием Хакари. Затем генуэзцы создают здесь небольшой торговый поселок. В XIV в. Старые Гагра были крепостью одного из местных феодалов.

Турки, утвердившиеся в районе Гагра в начале XVII в., назвали Гагра Дербентом, что означает по-персидски «железные двери». На европейских картах XVII—XVIII вв. Гагра фигурирует поэтому под названием Дербент, Ербен, Даруна и т. п.

В 1810 г. русские войска вступили в Сухум-Кале, а в 1830 г. — в Гагра. Заняв Абхазию, русские назначили ее правителями князей Шервашидзе.

За время с 1810 по 1830 г. горские племена — убыхи, джигеты и черкесы — делали многочисленные набеги по ущелью реки Жоэква через Гагрский проход на мирные абхазские селения. Правитель Абхазии Михаил Шервашидзе неоднократно просил русское командование занять Гагра и устроить там укрепление, чтобы прекратить набеги горцев. Просьба эта была удовлетворена только в 1830 г., но и после этого Гагрское укрепление неоднократно подвергалось нападениям. Мирная жизнь в Гагра началась только с 1878 г., т. е. после окончания Русско-турецкой войны.

Гагра — курорт

В конце прошлого века Гагра представляла собой небольшой поселок. Однако богатая природа и живописность этого уголка обратили на себя внимание царского правительства.

В 1901 г. было отпущено 3 миллиона рублей на устройство здесь климатической станции. На эти средства было построено несколько вилл, а также заложен приморский парк.

Вслед за этим русская буржуазия начала строить частные дачи на гагрской горе и разводить здесь сады с экзотической растительностью. Небольшое застроенное дачами местечко около древней крепости получило название Старые Гагра. Несколько дальше по берегу моря стал строиться поселок, названный Новые Гагра.

Медицинское обслуживание населения Гагра в то время почти полностью отсутствовало, на весь округ был только один врач. Не было ни одной больницы, не было санаториев и домов отдыха. Между тем здесь, как и на всем Черноморском побережье, тогда была значительно распространена малярия.

После Великой Октябрьской социалистической революции положение резко изменилось. В бывших дачах помещиков и капиталистов разместились санатории и дома отдыха для трудящихся. Благодаря неустанной заботе Коммунистической партии и Советского правительства об охране народного здоровья Гагра превратилась в первоклассный курорт. Вскоре здесь начали работать больница, родильный дом и ряд других лечебно-профилактических учреждений. За годы советской власти проведены большие работы по осушению заболоченных мест, полностью ликвидирована малярия.

Старый приморский парк с каждым годом увеличивается и благоустраивается. Вместо узкого и неудобного шоссе, построенного в 1892 г., создана широкая асфальтированная автотрасса. Через Гагра теперь проходит железная дорога, соединяющая курорт (прямым сообщением) с Москвой и Тбилиси.

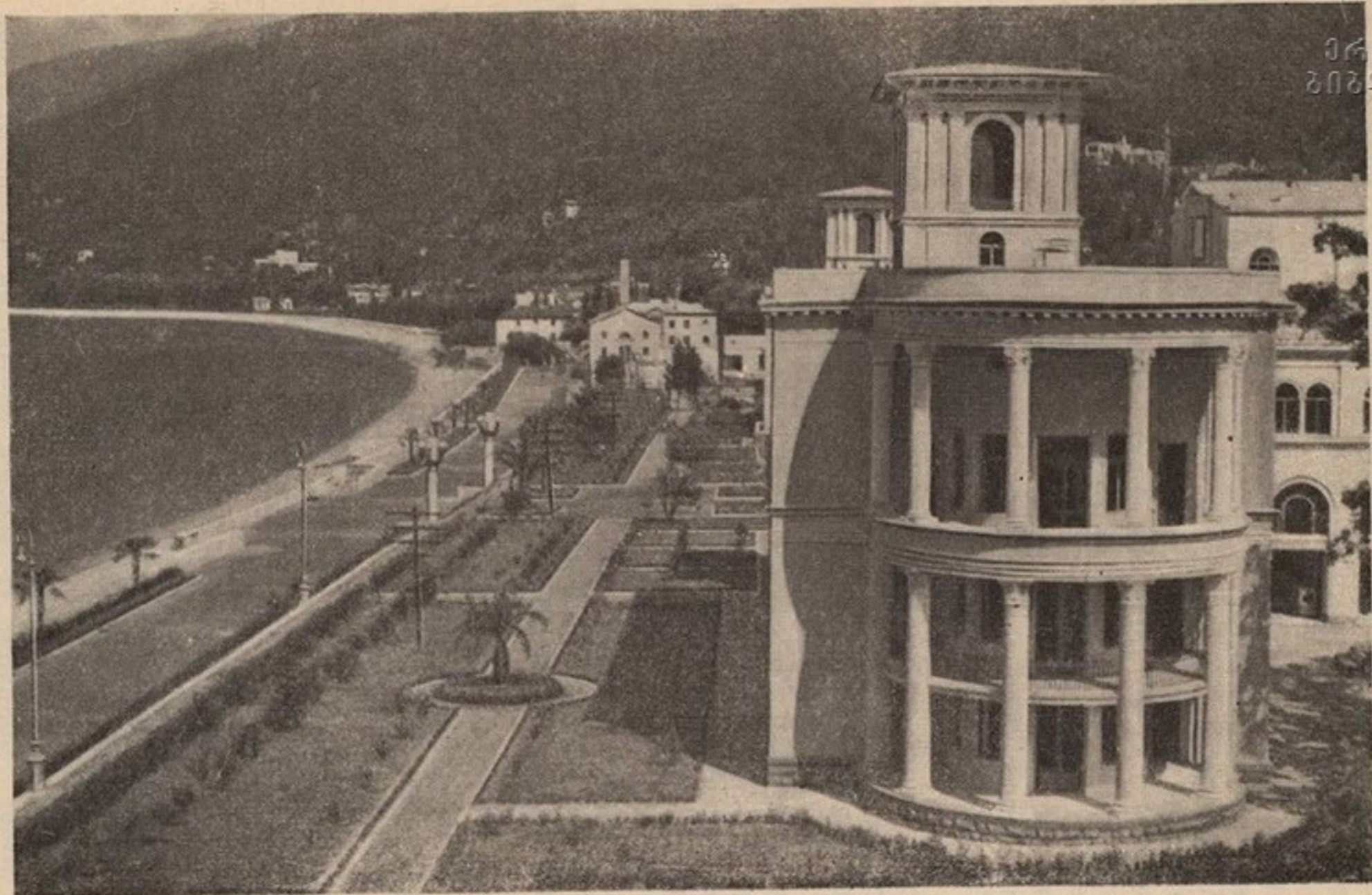
В настоящее время Гагра является курортом всесоюзного значения. Здесь проводится большое строительство новых зданий санаториев, разбиваются чудесные парки с экзотическими растениями.

В курортном парке растут разнообразные представители субтропической флоры. На склонах гор и в долине реки Жоквара разбивается новый парк. Вся приморская часть курорта покрыта вечнозеленой экзотической растительностью, а выше преобладает местная флора, состоящая преимущественно из лиственных пород.

Три зоны курорта

Территорию курорта Гагра можно разделить на три зоны: нижнюю, среднюю и верхнюю.

Нижняя зона представляет собой узкую полосу вдоль берега моря, она занимает пространство от моря до шоссе.



Гагра. Вид на морскую бухту с берега у санатория «Гагра».

Если начать обзор этой зоны с запада, т. е. со стороны Сочи, то прежде всего обращает на себя внимание красивый спуск от санатория «Украина» к морю, где расположен медицинский пляж, а несколько выше — водолечебница и площадка метеорологической станции.

К востоку впадает в море река Жоэква, выходящая из ущелья между двух высоких гор. У устья реки на самом берегу моря сохранились остатки старинной крепости. Массивные стены ее сложены из дикого камня и на протяжении многих столетий служили надежной защитой от нападений врагов. В настоящее время уцелела только часть крепостных стен. Среди них находятся гостиница «Колхида», санаторий «Жоэква», почта, радиоузел и аптека. Внутри крепостного двора — реставрированный в 1902 г. древний христианский храм; археологи полагают, что он был построен в VI—VII вв. нашей эры.

Вблизи крепости — поликлиника, обслуживающая местное население; она оснащена новейшей аппаратурой, здесь работают врачебные кабинеты по всем специальностям. Рядом с поликлиникой — морской вокзал и ресторан.

К востоку от крепости на протяжении 1—3 километров раскинулся прекрасный парк, огражденный с одной стороны морем, с другой — автотрассой. Парк поражает богатством и разнообразием субтропических культур (подробное описание их будет дано ниже). В парке построены бассейны с фонтанами, обсаженные различными декоративными растениями. Имеются замечательные аллеи пальм, платанов, магнолий и много редких хвойных растений — южные длиннохвойные сосны, кедры и др.

В центре парка — теннисный корт. Недалеко от него на возвышении помещается эстрада для выступлений артистов и музыкантов. На восточной окраине парка построена красивая колоннада в виде полукольца, выходящая с одной стороны к морю, с другой — на шоссе.

За коллонадой к востоку парк несколько суживается и тянется цветущим ковром к Новым Гагра. Здесь в море впадает небольшая речка Гагрипш, выходящая из очень узкого, утопающего в зелени ущелья. За ней расположены больница и санатории Министерства внутренних дел СССР, Главного курортного управления Министерства здравоохранения Абхазской АССР и других ведомств, а также поселок Новые Гагра.

Средняя зона курорта Гагра расположена по склону горы, вверх от шоссе на 60—80 метров. В западной части этой зоны, на правом берегу реки Жоэква, над автотрассой, у подножья крутого склона горы возвышается красивое белое здание санатория «Украина». Над краем террасы живописная хвойная роща. Ниже через реку Жоэква перекинута

железнодорожная эстакада, по которой быстро проносятся поезда, выбегающие из одного тоннеля и скрывающиеся в другом. Далее к востоку на склоне горы среди скалистых обнажений находятся здание санатория имени И. В. Сталина, построенное в готическом стиле, гостиница «Гагрпш» и санаторий «Рица». Несколько выше, в живописном субтропическом парке расположены санатории имени XVII партсъезда, «Чай-Грузия» и ряд других здравниц.

Над ними, на высоте 120—150 метров — в третьей зоне — высятся красиво оформленные здания санаториев Министерства путей сообщения СССР, дом отдыха Министерства финансов СССР и др. В этой зоне в будущем широко развернется строительство санаториев.

Растительность

В парках, садах и скверах курорта Гагра встречается больше теплолюбивых видов растений, чем в соседних курортах Абхазии.

Дикая растительность, окружающая курорт Гагра, несколько отличается от растительности в Сухуми, так как в Гагрском районе преобладают известковые почвы. На этих почвах произрастает самшит, а на обрывистых склонах, обращенных к морю, встречается сосна, которую в Сухуми можно видеть только в культурных посадках. В парках прибрежной полосы Гагрского курорта насаждалась главным образом субтропическая вечнозеленая растительность.

Каждый приезжающий на курорт прежде всего обращает внимание на богатство и разнообразие субтропической растительности. Поражают своими оригинальными листьями, стволами и гигантскими размерами пальмы. Наши специалисты сумели вырастить и акклиматизировать здесь около 15 видов пальм, которые не только хорошо переносят зиму в открытом грунте, но цветут и дают плоды с семенами, вполне годными для посева.

В приморском парке имеются высокие китайские веерные пальмы (трахикарпус). У них ровный ствол, обвитый толстым слоем крепких волокон темнокоричневого цвета. Эта пальма является самой распространенной на Черноморском побережье, она хорошо акклиматизировалась и выдерживает заморозки, размножается самосевом и культивируется здесь около 100 лет как декоративное растение.

В парке имеется и средиземноморская веерная пальма хамеропс. Высота ее достигает 2—3 метров, стволы растут пучком из общего основания. Листья похожи на листья китайской веерной пальмы. Пальма хамеропс ценится благодаря своей неприхотливости, морозоустойчивости и декоративным качествам.



Гагра. Аллея кокосовых пальм.

Канарские финиковые пальмы, растущие в приморском парке, очень красивы. У них толстые стволы и перистые, дугообразно изогнутые листья, достигающие 4 метров длины. Эти пальмы настолько акклиматизировались, что даже дают съедобные плоды.

На финиковые пальмы похожи кокосовые, которые тоже имеют перистые листья и толстый ствол. Кокосовые пальмы легко отличить от финиковых по листьям, имеющим сизо-серый оттенок.

В гагрских парках можно встретить еще несколько видов пальм: Ливистона-китайскую, вашингтонию, эритею голубую веерную и др. Эти пальмы менее морозоустойчивы: они выдерживают в прибрежной зоне обычные наши зимы, но при сильном похолодании могут погибнуть без укрытия.

В приморском парке, около эстрады, в открытом грунте произрастают бананы — пышные растения с широкими и длинными бледнозелеными листьями. Короткий ствол банана плотно покрыт основаниями листьев. Бананы имеют подземный стебель (корневище), который, разрастаясь, дает отростки стеблями, выходящими на поверхность земли. Зимой, даже при небольшом морозе, листья банана погибают иногда вместе со стеблем, но корневище всегда сохраняется и весной дает новые стебли.

В гагрских парках немало агав и кактусов, обычно произрастающих в сухих тропиках — в мексиканских пустынях. Стволы кактусов мясисты, покрыты плотной кожицей с восковым налетом, цветы имеют ярко окрашенный венчик.

Агавы разводят в парках как декоративные растения. Интересно отметить, что они цветут только раз в жизни. В течение 20—30 лет и дольше агавы накапливают в своих мясистых листьях пластический материал, из которого образуется массивный цветонос высотой до 10 метров, с разветвлением наверху в виде канделябров. На нем вырастают крупные светлозеленые цветы и затем образуются семена. После цветения агавы погибают.

По северному краю приморского парка, вдоль автотрассы растут большие развесистые деревья — магнолии. По мощности и величине кроны, а также по размерам листьев и цветов магнолия занимает одно из первых мест среди вечнозеленых растений парка. Особенно замечательны большие белые цветы магнолии. Распускаются они в течение всего лета, с мая по сентябрь. Цветы наполняют воздух приятным ароматом.

По краю автотрассы между Новыми и Старыми Гагра стоят стройные высокие деревья с серо-зелеными серповидными листьями — это эвкалипты. Эвкалипты завезены в Европу из Австралии. Они могут расти только в теплых странах и часто погибают даже при небольших морозах, какие бывают у нас

в субтропиках. Однако наши дендрологи выделили из многочисленных видов эвкалиптов такие, которые выдержали морозы даже суровых зим 1911 и 1950 гг.

В коре эвкалиптов содержатся дубильные вещества, а в листьях — эфирное масло, применяющееся в медицине и в парфюмерной промышленности. Большое значение имеет и то, что корневая система эвкалиптов поглощает из почвы много воды; это способствует оздоровлению заболоченных мест. Эвкалипты сажают и с декоративной целью, они достигают высоты до 40 метров.

Вокруг бассейна в парке — густой частокол бамбука. Стебли бамбука очень крепки, легки и гибки. Бамбук находит широкое применение в хозяйственном обиходе и в промышленности.

В гагрском парке растет также много видов южных длиннохвойных сосен в культурной посадке. В окрестностях Гагра встречается пицундская сосна. Из кипарисов на гагрском курорте наиболее распространены два декоративных вида: пирамидальный и горизонтальный.

В парке довольно много туи. Она высажена по краям аллей в виде бордюров, а внутри парка отдельными деревьями. Хвоя туи несколько напоминает хвою кипариса.

В западной части парка, возле аллеи платанов, растет гималайский кедр, красивое дерево с темнозеленой хвоей. В парке имеется также тис — ценное дерево, растущее в диком состоянии на Кавказе, например, в горных долинах рек Бзыби, Гега и Юпшара. В курортных парках тис сажают как красивое хвойное дерево.

В садах курорта Гагра растут различные плодовые деревья, из которых наиболее замечательны вечнозеленые цитрусовые: лимоны, мандарины, апельсины, грейпфруты. Хорошо акклиматизировались здесь мандарины. В старых плодовых садах Гагрского района можно найти мандариновые деревья, перенесшие холодные зимы 1911 и 1950 гг. Плоды мандаринов отличаются высокими вкусовыми качествами. Цитрусовые цветут весной; белые цветы, густо усеивающие деревья, наполняют воздух специфическим приятным ароматом.

Кроме цитрусовых, в садах можно встретить такие субтропические плодовые, как фейхоа, хурма восточная, маслина, инжир, виноград и обычные наши плодовые — яблоню, грушу, сливу, черешню и др.

Дикая природная растительность, окружающая курорт Гагра, также весьма разнообразна. Склоны гор, спускающиеся к морю, покрыты лиственным лесом, состоящим главным образом из граба, клена, ясеня, дуба, береста. В лесу встречаются также липа, каштан, самшит; в подлеске растет боярышник, кизил.



Гагра. Санаторий «Рица».

Недоступные участки горных склонов местами покрыты азалиями с желтыми цветами, а также густыми зарослями рододендронов с фиолетовыми и красными цветами.

Выше, над лиственным лесом, склоны гор покрыты сплошными массивами высокоствольной кавказской пихты.

Рельеф местности и влияние его на климат

Гагрская группа курортов расположена в приморской и горной зонах северо-западной части Абхазской АССР, на одной широте с известными европейскими курортами (Ницца, Канна, Марсель и др.). Эта обширная территория простирается по берегу моря от Бичвинты до Леселидзе.

К северу от моря начинается живописная автотрасса, идущая к высокогорному озеру Рица и курорту Авадхара, над которыми возвышаются снежные вершины кавказских хребтов.

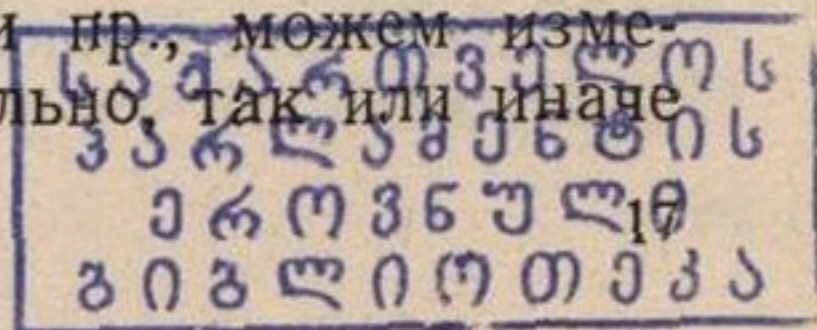
В районе курорта Рица-Авадхара из Гагра можно доехать за два часа по великолепной горной автомобильной дороге, проложенной по крутым уступам скал и живописным долинам.

Близость к морю больших гор, исключительное разнообразие ландшафта в зонах разной высоты над уровнем моря, различные тепловые режимы и сложная циркуляция воздушных масс в лабиринте гор — все это создает большое разнообразие климатических ресурсов.

Гагрский район богат и бальнеологическими ресурсами, которые далеко еще не полностью исследованы. Климат этой северной окраины Абхазского побережья Черного моря имеет много положительных сторон, что сулит большие перспективы в деле строительства климато-бальнеологических курортов.

Климат, как известно, складывается под влиянием многих факторов. Главные из них следующие: 1) солнечная радиация, т. е. количество тепла, поступающего к нам от солнца; 2) атмосферная циркуляция, т. е. движение циклонов, антициклонов и местных ветров; 3) рельеф поверхности, растительность, водные бассейны и пр. В результате взаимодействия этих основных факторов создается определенный режим погоды в каждой местности, закономерно повторяющийся из года в год зимой, весной, летом и осенью.

Человек пока не умеет изменять количество тепла, поступающего от солнца, не умеет изменять движение циклонов и антициклонов, но уже теперь мы можем изменять (хотя бы отчасти) рельеф поверхности в определенном районе, направление и размеры водных бассейнов и пр., можем изменить характер растительности и, следовательно,



919.61
3

можем воздействовать на климат. Осушая болота или орошая степи, вырубая или насаждая леса, мы значительно изменяем влажность воздуха, ветровой и температурный режимы, в связи с чем значительно изменяется климат в той или иной местности.

Расскажем несколько подробнее о рельефе северной части Абхазского побережья и о том, какое влияние он оказывает на климат.

Горы Абхазского побережья возникли при поднятии гор Большого Кавказского хребта в последние геологические эпохи. Дно моря при поднятии хребта было прорвано. Прорвавшиеся коренные породы земли образовали Главный Кавказский хребет, а в складках, параллельных ему, — Бзыбский, Кодорский и другие известняковые хребты.

На северо-западе Большого Кавказского хребта, в районе Рица-Авадхара, коренные породы прорвались двумя небольшими островками, что способствовало образованию складки в меридиональном направлении. Так сформировался Гагрский хребет.

Известняковые Гагрский и Бзыбский хребты легко размываются водой, образуя глубокие долины, пещеры, подземные реки. Такие изменения в известняковых горах носят название карста. В Гагрском курортном районе карстовые долины имеют форму глубоких и узких ущелий с почти отвесными склонами. Таких ущелий (каньонов) много по пути на озеро Рица. По дну их текут, извиваясь, горные реки Гега и Юпшара.

Описанный приморский рельеф гор Абхазии оказывает большое влияние на климат в Гагрском курортном районе. В основном это влияние сводится к следующему.

1. Высокая горная цепь Главного Кавказского хребта с вершинами не ниже 3—4 километров защищает в зимний период все Абхазское побережье и Гагрский курорт от вторжения холодных воздушных масс с севера.

2. Главный Кавказский хребет задерживает дождевые облака циклонов, вследствие чего они оставляют большую часть осадков на побережье.

3. Черное море, нагреваясь за лето до температуры 24—27°, постепенно отдает запасы тепла прибрежной части суши и приморским склонам гор.

4. Горный хребет и обширный теплый водный бассейн моря способствуют возникновению местных ветров — бризов и фенов. Бризы — это ветры, дующие днем с моря на сушу, а ночью — с суши на море. Фены — это теплые, сухие ветры, дующие со склонов гор в сторону моря. В конце осени фены значительно повышают температуру воздуха; что способствует большей длительности осеннего теплого периода на побережье.

Климат

Черноморское побережье Кавказа примерно от Батуми до Сочи и несколько далее расположено в районе влажного субтропического климата.

Для более детальной характеристики климата обычно год делят на четыре сезона: весну, лето, осень и зиму. В умеренном климате продолжительность каждого сезона приблизительно одинакова и каждый из них отличается характерными признаками. В тропическом климате лето очень длительное, зима, наоборот, очень короткая. Кроме того, в тропиках нельзя четко отметить признаки весны и осени, обычные в умеренном климате. Поэтому, описывая климат в тропиках, делят год только на два периода: 1) жаркий и длительный летний период, 2) холодный и дождливый зимний период.

В этом отношении климат наших влажных субтропиков приближается к тропикам. Поэтому он и получил название субтропического. Климат субтропиков также характеризуется продолжительным летом и короткой зимой, но в нем все же различают весну, менее продолжительную, чем в умеренном климате, и осень, более продолжительную.

Курорты Гагрской группы — это один из самых теплых уголков нашей страны. Для климата на этих курортах характерны высокая среднегодовая температура воздуха и продолжительное лето. Средняя скорость ветров здесь не превышает 1,5—3 метров в секунду.

По данным биоклиматической научно-исследовательской станции в Ахали-Афони на Абхазском побережье и, в частности, в Гагрской группе курортов времена года распределяются следующим образом: зима — январь, февраль и март; весна — апрель и май; лето — июнь, июль, август и сентябрь; осень — октябрь, ноябрь и декабрь.

Таким образом, сентябрь во влажных субтропиках Абхазии является последним летним месяцем, в то время как в средней полосе СССР — это первый месяц осени. Декабрь, первый зимний месяц в календарном сезоне, в Абхазии оказывается последним месяцем осени. Первый весенний месяц в средней полосе СССР март является в Абхазии последним зимним месяцем.

Расскажем более подробно о климатических условиях каждого сезона в Гагрской группе курортов.

Зима начинается в среднем с первых чисел января и продолжается до конца марта. Для нее характерны следующие температуры: ночью 3—5°, днем 7—12° выше нуля. Бывают дни, когда температура воздуха зимой доходит днем до 13—15° выше нуля, а суточные максимумы до 20° и более. В эти дни можно принимать солнечные ванны и спать ночью

на открытом воздухе или по крайней мере с открытым окном. Температура морской воды понижается зимой медленно; поэтому в такие дни многие для закаливания организма продолжают купаться в море.

Средняя температура самых холодных месяцев — января и февраля — в среднем 6° выше нуля. Морозы (в среднем $3-4^{\circ}$ ниже нуля) бывают непродолжительными. Заморозки наблюдаются ночью или рано утром. В течение всей зимы обычно насчитывается не больше десяти дней с температурой воздуха ниже нуля. Однако нужно заметить, что изредка бывают зимы, когда температура воздуха понижается до -9° . Такие зимы за последние пятьдесят лет наблюдались дважды — в 1911 г. и в 1950 г.

Зимой снег выпадает редко и держится несколько часов, реже 1—2 дня (только в 1911 г. снег в приморской полосе лежал несколько недель, а в 1950 г. — еще меньше). В Абхазии часто бывают очень теплые зимы, когда температура воздуха не опускается ниже нуля.

Характерной особенностью зимы во влажных субтропиках СССР является то, что в отдельные годы она начинается поздно — в январе или феврале, а иногда затягивается до середины или даже до конца марта. Это объясняется тем, что нагретые за лето воды Черного моря, особенно в юго-восточной части, сохраняют тепло и потому нагревают воздух до глубокой осени, а при фенах иногда до середины января.

Зима во влажных субтропиках, как правило, теплая. В теплые, солнечные дни января в природе наблюдается оживление: зацветает австралийская акация (мимоза), орешник, ольха и др. На южных склонах цветут подснежники, цикламены, фиалки. Эти особенности зимнего периода в Абхазии, в частности, на побережье Гагрской группы курортов, превращают зиму в весьма своеобразный сезон.

Данные, полученные при изучении влияния отдельных сезонов на организм человека, свидетельствуют о большом сходстве в этом отношении весеннего и зимнего сезонов.

Весна начинается с первых чисел апреля и продолжается иногда до середины мая. В отдельные дни в этот период температура воздуха резко повышается и наступает сразу жаркая, летняя погода. Но в общем весной влияние медленно нагревающейся воды в море смягчает резкие скачки в температуре воздуха.

Лето продолжается не меньше 4 месяцев, в среднем оно длится с июня по сентябрь включительно. Иногда летний сезон начинается значительно раньше и заканчивается в конце октября.

Общая характеристика летней погоды такова. Лето — умеренно жаркое, с большим количеством ясных дней в июле и августе, с очень малым количеством дождливых и пасмур-

ных дней. Иногда лето бывает прохладное, с небольшим числом жарких дней, причем жара хорошо переносится вследствие освежающей прохлады морского бриза.

На Гагрском побережье больше всего ясных дней бывает осенью и летом.

Осень на Гагрском побережье продолжается в среднем с октября до конца декабря и считается здесь лучшим временем года. Осенью действие комплекса основных метеорологических факторов на организм приближается к оптимальному, т. е. к наиболее благоприятному. Умеренная температура сочетается с невысокой влажностью воздуха, с тихими ветрами при неинтенсивной солнечной радиации. С начала октября температура воздуха постепенно падает, по утрам и вечерам становится прохладно, а днем обычно преобладает теплая и ясная погода.

Экскурсии в это время не так утомительны, а купание в море больше освежает. Море, нагретое за лето солнцем, остывает медленно, так что купание можно продолжать и в ноябре.

Зеленая листва на деревьях держится обычно до декабря — января. Поздняя осень в Гагра подобна лету в средних широтах СССР. Привлекательность осеннего сезона в Гагра увеличивается еще благодаря обилию фруктов: яблок, груш, винограда, а также мандаринов, лимонов, грейпфрутов, японской хурмы и других субтропических плодов. Этот сезон можно назвать мягким, щадящим, он оказывает благоприятное действие и на здорового, и на больного человека.

Данная здесь общая характеристика климата Гагры относится и к остальным приморским курортам Абхазской АССР. Однако каждый из курортов Гагрской группы имеет некоторые особенности в климатическом отношении.

Курорт Гагра отличается особенно теплой зимой не только среди других курортов Гагрской группы, но среди остальных курортов, расположенных по всему Черноморскому побережью Грузии. Это объясняется тем, что Гагра находится в глубине бухты, защищенной с севера крутыми уступами гор. Зимой холодный воздух с пологих и заснеженных склонов движется к морю, а теплый с моря притекает к подножьям гор. Кроме того, часто по склонам Гагрского «карниза» с гор идут местные, теплые и сухие воздушные течения (фены), которые значительно повышают среднюю температуру воздуха, особенно осенью и зимой.

Мыс Бичвинта (Пицунда) вдается далеко в море. Поэтому летом море здесь снижает высокую температуру, а зимой, наоборот, согревает с двух сторон узкое пространство суши. В жаркие периоды лета мыс Бичвинта — наиболее прохладное место по сравнению с другими курортами Гагрской группы. Эту прохладу обеспечивает, с одной стороны, море, с другой — ветер гор и долин из Бзыби.

Приморский курорт Леселидзе расположен к северо-западу от Гагра, на равнине, которая образовалась вследствие наносов горных рек Псоу, Хожупсе и Лабста.

Массы горного воздуха, поступающие с северных, более холодных отрогов Гагрского хребта, проникают в район курорта Леселидзе и влияют на климат, поэтому лето в Леселидзе прохладное. Осенние заморозки здесь наступают раньше, чем в Гагра, и бывают более продолжительными. Среднегодовая температура на этом курорте несколько ниже, чем в Гагра.

Биоклиматическая характеристика приморских курортов Гагрской группы

Под биоклиматической характеристикой курорта подразумевается описание воздействия климата на организм человека в условиях данной местности.

Известно, что наиболее важными элементами климата с точки зрения физиологического действия его на организм являются: температура воздуха и почвы, солнечная радиация, ветер, влажность воздуха, атмосферное давление и облачность.

Действующие курорты Абхазской АССР являются в основном климатическими курортами приморской зоны. Поэтому сюда направляют больных, нуждающихся в климатолечении. Воздушно-солнечные ванны и морские купания представляют собой основные лечебные факторы этих курортов.

При лечении на климатических курортах больной по возможности должен быть поставлен в условия оптимального воздействия климата. Такие условия создаются при благоприятном сочетании температуры, влажности воздуха, ветра и других метеорологических факторов.

Климат курортов Гагрской группы, а также Ахали-Афони и Сухуми можно назвать щадящим, он успокаивающим образом влияет на нервную систему; особенно благоприятное влияние он оказывает при некоторых заболеваниях сердечно-сосудистой системы, гипертонической болезни, гипотонии и при заболеваниях нервной системы.

Основные лечебные факторы на курортах Гагрской группы — воздух, солнце и вода, используемые в виде воздушных и воздушно-солнечных ванн, а также морских купаний.

Воздух как лечебный фактор оказывает воздействие на организм не только своей температурой, влажностью, скоростью движения и другими физическими свойствами, но и своим химическим составом. В воздухе отдельных местностей содержится озон и различные летучие вещества растительного происхождения, которые губительно действуют на бакте-

рии. В то же время озон и смолистые вещества освежают воздух и благотворно влияют на организм человека. Эти вещества поступают в приморскую зону из окружающих лесов, гераниевых полей, цитрусовых садов. Существенную роль играют также частицы молекул воздуха, заряженные положительным и отрицательным электричеством, — так называемые ионы (аэроионы).

Лучистая энергия солнца, или солнечная радиация, оказывает на человеческий организм мощное физико-химическое и биологическое действие. Под влиянием солнечных лучей в организме происходят сложные биохимические процессы, вследствие чего появляется загар кожи, повышается ее температура.

Через нервные окончания в коже солнечные лучи оказывают действие на центральную нервную систему. Кроме того, солнечный свет убивает бактерии.

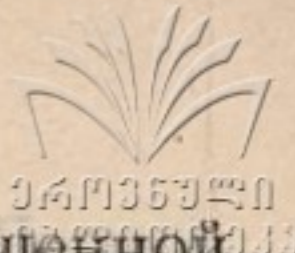
Морская вода во время купания оказывает действие различными сочетаниями температуры и механически — путем давления и своеобразного массажа, а также своим химическим составом.

Большую роль в улучшении общего состояния, в создании бодрого настроения играет красота природы на курорте. Роскошная вечнозеленая и цветущая растительность, море с его безбрежными просторами оказывают положительное влияние на эмоции человека. Каждый, кто побывал на курорте Гагра, надолго запоминает этот замечательный уголок нашей страны, с восхищением рассказывает о красоте природы, о чудесном влиянии моря и воздуха на здоровье.

Лечение воздушными ваннами (аэротерапия)

Кожа человека, в большей своей части всегда прикрытая одеждой, изнеживается. Это бывает особенно заметно у тех, кто привык слишком тепло одеваться и проводить большую часть дня в комнате. У таких людей кожа слабее реагирует на разные воздействия внешней среды. В частности, у них меньше развита способность кожи при понижении температуры окружающего воздуха уменьшать теплоотдачу или, наоборот, при повышении температуры воздуха увеличивать теплоотдачу. Однако эту способность кожи быстро и хорошо приспособляться к внешним воздействиям можно развить, усилить воздушными ваннами.

Для получения желательного лечебного эффекта надо правильно организовать прием воздушных ванн. При этом необходимо учитывать состояние здоровья человека и погоду, иначе ванны вместо пользы могут принести вред. Опыт показывает, что при назначении воздушных ванн с лечебной целью надо строго придерживаться следующих общих правил:



1. Нельзя принимать воздушные ванны при повышенной температуре тела и при каких-либо острых заболеваниях.

2. Приучать организм к действию воздуха нужно постепенно. Первые воздушные ванны должны быть непродолжительными — не более 5—10 минут; затем ежедневно можно увеличивать длительность воздушной ванны на 5—10 минут и таким образом постепенно довести ее до получаса или до часа (в зависимости от индивидуальных особенностей организма, а также от характера заболевания).

3. Лучшей температурой воздуха при воздушных ваннах считается та, которая соответствует так называемой зоне комфорта, — от 17° до 22° . В отдельных случаях можно принимать воздушные ванны и при более низкой и при более высокой температуре.

Как показали наблюдения, воздушные ванны при температуре воздуха ниже 17° дают хорошие результаты при лечении некоторых форм сердечно-сосудистых заболеваний и гипертонической болезни, но переходить к ваннам с более низкой температурой можно только постепенно и только по указанию врача.

4. Воздушная ванна не должна вызывать ощущения озноба, при котором появляется так называемая гусиная кожа. В этих случаях надо временно прекратить ванну, чтобы согреться.

5. Воздушные ванны лучше принимать по утрам, раз в сутки, через 1—2 часа после завтрака, примерно с 8 до 12 часов дня.

Воздушная ванна оказывает действие на организм через кожу (влияние температуры воздуха, влажности и скорости его движения) и через легкие (состав вдыхаемого воздуха, в котором содержатся ионы, т. е. частицы, заряженные положительным или отрицательным электричеством). Действие воздуха на кожу сказывается уже в момент обнажения тела. Движущийся воздух удаляет с поверхности тела находившиеся под одеждой пары и газы, охлаждает кожу. Вследствие охлаждения кожи увеличивается теплоотдача тела, поверхностные капилляры (мелкие кровеносные сосуды) суживаются, а затем расширяются, что благотворно влияет на кровообращение во всем организме. Для сохранения постоянной температуры тела при охлаждении кожи повышается обмен веществ в организме, усиливаются окислительные процессы, т. е. соединение веществ с кислородом и распад их на более простые по своему химическому строению, увеличивается образование тепла. Все это улучшает общее состояние человека, повышает аппетит, придает бодрость, повышает трудоспособность. Происходит ряд благоприятных для организма изменений в составе крови: возрастает число эритроцитов (красных кровяных телец) и процент гемоглобина, замедляется реакция оседания эритроцитов (РОЭ).

Лечение солнечными лучами (гелиотерапия)

Солнечные ванны — это сильнодействующий лечебный фактор, который должен применяться с большой осторожностью, иначе солнечные ванны могут принести не пользу, а вред. Принимая солнечные ванны с лечебной целью, нужно придерживаться следующих правил:

1. Нельзя принимать солнечные ванны лицам, страдающим туберкулезом легких, а также при всех других заболеваниях, протекающих с повышенной температурой тела, а также при ряде других болезней и при резкой слабости. Поэтому, прежде чем начинать лечение солнцем, необходимо посоветоваться с врачом; проводить это лечение надо по указаниям врача и под его наблюдением.

2. Перед началом лечения солнечными ваннами рекомендуется в течение 2—3 дней принимать воздушные ванны в тени.

3. Солнечные ванны не следует принимать натошак или сразу после еды. Лучшее время для приема их — с 8 до 12 часов утра. В это время и воздух чище, и человек чувствует себя лучше. Во время ванны нужно лежать спокойно, защищая голову и глаза от солнца. При значительном выделении пота рекомендуется отдохнуть несколько минут в тени, затем принять душ или выкупаться в море. После купания надо находиться некоторое время в тени.

4. Во время приема солнечных ванн нельзя перегреваться, чтобы не было ожогов кожи и других осложнений (солнечный удар, бессонница, слабость). На юге летом первая солнечная ванна должна продолжаться не больше 5 минут. Каждый раз увеличивают длительность ванны по 5 минут, постепенно доводя ее до получаса или часа.

Продолжительность первых ванн в значительной мере зависит от состояния здоровья лиц, принимающих их, и интенсивности солнечной радиации, которая может сильно меняться в различные часы дня. Вследствие изменчивости солнечной радиации иногда должна значительно меняться и продолжительность ванны, что учитывается специальными приборами. Эти приборы измеряют количество солнечного тепла в малых калориях¹ на квадратный сантиметр облучаемой поверхности в минуту. Такие приборы позволяют более правильно устанавливать длительность солнечных ванн.

Первоначальная доза облучения 5 калорий; с каждой последующей ванной доза облучения повышается на 5 калорий, к концу курса лечения ее обычно доводят до 60 калорий.

В чем состоит физиологическое действие солнечных ванн на организм человека?

¹ Малой калорией называют количество тепла, необходимое для того, чтобы нагреть 1 миллилитр (1 кубический сантиметр) воды на 1 градус.

Солнечные лучи производят тепловое, химическое и биологическое действие. Тепловое действие производят главным образом инфракрасные лучи с длинной волной, а химическое — ультрафиолетовые лучи с короткой волной. Ультрафиолетовые лучи, поглощаемые поверхностными слоями кожи, вызывают усиленную ее пигментацию — загар. Реакция всего организма на ультрафиолетовые лучи еще недостаточно изучена, но доказано, что загар защищает кожу от перегревания ее тепловыми инфракрасными лучами, проникающими в тело намного глубже, чем ультрафиолетовые. Кроме того, доказано, что ультрафиолетовые лучи содействуют образованию в коже витамина D.

Под влиянием солнечных ванн увеличивается потоотделение, суживаются, а затем расширяются кожные капилляры. Это вызывает сначала повышение артериального кровяного давления, а потом его понижение. В начале солнечной ванны учащается пульс, а по окончании ее, после отдыха в тени, пульс становится реже. Одновременно улучшается работа сердца вследствие расширения периферических кровеносных сосудов.

Под влиянием солнечных ванн улучшаются окислительные процессы в организме и обмен веществ. Солнечные ванны, так же как и воздушные, вызывают увеличение количества эритроцитов в крови и снижают РОЭ, укрепляют сон, улучшают самочувствие и аппетит, повышают работоспособность.

Лечение морскими купаниями (талассотерапия)

Тесно связанные с действием на организм воздушных и солнечных ванн морские купания играют важную «заключительную» роль в комплексном лечении на приморских климатических курортах Гагрской группы.

К морскому купанию, назначаемому с лечебной целью, надо подготовиться заранее, особенно если приступают к нему рано весной после зимнего комнатного режима. Эту подготовку надо начать с частичных и общих влажных обтираний и обливаний водой. Обтирания и обливания делают ежедневно по утрам при комнатной температуре воды. Перед водной процедурой желательно проделать ряд хотя бы самых простых физических упражнений. После водной процедуры надо быстро и насухо вытереться. Полезно после этого растереть кожу руками, чтобы недопустить переохлаждения тела. Обтирания закаливают изнеженную за зимний период кожу. Такая закалка должна производиться по крайней мере в течение нескольких дней перед началом морских купаний.

Мало закаленным людям не следует начинать купаться при температуре воды ниже 16—17° и при температуре окружающего воздуха ниже 20—22°.

При морских купаниях необходимо соблюдать следующие правила:

1. Входить в воду надо быстро, сразу погружая все тело, а тем, кто умеет плавать, следует сразу же броситься в море и проплыть некоторое расстояние.

2. Продолжительность первых купаний не должна превышать 3—5 минут; при этом следует находиться в постоянном движении. В дальнейшем время купания увеличивается до 10—15 минут.

3. Обычно при погружении в воду человек чувствует быстро проходящий озноб, затем тело согревается. Но при слишком продолжительном купании, особенно при низкой температуре воды, происходит значительное охлаждение тела, появляется неприятный и продолжительный озноб. Купание следует прекращать до наступления такого озноба.

4. Выйдя из воды, нужно насухо вытереться и отдохнуть в тени.

5. Разрешается купаться в море 1—2 раза в день. Более частое купание может принести вред.

Как действуют морские купания на организм человека?

В первый момент после погружения в воду кровеносные сосуды кожи суживаются под влиянием охлаждения и поэтому кровь оттекает к внутренним органам. Эта реакция тем сильнее, чем больше разница между температурой воды и тела. Артериальное кровяное давление в начале купания повышается, но через небольшой промежуток времени наступает обратное явление, так как кровь приливает к коже и вследствие быстро наступающего расширения сосудов кровяное давление падает; эта реакция сопровождается приятным ощущением тепла. Одновременно становится глубже дыхание и повышается обмен веществ.

При длительном пребывании в прохладной воде наступает охлаждение, вызывающее вредный вторичный озноб с дрожью и часто с головной болью.

Сужение и расширение кровеносных сосудов кожи, происходящие во время купания в прохладной воде, прилив и отлив крови к коже — все это благотворно влияет на организм.

Морская вода оказывает на организм человека влияние физического и химического характера.

К влияниям физического характера относятся: 1) массирующее действие морской воды, эффект которого повышается при легком волнении на море; 2) потеря веса при погружении тела в воду, приводящая к некоторому расслаблению давящей на кровеносные сосуды мускулатуры; вследствие этого улучшается кровообращение; 3) разность температур поверхности тела и морской воды благоприятно воздействует на нервную систему через центры, регулирующие температуру тела и просвет кровеносных сосудов.

Влияние химического характера морской воды на организм состоит в воздействии входящих в ее состав минеральных солей на кожу и через органы дыхания.

Морские купания особенно полезны для тех, у кого организм ослаблен вследствие очень напряженного умственного и физического труда, а также для страдающих ожирением, диабетом и малокровием.

Нельзя купаться при резко выраженном атеросклерозе, грудной жабе, аневризме аорты, склонности к головокружениям и приливам крови к головному мозгу, бронхиальной астме, эмфиземе, злокачественных опухолях, нефрите, при всех острых воспалительных процессах, болезнях кожи с нарушением целостности наружного ее слоя (язвы), при менструациях. Больным туберкулезом можно купаться только в санаторных условиях по особо выработанной методике.

БИЧВИНТА (ПИЦУНДА)

Исторические сведения

Курорт Бичвинта (Пицунда) расположен на берегу Черного моря, в 20 километрах от Гагра.

В грузинских летописях Пицунда называется Бичвинта, или Пичвинда (от грузинского слова Пичви — сосна). Здесь издавна находилось поселение, широко известное античным писателям под разными названиями — Питиунт, Питиус и др. («питиунт» по-гречески значит «место», заросшее сосной»).

На основании ряда исторических данных можно предполагать, что греческая колония в Пицунде возникла еще в V—VI вв. до нашей эры.

Большинство исторических источников указывает на то, что вокруг Пицунды уже с древних времен кипела жизнь. Город Питиунт, по свидетельству историков Страбона и Арриана (II в. нашей эры), существовал и был большим городом в начале нашей эры. Вокруг него были сады, возделывались поля, о чем говорят находки различных сельскохозяйственных орудий.

Сосновая роща привлекала и первых поселенцев, и мореплавателей своей красотой и прохладой в жаркие летние дни, а плодородная почва дельты реки Бзыби была удобна для обработки и давала хорошие урожаи.

В I в. до нашей эры Питиунт попал под власть понтийского царя Митридата. Этот восточный завоеватель, говоривший на 20 языках, владел всеми народами на восточном побережье Черного моря от Колхиды до Тавриды, но впоследствии вынужден был уступить свое господство римлянам; под натиском римского полководца Помпея в 64 г. до нашей эры он бежал через Пицунду и Гагра в Босфор Киммерийский (Керчь).

После этого Питиунт в течение первых веков нашей эры находился под властью римлян, державших здесь свои гарнизоны. За это время Питиунт несколько раз подвергался набегам и разграблению со стороны кочевых народов — готов, скифов и др.

Когда Римская империя разделилась на две части, Питиунт и вся восточная часть Черноморского побережья отошли к Византии. Византийские императоры, стремясь закрепить свое влияние на восточном берегу Черного моря, усиленно насаждали здесь христианство.

Интересные сведения о Питиунте первых веков нашей эры дали археологические раскопки, произведенные здесь в 1952 г. археологической

экспедицией Института истории и Абхазским институтом языка, литературы и истории Академии наук Грузинской ССР. Вот что пишет начальник археологической экспедиции А. М. Апакидзе: «Выявленные в окрестностях города-крепости развалины подтверждают указания древних авторов о существовании здесь еще в первых веках нашей эры Великого Питиунта. Во внутренней части города-крепости экспедицией выявлены: грандиозные стены и башни укрепленной части города, разные хозяйственные и культовые сооружения, многообразная керамика, преимущественно первых веков нашей эры.

Там же были выявлены стены большого храма, пол, а также разные пристройки к храму. План храма характерен для раннего христианского зодчества Грузии».

Бичвинтский храм отличался красотой и изяществом архитектурных форм. «Особенно большой интерес представляет мозаика, которой был покрыт пол храма. В ней красочно изображен растительный и животный мир.

Подтверждается существование трех разновременных храмов на территории города-крепости Бичвинта. От древнейшего храма остались лишь отдельные фрагменты основания алтарной части, южной и северной стен... Выясняется, что именно этому древнейшему храму принадлежала уникальная мозаика, которая позднее была использована строителями храма второго слоя. Строительство храма второго слоя следует отнести к середине VI в. нашей эры».

Строительство не прекращалось в Бичвинте и в последующие века, когда Бичвинта была крупным церковным центром. В конце X в. здесь был сооружен величественный «кафедральный» собор, принадлежавший к числу лучших памятников грузинского феодального зодчества. По мнению некоторых исследователей, это и есть храм, существующий в настоящее время в Бичвинте.

В XIV в. Пицунда была религиозным центром Абхазо-Грузинского царства. Здесь находился монастырь, служивший резиденцией сначала епископов, а в последние века — абхазского католикоса (высшего духовного сановника). Духовная власть пицундских католикосов уже к концу XIV в. распространялась на Западную Грузию.

Упадок Пицунды начался с появлением на Кавказском побережье Черного моря султанской Турции, покорившей Греческую империю и владевшей Абхазией с XVI до начала XIX в. В то время «величественный Пицундский храм был в полном запустении и предан разрушению, ценности его были разграблены. Стены и купол храма поросли растениями»¹.

Пицундская сосновая роща

Пицундская сосна сохранилась до нашего времени, как остаток древней флоры третичного периода. Единичные экземпляры ее встречаются в немногих местах по берегам Черного моря и только в Пицунде сохранился довольно крупный массив сосны. Не удивительно, что Пицундская сосновая роща привлекает внимание не только туристов, но и ученых. Ее описывали многие ботаники и исследователи кавказской природы. В последнее время советские ученые установили, что Пицундская роща существует с древних времен.

Ботаники и палеонтологи проявляют большой интерес к изучению остатков древней флоры, дошедшей до нашего времени. По ископаемым остаткам древних растений они изучают

¹ Дьячков-Тарасов; Гагра и окрестности, Тифлис, 1903, стр. 38—39.

флору далекого прошлого. В этом отношении многое сделано отечественными ботаниками. В частности, И. В. Палибин описал древнюю родоначальную форму пицундской сосны — сарматскую сосну, остатки которой найдены в отложениях Сарматского моря на Керченском полуострове. В. П. Малеев дал прекрасное описание Пицундской сосновой рощи. Он показал, что эта роща «является последним остатком одной из наиболее древних ассоциаций крымско-кавказской флоры и погребенного под водами Черного моря Понтийского плато».

Изучая распространение пицундской сосны, В. П. Малеев установил, что хотя единичные экземпляры ее встречаются на Черноморском побережье Кавказа от Анапы до Мюссеры (в 7 километрах южнее Пицунды) и частично в Крыму, но такого крупного массива, как в Пицунде, нет нигде.

Пицундская сосновая роща расположена на древних наносах реки Бзыби. Здесь и в окрестностях этой рощи, как указывалось выше, издавна кипела жизнь, но с приходом турок она начала замирать и вся местность пришла в запустение.

Царское правительство не заботилось о возрождении этого чудесного уголка, имеющего первостепенное значение как курорт. Участки, расположенные в Бзыбской долине и непосредственно примыкающие к Пицундской роще, были заболочены и здесь свирепствовала малярия.

Только после Великой Октябрьской социалистической революции Бзыбская долина начала оживать. На богатых наносных землях возник совхоз. Заболоченные участки превратились в культурные поля. Зацвели сады, появились субтропические культуры.

Бичвинта — курорт

В настоящее время район Пицундской рощи является живописнейшим уголком на Кавказском побережье Черного моря. Здесь мы встречаемся с очень редким явлением: обычно пояс хвойных пород начинается значительно выше в горах, а пицундская сосна растет на самом берегу моря.

Сосновая роща занимает пространство площадью около 200 гектаров. Она расположена лентой вдоль берега Черного моря и окаймляет Пицундский мыс на протяжении 7 километров. Ширина ленты около 0,5 километра. Песчано-галечный берег вдоль опушки сосновой рощи, в бухте, защищенной от сильного морского прибоя, представляет собой прекрасный пляж.

Такое сочетание берега моря, сосновой рощи и песчаного пляжа дает возможность одновременно пользоваться морскими купаниями, озонированным воздухом смолистого леса и лучами южного солнца. Все это, а также щадящий климат и красивый



Бичвинта. Древний храм.

рельеф полуострова с озерами, сосновая роща и песчаный пляж создают благоприятные условия для организации здесь детского курорта.

ЛЕСЕЛИДЗЕ (б. ЕРМОЛОВСКОЕ)

Курорт Леселидзе находится в 18 километрах от Гагра в сторону Сочи и расположен в долине реки Псоу.

Территория курорта является северной окраиной Абхазской АССР, так как граница последней с РСФСР проходит по реке Псоу. Эта местность представляет собой широкую приморскую равнину, по которой, кроме Псоу, течет еще небольшая речка Лабста.

Низменная, наносная часть долины реки Псоу простирается от моря вглубь материка километра на три-четыре, а дальше идут холмы, невысокие отроги Монастырского хребта, и выше — склоны Большого Кавказского хребта.

Наносные почвы вокруг курорта чрезвычайно плодородны, отчего вся эта местность получила название Долины Изобилия. Здесь по соседству с курортом находится большой колхоз имени И. В. Сталина, славящийся высокой культурой ведения хозяйства. На равнине — прекрасные плодовые сады с преобладанием чернослива, цитрусовые и виноградные плантации. На извилистых берегах реки Псоу — богатые луга и выпасы для скота. Склоны гор покрыты плодовыми садами, правильные ряды которых виднеются издалека. Усадьба колхоза расположена рядом с курортом Леселидзе со стороны Гагра. Вдоль шоссе — утолающие в садах дома колхозников. На площади — клуб, больница, амбулатория, библиотека. К западу от площади — санаторий имени Баумана. Рядом находится спортивная база «Динамо» с общежитием, два стадиона, площадки для игр.

По другую сторону автотрассы до самого берега моря раскинулся парк. К нему примыкает песчано-галечный пляж, обращенный на юг и целый день освещаемый солнцем.

Климат курорта Леселидзе в общих чертах сходен с климатом остальных курортов Гагрской группы, но в некоторых отношениях несколько отличается. Это объясняется прежде всего тем, что Леселидзе расположен в широкой, несколько более открытой с севера равнине, тогда как курорт Гагра находится у подножия высокой горы, защищающей его с севера и потому оказывающей большое влияние на климат. Средние температуры воздуха в Леселидзе во все времена года ниже, чем в Гагра, на 1—2 градуса. Летом здесь значительно прохладнее, чем в Гагра. Это обстоятельство выгодно отличает курорт Леселидзе от Гагра. Летом в дневные часы прохладу усиливают бризы юго-западного направления; они дуют с большей силой, чем северные в ночное время. В Гагра, наоборот, ветры в ночные часы с берега бывают сильнее, чем морские бризы днем. Средняя относительная влажность воздуха в Леселидзе

выше, чем в Гагра. В Леселидзе насчитывается больше дней в году с заморозками, которые здесь сильнее, чем в Гагра.

Растительность курорта Леселидзе и его окрестностей состоит большей частью из плодовых садов, а также насаждений декоративных деревьев. Богатые природные условия делают этот курорт удобным для строительства детских санаториев. В настоящее время уже открыт первый такой санаторий. Показания для лечения больных те же, что и на других прибрежных курортах Гагрской группы.

ЭКСКУРСИИ

Отдыхающим в Гагра, помимо указанных здесь мест и озера Рица (см. ниже), рекомендуется посетить Сочи, Гудаута, Ахали-Афони и Сухуми. Перечислим некоторые из имеющихся в этих местах достопримечательностей.

С о ч и является первоклассным курортом всесоюзного значения. За годы первых пятилеток здесь построено много здравниц. Весь город утопает в субтропической зелени. На окраине города расположен большой дендрарий и рядом с ним опытная станция субтропических культур. Около Сочи находятся знаменитые сероводородные источники Мацесты. Поблизости от Мацесты расположен курорт Хоста.

Г у д а у т а — курортный город, раскинувшийся вдоль берега моря, расположен в 75 километрах от Гагра. Курорт с каждым годом становится все более популярным. Лето здесь несколько прохладнее, чем в Гагра, курорт располагает прекрасным песчаным пляжем в районе устья реки Гудаутки и парком на приморской возвышенной террасе.

А х а л и - А ф о н и — небольшой красивый курорт на берегу моря, созданный в 1925 г. на месте бывшего Новоафонского монастыря. Особенно красивые места здесь — терраса «Орлиное гнездо», Иверская гора с древней часовней (11 в. нашей эры) и с остатками Генуэзской башни на вершине горы. На вершине горы можно увидеть остатки крепостной стены города Никопсии. Интересен уголок среди гор вблизи гидростанции с железнодорожной платформой над карстовым озером между двумя тоннелями.

С у х у м и — город-курорт, столица Абхазской АССР, утопает в субтропической зелени на берегу обширной и спокойной морской бухты, с очень хорошим пляжем, садами и парками. Достопримечательные места в городе: ботанический сад, заложенный более 100 лет назад, и медико-биологическая станция Академии медицинских наук СССР (питомник обезьян); обезьяны живут круглый год на воздухе в открытых вольерах. Красивы окружающие холмы и горы, откуда открываются живописные виды на город и море. На Сухумской горе имени Сталина в последние годы разбит субтропический парк.



Леселидзе. Санаторий.

Г о р а М а м д з ы ш х а - М з и у р и. Высоко над Гагрским курортом виднеется вершина горы Мамдзышха-Мзиури.

Дорога на Мзиури начинается в 4 километрах от Старых Гагра. Минувя Новую Гагра, к северо-востоку идет старое шоссе до самой вершины горы. Поднимаясь по этому шоссе, вы встречаете ряд террасообразных полей на высоте 500—1 000 метров и более над уровнем моря.

Извиваясь выше по склонам горы, шоссе на высоте 1 200 метров над уровнем моря приводит на террасу, расположенную над Гагра, всего в 3—4 километрах по прямой линии. На этой террасе больные могут отдыхать в жаркие дни июля и августа.

Поднимаясь еще выше, вы, наконец, попадаете на вершину горы Мзиури (высота 1871 метр). Здесь в летние дни открывается чарующая картина: красивый ковер цветов субальпийского луга, к югу — необозримые дали Черного моря. Внизу на склонах горы у самого моря раскинулись цитрусовые плантации и виноградники, выше — уступы горы, покрытые смешанным лесом. На север открывается замечательная панорама белоснежных вершин Кавказского хребта, а на юго-востоке — сверкающая на солнце голубая гладь Пицундской и Гудаутской бухт, а за ними бескрайные просторы Черного моря.

Помимо живописности, эта местность привлекает внимание как высокогорная станция с обилием солнечного света, богатого ультрафиолетовыми лучами, с чистым воздухом, наполненным бальзамическими испарениями хвойных лесов. Здесь имеются все условия для устройства горноклиматического курорта. Курортное место Мзиури связано с Гагрским курортом удобным шоссе, передвижение по которому занимает полтора часа.

ГОРНЫЕ КУОРТЫ В РАЙОНЕ РИЦА-АВАДХАРА

РИЦА

Дорога на Рицу

Озеро Рица находится в 55 километрах от Гагра и в 39 километрах от железнодорожной станции Бзыбь.

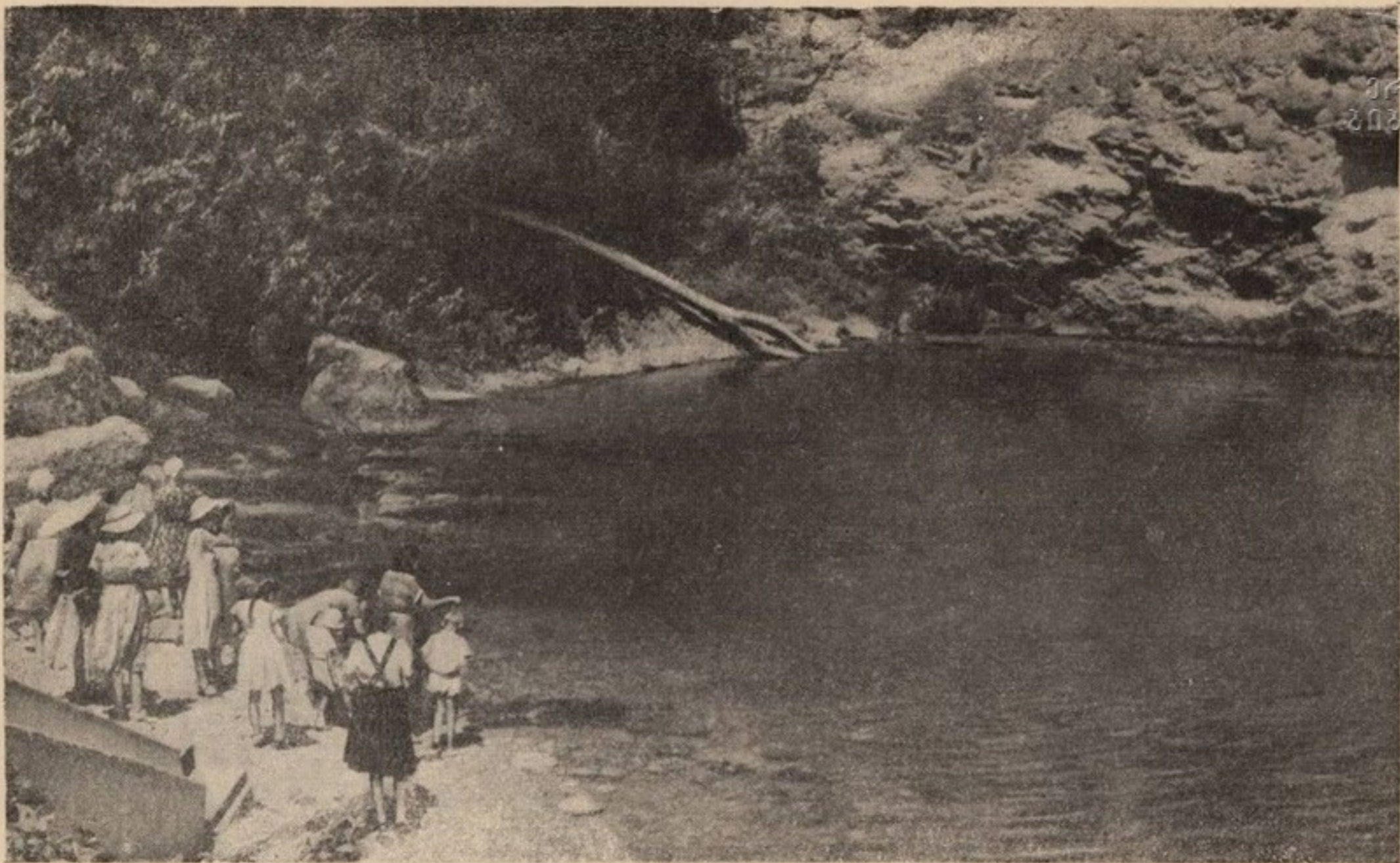
Дорога на Рицу необычайно красива. От моста через реку Бзыбь, извиваясь по живописным ущельям рек Бзыби, Гега и Юпшары, уходит в горы асфальтированное автомобильное шоссе. В 14 километрах от Бзыбского моста расположено небольшое, но глубокое Голубое озеро. Чистая голубого цвета вода, с шумом устремляющаяся из озера в реку Юпшару (приток Бзыби), остается холодной даже в самые жаркие дни.

От озера автотрасса проходит по правому берегу реки Бзыби к ущелью реки Гега, все выше поднимаясь в горы. Местами ущелье так сильно суживается, что кажется, вот-вот сомкнутся гигантские скалы. На повороте перед зрителем неожиданно возникает красивое зрелище: водопад, падающий с большой высоты; прозрачной кисеей колышутся в воздухе мириады мельчайших брызг. Дальше дорога тянется по еще более узкому ущелью; с обеих сторон сближаются отвесные скалы, увенчанные на высоте рельефными утесами подобно отдельным гигантским башням, а местами покрытые яркой луговой зеленью или группами деревьев, нависших над отвесными безжизненными скалами. Еще выше на пологих склонах виднеются девственные леса с преобладанием пихты. Пихта достигает здесь высоты 50—60 метров. Среди различных пород деревьев легко отличить темнозеленые заросли кавказской пальмы (самшита) и тиса (красное дерево).

На высоте 950 метров над уровнем моря внезапно открывается редкий по красоте и живописности вид на окрестности озера Рица.

Район Рица-Авадхара еще не так давно был мало доступен; отсутствие путей сообщения препятствовало его изучению и потому исследования носили случайный характер. Систематическое изучение этого района началось лишь в 1927 г.

Первой экспедиции Главного курортного управления пришлось вести работу в чрезвычайно трудных условиях. Начиная



ქართული
ბიბლიოთეკა

Голубое озеро.

с 19-го километра от Бзыбского моста, путь шел через Черкесскую поляну, среди девственных лесов, по узкой, заросшей тропе. Экспедиции приходилось топорами и пилами расчищать путь, убирать лежавшие поперек дороги стволы деревьев и валежник, прокладывая на крутых склонах гор тропинки, переправляясь через озеро Рица с лошадьми и грузом на плотах.

Озеро Рица

Озеро Рица производит неизгладимое впечатление. Особенно красиво оно в первую половину дня, когда зеленые воды и круто вздымающиеся над ним склоны гор с одной стороны ярко освещены солнцем, а с другой — остаются в тени.

Интересна дошедшая до наших дней легенда о происхождении озера Рица.

Это было так давно, что никто не помнит об этом. Даже тысячелетний самшит, даже дикая Бзыбь не знают ничего о том, как появилась Рица, даже серые скалы не могут ничего рассказать...

А узнал эту историю пастух, который забрался высоко в горы в поисках обильных пастбищ для своих овец. Рассказал ее звонкий, болтливый ручей, вытекающий из тела огромной железной горы. Пастух поведал ска ку своим детям, дети — людям, а люди рассказали мне.

Когда-то в горах Абхазии, на том месте, где лежит озеро Рица, была глубокая долина, по которой протекала широкая, плавная река. Она несла свои воды к морю и была так спокойна, что даже малый ребенок не побоялся бы ее переплыть.

По берегам реки раскинулись обширные сочные пастбища, на которых пасла своих коров молодая девушка Рица. Она была так красива, что с цветом ее губ не могли равняться даже пунцовые горные тюльпаны, даже море не могло равняться голубизной и блеском с ее глазами, а снега на вершинах гор казались черными по сравнению с цветом ее кожи. По спине у нее извивались длинные, как змеи, и черные, как агат, косы.

У Рицы были три брата: старший — Агепста, средний — Ацетук и младший — Пшегишха. Братья целыми днями бродили в горах и охотились на быстрых джейранов. К вечеру они возвращались к Рице и садились у костра, который посылал к небу яркие искры своего пламени. Рица жарила мясо, а братья пели песни.

Горы слушали эти песни и важно курили своими вздыбленными вершинами.

Однажды братья простились с сестрой и отправились далеко в горы за добычей. Прошел жаркий день, окрасились багрянцем заката горы, а братья не возвращались. Рица долго ждала их, а потом собрала своих коров у реки и, не разжигая костра, легла подле них у самой воды. Она смотрела на высокие звезды, а звезды смотрели на нее и весело подмигивали ей своими бриллиантовыми глазами. И радостью наполнилось сердце Рицы. Закрыла она глаза и запела песню. Голос ее лился так плавно и красиво, что даже птицы перестали щебетать и ручьи остановили свой бег. Вся природа прислушивалась к чудесным звукам голоса Рицы.

Услышали эту песню два лесных разбойника — братья Гега и Юпшара. И сказал тогда Гега: «Брат мой, Юпшара! Сходи, посмотри, кто поет там в долине глубокой? Чей голос пленил наши уши?»

Ударил коня Юпшара и помчался сквозь скалы и горы навстречу чудесному голосу Рицы. Остановил он коня под обрывом и увидел девушку, лежащую у воды. Оцепенел Юпшара. Никогда еще не встречал

он красавицы, подобной этой. В одно мгновение его злое сердце охватила звериная страсть. Не помня себя, бросился он к Рице и схватил ее в свои объятия. Страшным голосом закричала Рица, забилась, словно пойманная птица.

Видел это горный сокол. Расправил он свои крылья, помчался к братьям и рассказал им, что случилось несчастье. Гневом наполнились сердца братьев. Крикнули они боевой клич и помчались стремглав, разбирая дороги, сестру выручать.

Но не слышал этого Юпшара. Кипела его душа жестокой страстью и не мог он выпустить Рицу из своих объятий. Увидели это братья. Тогда схватил Пшегишха свой богатырский щит и швырнул его в Юпшару. Но не попал Пшегишха. Упал щит поперек реки и запрудил ее течение. Стала вода прибывать. Почувствовал это Юпшара и бросился прочь.

Поднялась тогда Рица и увидела, как у ее ног разливается огромное озеро. Тоска наполнила ее сердце. Не смогла она перенести своего позора, горько вскричала она и бросилась в озеро... И в тот же миг прозрачной, как слезы, стала вода озерная. Багряные полосы заката, как зеркало, она отразила.

Увидели это братья, бросились догонять Юпшару и в тот же миг окружили его. Видит Юпшара, что путь к отступлению отрезан, упал на колени...

Схватил его Агепста могучей рукой и швырнул прямо в озеро. Стал тонуть Юпшара, но закипела вода и перебросила его через щит Пшегишхи. И помчался Юпшара быстрой рекой к брату Геге, вырывая по пути растущие у берегов деревья... В тот же миг окаменели три брата и горами высокими стали. Стоят они до сих пор над прозрачной водой, вечный сон сестры своей Рицы охраняя...

О происхождении озера Рица существует несколько предположений. Одни считают, что озеро образовалось вследствие обвала горы Пшегишха, запрудившего реку Лашипсе, другие предполагают, что оно возникло вследствие провала долины.

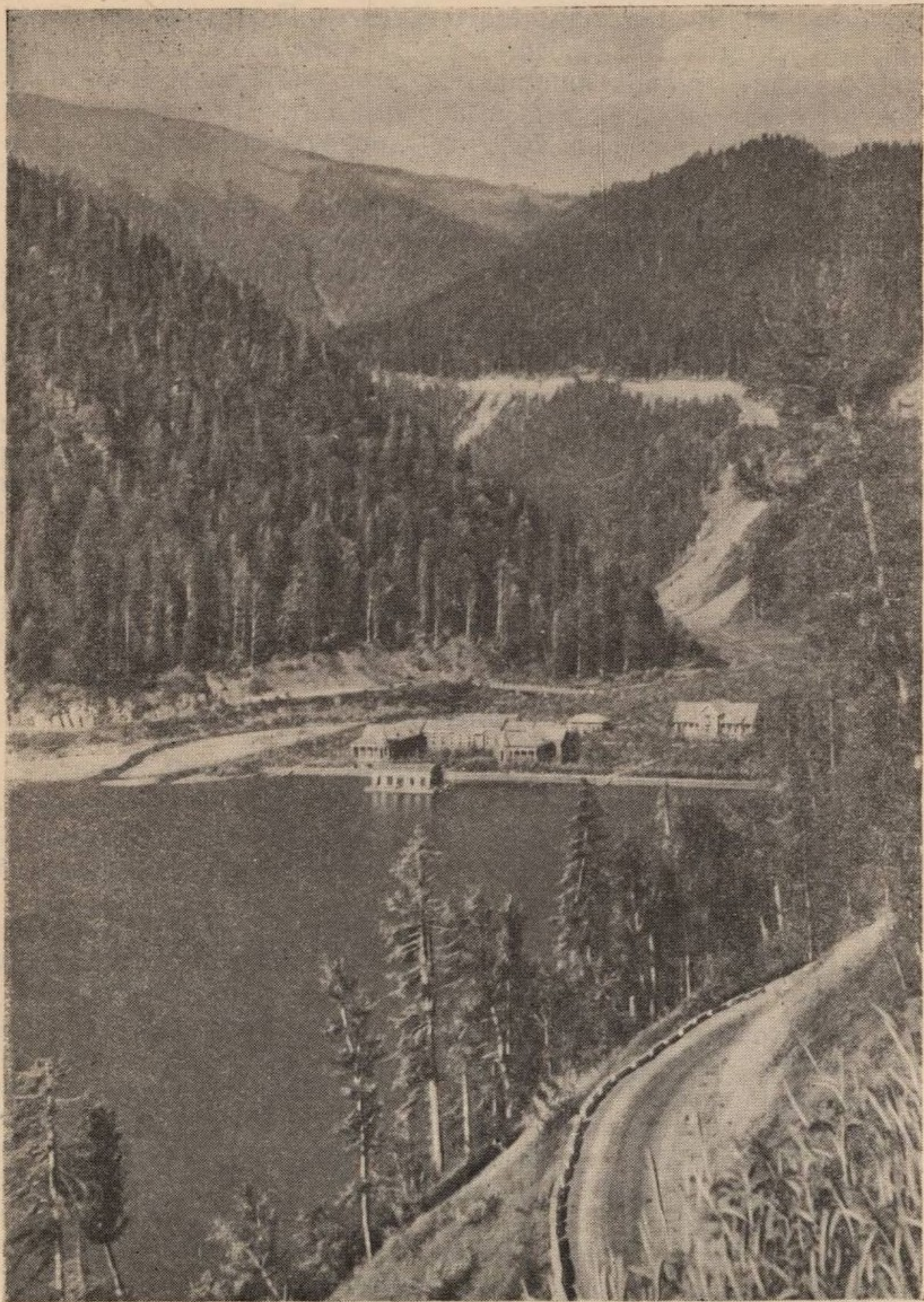
Длина озера — 2 666 метров, ширина — от 425 метров до 1 километра; общее протяжение береговой линии озера — 6,5 километра, площадь водного зеркала — 2 квадратных километра. Наибольшей глубины (116 метров) озеро достигает в своей средней части, ближе к юго-западному берегу. Уровень воды в озере колеблется, поднимаясь в период таяния снега на 2—3 метра.

Питают озеро главным образом река Лашипсе и ручьи, впадающие в него с северной стороны. Из озера вытекает река Юпшара.

В озере много форели, отдельные экземпляры которой достигают 0,5 метра длины. Других рыб в озере не обнаружено.

Склоны окружающих Рицу гор покрывает девственный смешанный лес — дуб, бук, пихта, ель, сосна, граб, клен, лила и редкие экземпляры тиса. Особенно пышно растет лес у юго-западной окраины озера. Стволы лавровишневых деревьев здесь достигают 30 сантиметров в диаметре. Заросли вечнозеленых кустарников, падуба, ежевики и других растений образуют в некоторых местах непроходимые чащи.

К северу от озера возвышаются вершины гор Ацетука и Агепста. С юга спускается своими лесистыми отрогами хребет



Озеро Рица, северо-восточный берег.

Рыхва, с запада серой отвесной стеной поднимаются ввысь голые скалы горы Пшегишха, отроги Агепсты и грандиозной высоты утес (1 500 метров), от которого, повидимому, откололась часть горы Пшегишха, завалившая долину Лашипсе. На юго-востоке утес четко вырисовывается на фоне неба своим обелископодобным зубцом, который получил название Чертова пальца.

На северном берегу Рицы находится сосновая роща площадью до 200 га, откуда открывается чудесный вид на озеро и склоны горы Рыхва. Воздух здесь необычайно чист и озонирован.

В двух местах на берегу озера отложился мелкий речной песок. Эти участки используются как удобные пляжи.

Много веков природные богатства озера Рица не использовались. Лишь отдельные смельчаки, с большим трудом пробравшиеся сюда, могли любоваться необычайными красотами местности. Советские люди проложили через непроходимые горы прекрасную автомобильную дорогу, построили на берегу чудесного озера гостиницу, пустили по его зеркальной глади быстроходные глиссеры, разбили в долине реки Лашипсе парк. Теперь десятки тысяч трудящихся ежегодно приезжают полюбоваться редчайшими красотами района Рица-Авадхара и отдохнуть здесь.

Климат

Климат Рицы — это климат лесогорной зоны, он несколько смягчается в начале зимы благодаря усиленной отдаче тепла озером. Поэтому же после холодной зимы иногда на озере запаздывает наступление весны.

Влияние холодной зоны хребта Агепста-Ацетука здесь сильнее, чем влияние Главного Кавказского хребта, так как при почти одинаковой высоте последний вдвое дальше от Рицы.

От непосредственного действия воздушных масс, приходящих с запада, озеро укрыто горой Пшегишха, а с юго-запада — обширным Арабико-Гагрским нагорьем. С юга и особенно с юго-востока воздушные массы, перевалив через Чедымский перевал, проникают в район Рицы над горами Ачибаха и Арихуа, а также по ущельям Геги и Юпшары. Как пишет Г. И. Галашевский, «низкие облака, выползая из ущелья Юпшары, собираются у подошвы Пшегишха, за сосновой рощей. Появление их здесь обычно предвещает наступление ненастья. И вскоре тучи главной массой, перевалив через горы южного берега, медленно сползают вниз, к озеру; меркнет изумрудно-голубая гладь озера и становится серо-стальной; темнеет вокруг хвойный лес. Среди летнего дня нависают над озером сумерки позднего вечера и веет от него тогда холодом осени».

Расскажем несколько подробнее об основных климатических факторах района озера Рица. Как известно, по мере удаления

от берега моря и поднятия в горы температура воздуха понижается, а количество осадков увеличивается. Поэтому климат в районе озера Рица значительно холоднее, чем на берегу моря, и здесь количество осадков, выпадающих за год, больше.

Самые холодные месяцы в году — январь и февраль; средняя месячная температура их ниже 0° . Однако больших морозов здесь не бывает, и озеро Рица замерзает не каждый год; да и в холодную зиму лед бывает не на всей поверхности озера.

Снежный покров держится в районе Рицы с начала декабря до конца марта. Кроме того, снег выпадает на несколько дней в ноябре и апреле.

С мая по октябрь средняя месячная температура выше 10° ; большой жары здесь не бывает даже в июле и августе. Средняя месячная температура в эти месяцы на $5-6^{\circ}$ ниже, чем в прибрежной зоне. Таким образом, летняя температура в районе озера Рица для больных и отдыхающих благоприятнее, чем на побережье.

Осадков на Рице выпадает в год на 300—400 миллиметров больше, чем на побережье. Но поскольку главная масса их приходится на осенне-зимний и весенний периоды, дождей в летний сезон здесь бывает не больше, чем в Сухуми.

Относительная влажность воздуха по сезонам почти такая же, как и на побережье (76—85%).

Среднесуточная облачность за год — 60%, т. е. почти такая же, как на побережье, но в летние месяцы она снижается до 50% и даже до 40% (в августе). Солнечных дней в году 161. Максимальное количество часов солнечного сияния приходится на август (222 часа).

Характерной особенностью режима ветров на Рице является сравнительно частое затишье. Преобладающее направление ветров утром, ночью и вечером — северное. Обычный ветер на озере горно-долинный — из Лашипсе в Юпшару; этой тяге способствует ветер, идущий по Бзыби в сторону моря.

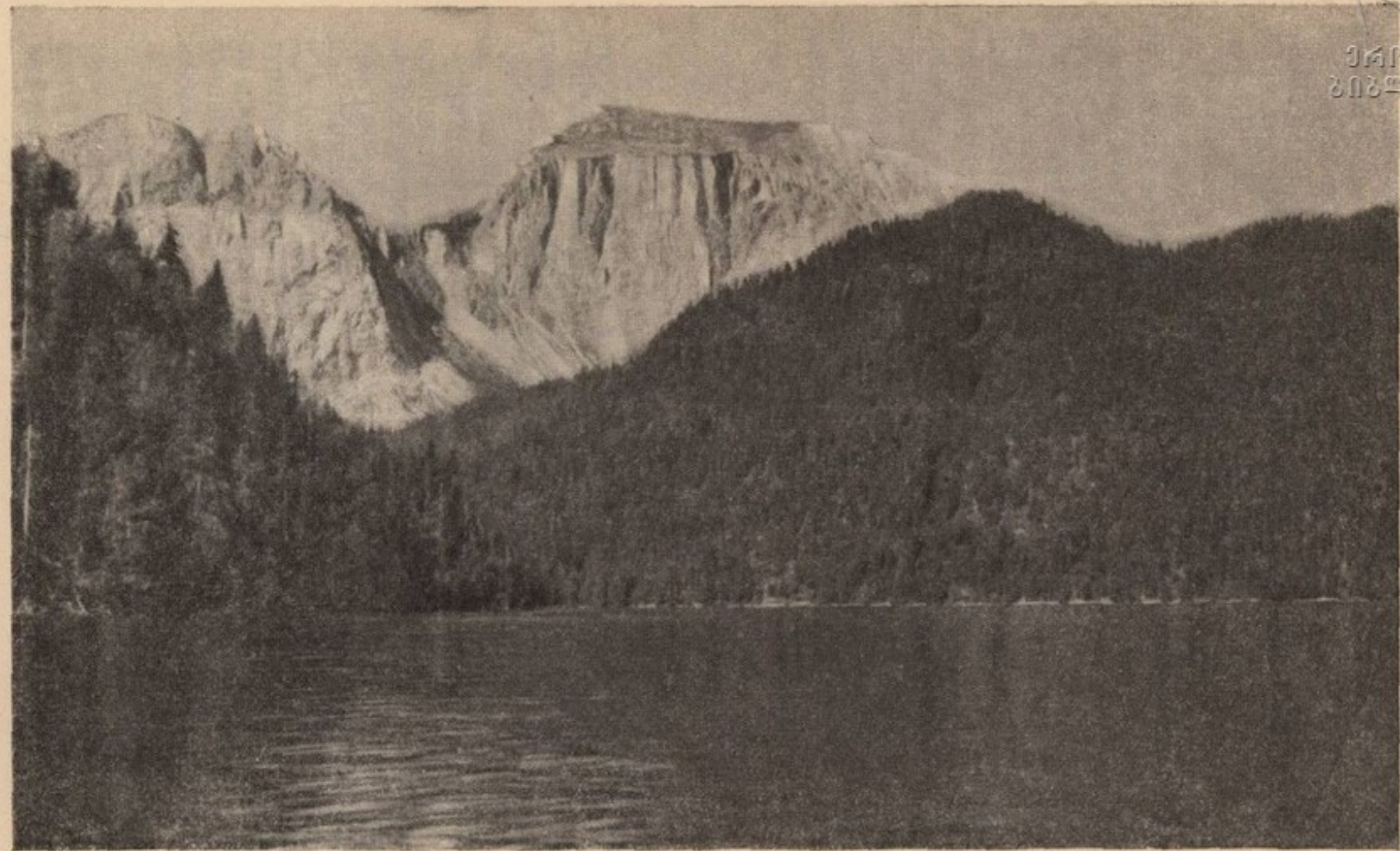
Характерное для горных котловин явление можно наблюдать и на Рице; во время фенных облака почти со всех сторон медленно сползают с гор к озеру и держатся над ним, пока не ослабнет феновое давление сверху.

Среднегодовая сила южного ветра — 2 метра в секунду, северного — 1,1 метра, восточного — 2 метра и западного — 1 метр.

Климат Рицы можно отнести к умеренно-теплому и влажному лесному климату с относительно холодной весной и теплой осенью, с отсутствием сильных ветров, умеренным для горной местности числом туманных дней. Все это создает вполне благоприятные условия для строительства здесь санаториев и домов отдыха.



ქართული
ბიბლიოთეკა



Озеро Рица и гора Пшегишха.

Минеральные источники

Исключительно важное значение для устройства курорта в районе Рицы имеет наличие выходов минеральных вод в устье реки Лашипсе, впадающей в озеро Рица. Наиболее изучены физико-химические свойства Григольевского источника, который находится на реке Лашипсе в 500 метрах от впадения ее в озеро Рица.

Как пишут проф. Н. И. Товастшерн и Созии, «Григольевский нарзан можно причислить к радиоактивным углекисло-щелочно-арсенатным водам, отличающимся значительной радиоактивностью, высоким дебитом, необычайно пестрым и высокоценным с бальнеологической точки зрения солевым составом (бромиды, иод, стронций, железо, мышьяк). По характеру солей минеральная вода Григольевского нарзанного источника должна быть отнесена к первоклассным минеральным водам, превосходящим известные источники подобного типа. Особенно следует указать на содержание мышьяка (гидроарсенит-ион) при наличии значительных количеств брома и иода. Подобная комбинация, определяя высокие лечебные свойства этой минеральной воды, одновременно обуславливает (при богатстве щелочными землями) приятный вкус воды».

АВАДХАРА

Долина реки Авадхары

От озера Рица шоссе на протяжении 16 километров поднимается к северу по причудливым ущельям реки Лашипсе с вековыми рощами букового леса и приводит в долину реки Авадхары. Здесь плато, находящееся на высоте 1 650—1 700 метров над уровнем моря, постепенно поднимается, и лесные чащи переходят в альпийские луга.

Благодаря своему положению долина Авадхары целый день освещается солнцем, хорошо вентилируется и защищена от северных ветров. В долине имеются редкие по красоте места для прогулок. К вечным снегам без труда можно пройти по тропинкам. Дорога среди девственного леса и альпийских лугов вдоль шумящей реки оставляет большое впечатление. Через Авадхару туристы направляются в Красную Поляну. Они пробираются по дремучему девственному лесу, взбираются на крутые скалы, дышат ароматом альпийских лугов, восторгаются высоко вздымающимися к небу вершинами гор и открывающейся перед ними величественной понорамой.

Но долина Авадхары интересна не только своей красотой. Она скрывает в своих недрах большие резервы минеральных вод. По обеим сторонам реки, на склонах холмов имеются выходы минеральных источников, из которых наиболее ценным

является источник Авадхара. По физико-химическому составу вода этого источника во многом сходна с водами источника № 1 (бывшего Екатерининского) в Боржоми и французского источника Виши. Она содержит мощные катализаторы¹ крови (двухвалентное железо, марганец и гидроарсенит) в количествах, значительно превышающих их содержание в Боржоми и Виши. К положительным качествам источника Авадхара относятся также повышенное содержание кремневой кислоты, которая оказывает положительное влияние при заживлении ран, а также присутствие борной кислоты, играющей важную роль при набухании коллоидов.

Минеральный источник Авадхара был открыт в 1926 г. научной экспедицией под руководством автора этой книги. До этого времени в живописную долину реки Авадхары заходили лишь смелые охотники и пастухи. Те и другие обнаруживали вокруг источника следы различных копытных животных и других диких зверей, которые, как известно, охотно пьют воду, содержащую минеральные соли.

Слухи об открытии целебного источника начали быстро распространяться среди жителей горных селений. К источнику потянулись больные. М. И. Ленский так описывает это паломничество: «Из далекого высокогорного селения Псху, через снежный перевал, каждое лето уходили большие группы людей в цветущую долину реки Авадхары. Люди вели с собой баранов и коз, на вьючных лошадях и ослах они везли запасы продуктов, на носилках бережно несли тяжело больных, потерявших надежду на выздоровление. В красивой долине, окруженной альпийскими лугами и хвойными деревьями, вблизи небольшого источника вырастал временный городок из шалашей и пестрых палаток. Кувшинами и чашками люди черпали воду из источника и с жадностью пили ее».

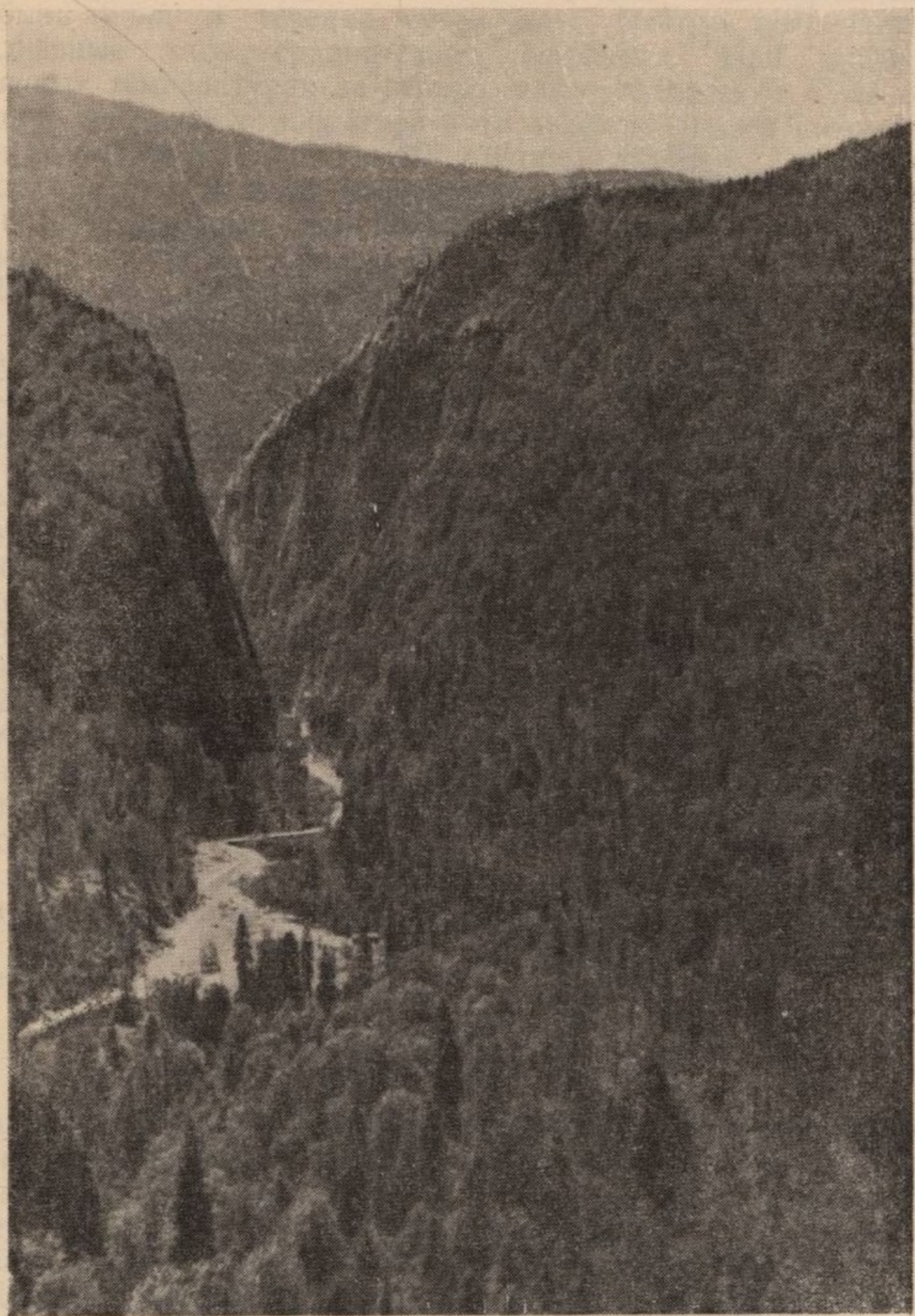
В 1927 г. были начаты геологические и гидрогеологические исследования Авадхары и окружающего района, а также изучение климата, флоры и фауны. В то время организовать лечение больных на месте не было возможности. Воду доставляли в Сухуми и Гагра и здесь производились опыты и клинические наблюдения.

Климат в средней части долины реки Авадхары

Средняя часть долины реки Авадхары расположена на высоте 1 650—1 800 метров над уровнем моря.

Годовые колебания температур здесь не очень большие, но колебания среднесуточных температур довольно велики, преобладают «резкие» (согласно шкале проф. Мезерницкого)

¹ Катализаторами называются вещества, самое незначительное количество которых ускоряет ту или иную химическую реакцию (в данном случае ускоряет соединение с кислородом).



Ущелье на пути в Авадхара.

колебания, превышающие 12° . Однако летом, когда нарастание и убыль тепла в течение суток идут быстро, температура в дневные часы сравнительно устойчива. При средних месячных температурах за период май — октябрь от 6° до 15° средняя месячная температура в 13 часов не падает ниже 12° , но и не поднимается выше 20° . Таким образом, благодаря относительной мягкости температурных условий (в теплое время года) в дневные часы климат Авадхары можно использовать для курортного лечения.

Во время летнего сезона в Авадхаре теплее, чем на курортах Бахмаро и Бакуриани, а в течение всего теплого периода года в Авадхаре немного холоднее, чем в Бакуриани.

Осадков в Авадхаре за эти периоды выпадает больше, чем на указанных курортах, но они имеют преимущественно характер непродолжительных ливней, а не обложных дождей. Показатели относительной влажности в Авадхаре и за теплое полугодие, и за летний сезон почти такие же, как в Бахмаро. Соответствующие данные, касающиеся Бакуриани, несколько ниже.

Атмосферное давление соответствует высоте Авадхары над уровнем моря; по сравнению с Бахмаро оно в среднем за год на 20 миллиметров выше.

К достоинствам климата Авадхары следует отнести почти полное отсутствие туманов и значительную интенсивность солнечной радиации благодаря чистоте воздуха. Здесь преобладают слабые ветры и часты штили. Это имеет большое значение для теплоощущения, так как способствует сравнительно более ровному изменению эффективных температур (т. е. температур, связанных с ощущением тепла человеком) при разных колебаниях температуры воздуха.

Авадхарская минеральная вода

Авадхарская минеральная вода привлекла внимание курортологов Абхазии более 20 лет назад. Исследования этой воды установили близость ее по химическому составу к боржомской минеральной воде, преобладание в ней щелочей, солей кальция, магния, свободной углекислоты, закиси железа и брома.

Действие воды на организм изучалось сотрудниками Абхазского филиала Института курортологии и Бальнеологического института в Пятигорске. Первые же опыты на животных показали, что авадхарская минеральная вода при приеме ее внутрь быстро переходит из желудка в кишечник, значительно усиливает перистальтику кишечника и всасывается на всем протяжении тонких и толстых кишок.

Исследования Ф. П. Лопачука и А. П. Волиной показали, что авадхарская минеральная вода является мощным возбудителем желудочной секреции. Процесс образования желчи под

влиянием этой воды также усиливается, причем отделение желчи обычно длится 1—2 часа. Передвигаясь с большой быстротой по кишечнику, вода лишь в умеренной степени всасывается в тонких кишках и довольно значительное количество ее достигает толстой кишки. Поэтому вода может оказывать непосредственное влияние на слизистую оболочку не только тонких, но и толстых кишок.

Обладая мочегонными свойствами, авадхарская минеральная вода значительно усиливает мочеотделение, особенно в первый час после ее приема.

Проф. И. Т. Курцин и Т. Д. Дзидзигури изучали влияние минеральной воды источника Авадхара на двигательную функцию желудка и кишечника. Проведенные ими опыты показали, что эта вода оказывает стимулирующее (возбуждающее) действие на нервно-двигательный аппарат желудочно-кишечного тракта. Однократный прием 0,25—0,5 литра этой воды усиливает двигательную деятельность кишечника, а ежедневный прием в течение недели таких же доз повышает тонус, укрепляет мускулатуру кишечника и вызывает более частые перистальтические сокращения желудочно-кишечного тракта. Авадхарская минеральная вода, принятая вместе с пищей или в различные сроки до еды, резко повышает двигательную функцию кишечника. При чрезмерно выраженной перистальтике кишечника вода, наоборот, оказывает тормозящее действие на перистальтику. Следовательно, она обладает свойством делать двигательную функцию желудочно-кишечного тракта более нормальной.

Т. И. Килиани в опытах на собаках установил, что минеральная вода Авадхара, принятая одновременно с пищей, возбуждает отделение сока поджелудочной железы и повышает биологическую активность поджелудочного сока. Эта же вода, принятая за час до еды, тормозит отделение сока поджелудочной железы.

Наблюдения в санатории имени И. В. Сталина в Гагра над больными показали, что при повышенной кислотности желудка с сопутствующими заболеваниями печени и желчного пузыря подогретая авадхарская минеральная вода действует более благоприятно, чем холодная.

Длительное применение воды этого источника при гастрите и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки ведет к замедлению скорости секреции, понижению кислотности, уменьшению катарральных явлений, уменьшению или полному исчезновению субъективных и объективных симптомов заболевания. При спазме привратника (место перехода желудка в двенадцатиперстную кишку) и недостаточности мышц желудка благоприятный эффект лечения наблюдается после промывания желудка авадхарской минеральной водой. При этом расстройства пищеварения в большинстве случаев исчезают, общее самочувствие улучшается, вес нарастает, выделение желчи



Вид с автотрассы, ведущей из Авадхара к горе Пшегишха.

усиливается, особенно в тех случаях, когда минеральная вода вводится в подогретом виде.

Изучение влияния авадхарской минеральной воды, разлитой в бутылки, в клинике Абхазского филиала Института курортологии показало, что эта вода оказывает очень благоприятное действие при гастрите с повышенной кислотностью, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических колитах, запоре и других заболеваниях желудка и кишечника.

Авадхарская минеральная вода при внутреннем употреблении оказывает благоприятное влияние на водно-солевой и азотистый обмен, выведение шлаков (ненужных организму веществ) и повышает количество мочи. После курса лечения увеличивается выведение мочевой кислоты и мочевины с мочой; чем длительнее прием воды, тем интенсивнее выделяется мочевая кислота. Содержание мочевой кислоты в крови как при кратковременном, так и при длительном употреблении авадхарской минеральной воды понижается. Количество хлоридов (соединений хлора) в крови при кратковременном употреблении воды снижается, тогда как длительный ее прием в течение не меньше месяца у большинства больных ведет к незначительному увеличению хлоридов. Прием авадхарской минеральной воды повышает щелочность мочи. Длительный прием этой воды, особенно, если ее принимать большими дозами, благоприятно действует при цистите, пиэлите и пиэлоцистите, протекающих с кислой реакцией мочи, а также улучшает процессы обмена веществ в организме.

Благодаря наличию в авадхарской минеральной воде ионов мышьяка и железа она оказывает благоприятное влияние на кроветворные органы.

Авадхарская минеральная вода применяется при лечении заболеваний сердца и сосудов, как воды источников Боржоми, Виши и другие.

Раньше считали, что нельзя лечить страдающих заболеваниями сердечно-сосудистой системы на высоте более 800—1 000 метров над уровнем моря. Но теперь установлено, что высокогорный климат не всегда является противопоказанием для пребывания там некоторых сердечных больных. Можно считать, что на высоте до 1 600—1 800 метров над уровнем моря насыщение крови гемоглобином не должно изменяться, а передвижение ее по малому кругу кровообращения должно значительно облегчаться благодаря вдыханию разреженного воздуха. Этому содействует также углубленное дыхание, способствующее лучшей циркуляции крови. Стало быть, пониженное атмосферное давление не может иметь того отрицательного значения, которое ему приписывали раньше.

Климато-бальнеологические факторы Авадхары на высоте 1 650—1 700 метров над уровнем моря могут с успехом исполь-

зоваться для лечения больных с дистрофией миокарда, хроническим миокардитом и кардиосклерозом различного происхождения с недостаточностью кровообращения I и I—II степени. Горный климат является лучшим фоном для действия водных процедур, при которых применяется вода, содержащая активную углекислоту.

Наблюдения показали, что климатическое лечение на курорте Авадхара с одновременным применением ванн из авадхарской минеральной воды способствует снижению артериального кровяного давления у страдающих гипертонической болезнью.

Применение ванн из авадхарской минеральной воды улучшает кровообращение. Это благоприятное влияние обусловлено сосудорасширяющим действием воды, значительным снижением максимального среднего и минимального артериального кровяного давления с параллельным нарастанием тонуса (напряжения) стенок кровеносных сосудов и увеличением систолического объема сердца, т. е. количества крови, выбрасываемого сердцем при каждом сокращении.

Климато-бальнеологическое лечение в высокогорных курортах благотворно влияет на состав крови: повышается процент гемоглобина, увеличивается количество эритроцитов, реакция оседания эритроцитов (РОЭ) становится нормальной.

Авадхарская минеральная вода при внутреннем употреблении у больных хроническим холециститом в большинстве случаев тоже дает хороший лечебный эффект. Улучшается общее состояние, исчезают боли, расстройства пищеварения, воспалительные явления в желчном пузыре.

Под влиянием климато-бальнеологических факторов Авадхары улучшается углеводный обмен, особенно при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта и функциональных расстройствах нервной системы (астения, неврозы).

Больным с повышенной секрецией и повышенной кислотностью желудочного сока авадхарскую минеральную воду назначают за 1½ часа до еды в теплом виде (36°) 3 раза в день по 0,2 литра. Курс лечения 30 дней.

При нормальной секреции и нормальной кислотности желудочного сока больным дают минеральную воду комнатной температуры за 45 минут — 1 час до еды.

При пониженной секреции и пониженной кислотности желудочного сока принимают авадхарскую минеральную воду комнатной температуры за 15—30 минут до еды.

При гастрите с отсутствием свободной соляной кислоты в желудочном соке вода дается во время еды в холодном виде, при обострении болей — только в теплом виде, а при запорах (кроме спастического) — в холодном виде.

При заболеваниях печени воду принимают в теплом виде.

При понижении эвакуаторной функции желудка (т. е. при замедленном переходе пищи из желудка в кишечник) дают по 0,1 литра воды 2 раза в день и делают промывание желудка авадхарской минеральной водой через день (курс 6—10 промываний). Количество минеральной воды, применяемой для промывания, — 1—1,5 литра.

При спастических и атонических колитах авадхарская минеральная вода применяется в виде сифонных клизм. Для клизмы берут 2 литра и больше воды комнатной температуры. Курс лечения — 10 сифонных клизм; их делают через день.

РИЦА-АВАДХАРСКИЙ ЗАПОВЕДНИК

Флора

Природные богатства района Рица-Авадхара, редкие по красоте места, обширные лесные массивы и богатейшие альпийские луга — все это имеет большое значение для создания положительных эмоций. Район Рица-Авадхара представляет большой интерес для туризма. Поэтому всем приезжающим в этот район интересно ознакомиться с кратким описанием флоры и фауны Рица-Авадхарского заповедника.

Растительность юго-западного склона Кавказских гор, где находится Рица-Авадхарский заповедник, расположена поясами или зонами по вертикали.

Вершины гор покрыты вечными снегами. Ниже на склонах гор и их отрогах растут невысокие травы и куртинки мха. Это альпийские луга. Еще ниже растительность становится более разнообразной (зона субальпийских лугов), потом идет полоса хвойных, затем смешанных лесов, и, наконец, уже у самого берега Черного моря начинается субтропическая зона.

Растительность заповедника представляет большой научный и практический интерес для ботаников и агрономов. И те и другие находят здесь ценные виды растений, которые можно культивировать в качестве цветочных, кормовых и лекарственных растений. В заповеднике имеется также большое количество реликтовых¹ растений третичного периода и ледниковой эпохи, представляющих огромную научную ценность. Наконец, с хозяйственной точки зрения, леса и луга заповедника таят в себе немало богатств. Десятки тысяч гектаров занимают здесь пихтовые и буковые леса, тис, самшит и другие ценные древесные породы.

Озеро Рица находится среди хвойных и смешанных лесов. В южной части заповедника раскинулись смешанные леса. Здесь самые распространенные породы — пихта и бук.

¹ Реликтовыми называют виды растений и животных, сохранившиеся от древних эпох.

Бук в лиственных лесах Кавказа встречается повсеместно. Его часто называют чинаром, хотя настоящий чинар — это платан. Бук — красивое дерево, достигающее иногда громадных размеров — до 40 метров высоты со стволом до двух метров в диаметре. Его легко отличить по серой коре и овальным крупным листьям.

Пихта кавказская — крупное дерево с высоким стволом, достигающее 50 метров высоты и 1,5 метра в диаметре. Древесина пихты красновато-белая, она очень похожа на сосну и используется как строительный материал. В Рица-Авадхарском заповеднике сосредоточены большие массивы пихты чрезвычайно хорошего качества.

Кроме пихты и бука, к югу от озера Рица встречается тис, самшит, клен, ясень, ильм с подлеском лавровишни, падуба, бузины и других кустарников.

Тис в Рица-Авадхарском заповеднике встречается очень часто разбросанными единичными экземплярами среди других пород смешанного леса. Это — редкое хвойное дерево, сохранившееся от третичного периода. Поэтому тис представляет громадный интерес не только в хозяйственном, но и в научном отношении. Высота его достигает 20—25 метров, а диаметр ствола — 80—120 сантиметров. Древесина буро-красная.

Самшит — вечнозеленое деревцо высотой 3—5 метров и 20—30 сантиметров в диаметре; растет медленно, имеет очень крепкую и красивую древесину желтовато-белого цвета. Древесина самшита высоко ценится. До революции самшит хищнически вырубали и вывозили за границу. Теперь в самшитовых заповедниках деревья достигают 200—300-летнего возраста.

Лавровишня — вечнозеленый кустарник, часто встречается в заповеднике как подлесок к основным породам.

Среди смешанного леса попадаются участки чисто пихтового или соснового леса типа российского бора — без подлеска и травяной растительности. Здесь же встречаются буки и клены в чистом виде, напоминающие парковые насаждения с травянистым ярусом из злаков, папоротников и других растений. И тут же рядом, особенно на северных, тенистых склонах мы находим непролазные чащи из пихты, бука, ясеня, ильма с подлеском понтийского рододендрона, колючего вечнозеленого падуба, лавровишни и др. Все это переплетается лианами; часто встречается самшит с ветвями, густо покрытыми седым лишайником и зеленым мхом.

Такова флора так называемой Колхидской провинции.

При подъеме выше в горы можно видеть, как лиственные породы уступают место хвойным. На водораздельном плато между реками Юпшарой и Гегой растет чистый пихтовый лес. У юго-западного берега озера Рица, а также по скалистым гребням горы Пшегишха разбросаны чистые сосновые рощи. Они более разрежены, и чем выше в горы, тем становятся

мельче, низкорослее, переходя в кустарниковые формы со стелющимися по склону ветвями, с саблевидно изогнутыми вершинами. Это уже граница верхнего лесного пояса.

Выше идут луга. У верхней границы хвойного леса часто встречаются отдельные участки лиственных пород: береза (около перевала Анчо) и высокогорный клен (вокруг минеральных источников в урочище Авадхара).

Зона субальпийских лугов расположена примерно на высоте 1 000—1 500 метров над уровнем моря. Выше она переходит в альпийские луга. Здесь короткое высокогорное лето. Почти до середины июля снег глубоким покровом лежит на скалистых террасах и горных отрогах, идущих цепями к вершинам Главного Кавказского хребта.

Выше альпийских лугов видны голые скалы, частично покрытые снегом, а еще выше — вечные снега горных вершин.

Фауна

Заселение Кавказа и, в частности, Рица-Авадхарского района растениями и дикими животными началось уже со времени поднятия и формирования Кавказа в третичный период. Прошло много миллионов лет. На земле происходили большие изменения: менялся климат, изменялись виды животных и растений. Многие животные и растения третичного периода исчезли. Наиболее приспособившиеся к новым условиям существования сохранились и живут до сих пор, представляя громадный интерес в научном отношении. Их называют реликтовыми. Места, где они обитают, часто отводят под заповедники, в которых запрещают охоту, порубки леса и принимают различные меры к охране этих редких животных и растений.

Одним из таких заповедников является Рица-Авадхарский, где, как уже указывалось, сохранилось еще довольно много реликтовых растений. Здесь же имеется немало так называемых эндемичных видов и форм животных, т. е. таких животных, которые водятся только в данной местности. Это позволяет считать заповедник и прилегающие к нему склоны Главного Кавказского хребта, «реликтом» древнего животного поселения.

Геологические и палеонтологические исследования показывают, что еще задолго до ледниковой эпохи Кавказ был островом с изолированной флорой и фауной. Затем на юге произошло поднятие Малого Кавказа, и этот остров соединился с материком Передней Азии. Позднее исчезло Сарматское море на севере, соединявшее Азовское море с Каспийским. На Кавказе стали появляться животные из других стран с востока и с запада.

В настоящее время в заповеднике водятся следующие млекопитающие животные.

Бурый медведь — самый крупный хищный зверь наших лесов. Хотя он и принадлежит к хищным животным, но имеет довольно мирный нрав. В Рица-Авадхарском заповеднике медведи держатся в самых глухих местах, ведут ночной образ жизни, но встречаются и днем. Их можно видеть весной на горных лугах и в долинах рек, где они пасутся, питаясь молодой травой.

Все лето медведи бродят в лесной зоне или уходят в альпийские луга. С наступлением зимы они, как говорят, «залегают в спячку». Для берлоги медведь выбирает глухое и удобное место где-нибудь под корнями вывороченных деревьев или в пещере между скалами. Пробуждаются медведи в марте после стаивания снега. На Кавказе иногда случается так, что медведь не ложится в спячку, а всю зиму бодрствует.

Жителям горных селений медведи иногда причиняют значительный ущерб. Они нападают на домашний скот, особенно на коров, вредят посевам. На человека медведь почти никогда не нападает, за исключением тех случаев, когда он ранен или выгнан из берлоги. Охота на медведей в Абхазии довольно распространена. Ценится их шкура, мясо и сало.

Волки кочуют в заповеднике круглый год. Летом они переходят на альпийские луга, где пасется скот, зимой переселяются в леса, поближе к селениям. В Абхазии волки встречаются во всех лесах. Волк очень осторожен и обладает чутким слухом, поэтому охота на него трудна; днем он прячется в лесу и хорошо улавливает шум приближающегося охотника.

Шакал — мелкий, довольно трусливый хищник, величиной с маленькую собаку — шпица. Шерсть у шакала рыжеватосерая с черным оттенком на спине. Водится он главным образом в прибрежной зоне и далеко в горы не идет, хотя изредка встречается в заповеднике. Шакалы ведут ночной образ жизни. Днем они прячутся в чаще леса, в зарослях кустарника, а с наступлением ночи выходят на охоту, часто поднимая характерный вой. Пища шакалов довольно разнообразна. В лесу они ловят птиц, мелких животных, ящериц и змей. Поедают шакалы также плоды лесных яблонь, груш, алычи и пр. В прибрежной зоне по ночам они выходят к морю полакомиться выброшенной на берег рыбой. Шкуры шакалов принимают заготовительные организации, хотя мех их невысокого качества — довольно грубый, жесткий.

Лиса отличается красивым мехом с пушистым и мягким подшерстком, по ценности лишь ненамного уступающим меху куницы.

В заповеднике встречаются лисы двух подвидов: горная закавказская и северокавказская. Окраска меха у обоих подвидов довольно изменчива. Общий красно-бурый тон украшен то большим, то меньшим количеством черных волос, особенно на шее и хвосте.

В некотором отношении лиса может считаться полезным хищником, так как пищу ее составляют преимущественно мелкие грызуны, главным образом мыши. В заповеднике лисы водятся в лиственных и пихтовых лесах по берегам рек, встречаются и в альпийской зоне. Лиса ведет не только ночной образ жизни, ее часто можно видеть и днем, обшаривающей норки зверьков.

Куница встречается двух видов: лесная — желтодушка и каменная — белодушка. мех куницы, особенно лесной, очень ценится.

В лесах Абхазии широко распространен дикий кот. водится он и в заповеднике. Дикий кот — хищное животное. Питается он мелкими млекопитающими и птицей, уничтожает куропадок, фазанов, а также домашнюю птицу.

На территории заповедника довольно много копытных животных, — это различные дикие козы: тур, косуля, серна, а также кабан. Раньше водился еще кавказский олень, но сейчас он встречается редко. Все копытные, как правило, стадные животные и держатся обычно группами. Особенно это относится к козам. Только летом некоторые животные, например, косули, пасутся в одиночку или со своими детенышами (самки). Среди копытных замечательны тур, серна и косуля, а также кабан, имеющий большое промысловое значение.

Туры — горные козлы — нигде, кроме Кавказа, не встречаются (эндемичные животные). В заповеднике встречаются два вида туров: тур Северцева и тур Динника. Оба они по образу жизни и внешнему виду очень похожи друг на друга, но имеют различной формы рога и некоторые другие особенности. Туры живут на самых высоких горных хребтах, вблизи линии вечных снегов, среди скал и утесов. Там на альпийских лужайках их можно видеть днем. Туры пасутся обычно стадами от 5 до 20 голов. Старые опытные козлы-туры являются вожаками стада. Они ходят по поляне, чутко прислушиваясь, нюхают воздух. Зрение и слух у них очень развиты. При малейшей опасности — приближении волков или человека — вожаки подают знак, и все стадо скрывается среди скал; туры часто вступают в единоборство с волком, сбрасывая его ударом рогов в пропасть. Туры очень чутки и осторожны; охота на них довольно трудна, и убить тура считается особой удачей среди охотников. Кроме мяса и шкуры, высоко ценятся его рога.

Кавказская серна тоже относится к эндемичным животным, — это подвид европейской серны. Распространена она по всему Кавказскому хребту и его отрогам, в других местах СССР не встречается. Серна — красивое, стройное и выносливое животное. Питается она альпийскими травами, молодыми побегами и ветками деревьев, а также хвоей сосен, елей и пихт.

Косули — дикие козы, очень похожие на наших коз. Шерсть на них рыжевато-серая и только на бедрах желтовато-белая. Самцы имеют рога, самки безрогие. На Кавказе распространены два вида косуль, оба встречаются в заповеднике. Живут они большей частью в долине реки Юпшары и к востоку от нее. Косули очень чутки и пугливы. У них хорошо развиты слух и обоняние. На зиму косули собираются в небольшие стада.

Кавказский олень принадлежит к группе «благородных оленей»; он водится также в Малой Азии и Северном Иране. По внешнему виду кавказский олень резко отличается от других разновидностей оленей. Еще недавно олени в значительном количестве водились во многих глухих местах Кавказа. В заповеднике он встречался в 1939—1940 гг. Пищей оленя служат различные травянистые растения и плоды, жолуди и буковые орешки. В зимнее время он поедает также ветви рябины, черной смородины и др.

Дикий кабан встречается во многих местах Кавказа. В заповеднике тоже довольно много этих животных. Излюбленные места их обитания — низины по долинам рек, заросли камыша и кустарников, болотистые места и берега озер. Кабан — всеядное животное; питается главным образом растительностью, но ест и мясо мышей, лягушек и различную падаль. Охота на кабанов повсеместно распространена; используются их мясо, кожа и щетина. Кабаны держатся обычно небольшими группами — стадами, но старые животные живут обособленно.

ГОРНЫЙ ТУРИЗМ И ЭКСКУРСИИ В РАЙОНЕ РИЦА-АВАДХАРА

Туризм является одним из очень полезных видов спорта, он укрепляет и закаливает организм. Горный туризм в нашей стране и, в частности, на Кавказе с каждым годом развивается и приобретает все большее значение. Он не только позволяет изучать природу богатых уголков Кавказа, но и является одним из лучших видов отдыха. Здесь мы вкратце остановимся на некоторых маршрутах для экскурсий, которые обычно проводятся в районе Рица-Авадхара.

Из Гагра обычно совершаются экскурсии на автомашинах. Однако более интересны экскурсии пешком, особенно, когда собирается большая группа с проводниками, экскурсоводом и соответствующим снаряжением. Из района Рица-Авадхара такие экскурсии рекомендуется совершать по следующим маршрутам: 1) на озеро Малая Рица, 2) на вершину горы Пшегишха, 3) на поляну Мацдахикурцааз, 4) на озеро Мзи, 5) на озеро Кардывач, 6) на Псху с выходом в Сухуми.

Опишем эти маршруты для пешеходных экскурсий.

1. На озеро Малая Рица можно совершить экскурсию из района Рица в один день туда и обратно. Сначала дорога идет на запад по подножью горы Пшегишха, затем в направлении хребта, соединяющего гору Пшегишха с пастбищем горы Ацетука. Путь к озеру Малая Рица идет по смешанному и сосновому лесу, откуда открываются красивые виды.

2. Подъем на вершину горы Пшегишха займет несколько больше времени. Дорога туда идет через пастбища, где имеются летние стоянки пастухов. Здесь можно ночевать и утром наблюдать восход солнца. С вершины горы Пшегишха открываются красивые виды во все стороны: на севере — горная цепь с вершинами Агепста и Ацетука, внизу отчетливо видно озеро Рица среди темнозеленой чащи леса.

3. Поляна Мацдахикурцааз расположена к северо-западу от озера Рица; это ровный луговой склон с буйно разросшимися травами и обилием различных цветов. Отсюда открывается прекрасный вид на долину реки Гега, склоны гор, покрытых пихтовыми лесами, и снежные вершины Главного Кавказского хребта. Эта панорама по своим масштабам и красоте считается лучшей на всем пути из Гагра к озеру Рица. Экскурсия сюда на поляну Мацдахикурцааз и обратно на озеро Рица продолжается 2 дня с ночевкой на пастбищах.

4. Дорога на озеро Мзи начинается от минерального источника Авадхара и идет вверх по рекам Авадхара и Мзымта до подножья горы Ацетука, где и находится небольшое горное озеро Мзи.

5. На озеро Кардывач дорога идет также вверх по реке Авадхара, затем через перевал Ахук-Дара по реке Мзымте. Озеро находится у подножия горы Лонеб.

6. От озера Рица вверх по Лашипсе идет дорога через перевал Анчо в село Псху, а отсюда уже по магистральной дороге можно попасть в Сухуми. Село Псху в настоящее время — курортное место и, кроме того, центральный узловой пункт, от которого расходится сеть экскурсионных дорог и троп в различные места Абхазии и Грузии.



ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ НА ГАГРСКОЙ ГРУППЕ ПРИМОРСКИХ КУРОРТОВ

Показания

I. Болезни органов дыхания нетуберкулезного характера: 1) хронические бронхиты, эмфизема легких без выраженного кардиопульмонального синдрома; 2) хронические плевриты, последствия сухого и серозного плеврита; 3) хронические рино-фарингиты, трахеиты, ларингиты, тонзиллиты.

II. Заболевания сердечно-сосудистой системы: 1) миокардиодистрофия обменного, эндокринного, токсического или инфекционного происхождения без явлений недостаточности кровообращения или при недостаточности кровообращения I и I—II степени; 2) кардиосклероз миокардитический или атеросклеротический без выраженных приступов грудной жабы, без явлений недостаточности кровообращения или при недостаточности кровообращения I и I—II степени; 3) пороки сердца — не ранее чем через 5 месяцев после окончания острого или подострого эндокардита, при нормальной температуре и нормальной РОЭ, без явлений недостаточности кровообращения или при недостаточности кровообращения I и I—II степени; 4) гипертоническая болезнь I и II стадии с медленно прогрессирующим течением, без выраженных явлений склероза сосудов мозга, сердца и почек.

III. Функциональные заболевания нервной системы: 1) астенические состояния и невротические реакции, развившиеся в связи с инфекцией, интоксикацией, травмами нервной системы, заболеваниями внутренних органов; 2) нерезко выраженные психогенные реакции.

IV. Болезни обмена веществ: 1) ожирение алиментарное и эндокринное (нетяжелые формы), 2) подагра и мочекислый диатез.

V. Болезни крови и состояние реконвалесценции (выздоровления): 1) анемии после перенесенных тяжелых заболеваний и операций, не требующие лечения в больничных условиях; 2) состояние реконвалесценции после операции, различных заболеваний и травм, не требующих лечения в больничных условиях.

Противопоказания

1) все заболевания в острой стадии, острые инфекционные заболевания, хронические заболевания в стадии обострения; 2) злокачественная анемия, лейкомия; 3) злокачественные новообразования; 4) кахексия любого происхождения; 5) туберкулез (нельзя летом); 6) недостаточность кровообращения II и III степени, сердечная астма; 7) коронарная недостаточность, сопровождающаяся частыми приступами стенокардии; 8) выраженные явления склероза сосудов мозга, сердца и почек; аневризмы сердца, аорты и крупных сосудов; 9) выраженные явления склероза сосудов мозга, сердца и почек; аневризмы сердца, аорты и крупных сосудов; 10) облитерирующий тромбангиит с явлениями гангрены и язвами; 11) бронхиальная астма с отчетливо выраженными явлениями дыхательной недостаточности; 12) хронические заболевания почек с явле-

ниями выраженной почечной недостаточности; 13) гипертоническая болезнь III стадии; 14) эпилепсия, психические заболевания, наркомания, тяжелые неврозы, психопатия, прогрессивный паралич.

ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ДЕТЕЙ НА КУРОРТЕ БИЧВИНТА

На лечение в Бичвинту направляются дети: 1) после перенесенных заболеваний при нормальной температуре в течение последних месяцев; 2) ослабленные, малокровные, с упадком питания; 3) с остаточными явлениями после перенесенных плевритов, пневмоний и бронхитов, при нормальной температуре и РОЭ; 4) с нерезко выраженными астеническими состояниями и невротическими реакциями на почве перенесенных инфекций, интоксикаций и т. д.; 5) с туберкулезным лимфаденитом без свищей и при нормальной температуре в течение последних 2—3 месяцев; 6) с хроническими заболеваниями дыхательных путей (хронические назофарингиты, трахеиты, ларингиты, аденоиды).

Противопоказания для направления в Бичвинту: 1) все заболевания в остром периоде; 2) все хронические заболевания в тяжелой форме, требующие больничного лечения; 3) все острые инфекционные заболевания до окончания сроков изоляции и бациллоносительства; 4) все заразные и паразитарные заболевания глаз и кожи; 5) туберкулез легких во всех стадиях, туберкулез кожи, костей, суставов, почек и кишечника; 6) злокачественная анемия, лейкомия; 7) злокачественные новообразования; 8) заболевания сердечно-сосудистой системы в стадии декомпенсации; 9) хронические нефриты, нефрозы, пиелиты; 10) эпилепсия, психоневрозы, умственная отсталость, требующие индивидуальных условий воспитания и лечения.

ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ НА КУРОРТЕ АВАДХАРА

Показания

I. Заболевания сердечно-сосудистой системы:

1. Пороки сердца, митрального и аортального клапанов не ранее 6 месяцев по окончании острого или подострого эндокардита, при нормальной температуре, нерезко ускоренной РОЭ, без нарушения кровообращения или при нарушении кровообращения I и I—II степени.

2. Болезни миокарда, кардиосклерозы: атеросклеротические и миокардитические. Миокардиодистрофия обменного, эндокринного, токсического или инфекционного происхождения, без нарушения кровообращения или при нарушении кровообращения I и I—II степени.

3. Гипертоническая болезнь I и II стадии с медленно прогрессирующим течением, без резко выраженных явлений склероза сосудов мозга, сердца и почек.

II. Функциональные заболевания нервной системы:

1. Астенические состояния и невротические реакции, развившиеся в связи: а) с инфекцией, б) с интоксикацией, в) с травмами нервной системы, г) с заболеваниями внутренних органов.

2. Нерезко выраженные психогенные реакции.

III. Заболевания органов пищеварения:

1. Хронические гастриты с пониженной, нормальной и повышенной секрецией и кислотностью, без резких расстройств эвакуаторной функции желудка.

2. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки вне периода обострения, без повторных кровотечений в прошлом и без рубцовых сужений привратника или двенадцатиперстной кишки.

3. Хронические воспалительные заболевания тонких и толстых кишок: энтериты и колиты различной этиологии, кроме язвенных, стенозирующих и дизентерийных.

4. Хронические воспалительные заболевания печени и желчных путей различной этиологии: гепатиты, холециститы, ангиохолиты.

5. Дискинезии желчных путей и желчного пузыря — функциональные холецистопатии.

Противопоказания: 1) все заболевания в острой стадии, острые инфекционные заболевания; хронические заболевания в стадии обострения; 2) злокачественная анемия, лейкемия; 3) злокачественные новообразования; 4) кахексия любого происхождения; 5) все формы туберкулеза; 6) недостаточность кровообращения II и III степени, сердечная астма; 7) коронарная недостаточность, сопровождающаяся частыми приступами стенокардии; 8) выраженные явления склероза сосудов мозга, сердца и почек, аневризмы сердца, аорты и крупных сосудов; 9) гипертоническая болезнь III стадии; 10) эпилепсия, психические заболевания, тяжелые неврозы.

Физико-химический анализ минеральной воды источника Авадхара

В 1 литре воды содержится	Граммы	Мг-эквивал.	Мг-экв. в %
К а т и о н ы:			
Аммоний	Нет	—	—
Натрий	0,9597	41,73	65,54
Калий	0,0625	1,60	2,51
Кальций	0,2244	11,20	17,59
Магний	0,1046	8,60	13,51
Железо	0,0108	0,40	0,63
Алюминий	0,0012	0,13	0,205
Марганец	0,00026	0,01	0,015
Сумма катионов	—	63,67	100,00
А н и о н ы:			
Гидрокарбонат	3,7620	61,80	97,07
Хлор	0,0647	1,80	2,84
Бром	Следы	—	—
Иод	Следы	—	—
Сульфат	0,0020	0,04	0,05
Гидроарсенит	0,0020	0,03	0,04
Нитрит	Нет	—	—
Нитрат	Нет	—	—
Сумма анионов	—	63,67	100,00
Недиссоциированные молекулы:			
Метаборная кислота	0,0840		
Кремневая кислота	0,0780		
Свободная углекислота	2,1600		

Физико-химический анализ минеральной воды Григольевского источника¹

В 1 литре воды содержится	Граммы	Мг-эквивал.	Мг-экв. в %
К а т и о н ы:			
Аммоний	0,0080	0,44	2,14
Натрий	0,1819	7,91	38,48
Калий	0,0080	0,20	0,97
Кальций	0,1523	7,60	36,97
Магний	0,0508	4,18	20,33
Железо	0,0040	0,14	0,68
Алюминий	0,0008	0,09	0,43
Марганец	Следы	—	—
Сумма катионов	—	20,56	100,00
А н и о н ы:			
Гидрокарбонат	1,0490	17,20	83,66
Хлор	0,0779	2,18	10,61
Бром	0,0030	0,04	0,19
Иод	0,0004	0,003	0,01
Нитрит	Нет	—	—
Нитрат	Следы	—	—
Сульфат	0,0520	1,08	5,25
Гидроарсенит	0,0040	0,057	0,28
Сумма анионов	—	20,56	100,00
Недиссоциированные молекулы:			
Метаборная кислота	0,0322		
Кремневая кислота	0,0460		
Свободная углекислота	0,9600		

¹ Анализы воды источников Авадхара и Григольевского произведены В. Д. Черниковой. Результаты анализов представлены в ионной форме, а также в миллиграмм-эквивалентном выражении, полученном при делении количества миллиграммов каждого иона (в 1 литре воды) на его эквивалентный вес.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	3
ПРИМОРСКИЕ КУРОРТЫ ГАГРСКОЙ ГРУППЫ	
Гагра	5
Исторические сведения	5
Гагра — курорт	5
Три зоны курорта	6
Растительность	10
Рельеф местности и влияние его на климат	17
Климат	19
Биоклиматическая характеристика приморских курортов Гагр- ской группы :	22
Лечение воздушными ваннами (аэротерапия)	23
Лечение солнечными лучами (гелиотерапия)	25
Лечение морскими купаниями (талассотерапия)	26
Бичвинта (Пицунда)	28
Исторические сведения	28
Пицундская сосновая роща	29
Бичвинта — курорт	30
Леселидзе (б. Ермоловское)	33
Экскурсии	34
ГОРНЫЕ КУРОРТЫ В РАЙОНЕ РИЦА-АВАДХАРА	
Рица	38
Дорога на Рицу	38
Озеро Рица	41
Климат	45
Минеральные источники	49
Авадхара	49
Долина реки Авадхары	49
Климат в средней части долины реки Авадхары	50
Авадхарская минеральная вода	53
Рица-Авадхарский заповедник	59
Флора	59
Фауна	61
Горный туризм и экскурсии в районе Рица-Авадхара	64
Приложение	65
Показания и противопоказания для лечения на Гагрской груп- пе приморских курортов	66
Показания и противопоказания для лечения детей на курорте Бичвинта	67
Показания и противопоказания для лечения на курорте Авадхара	67
Физико-химический анализ минеральной воды источника Авадхара	68
Физико-химический анализ минеральной воды Григольевского источника	69

Григолия Александр Лукич

ГАГРСКАЯ ГРУППА КУРОРТОВ

Редактор *Г. Е. Вайнцвайг*

Техн. редактор *Ю. С. Бельчикова*

Корректор *Н. К. Тарасова*

Обложка художника *Б. Шейнеса*

Сдано в набор 24/IX 1955 г. Подписано к печати
28/III 1956 г. Формат бумаги $84 \times 108/_{32} = 2,25$ бум. л.
4,50 печ. л. 3,50 уч.-изд. л. Тираж 10 000 экз.
Т 03618. МН-88

Медгиз, Москва, Петровка, 12
Заказ 650. 1-я типография Медгиза, Москва,
Ногатинское шоссе, д. 1
Цена 1 р 05 к.

20m

У 3786/1



1 p. 05 к.

T 3.616
3