

K 50.286  
2

მ. ჯიქია

# კურორფი ლეგარღე

მ. კ. ჯიქია

კურორტი ღებარღე



გამომცემლობა „საბჭოთა საქართველო“

თბილისი — 1981

ბიბლიოთეკის  
სტამბა

614213(ც.922)



ლეზიდე (კუჩხილიძე)

~~15.8(c41)~~

БК53.54 (2Г)

УДК615.835 (47.422)

№ 543

ბროშურა მოგვითხრობს კურორტ ლეზარდეზე, რომელიც მაღალ-  
მთიან კურორტებს შორის დიდი პოპულარობით სარგებლობს.  
ბროშურა განკუთვნილია მკითხველთა ფართო წრისათვის.

Джикия Любовь Павловна

КУРОРТ ЛЕБАРДЕ

(На грузинском языке)

Издательство «Сабчота Сакартвело»  
Тбилиси, Марджанишвили, 5  
1981

982052

საქპე-2000  
შეამოწმა

4128000000—036

D-----151—81

M601 (08) 81

ქ. შატაშვილის სახ. საბ. საბ.  
ქრ. სახელმწიფო  
რესპუბლიკის  
ბიბლიოთეკა

354

164

-5

## წინასიტყვაობა

საქართველოს მაღალმთიან კურორტებს შორის ლებარდე დიდი პოპულარობითა და რესპუბლიკის მშრომელთა სიყვარულით სარგებლობს. ლებარდე მაღალი მთის კლიმატო-ბალნეოლოგიური სადგურია. უხვი და ლამაზი ბუნებით დაჯილდოებული კურორტი მდიდარია მინერალური წყაროების დიდი საბადოებით.

ლებარდეში ყოველწლიურად მატულობს დამსვენებელთა და მოაგარაკეთა რიცხვი. სეზონის მანძილზე (15/VI—15/IX) 12—15 ათასამდე ავადმყოფსა და დამსვენებელს ემსახურება. ამას ხელს უწყობს კურორტამდე მისასვლელი საავტომობილო გზატკეცილი. ყოველი სეზონის დაწყების წინ აქ დიდი მოსამზადებელი მუშაობა არის გაჩაღებული. ეს მუშაობა აპრილ-მაისის თვიდან იწყება.

კურორტი ჯერჯერობით ვერ არის სათანადოდ მოწყობილი და, რაც მთავარია, მისი სამკურნალო თვისებები თითქმის არ არის შესწავლილი. აქედან გამომდინარე ლიტერატურული მონაცემებით ეს კურორტი ძალზე ღარიბია.

ტერიტორიულად ლებარდე გეგეჭკორის რაიონს ეკუთვნის. აქედან იგი 55 კილომეტრით არის დაშორებული. კურორტის ტერიტორია გაშლილია სვანეთის მთის სამხრეთით,

კავკასიონის ქედის ერთ-ერთ განშტოებაზე, მთის ძირში. ლე-  
ბარდეს სიმაღლე ზღვის დონიდან 1600-1800 მეტრამდეა.  
მარცხენა მხარეს მოედინება მდინარე ლებარდე, რომელიც სა-  
თავეს იღებს იქვე, კავკასიონის ქედთან და მდინარე ტეხურას  
ერთვის მარცხენა მხრიდან.

## ლებარდეს განვითარების მოკლე ისტორია

ლებარდეს შესახებ ცნობები უძველეს დროიდან არსებობს. თავდაპირველად მას მწყემსები იყენებდნენ როგორც საძოვარ ადგილს. აქ ზაფხულის თვეებში სამეგრელოს სხვადასხვა რაიონიდან (გეგეჭკორი, წალენჯიხა, ზუგდიდი, ცხაკაია და სხვა) საქონელს ერეკებოდნენ საძოვარზე. მწყემსებს შეუმჩნევიათ, რომ ზოგ ადგილას საქონელი მდინარე ლებარდეს სასმელ წყალს ხარბად ეტანებოდა, დაინტერესებულან და ყურადღება მიუქცევიათ ამისათვის, დაკვირვებიან და უნახავთ მდინარე ლებარდეს მარჯვენა და მარცხენა ნაპირზე მინერალური მლაშე წყაროების მრავალი გამოსავალი.

თვით სახელი „ლებარდე“ მომდინარეობს მინდვრის ბელახის „ბარდას“ სახელწოდებიდან. ეტყობა, ძველად ეს ადგილი მოფენილი ყოფილა ამ „ბარდათი“ და, ვინაიდან მცენარის ეს სახე სხვა სახის მცენარეს სჭარბობდა, სიტყვა ბარდას წინ წარუმძღვარეს „ლე“, რაც მეგრულად „უმეტესს — უმრავლესს“ ნიშნავს.

ლებარდეს, როგორც სააგარაკო ადგილის ისტორია 1960-იან წლებიდან იწყება. ჯერ აშენებდნენ ინდივიდუალურ, პატარ-პატარა თავშესაფრებს: კარვებს, წნელითა და ყავრით და-



ხურულ, ფიცრებით შემოფარგლულ საცხოვრებელ სახლებს  
ძველად მიმოსვლა გაძნელებული იყო მიუვალი საცაღფეხო  
ბილიკების გამო. პარტიისა და მთავრობის მზრუნველობით  
კურორტის სწრაფი განვითარება 1950 წლიდან დაიწყო და ეს  
საცაღფეხო გზა საავტომობილო გზატკეცილით შეიკვალა.

საქართველოს სსრ მინისტრთა საბჭოს დადგენილებით  
1947 წელს დაიწყო და 1950 წელს დამთავრდა სამანქანო გზა.  
ამჟამად აღნიშნულ გზაზე სეზონის მანძილზე რეგულარულად  
მოძრაობს ყველა ტიპის ავტომანქანა. გზის მშენებლობაში  
აქტიური მონაწილეობა მიიღეს სამეგრელოს რაიონის მშრო-  
მელებმა. ამის შემდეგ იწყება კურორტის ორგანიზებული მშე-  
ნებლობა და თანდათანობითი კეთილმოწყობა.

### 3 ა 3 ა

კურორტ ლეზარდეს ჰავა ნოტიო სუბტროპიკული ტიპი-  
საა. შავ ზღვასთან სიახლოვის გამო კურორტის ტერიტორიაზე  
თავისუფლად მოედინება ზღვის ელემენტები. მთისა და ზღვის  
კლიმატური ელემენტების ურთიერთშეზავება ქმნის კლიმატის  
თავისებურებას. ალბათ ამის შედეგია, რომ ლეზარდესში მკურ-  
ნალობა მაღალი თერაპიული ეფექტურობით ხასიათდება.

ლეზარდეს კლიმატისათვის დამახასიათებელია ხანმოკლე  
გრილი ზაფხული და ხანგრძლივი ზამთარი. მიუხედავად დიდი,  
უხვი თოვლიანი საბურველისა, კურორტი ზამთარსა და ზაფ-  
ხულშიც მდიდარია მზის სხივების რადიაციით. აღსანიშნავია  
აგრეთვე ის, რომ შემოდგომის თვეებთან შედარებით გაზაფ-  
ხული აქ უფრო ცივია. ამის მიზეზი შეიძლება იყოს გაზაფ-

ხულში ზამთრიდან გადმოსული დიდი თოვლის საბურველის გადმონაშთები. მაგრამ შემოდგომაზე თოვლი არ იცის, თოვლიანი ნალექი ნოემბრიდან იწყება და ზამთრის თვეებში თანდათანობით მატულობს.

საშუალო წლიური ტემპერატურა უდრის პლუს 5-6 გრადუსს (ცელსიუსით), სინოტივე 75%, ღრუბლიანობა წელიწადში 40-60 პროცენტს შორის მერყეობს, ნალექების საშუალო წლიური 1400—1500 მილიმეტრამდეა და ნალექების სიუხვე წლის ცივ პერიოდზე მოდის.

წლის თბილ პერიოდში სამხრეთ-დასავლეთის ფიონური ქარი ქრის, ცივ პერიოდში ჩრდილოეთის ქარი სჭარბობს. საერთოდ ლებარდესათვის დამახასიათებელია უქარო, წყნარი, მზიანი, თბილი დღეები. ძლიერი ქარი ლებარდეში არ იცის. ქარის სიჩქარის საშუალო წლიური 1,5 მილიმეტრ წამს უდრის.

ლებარდეს მეორე სამკურნალო ფაქტორია ბალნეოთერაპია. კურორტი წარმოდგენილია დიდი დებიტის მქონე მინერალური წყლებით, რომელიც კლასიფიკაციით მიეკუთვნება ნახშირმჟავა რკინიან-ჰიდროკარბონატულ ნატრიუმ-კალციუმიან-მაგნიუმიან ტიპს. საერთო დებიტი დღე-ღამეში 40 ათას ლიტრამდეა. ჰიდროგეოლოგების დაკვირვებებით ეს დებიტი და მინერალიზაციის ხარისხი კიდევ უნდა გაიზარდოს. (იხ. დანართი) № 1 და № 2.

მინერალური წყლის სამკურნალო თვისებები ჯერჯერობით არ არის შესწავლილი, პრაქტიკული დაკვირვებებით ფართოდ არის გამოყენებული კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის, საშარდე სისტემის დაავადებების, მეორადი ანე-



მიების, ნივთიერებათა ცვლის მოშლის და სხვა დაავადებების დროს.

ლებარდედან 30 კმ დაშორებით მდებარეობს მაღალმთიანი სამკურნალო ადგილი „ჩ ე გ ო ლ ა“, სადაც იგივე ტიპის მინერალური წყაროების 10-მდე გამოსავალია. აქვე გვხვდება „შაბიანი“ წყლებიც. მინერალური წყაროებით მდიდარია ახლომდებარე „დ ვ ი რ ი ს თ ა ვ ი“ და „კ ა მ ლ ა რ - კ ა ს ა“. ეს უკანასკნელი შეიცავს ნარზანის ტიპის მინერალურ წყალს.

მაღალმთიანი კურორტის ლებარდეს კლიმატო-ბალნეოლოგიური კომპლექსური მონაცემები, მინერალური წყაროების სიუხვე, მზის რადიაციისა და ინსოლაციის თავისებურება, ულტრაიისფერი სხივების სიუხვე, შავი ზღვის კლიმატური ელემენტებით გამდიდრებული სასიამოვნო ჰავა ლებარდეს დიდი ღირებულების სამკურნალო-პროფილაქტიკურ პირობებს უქმნის. აქ მოსული ავადმყოფები და დამსვენებლები დიდი შთაბეჭდილებებით, კმაყოფილი და გაკაჟებულები ბრუნდებიან შინ.

დღეს მედიცინაში საკურორტო კლიმატოთერაპიას მნიშვნელოვანი ადგილი უჭირავს.

კლიმატისა და ცალკეული მეტეოროლოგიური ელემენტების ადამიანის ორგანიზმზე მოქმედების დასახასიათებლად საჭიროდ მიგვაჩნია განვმარტოთ, თუ რა არის კლიმატი და რა ფაქტორებისაგან შედგება იგი.

მეტეოროლოგიურ ელემენტებს მიეკუთვნება: ჰაერის ტემპერატურა, სინოტივე, მოძრაობა ანუ ქარი, ატმოსფერული წნევა, მზის რადიაცია, ჰაერის იონიზაცია და სხვა. ეს ელემენტები ცვალებადია და ურთიერთშორის მუდამ სხვადასხვანაირ დამოკიდებულებაში არიან, მათი კომბინაცია კი ამა თუ იმ გე-

ოგრაფიული მონაკვეთისათვის დამახასიათებელ კლიმატს  
ლევა.

ზოგი ავტორი კლიმატს განსაზღვრავს, როგორც სხვადა-  
სხვაობაში მოცემულ მეტეოროლოგიური მოვლენების საშუა-  
ლო მდგომარეობას (ბერტი). ასეთი განმარტება არ არის სრუ-  
ლი, რადგან ადამიანი მუდმივ ცვალებადობაში მყოფი ფიზი-  
კური გარემოს ზეგავლენას განიცდის.

რუბინშტეინი, ფეოდოროვი, ალისოვი, ჩუბუკოვი და  
სხვები კლიმატს განსაზღვრავენ როგორც ამინდების მრავალ-  
წლიურ რეჟიმს.

მ ე ზ ე რ ნ ი ც კ ი მ კლიმატის ცნება კურორტოლოგიის  
ჭრილში დააყენა და განმარტა, რომ ორგანიზმზე იგი კომპ-  
ლექსურად მოქმედებს. მან კლიმატური ფაქტორები ადამიან-  
ზე მოქმედების ხასიათის მიხედვით, სამ ჯგუფად დაჰყო:  
ა) ფაქტორები, რომლებიც მოქმედებენ კ ა ნ ი დ ა ნ (ჰაერის  
ტემპერატურა, სინოტივე, ქარი, მზის სხივები, ატმოსფეროს  
ელექტროობა, რადიაქტივობა); ბ) ს ა ს უ ნ თ ქ ი გ ზ ე ბ ი-  
დ ა ნ მოქმედი ფაქტორები (ჰაერის ტემპერატურა, სინოტივე,  
ჰაერის ფიზიკური და ქიმიური შემადგენლობა, ფიტონციდე-  
ბი, ჰაერის სისუფთავე და სხვა); გ) ფაქტორები, რომლებიც  
მოქმედებენ გ რ ძ ნობათა ორგანოებიდან — მ ხ ე დ ვ ე ლ ო ბ ი ს  
ო რ გ ა ნ ო ს გ ზ ი თ (ლანდშაფტური ფერები, ჰაერის გამ-  
ჭვირვალობა, მზის სხივოსნობა, ნისლი და სხვა); ს მ ე ნ ი ს  
ო რ გ ა ნ ო დ ა ნ (ქარიშხალი, ქუხილი, გრიგალი, ჩანჩქერები-  
სა და მდინარეების ხმაური, ტყის ფოთლების შრიალი და სხვა).

საკურორტო პრაქტიკაში მნიშვნელოვანია ორი სახის —  
ზღვისა და მთის კლიმატი.

ზღვის კლიმატი ხასიათდება: მაღალი ატმოს-

ფერული წნევით, ჟანგბადით მდიდარი ჰაერით, ჰაერის მა-  
ლალი ტემპერატურით, მაღალი სინოტივით, დღიური ტემპე-  
რატურის მცირე მერყეობით, მზის სხივების უხვი ინსოლა-  
ციით, ჰაერში ზღვის მარილების სიმდიდრით.

მთის კლიმატისათვის დამახასიათებელია — და-  
ბალი ატმოსფერული წნევა, ჰაერის გამჭვირვალობა, სისუ-  
ფთავე და ოპტიმალური ქიმიური შემადგენლობა, დაბალი  
ტემპერატურა და დაბალი ტენიანობა, დღიური ტემპერატუ-  
რის ზომიერი მერყეობა, მზის სხივების სიმდიდრე (უხვი ინ-  
სოლაცია, მზის რადიაციის კარგი მაჩვენებლები, ჰაერის იონი-  
ზაცია, ულტრაიისფერი სხივების სიუხვე).

ადამიანის ორგანიზმზე კლიმატის გავლენა იცვლება  
ზღვის დონიდან სიმაღლისა და ატმოსფერული წნევის ცვალე-  
ბადობასთან დაკავშირებით. ადამიანის ორგანიზმი ნერვული  
სისტემის მეშვეობით უპასუხებს სიცხეს, სიცივეს, მზის სხი-  
ვების მოქმედებას, ჟანგბადის უკმარისობასა და სხვა გარეგან  
გამლიზიანებლებს.

მთის კლიმატის ცალკეული მეტეოროლოგიური ელემენ-  
ტების ადამიანის ორგანიზმზე მოქმედების მექანიზმის გაგე-  
ბისათვის საჭიროდ ვცნობთ, მოვიტანოთ ზოგიერთი მოკლე  
განმარტება:

### ატმოსფერული წნევის გავლენის ფიზიოლოგია

სიმაღლის ცვალებადობას (ბარომეტრული წნევის ცვა-  
ლებადობას) ადამიანი ადვილად ეგუება, თუ იგი ჯანმრთელია,  
და ეს გადასვლა (სიმაღლიდან დაბლობში და პირიქით) თან-  
დათანობით ხდება.

ატმოსფერული წნევა მერყეობს იმის მიხედვით, თუ რა სიმაღლეზე მდებარეობს ზღვის დონიდან ესა თუ ის ადგილი. თუ სიმაღლე ნულს უდრის—ატმოსფერული წნევა 760 მილიმეტრია. ზღვის დონიდან 500 მეტრი—ატმოსფერული წნევისა 724 მილიმეტრს შეეფარდება, 1000 მეტრის სიმაღლე — 671 მილიმეტრს, 1500 მეტრი—630 მმ-ს, 2000—592 მ. 3000—522, 5500—380 მმ-ს და ასე შემდეგ. სიმაღლის მატებასთან დაკავშირებით ატმოსფერული წნევა ეცემა. პრაქტიკულად მიღებულია, რომ 1000 მეტრის ფარგლებში ყოველი 10 მეტრის სიმაღლეზე ატმოსფერული წნევა 1 მმ-ით კლებულობს.

სიმაღლის ფაქტორში წამყვანია ჰაერში ჟანგბადის შედარებითი უკმარისობა, ე. ი. ჟანგბადის დაბალი პარციალური წნევა. მაგ: თუ ჟანგბადის პარციალური წნევა ზღვის დონეზე 159 მმ უდრის, 2000 მეტრის სიმაღლეზე 126 მილიმეტრამდე ეცემა, 5500 მ-ზე კი—80 მილიმეტრამდე.

ჟანგბადით „შიმშილის“ ნიშნები ჯანმრთელებში გამოვლინდება 3500—4000 მეტრის სიმაღლეზე ასვლისას, რაც ბარომეტრული წნევის 490—460 მმ-ს და 104—98 ჟანგბადის პარციალურ წნევას შეეფარდება. ეს სიმაღლე ითვლება ფიზიოლოგიურ ზღვარად, ამის ზევით ასვლა გაუკაჟებელი და ავადმყოფი ადამიანისათვის პათოლოგიური მოვლენების გამომწვევია.

ჟანგბადის შემცირებას პირველ რიგში სასუნთქი სისტემა შეიგრძნობს, შემდეგ — სისხლის მიმოქცევის სისტემა, ცოტა მოგვიანებით სისხლი და ცენტრალური ნერვული სისტემა, აღნიშნულ სისტემებში რაც უფრო მეტია პათოლოგიური მოვლენები, მით უფრო ძნელად იტანს ორგანიზმი ჟანგბადის ნაკლებობას. ფილტვებში ჟანგბადის შემცირება გაძლიერებუ-

ლი ვენტილაციით ვლინდება და, თუ დროულად არ იქნა ზომები მიღებული, შეიძლება ჰიპოქსია (სუნთქვის უკმარისობა) განვითარდეს.

### ჰაერის ტემპერატურის გავლენის ფიზიოლოგია

ორგანიზმში ნივთიერებათა ცვლის შედეგად მიმდინარეობს სითბოს მუდმივი გაცემა და მუდმივი წარმოშობა. დაცვითი ფუნქციის მეშვეობით ორგანიზმი ინარჩუნებს მუდმივ ოპტიმალურ ტემპერატურას, მიუხედავად გარემოს სხვადასხვა ტემპერატურისა, ე. ი. ორგანიზმი ალჟურვილია მექანიზმებით, რომლებიც არეგულირებს სითბოს წარმოშობას და სითბოს გაცემას. სითბოს ჭარბად წარმოქმნის შემთხვევებში, ორგანიზმის გადახრების თავიდან აცილებისათვის, არსებობს სითბოს გამცემი მექანიზმები, ასე მაგ: გამომყოფი ორგანოებიდან ადამიანი კარგავს სითბოს 10—12%, დანარჩენი 90% იკარგება კანთან კონვექციის გამოსხივების და აორთქლების გზით.

სითბოს გაცემის სისწრაფე დამოკიდებულია ჰაერის ტემპერატურაზე: რაც დაბალია გარემოს ჰაერის ტემპერატურა კანის ტემპერატურასთან შედარებით, მით უფრო მეტ სითბოს გასცემს ორგანიზმი და, პირიქით. სითბოს გაცემა კონვექციით შეწყდება, თუ ჰაერის ტემპერატურა 33-35°-ის ზევით აიწევს. გამოსხივებით სითბოს გაცემა ხდება მაშინ, როცა ჰაერი უშუალოდ ეხება კანს და თუ ჰაერის ტემპერატურა ადამიანის სხეულის ტემპერატურაზე დაბალია.

სითბოს გაცემაში ოფლის დენას დიდი მნიშვნელობა აქვს. ერთი გრამი ოფლის გამოყოფა იწვევს სითბოს 0,58 კალორიის დაკარგვას.

## სინოტივის ფიზიოლოგიური მოქმედება

მაღალი ტემპერატურის დროს სითბოს დაკარგვის მთავარ წყაროს ოფლის დენა წარმოადგენს, მაგრამ აორთქლების ხარისხი დამოკიდებულია არა მარტო გარემოს ჰაერის ტემპერატურაზე, არამედ ჰაერის ტენიანობაზეც. რაც უფრო ტენიანია ჰაერი, მით უფრო ნაკლებია აორთქლება, ამიტომ მაღალი ტენიანობის ანუ სინოტივის დროს სიცხე ძნელი ასატანია: ცხელ ამინდში მაღალი სინოტივე ადამიანის ორგანიზმს უძნელებს სითბოს გაცემას, ეს კი აძლიერებს ადამიანში სულის ხუთვის შეგრძნებას. ცივ და ნოტიო ამინდში პირიქით—ორთქლი იერთებს ადამიანის მიერ გამოსხივებულ სითბოს, რის შედეგად წარმოიშობა სიცივის შეგრძნება. მაღალი სინოტივის შემთხვევებში იცვლება აგრეთვე ჰაერის იონური შემადგენლობა. მაგ. ჰაერში მცირდება მსუბუქი იონების რაოდენობა მძიმე იონების ხარჯზე, რაც უარყოფით კლიმატურ ფაქტორად ითვლება.

## ქარის ფიზიოლოგიური მოქმედება

ქარს სითბოს ცვლაში დიდი მნიშვნელობა აქვს, ქარი ანუ ჰაერის მოძრაობა ხელს უწყობს კანიდან სითბოს გაცემას. ქარი მაღალი ტემპერატურის დროს დადებით გავლენას ახდენს, რადგან სიცხეს ამცირებს, მაგრამ დაბალი ტემპერატურის დროს, თუ მას თან სდევს მაღალი სინოტივე, მაშინ ხელსაყრე-

ლი პირობები იქმნება ორგანიზმის გაციებისათვის. ნორმალურად ქარის მოძრაობა არ უნდა აღემატებოდეს 3-5 მეტრს წამში.

### ეფექტური ტემპერატურა

ადამიანმა სითბო რომ შეიგრძნოს, საჭიროა სამი მეტეოროლოგიური ელემენტის: ჰაერის ტემპერატურის, სინოტივისა და ქარის ურთიერთშეთავსების თავისებურება. იმისდა მიხედვით თუ როგორია ამ სამი ელემენტის ურთიერთშერწყმა, ადამიანი გრძნობს სიცივეს, სითბოს ან სიცხეს, ამიტომ მათი მოქმედების ოდენობა პირობითი ერთეულით — „ეფექტური ტემპერატურით“ გამოიხატება. ეფექტური ტემპერატურა საშუალებას გვაძლევს დავადგინოთ სითბოს კომფორტი ან დისკომფორტი. კომფორტის დროს ადამიანი თავს კარგად გრძნობს, ე. ი. არც სიცხეს და არც სიცივეს არ შეიგრძნობს. საქართველოს კურორტოლოგიის სამეცნიერო-საკვლევ ინსტიტუტმა (გ. ა. უშვერიძე, მ. ი. კორძაძე) შეიმუშავა ცხრილი, რომლის მიხედვით შეიძლება განისაზღვროს ეფექტური ტემპერატურის კომფორტი, თუ დისკომფორტი.

კომფორტის პირობებია, როდესაც ეფექტური ტემპერატურა 17-24 გრადუსამდეა. ცხელი ამინდია, თუ ეფექტური ტემპერატურა 25 გრადუსზე მეტია და ცივი ამინდია, თუ ეფექტური ტემპერატურა 16,5 გრადუსის ქვევითაა. კლიმატოთერაპიული პროცედურების ჩატარებისათვის აუცილებელია ეფექტური ტემპერატურის განსაზღვრა.

მზის სხივი რთული აგებულებისაა. პრიზმაში გატარების შედეგად ეს სხივები ტყდება და სპექტრებად ლაგდება. სპექტრში ყველაზე მოკლე ტალღები — ულტრაიისფერი სხივებია. შემდეგ მოდის ინფრაწითელი სხივები. ეს ორივე უხილავი სხივებია. რაც უფრო მაღალია ზღვის დონიდან ესა თუ ის ადგილი, იმდენად მეტია მზის პირდაპირი დასხივება და განსაკუთრებით მდიდარია იგი ულტრაიისფერი სხივებით. ულტრაიისფერი სხივები ქიმიურად მოქმედებს ორგანიზმზე, ინფრაწითელი კი უფრო მეტად სითბურ ენერგიას წარმოშობს, ამიტომ მას სითბური სხივები ეწოდება.

გ. ა. უშვერიძის ქრონაქსიმეტრული გამოკვლევებით, ულტრაიისფერი სხივები არეგულირებს ცენტრალური ნერვული სისტემის ფუნქციურ მდგომარეობას, აქვეითებს თავის ტვინის ქერქში აწეულ მგრძნობელობას, აწონასწორებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემაში სუბორდინაციულ დამოკიდებულებას და ცვლის მოტორულ და სენსორულ ქრონაქსიას, ამოკლებს პირობით-სამოძრაო რეფლექსის ლატენტურ პერიოდს.

ულტრაიისფერ სხივებს ფართო გამოყენება აქვს მთელ რიგ დაავადებათა დროს.

საქართველოს კურორტოლოგიისა და ფიზიოთერაპიის სამეცნიერო-საკვლევ ინსტიტუტს ჩატარებული აქვს სამეცნიერო დაკვირვებები, რითაც დასტურდება მზის სხივების დიდი სამკურნალო და პროფილაქტიკური ღირებულება. მიღებული





შედევები თანდათანობით ინერგება პრაქტიკაში როგორც კურორტ-რორტზე, ისე კურორტის გარეშე სამკურნალო სისტემაში.

აღსანიშნავია, რომ პრაქტიკული დაკვირვებებით კურორტ ლებარდეს კლიმატურ მონაცემებში, ე. ი. მზის რადიაციაში, განსაკუთრებული ღირებულებით არის წარმოდგენილი ულტრაიისფერი სხივების მოცულობა და ხასიათი.

ინფრაწითელი სხივები წარმოადგენს სითბურ სხივებს, რომელსაც უნარი აქვს ღრმად შეიჭრეს ორგანიზმში, მიაღწიოს შინაგან ორგანოებამდე. ამიტომ საჭიროა მტკიცე კონტროლი და მისი დოზირებულად გამოყენება, რათა ძლიერი დასხივების დროს ადამიანმა დამწვრობა ან გადახურება არ მიიღოს.

საკურორტო კომპლექსში მნიშვნელოვან როლს ასრულებს გარემო პირობები — ლანდშაფტი, მცენარეული ბუნება, ლამაზი მრავალფეროვანი კოლორიტები, რომლებიც ადამიანის ორგანიზმში დადებით ემოციებს იწვევს.

ხილული სხივების მოქმედება ნივთიერებათა ცვლაზე მხედველობის ანალიზატორებიდან ხორციელდება და ჟანგვა-აღდგენითი პროცესების გაძლიერებაში, ორგანიზმის საერთო ფუნქციის ტონუსის მომატებაში გამოიხატება.

**ამინდი და მისი ზიანი სამედიცინო-კლიმატური თვალთახედვით**

ატმოსფერული პროცესების ადამიანის ორგანიზმზე მოქმედება დამოკიდებულია როგორც მეტეოროლოგიური ელემენტების



მენტების შემადგენლობაზე, ასევე იმ თვისებებზე, და ამ ელემენტების დინამიურობაზე.

ამინდი ეწოდება ამა თუ იმ ადგილზე დროის მცირე მონაკვეთში მეტეოროლოგიური ელემენტების შემადგენლობას. ამინდი ცვალებადია და ასევე ცვალებადია მისი გავლენა ორგანიზმზე.

რამდენადაც მეტეოროლოგიური ელემენტების მერყეობის ამპლიტუდა დიდია, იმდენად მეტი გამაღიზიანებელი ტიპის ამინდია (მ. ო. კორძახია).

მ. ო. კორძახიას კლასიფიკაციით ამინდები სამი ჯგუფისაა და 14 ტიპს შეიცავს.

პირველი ჯგუფის ამინდები წარმოიქმნება ადგილობრივ ფიზიკურ გეოგრაფიულ პირობებში, თითქმის ჰაერის მასების შემოჭრის გარეშე. ამ ჯგუფს მიეკუთვნება 1, 2, 3, 4, 5 ტიპის ამინდები.

მეორე ჯგუფის ამინდები ხასიათდება ატმოსფერული მასების შემოჭრით, კარგად გამოხატული მეტეოროლოგიური ელემენტების მერყეობით, ერთი და იგივე მიმართულების ქარებით (6, 7, 8, 9, 10, 11 ტიპი).

მესამე ჯგუფი — ხასიათდება ფრონტალური ტიპის ამინდებით, ჰაერის მასებისა და ამინდის ტიპების მკვეთრი ცვალებადობით. ამ ჯგუფს ეკუთვნის სამი ტიპის (12, 13, 14) ამინდი.

კურორტისათვის კარგია და კლიმატოთერაპიული პროცედურების ჩატარების შესაძლებლობას იძლევა პირველი ჯგუფის ამინდები, ნაწილობრივ მეორე ჯგუფისა, მესამე ჯგუფის ამინდები კი კურორტს უარყოფითად ახასიათებს. ამ დროს დოზირებული კლიმატოთერაპიის ჩატარება არ შეიძლება.

2. ლ. ჯიქია

ქ. შარტანის სკა. 1978  
სსრ კავშირების  
რესპუბლიკური  
ცენტრალური ბიბლიოთეკა

982.05

კურორტის პირობებში ავადმყოფს ან დამსვენებელს უნდა შეექმნას კომფორტული პირობები. დისკომფორტმა მკურნალობისა და დასვენების ნაცვლად შეიძლება გამოიწვიოს ფიზიოლოგიური ნორმების დარღვევა ანუ კლიმატოპათოლოგია, როგორცაა, მაგალითად: აგზნებადობის გაძლიერება — მოდუნება ან უძილობა, თავის ტკივილი, თავბრუს ხვევა, მაჯისცემის შენელება ან აჩქარება, სუნთქვის გახშირება, ხველების გაძლიერება, ტკივილის მომატება და სხვა.

ამრიგად, საკურორტო კლიმატოთერაპიაში კლიმატურ ფაქტორთა კომპლექსის რაციონალურად გამოყენებას დიდი მნიშვნელობა აქვს.

### კლიმატოთერაპია და მისი სახეები

კურორტი ლებარდე მაღალმთიანი კლიმატური სადგურია, ხასიათდება ნოტიო სუბტროპიკული კლიმატით, ხანგრძლივი ზამთრით, თოვლის დიდი საბურველით, გრილი და მოკლე ზაფხულით. მცენარეული ბუნება სუბალპურია, შემოფარგლულია მარად მწვანე წიწვიანი მცენარეებით. ასეთ კურორტზე კლიმატოთერაპია წამყვან ფაქტორს წარმოადგენს.

არჩევენ კლიმატოთერაპიის ორ სახეს:

ა) არადოზირებული კლიმატოთერაპია, რაც ნიშნავს სამკურნალოდ ან დასასვენებლად რომელიმე კლიმატურ კურორტზე ხანგრძლივად ყოფნას, ისე რომ არ ლებულობდეს დოზირებულად რაიმე კლიმატურ პროცედურას.

ბ) დოზირებული კლიმატოთერაპია — ამ შემთხვევაში ადამიანი ღებულობს კლიმატოთერაპიული პროცედურის რომელიმე სახეს, მაგალითად, ჰაერის ან მზის აბაზანას, ზღვაში ბანაობას და სხვას.

საცხოვრებელი ადგილიდან სხვა კლიმატურ პირობებში გადასვლა ადამიანის ორგანიზმში კლიმატურ რეაქციას იწვევს. ეს რეაქცია ორგვარია: დადებითი და უარყოფითი. დოზირებული კლიმატოთერაპიული პროცედურების დანიშვნა შეიძლება მხოლოდ დადებითი რეაქციის დროს, კურორტზე მისვლის 2-3 დღიდან, უარყოფითი რეაქციის დროს კი საჭიროა უარყოფითი რეაქციის მოვლენების დამთავრებას დაველოდოთ. ეს იმას ნიშნავს, რომ ორგანიზმი შეეგუა ახალ კლიმატურ პირობებს, ე. ი. განვლო ადაპტაციის პერიოდი.

დოზირებულ კლიმატოთერაპიულ პროცედურებს ეკუთვნის: ჰაერის აბაზანა, მზის აბაზანა, ზღვაში, ტბებსა ან მდინარეში ბანაობა.

მზის აბაზანა შემდეგი სახისაა: ა) გაფანტული ანუ სუსტი რადიაციის მზის სხივების აბაზანა, ბ) შესუსტებული მზის სხივების აბაზანა და გ) ჯამური მზის სხივების აბაზანა.

პროცედურების დოზირება ინდივიდუალურ ხასიათს ატარებს, მაგ., მკვეთრი აგზნებადობით ავადმყოფს ენიშნება დამზოგავი პროცედურა კომფორტის პირობებში.

მყარი ნერვული სისტემის მქონე პირებს, ე. ი. პრაქტიკულად ჯანმრთელებს შეიძლება გაბედულად დაენიშნოს აქტიური გამაკაჟებელი პროცედურები, მაგ., ჯამური მზის სხივების აბაზანა და ჰაერის აბაზანა, წყლის პროცედურები, აივანზე ან ჰაერარსიუმში ხანგრძლივი (დღელამური) ყოფნა და სხვა.

სუფთა ჰაერით ავადმყოფთა მკურნალობა, დამსვენებელთა ანუ პრაქტიკულად ჯანმრთელთა ორგანიზმის გაკაჟებისათვის მისი გამოყენება უძველესი დროიდან არის ცნობილი. სუფთა ჰაერის გავლენით ძლიერდება ცხოველმყოფელობითი ფუნქციები, იმუნობიოლოგიური გამძლეობა.

აეროთერაპიას მთის კლიმატურ კურორტზე წამყვანი ადგილი უჭირავს, რადგან აქ ჰაერი მდიდარია ადამიანის ორგანიზმისათვის ფრიად საჭირო და სასარგებლო ფიზიკურ-ქიმიური შემადგენლობით.

ჰაერის აბაზანა სხეულის გაშიშვლების მიხედვით ორგვარია: **ს ა ე რ თ ო და ნ ა წ ი ლ ო ბ რ ი ვ ი**. აერაციის მიხედვითაც ორგვარია: **დ ი დ ი აერაციის (მოედნები და აივნები) და მ ც ი რ ე აერაციის (პალატაში, ღია ფანჯრები, საფარქვეშ და სხვ.)**.

სითბოს პირობების მიხედვით არჩევენ:

ა) ცივ პროცედურას (როდესაც ეფექტური ტემპერ.  $0^{\circ}$ -ის ქვევითაა),

ბ) ზომიერად ცივი პროცედურის (—„—ე. ტ.  $8^{\circ}$ -მდეა),

გ) გრილი პროცედურა (—„—ე. ტ.  $8^{\circ}$ — $17^{\circ}$ — $22^{\circ}$ -მდეა),

დ) ინდიფერენტული (—„—ე. ტ.  $17^{\circ}$ — $22^{\circ}$ -მდეა),

ე) თბილი და ცხელი (—„—ე. ტ.  $22^{\circ}$ -ის ზევითაა).

ჰიდრომეტეოროლოგიური პირობების მიხედვით კლიმატი ხასიათდება:

1) მშრალი კლიმატია (ჰაერია), თუ შეფარდებითი სინოტივე  $55\%$ -ზე ნაკლებია,

2) ზომიერად მშრალია — თუ შეფარდებითი სინოტივე  $56-70\%$ -მდეა,

3) ზომიერად ტენიანი ჰაერია, როდესაც შეფარდებითი სინოტივე 71-85%-მდეა.

4) ნესტიანი ჰაერია — „— „— „ 86%-ზე მეტია.

აბაზანის მიღება ხდება სპეციალურად მოწყობილ მოედანზე ან აერარიუმზე. ავადმყოფები ტანსაცმელს იხდიან თანდათანობით, მაგალითად, პირველად შიშვლდება ზემო და ქვემო კიდურები, შემდეგ კი ტანი.

ჰაერის აბაზანა იწყება 5-10 წუთიდან, შემდეგ ყოველ პროცედურაზე (თუ უარყოფითი რეაქცია არ გამოვლინდა) 5-10 წუთი ემატება და ასე შეიძლება გაგრძელდეს 1—2 საათამდე.

ეფექტური ტემპერატურა (ე. ტ.) გაანგარიშებულია ჩაცმული ან ზეწარგადაფარებული ადამიანისათვის.

გარემო ჰაერის ტემპერატურა 20°-ზე ნაკლები არ უნდა იყოს.

აბაზანა ინიშნება დილის საათებში, პირველი საუზმიდან, ნახევარი ან ერთი საათის შემდეგ, 1—2-ჯერ დღეში (დილა-საღამოს). გრილ ამინდში, გაციების თავიდან აცილების მიზნით ჰაერის აბაზანა უნდა დაენიშნოს მოძრაობასთან (სიარული, მსუბუქი ვარჯიში და სხვ.) ერთად. აბაზანის შემდეგ სასურველია შხაპის მიღება ან ტანის სველი ტილოთი დაზელვა.

ჰაერის აბაზანით მკურნალობა ნაჩვენებია: გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადების, სასუნთქი ორგანოების დაავადების (ფილტვებისა და სასუნთქი გზების ქრონიკული არატუბერკულოზური კატარი), სისხლის დაავადებების (ანემია, ქლოროზი), ბაზედოვის დაავადების, ნერვული სისტემის ფუნქციური მოშლილობის დროს.

წინააღმდეგე ნაჩვენებია: ჰიპერტონიული დაავა-

დების II და III სტადია, ათეროსკლეროზი, კარდიოსკლეროზი სისხლის მიმოქცევის უკმარისობით, ქრონიკული როზო-ნეფრიტი, ტუბერკულოზის ღია ფორმა (მიდრეკილება სისხლის დენისადმი).

### აეროჰელიოთერაპია

ჰელიოთერაპია მზის აბაზანებით მკურნალობას ეწოდება. მზის აბაზანის მიღების პერიოდში ადამიანი განიცდის მზის სხივების არა მარტო პირდაპირ, არამედ გაფანტული და ანარეკლი სხივების ზემოქმედებას, ჰაერის ტემპერატურის, მოძრაობის, ტენიანობის გავლენას, ამიტომ ღია ჰაერზე მიღებულ მზის აბაზანას აეროჰელიოთერაპია ეწოდება.

მოქმედების ადგილის მიხედვით, ე. ი. იმისდა მიხედვით, ღებულობს დასხივებას მთელი ორგანიზმი თუ ორგანიზმის ცალკეული ნაწილი, არჩევენ: საერთო და ნაწილობრივ აეროჰელიოთერაპიას, აგრეთვე გაფანტულ, შესუსტებულ თუ ჯამური მზის სხივების აბაზანას.

გაფანტული მზის სხივების აბაზანისათვის საჭიროა ვერტიკალური საფარი, რათა შესუსტდეს მზის პირდაპირი სხივების გავლენა — ეს იგივე ულტრაიისფერი სხივების აბაზანაა.

შესუსტებული მზის სხივების აბაზანისათვის რადიაციის შესასუსტებლად აკეთებენ ხის თხელი ფიცრების ან ყავრების ჭუჭრუტანებიდან კედელს, სოლარიუმის კედლების მსგავსად.

ჯამური მზის სხივების აბაზანა ტარდება ღია ცის ქვეშ, ყოველგვარი საფარის გარეშე, მხოლოდ საჭიროა ადამიანს თავზე გადაფარებული ჰქონდეს თეთრი მატერია ან ინდივი-

დუალური ქოლგა. ამ პროცედურაზე აუცილებლად უნდა იყოს ექიმის დანიშნულება.

აბაზანის მიღების წესი: გაშიშვლებული ავადმყოფი იმყოფება სპეციალურად მოწყობილ სოლარიუმში მწოლიარე მდგომარეობაში.

მზის აბაზანების მიღება ხდება დილის საათებში — საუზმიდან 1 ან 2 საათის შემდეგ. დოზირებისათვის მოწოდებულია მთელი რიგი სქემები, სადაც მოცემულია დასხივების ხანგრძლივობა და დასასხივებელი მიდამოს ფართობის თანდათანობითი მომატების მაჩვენებლები.

ყველაზე მეტი პრაქტიკული გამოყენება აქვს პ. მეზერნიცკის მიერ მოწოდებულ დოზიმეტრს, რაც შემდეგში გამოიხატება: პროცედურა იწყება 5 კალორიიდან (2,5 კალორია სხეულის წინა ზედაპირზე, 2,5 კი უკანა ზედაპირზე) და შემდეგ ყოველი პროცედურის დროს 5-5 კალორია ემატება, ჯანმრთელი ადამიანის დოზა შეიძლება 70-80 კალორიამდე გაიზარდოს.

მიღებულია, რომ ზაფხულის თვეებში, დაახლოებით შუადღისას, მზის რადიაცია სხეულის ზედაპირის 1 კვ სმ ფართობზე წუთში 1 კალორიას უდრის. ამიტომ დასაწყისში მზის აბაზანა ავადმყოფს ენიშნება 5-6 წუთის ხანგრძლივობით (მთელი სხეულის ზედაპირის თანაბარი დასხივებით), შემდეგ აბაზანის ხანგრძლივობას თანდათანობით ემატება ყოველ პროცედურაზე 5-6 წუთი.

მკურნალობის კურსზე პროცედურების რაოდენობა დამოკიდებულია დაავადების ხარისხსა და ავადმყოფის მზის რადიაციისადმი მგრძობელობაზე, საშუალოდ 30—40-მდე აბა-



ზანა შეიძლება მიიღოს. სასურველია ყოველ კვირაში ერთი დღით შესვენება, ღებულობენ დღეში 1-2 აბაზანას.

უარყოფითი სიმპტომების გამოვლინების შემთხვევაში საჭიროა გაკეთდეს ხშირი შესვენებები და, თუ ეს უარყოფითი სიმპტომები გრძელდება, შეიძლება ჯამური მზის სხივების აბაზანის მიღება მოეხსნას.

უარყოფითი სიმპტომებია: საერთო სისუსტე, მადის დაკარგვა, ტემპერატურის მომატება, გულის ფრიალი, არტერიული სისხლის წნევის დაცემა, სისხლში ჰემოგლობინისა და ერითროციტების რაოდენობის შემცირება, ყოველივე ამის შედეგად შეიძლება განვითარდეს ძირითადი დაავადების გართულება და ზოგჯერ კი სიკვდილიც. ეს ხდება იმ შემთხვევაში, როდესაც ექიმის დანიშნულების გარეშე და უზომოდ ღებულობენ მზის სხივების ჯამურ აბაზანას. მზის სხივების სწორად და დოზირებულად გამოყენება აუმჯობესებს ძილს, ნერვული სისტემის, შინაგანი ორგანოების ფუნქციურ მოქმედებას, ჰემოპოეზს და ორგანიზმის საერთო მდგომარეობას.

მზის აბაზანებისათვის ნაჩვენებია ძვლისა და სახსრების ტუბერკულოზის კომპენსაციური ფორმა, ქრონიკული პერიტონიტი, ფილტვის პროდუქტულ-ფიბროზული ტუბერკულოზი (დახურული ფორმა), ლიმფური ჯირკვლების ქრონიკული ტუბერკულოზი, სამოძრაო ორგანოების ქრონიკული დაავადებანი, ნივთიერებათა ცვლის მოშლა, კანის ზოგიერთი დაავადებანი, ფურუნკულოზი, ეგზემა, დერმატიტი, ძნელად შესახორცებელი ჭრილობები, ქალთა ზოგიერთი სნეულებანი და სხვა.

წინააღმდეგნაჩვენებია: მზის რადიაციისადმი აწეული მგრძნობელობა (ჰემატოპორფირია), ფილტვების ტუბერკულოზის პროგრესული ფორმა, სისხლისდენისადმი მიდრეკი-

ლება, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებანი დეკომპენ-  
საციის სტადიაში, ცენტრალური ნერვული სისტემის ორგანუ-  
ლი დაავადებანი, ავთვისებიანი სიმსივნეები.

მზის აბაზანების განსაზღვრა. ეფექტური ტემპერატურისა  
(ე. ტ.) და რადიაციული ეფექტური (რ. ე. ტ.) ტემპერატურის  
მიხედვით:

1. ცივი—როდესაც ე. ტ. და რ. ე. ტ  $8^{\circ}$ -ზე ნაკლებია,
2. ზომიერად ცივი — ე. ტ. და რ. ე. ტ.  $8-12^{\circ}$ -მდეა,
3. გრილი — ე. ტ. და რ. ე. ტ.  $12-19^{\circ}$ -მდეა,
4. ცხელი — ე. ტ. და რ. ე. ტ.  $25^{\circ}$ -ზე ზევითაა.

**კლიმატოთერაპიის სამსახურის ორგანიზაციის მნიშვნელობა**

კლიმატურ კურორტებზე კლიმატოთერაპიული პროცედუ-  
რები წამყვან სამკურნალო-პროფილაქტიკურ ფაქტორს წარ-  
მოადგენს. იქ სადაც ეს საქმიანობა კარგად არის მოწერიგებუ-  
ლი, ეს იმას ნიშნავს, რომ კურორტი კეთილმოწყობილია.

არჩევენ კლიმატოთერაპიული დაწესებულებების შემდეგ  
სახეებს:

1. აერარია, გაშლილი ვერანდა და აივნები,
2. აეროსოლარიუმი და ტერასები,
3. კლიმატური სამკურნალო პროფილაქტიკური პავილიო-  
ნები.

აერარიუმი, ვერანდები და აივნები მოწოდებულია აერო-  
თერაპიისა და ჰაერის აბაზანების ჩასატარებლად. აერარიუმი

ცალკე ობიექტია, ვერანდები და აივნები კი სანატორიუმის ან დასასვენებელი სახლების ძირითადი კორპუსების ბაზაზე ეწყობა. აღნიშნულ ობიექტებში ავადმყოფები შეიძლება ხანგრძლივად დარჩნენ, ოღონდ გათვალისწინებულ უნდა იქნეს დაავადების ფორმა, ხარისხი, აგრეთვე ამინდის პირობები.

აერარიუმი ეწყობა სანატორიუმისაგან ან დასასვენებელი სახლისაგან განცალკევებით, მაგრამ ახლოს, როგორც მისი დამხმარე ობიექტი, და გამოიყენება იმავე დანიშნულებით, როგორც ვერანდები და აივნები.

აეროსოლარიუმებისა და ტერასების დანიშნულებაა ჰაერისა და მზის აბაზანების ჩატარება. ტერასები სანატორიუმების ან დასასვენებელი სახლების ძირითად კორპუსში ეწყობა. აქ ავადმყოფები ღებულობენ გაფანტულ ან ჯამური მზის სხივების აბაზანებს.

### სამკურნალო მოედნები

კურორტებზე, სადაც აეროსოლარიუმი არ არის, კლიმატოთერაპიული პროცედურები შეიძლება ჩატარდეს ამ დანიშნულებისათვის სპეციალურად გამოყოფილ მოედნებზე. ამისათვის საკმარისია ტყის, მდინარეების ან ჩანჩქერების ახლოს პატარა მიწის მონაკვეთიც კი. ასეთ ობიექტებს ხშირად თვით დამსვენებლებიც ირჩევენ, მცენარეული ბუნებით შემოფარგლულ მწვანე ბალახებით მდიდარ მდელოებს. მთის კურორტებზე, ზღვის კურორტებთან შედარებით, ზაფხული ბევრად უფრო გრილია, ამიტომ ასეთ მოედნებს არ ესაჭიროება ჰაერის მოძრაობა ანუ ქარის ბერვა — ვენტილაცია. მთაზე, როგორც

წესი, ქარი მცირეა, მეტი სიმყუდროეა როგორც ზაფხულში, ისე ზამთარში. აქ უხვად არის მზიანი დღეები, ჯამური მზის სხივების რაღაცის კარგი მაჩვენებლებით. ამის მიხედვით ეფექტური ტემპერატურა მზეზე ახლოს არის კომფორტთან. აქედან გამომდინარე, მთის კლიმატურ კურორტზე ჰელიოთერაპია შეიძლება ჩატარდეს როგორც ზაფხულში, ასევე ზამთრის პირობებში. ამის მაგალითად შეიძლება დავასახელოთ მაღალმთიანი კურორტი ბაკურიანი, სადაც მთელი წლის მანძილზე, განსაკუთრებით ზამთარში, საკურორტო კლიმატური ფაქტორები ორგანიზმის გამაკაჟებელ სამჭედლოდ არის ცნობილი.

### ბიოკლიმატური სამსახურის ორგანიზაციის მნიშვნელობა

ბიოკლიმატური სადგურები და პუნქტები კურორტზე წარმოადგენს სამეცნიერო-პრაქტიკული ხასიათის ობიექტს, რომლის დანიშნულებაა კურორტის კლიმატური პირობების შესწავლა. ამ მიზნით:

- 1) კრებენ მასალებს კლიმატისა და მიკროკლიმატის შესახებ,
  - 2) ეხმარებიან კურორტის ხელმძღვანელობას და სამედიცინო დარგის მუშაკებს კლიმატოთერაპიული საქმის ორგანიზაციაში,
  - 3) სწავლობენ ამინდის ტიპებს და მის ხასიათს,
  - 4) ახდენენ დაკვირვებას მეტეოროლოგიური ელემენტების ხასიათზე და სწავლობენ მას დინამიკაში;
- კურორტ ლეზარდეს აქვს კარგად მოწყობილი ჰიდრომე-

ტეოროლოგიური სადგური, რომელიც წლის მანძილზე მუშაობს, ჰყავს კვალიფიციური მუშაკები—მეცნიერი თანამშრომლები, გააჩნია შესაფერისი მოწყობილობა და საჭირო იარაღები.

ჰიდრომეტეოროლოგიური სადგური სწავლობს: ატმოსფერულ წნევას, ჰაერის ტემპერატურას, ტენიანობას, ქარს, ღრუბლიანობას, ატმოსფერულ ნალექებს, თოვლის საფარს, მზის სხივების ხასიათს, ჰაერის გამჭვირვალობას, ჰაერისა და განსაკუთრებულ ატმოსფერულ მოვლენებს, ეფექტურ ტემპერატურას, იონიზაციას და სხვ.

ლებარდე კლიმატური მონაცემებით ახლო დგას ბახმაროს კლიმატურ თვისებებთან. ჩატარებული დაკვირვებებით დადგენილია მთის კლიმატის დადებითი ეფექტურობა სხვადასხვა დაავადების დროს. განსაკუთრებით აღსანიშნავია ის, რომ თუ წინათ მთის კლიმატურ პირობებში გულ-სისხლძარღვთა სისტემით დაავადებულთა მკურნალობა წინააღმდეგნაჩვენებია იყო, ბოლო წლებში ჩატარებული დაკვირვებებით დადგინდა: ასეთ „ავადმყოფებისათვის, თუ ისინი კომპენსაციის ფაზაში იმყოფებიან, მთის კლიმატი არა თუ უკუნაჩვენებია, ხშირ შემთხვევაში შეიძლება პირდაპირი ჩვენებაც იყოს“ (ი. ნ. ცინცაძე, ლ. პ. ჯიქია, გ. ა. უშვერიძე, ვ. დ. ჯორჯიკია, ნ. ვ. მგელაძე, დ. გ. დათეშიძე და სხვ.).

მთის კლიმატის კომპლექსური მოქმედება სასიცოცხლო პროცესების აქტივიზაციას იწვევს; რეგულირდება სუნთქვა, ჰემოპოეზი, სითბოს წარმოქმნისა და გაცემის პროცესები, ძლიერდება კანისა და კუნთების ფუნქცია, მცირდება ან ქრება პათოლოგიური მოვლენები ადამიანის ორგანიზმის სისტემებსა და ორგანოებში. ყოველივე ამის შედეგად გამოიწვევა

ადამიანის სუბიექტურ სფეროში დადებითი ძვრები: გუნება-  
განწყობის, მადის, ძილის გაუმჯობესება, ორგანიზმის გაკაჟე-  
ბა და გაჯანსაღება.

### ტურისტული მარშრუტები კურორტის მიდამოებში

ტურიზმი კურორტის მიდამოებში ადამიანის ნერვული  
სისტემის გადახალისების საშუალებაა, ამიტომაც იგი კურორ-  
ტულ სამკურნალო ფაქტორებს მიეკუთვნება. იგი ადამიანს  
ახალისებს, ააქტიურებს, ამაღლებს მის შემოქმედებით უნა-  
რიანობას, აჯანსაღებს მის ფსიქიკას და ნერვულ სისტემას.

ტურიზმი გამოიყენება არა მარტო დასვენების, პირადი  
სიამოვნებისა და უბრალო გასეირნებისათვის, არამედ მას აქვს  
აგრეთვე სასწავლო — კურორტისადმი გათვითცნობიერების  
მნიშვნელობა. ექსკურსიების დროს ადამიანები ეცნობიან სო-  
ციალისტური მშენებლობის მიღწევებს მრეწველობის, სოფ-  
ლის მეურნეობის, კურორტული მშენებლობისა და სხვა დარ-  
გებში.

ტურიზმის საშუალებით ეხმარებიან და ეცნობიან კუ-  
რორტთან მდებარე ადგილებსა და რაიონებს, ჩვენი ქვეყნის  
ულამაზეს კუთხეებს, ბუნების უმშვენიერეს წიაღებს, ისტო-  
რიულ ძეგლებს.

კურორტ ლებარდეში მოსული ავადმყოფები და დამსვენ-  
ებლები აწყობენ ტურისტულ მარშრუტებს ახლომდებარე მი-  
დამოებში. მათ მიერ კურორტზე გატარებული დროის მონა-  
კვეთში მიღებული მკურნალობა, დასვენება — შთაბეჭდილე-  
ბანი უფრო მეტად ეფექტურია და დასამახსოვრებელი.

გეოგრაფიული ადგილმდებარეობით, ბუნების წიაღისებრი მონაცემებით, თავისი ლამაზი ბუნებით, თბილი და რბილი კლიმატით ლებარდვ კარგ სააგარაკო ადგილს წარმოადგენს.

### კურორტის განვითარების პერსპექტივები

1. კურორტზე მისასვლელი გზების და სატრანსპორტო საშუალებათა გაუმჯობესება,
  2. საკურორტო სანიტარიული ზონის გამოყოფა და მისი მტკიცე დაცვა,
  3. წყალსადენისა და კანალიზაციის ქსელის მოწყობა,
  4. საცხოვრებელი ბინების, სამკურნალო-პროფილაქტიკური დაწესებულებების, პანსიონატების, დასასვენებელი სახლების, პოლიკლინიკის, სოლარიუმის, ბავშვთა გამაჯანსაღებელი კერების, სასტუმროს, კულტურულ-საგანმანათლებლო ობიექტების (კლუბის, თეატრის, კინოს) მშენებლობა და კეთილმოწყობა,
  5. ელექტრომეურნეობის მოწყობა,
  6. მცენარეული ბუნების დაცვა და ხელოვნური ბაღ-პარკების გაშენება,
  7. საკურორტო კლიმატურ კომპლექსთა ფაქტორების შესწავლა, სამეცნიერო-კვლევითი მუშაობის ჩატარება,
  8. ჰიდროგეოლოგიური კვლევა-ძიების ჩატარება და მინერალური წყაროების სამკურნალო თვისებების შესწავლა.
- ზემოთ აღნიშნულ ღონისძიებათა გატარების შემდეგ კურორტი ლებარდვ უფრო სრულყოფილად დააკმაყოფილებს მშრომელთა გაზრდილ მოთხოვნილებას და ღირსეულად ჩადგება ადამიანთა გაჯანსაღების სამსახურში.

## მკურნალობის ჩვენებები:

I ტუბერკულოზური დაავადებანი:

- ა) ფილტვის ტუბერკულოზის დახურული ფორმები,
  - ბ) ჭირკვლების, პლევრისა და მუცლის ფარის, ქრონიკული ტუბერკულოზი,
  - გ) ძვლისა და სახსრების ტუბერკულოზი,
  - დ) ბავშვთა ტუბერკულოზის ინტოქსიკაციური ქრონიკული ფორმა;
2. ფილტვების არასპეციფიკური დაავადებანი;
    - ა) ბრონქული ასთმის მსუბუქი ფორმები,
    - ბ) ქრონიკული ბრონქიტი,
    - გ) მსუბუქი ფორმის ემფიზემა,
    - დ) მსუბუქი ფორმის ბრონქოექტაზიები,
  3. მალარია, მეორადი ანემია, ქლოროზი,
  4. ქრონიკული გასტრიტი, ქოლეცისტიტი, ჰეპატიტი, საშარდე სისტემის ქრონიკული დაავადებანი,
  5. ნევრასთენია.

## მკურნალობის უკუჩვენებები

1. გულ-სისხლძარღვთა სისტემის ორგანული დაავადებანი სუბკომპენსაციისა და დეკომპენსაციის ფაზაში,
2. ჰიპერტონიული დაავადებანი,
3. აქტიური — ღია ფორმის ტუბერკულოზი,
4. ყველა ის დაავადებანი, რომლებიც საერთოდ უკუნაჩვენებია კურორტზე მკურნალობისათვის.



წყლის შემოკლებული ქიმიური ანალიზის შედეგები

წყაროს ან ბურღილის დასახელება ლებარდე, წყარო № 1

ადგილმდებარეობა ლებარდე

სინჯი აღებულია 15.8.71

ანალიზი შესრულებულია 9.71

დებიტი 3500დ/24 ს. გამჟვრვალობა \_\_\_\_\_

სუნი \_\_\_\_\_ გემო \_\_\_\_\_ ფერი \_\_\_\_\_

წყლის ტემპერატურა 8,5°C ჰაერის ტემპერატურა \_\_\_\_\_

მშრალი ნაშთი 0,2560 გ/დ. pH 5,2

ორგანული ნივთიერებების დახასიათება

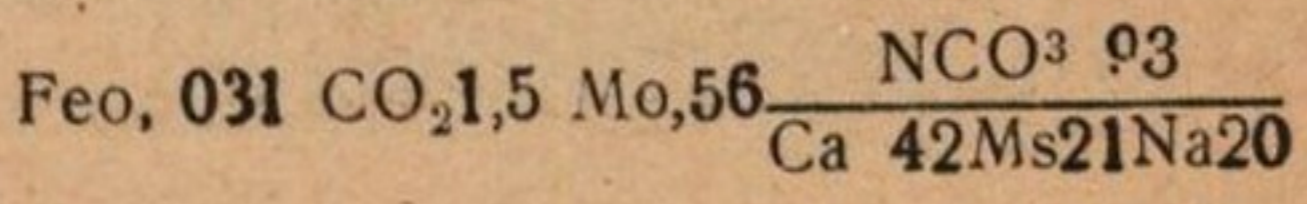
ნახშირორჟანგი თავისუფალი  
1,4960

გოგირდწყალბადი საერთო  
არ განსხ.

გოგირდწყალბადი თავისუფალი  
არ განსხ.

კურლოვის ფორმულა

შენიშვნა



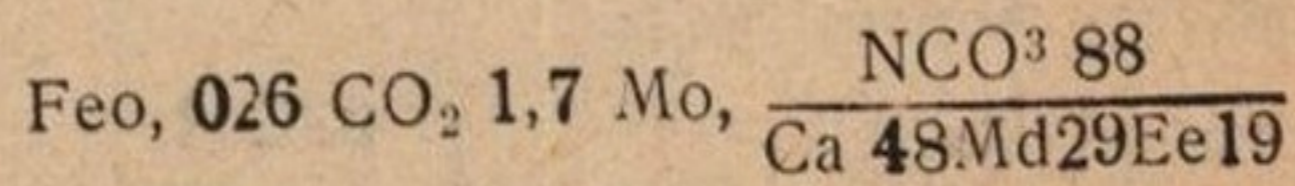
1 ლ წყალში აღმოჩნდა	გრამი	მგ. ეკვ.	ეკვ.
<b>კატიონები</b>			
ამონიუმი			
კალიუმი	+Na	0,0304	1,32
ნატრიუმი			
მაგნიუმი		0,0172	1,41
კალციუმი		0,0560	2,80
რკინა	-Fe I	0,0314	1,12
რკინა			
<b>ჯამი</b>		<b>0,1350</b>	<b>6,65</b>
<b>100%</b>			
<b>ანიონები</b>			
ფტორიდი	არ. განსხ.		
კლორიდი	0,0071	0,20	3,01
ბრომიდი	არ აღმ.		
იოდიდი			
სულფატი	0,0119	0,25	3,76
ჰიდროსულფიდი	არ აღმ.		
კარბონატი	"		
ჰიდროკარბონატი	0,3782	6,20	93,23
ჰიდროარსენატი			
ნიტრიტი			
ნიტრატი			
<b>ჯამი</b>		<b>0,3972</b>	<b>6,65</b>
<b>100%</b>			
<b>არადისოცირებული ნივთიერებები</b>			
სილიციუმის მჟავა	H <sub>2</sub> SiO <sub>3</sub>	0,0234	
მეტაბორის მჟავა	HBO <sub>2</sub>	0,0020	
საერთო მინერალიზაცია		0,5576	



წყლის შემოკლებული ქიმიური ანალიზის შედეგები

წყაროს ან ბურღილის დასახელება      ლებარდე, წყარო № 2  
 ადგილმდებარეობა      ლებარდე  
 სინჯი აღებულია      15.8.71  
 ანალიზი შესრულებულია      9.71  
 დებიტი      10.700 ლ/24 ს.      გამჟვრვალობა      \_\_\_\_\_  
 სუნი      \_\_\_\_\_ გემო      \_\_\_\_\_ ფერი      \_\_\_\_\_  
 წყლის ტემპერატურა      7,5°C      ჰაერის ტემპერატურა      \_\_\_\_\_  
 მშრალი ნაშთი      0,2060 გ/ლ      pH      4,8

<p>ორგანული ნივთიერებების დახასიათება</p>	<p>ნახშირორქანგი თავისუფალი 1, 6720</p> <p>გოგირდწყალბადი საერთო არ განსხ.</p> <p>გოგირდწყალბადი თავისუფალი არ განსხ.</p>
<p>კურლოვის ფორმულა</p>	<p>შენიშვნა</p>



1 ლ წყალში აღმოჩნდა	გრამი	მგ. ეკვ.	ეკვ. %
<b>კატიონები</b>			
ამონიუმი			
კალიუმი +Na	0,0037	0,16	3,36
ნატრიუმი			
მაგნიუმი	0,0168	1,38	29,00
კალციუმი	0,0460	2,30	48,32
რკინა	0,0258	0,92	19,32
რკინა			
<b>ჯამი</b>	<b>0,0923</b>	<b>4,76</b>	<b>100 %</b>
<b>ანიონები</b>			
ფტორიდი			
კლორიდი	0,0071	0,20	4,20
ბრომიდი			
იოდიდი			
სულფატი			
ჰიდროსულფიდი	0,0173	0,36	7,56
კარბონატი			
ჰიდროკარბონატი	0,2562	4,20	88,24
ჰიდროთარსენატი			
ნიტრიტი			
ნიტრატი			
<b>ჯამი</b>	<b>0,2806</b>	<b>4,76</b>	<b>100 %</b>
<b>არადისოცირებული ნივთიერებები</b>			
სილიციუმის მჟავა $H_2SO_3$	0,0234		
მეტაბორის მჟავა $HBO_2$	0,0020		
საერთო მინერალიზაცია	0,3983		

რედაქტორი თ. მაჩაბელი, მხატვრული რედაქტორი ო. გორალევიჩი,  
ტექნიკური რედაქტორი თ. ხუციშვილი, კორექტორი ნ. კირთაძე  
გამომშვები დ. იამანიძე

ს. ბ. № 1628.

გადაეცა წარმოებას 25/IV-80 წ. ხელმოწერილია დასაბეჭდად 6/IV-81 წ.  
საბეჭდი ქალაქი № 2. 70×108<sup>1</sup>/<sub>32</sub>. პირობითი ნაბეჭდი თაბახი 1,57.  
სააღრ.-საგამომც. თაბახი 1,17. პირ. საღ. გატ. 2,88. უე 09830.  
ტირაჟი 2000. შეკვ. 438.

**ფახი 5 კაბ.**

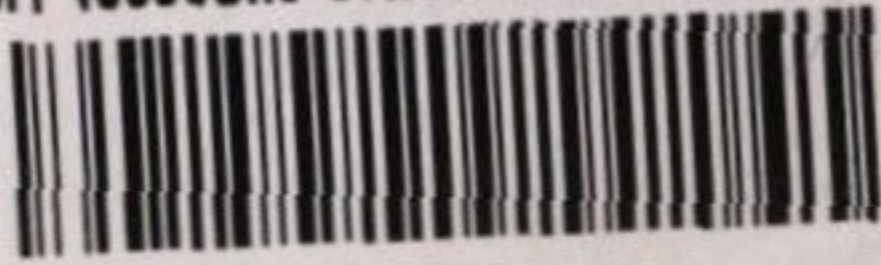
გამომცემლობა „საბჭოთა საქართველო“  
თბილისი, მარჯანიშვილის 5.

საქართველოს სსრ გამომცემლობათა,  
პოლიგრაფიისა და წიგნის ვაჭრობის საქმეთა სახელმწიფო  
კომიტეტის თბილისის № 12 სტამბა  
უშ. ჩხეიძის ქ. № 8

Тбилисская типография № 12 Государственного комитета  
Грузинской ССР по делам издательств, полиграфии и  
книжной торговли. Ул. Уш. Чхеидзе № 8.

n 23/10

პარლამენტის ეროვნული ბიბლიოთეკა



K 50.286/2