

K 44.581
2

ს. ჯ. ხუციშვილი, ვ. მ. მუხომანიძე



სოციალიზმი

საბჭოეთის მშენებლისათვის

პირველი ნაწილი

№ 44581
2

ს. ჯანაშიანი, მ. ჯანაშიანი

სამსახური
ბუნებრივი-
ქიმიკის უწყისი
უწყის უწყისი

მ. შინაგანაწილი, მ. მუხრანელი



ბიბლიოთეკა

საქართველოს
საბჭოთავო ბიბლიოთეკა

საქართველო

K 44581
2



გამომცემლობა „საბჭოთა საქართველო“
თბილისი — 1975



614.213 (C.922) + 615.838 + 615.79 (C.922)



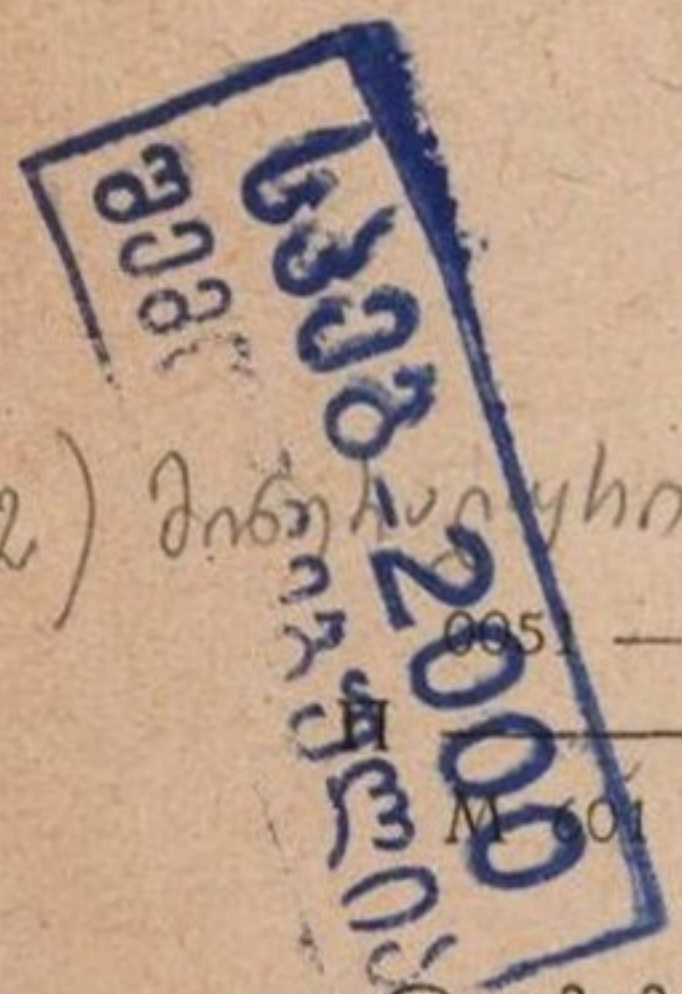
615.8(C 41)
612.213 (47.922)
ფ. 309

ბორჯომი (ბუხოსი)

ბალნეოკლიმატური კურორტი ბორჯომი და მისი სამკურნალო მინერალური წყალი კარგადაა ცნობილი არა მარტო ჩვენს ქვეყანაში, არამედ მის ფარგლებს გარეთაც, მთელ მსოფლიოში.

წინამდებარე სამეცნიერო-პოპულარულ ნაშრომში მკითხველი გაეცნობა კურორტ ბორჯომის განვითარების მოკლე ისტორიას, აგრეთვე მისი ძირითადი ბუნებრივი სამკურნალო ფაქტორის — მინერალური წყლის ფიზიოლოგიურ და თერაპიულ თვისებებსა და გამოყენების მეთოდებს. აქვე მოცემულია აგრეთვე სხვა სამკურნალო ფაქტორების მოკლე დახასიათება.

ბროშურა ძირითადად განკუთვნილია კურორტზე ჩამოსული ავადმყოფებისა და დამსვენებლებისათვის, ამიტომ მასში შეტანილია ზოგიერთი პრაქტიკული ცნობა და რჩევა-დარიგება, რომელთა ცოდნა დაეხმარება მათ კურორტული მკურნალობის წარმატებით ჩატარებაში.



2) მინერალური წყლები სამკურნალო წყლები საქართველოში

0051 — 232
————— 359—74
M 601 (08) — 71

© გამომცემლობა „საბჭოთა საქართველო“, 1975

7322 1813 -48

„უკვე ორი კვირაა, რაც ბორჯომში ვარ. უნდა ითქვას, რომ ეს ერთ-ერთი ულამაზესი ადგილია, რომელიც კი ოდესმე მინახავს... ჩემი აზრით, მსოფლიოში ეს ერთ-ერთი ყველაზე საუცხოო და ღვთაებრივი ადგილია“.

პ. ი. ჩაიკოვსკი

ბორჯომი ჩვენი ქვეყნის ერთ-ერთი ყველაზე პოპულარული და უძველესი კურორტია. იშვიათი ქიმიური შემადგენლობის სამკურნალო მინერალურმა წყალმა, საუცხოო კლიმატმა, მომაჯადოებელმა ბუნებრივმა სილამაზემ და კეთილმოწყობილმა ჯანმრთელობის კერამ საკავშირო მნიშვნელობის ამ ბალნეოკლიმატურ კურორტს დამსახურებულად დაუმკვიდრა მსოფლიო სახელი. ამიტომაც, რომ „კავკასიის მარგალიტი“, როგორც მას დიდი ხანია შეარქვეს, ჩვენი თვალუწვდენელი სამშობლოს ყველა კუთხიდან ყოველწლიურად ასიათასობით ადამიანს იზიდავს სამკურნალოდ და დასასვენებლად.

კურორტი ბორჯომი პატარა ქალაქია 16,700 მუდმივი მცხოვრებით და რაიონის ცენტრს წარმოადგენს. გეოგრაფიულად იგი მდებარეობს აღმოსავლეთ საქართველოს სამხრეთ ნაწილში, მდინარე მტკვრის თვალწარმტაც ხეობაში, რომელსაც ბორჯომის ხეობას უწოდებენ.

საქართველოს დედაქალაქ თბილისიდან ბორჯომი დაშორებულია 150 კმ-ით, ხოლო მოსკოვიდან — 2400 კმ-ით.



თბილისი-მოსკოვის რკინიგზის მაგისტრალთან იგი შირებულა ბორჯომ-ხაშურის განშტოებით; მანძილი სადგურ ხაშურიდან ბორჯომ-ბალამდე 27 კმ-ია.

ბორჯომში ჩამოსვლა ჩვენი ქვეყნის შორეული ქალაქებიდან, გარდა რკინიგზისა, ძალიან მოსახერხებელია თვითმფრინავითაც, თბილისის აეროპორტიდან ბორჯომამდე კომფორტაბელური ავტობუსების რეგულარული მიმოსვლაა დაწყებული. ამ მანძილის გავლას ავტობუსი დაახლოებით 3,5 საათს ანდომებს. ეს კი, არა თუ დამქანცველი, არამედ სასიამოვნო და სასურველიცაა, განსაკუთრებით მისთვის, ვისაც სურს დატკბეს ბუნების სიმშვენიერით, მით უფრო ბორჯომის ხეობის სილამაზით, დაწყებული ტაშისკარიდან თვით ბორჯომ-ბალამდე.

კურორტის ტერიტორიას 6,5 კვ. კმ ფართობი უკავია, მთელ რაიონს კი დაახლოებით — 1200 კვადრატული კილომეტრი. ბორჯომს შუაში ჩაუდის მდინარე მტკვარი, რომელსაც ამ მიდამოებში ორი პატარა მთის მდინარე უერთდება — ბორჯომულა და გუჯარეთის წყალი (იგივე შავი წყალი). ეს მდინარეები კურორტს ხელსაყრელ კლიმატურ და სანიტარულ-ჰიგიენურ პირობებს უქმნის.

სახელწოდება „ბორჯომის“ შესახებ რამდენიმე მოსაზრება არსებობს, რომელთაგან, სამწუხაროდ, დადგენილი არც ერთი არ არის, ზოგიერთი მკვლევარის აზრით, ბორჯომის სახელწოდება დაკავშირებული უნდა ყოფილიყო ომთან. ისინი მიიჩნევენ, რომ „ბორჯომი“ შედგება ორი სიტყვისაგან „ბორჯ“ (სპარსული სიტყვიდან „ბურჯ“ — მაგარი კედელი) და „ომი“ — ბრძოლა. მართლაც, ბორჯომის ვიწრო ხეობა წინათ ომების არენად იყო ქცეული და მაღალი მთებით თავი-

სებურ ბუნებრივ ციხესიმაგრეს წარმოადგენდა. ამ შეხედუ-
ლებას დღეს ყველა როდი იზიარებს.

ბოლო ხანებში გამოითქვა მოსაზრება, რომ „ბორჯომის“
ძირეული ნაწილი „ბორჯი“ ქართული სიტყვაა და ფესვს ნიშ-
ნავს („მცენარემ ბორჯი გაიდგა“), ამიტომ სიტყვა „ბორჯომის“
შინაარსი უმთავრესად ხის შტოებსა და ფესვებთან არის და-
კავშირებული და იგი ასწლოვანი და ხშირი ტყეებით დაბუ-
რულ კუთხეში უნდა წარმოშობილიყო.

ბორჯომის ხეობას ისტორიულად თორის ხეობა, ანუ თო-
რის მხარე ეწოდებოდა. თორი საქართველოს ერთ-ერთ კულ-
ტურულ და ეკონომიურად ძლიერ მხარეს წარმოადგენდა და
სამშობლოს საზღვრების დაცვის თვალსაზრისით დიდი სტრა-
ტეგიული მნიშვნელობა ჰქონდა. ბევრი თვალსაჩინო მოღვა-
წე და ჯარის სარდალი გამოსულა ამ მხარიდან. არსებობს
ასეთი აზრიც, თითქოს წარმოშობით აქედან იყო და აქ მოღვა-
წეობდა გენიალური ქართველი პოეტი და მოაზროვნე შოთა
რუსთაველი.

საქართველოს ძველთაგანვე ურიცხვი მტერი ეხვეოდა.
იგი, გარდა ბუნებრივი სიმდიდრისა, დამპყრობთა ყურადღე-
ბას თავისი გეოგრაფიული მდებარეობითაც იქცევდა (საქარ-
თველოზე მსოფლიო სავაჭრო გზები გადიოდა). დღევანდელი
ბორჯომის ხეობა საქართველოს წინააზიისა და დასავლეთის
ქვეყნებთან აკავშირებდა. ამიტომაც იყო, რომ მტერი სამ-
ხრეთის კარიდან, ე. ი. დღევანდელი ბორჯომის ხეობიდან,
ცდილობდა ქართლის საზღვრების გადმოლახვას.

განსაკუთრებით დიდი ზარალი განუცდია საქართველოს
ამ ნაწილს VII—VIII სს. ას წელზე მეტხანს აქ თარეშობ-
დნენ ბიზანტიელები და არაბები. არც შემდეგში ყოფილა

მოსვენებული ჩვენი ქვეყანა. ამის უტყვი მოწმეებია ციხესიმაგრეთა ნაშთები, რომლებიც დღესაც მრავლადაა შემორჩენილი საქართველოში.

XI—XII საუკუნეებში საქართველო ისევ მომძლავრდა. განთავისუფლებული თორის მხარე აღორძინებულა თამარის მეფობის ხანაში, მაგრამ დროებით. XIII—XIV საუკუნეებში კვლავ მოეძალა მტერი საქართველოს.

XIII ს. 30-იან წლებში დაიწყო მონღოლთა ბატონობა, რომელიც ას წელზე მეტხანს გაგრძელდა. განსაკუთრებით მძიმე იყო თემურლენგის შემოსევა (1386—1403 წწ.), ქართველები არ ურიგდებოდნენ მონობას და მედგარ ბრძოლებს უმართავდნენ დამპყრობლებს. გამუდმებულმა ომებმა აქაური მოსახლეობა სრულ ამოწყვეტამდე მიიყვანა.

XVI ს. მიწურულში თორის მხარე თურქებმა დაიპყრეს. ისტორიაში შემონახულია ცნობები, რომ 1595 წელს ამ მხარის გადარჩენილი გატანჯული მოსახლეობა მთლიანად აყრილა და შიდა ქართლში გადასახლებულა. დღევანდელი კურორტის ტერიტორია თურქედიისა და საქართველოს ახალ სასაზღვრო და საომარ ზონად გამხდარა. შედარებით მოგვიანებით, XVII საუკუნის ბოლოს ქართველებს თურქები ახალციხისაკენ გაუდევნიათ, მაგრამ მტკვრის ხეობას სიცოცხლის ნიშანწყალი არ ემჩნეოდა და ერთ დროს აყვავებული მხარე ისევ გავერანებულა, რომ იქ ადამიანის გავლაც კი საშიში ყოფილა.

მოდლებული მტრების მუდმივი შემოსევებისაგან ილაჯ-გაწყვეტილმა საქართველომ მხოლოდ რუსეთთან ნებაყოფლობითი შეერთების შემდეგ ჰპოვა მშვიდობა. რუსეთ-თურქეთის ბრძოლაში თურქეთი დამარცხდა და 1828 წელს სა-

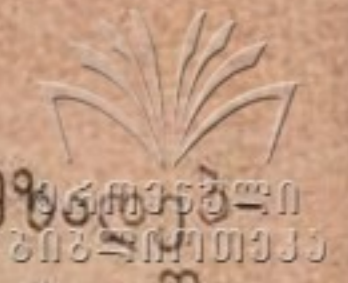
ქართველომ დაიბრუნა თურქეთის მიერ XVI საუკუნეში მი-
ტაცებული ახალციხის რაიონი. მშვიდობა დამყარდა თორის
მხარეშიც. სწორედ აქედან იწყება მისი ისტორიის ახალი ხა-
ნა. ამ პერიოდში დაცარიელებული და უდაბური ტყეებით
დაფარული ლამაზი ხეობა ხელახლა დასახლებულა. ქართველ-
მა თავადებმა ავალიშვილებმა თავიანთ საბატონო მამულებში
დააბრუნეს ერთ დროს ქართლში გახიზნული ყმაგლეხები.
რუსეთის მთავრობამ მტკვრის ხეობაში პოლტავისა და ჩერნი-
გოვის გუბერნიებიდან უკრაინელთა 200 კომლი ჩამოასახლა.

1830 წელს თორის ხეობას პირველად ეწოდა ბორჯომის
ხეობა.

ამრიგად, ბორჯომის ხეობაში XIX საუკუნის 30-იანი წლე-
ბიდან განახლდა საუკუნეების მანძილზე შეწყვეტილი მშვი-
დობიანი ცხოვრება, მაგრამ ისტორიული ბედუკუდმართობით
იმდენად იყო გავრანებული საქართველოს ეს ულამაზესი და
უმდიდრესი კუთხე, რომ შემდგომი თაობისათვის ძნელი გახ-
და წარსულის აღდგენა. ამ მხარის წარსულ დიდებაზე, ქარ-
თველი ხალხის შრომისა და ბრძოლისუნარიანობაზე დალა-
დებს მატერიალური კულტურის შემორჩენილი ძეგლები ცი-
ხესიმაგრეების, კოშკებისა და ტაძრების ნანგრევების სა-
ხით.

ბევრი რამ ახლად იქნა „აღმოჩენილი“. ასეთი ბედი ეწია
ბორჯომის მინერალურ წყაროსაც.

ის ტერიტორია, სადაც დღეს მინერალური წყლების პარ-
კია გაშენებული, გასული საუკუნის დასაწყისში დაბურული
და გაუვალი ტყით ყოფილა დაფარული. რუსეთ-თურქეთის
ომის წლებში ბორჯომთან ახლოს, ქ. გორში დაბანაკებულა
ხერსონის გრენადერთა პოლკი. 1825 წელს ჯარისკაცთა



ჯგუფს, რომელიც ხე-ტყის მასალისა და შეშის დასამუშავებლად ბორჯომის ხეობაში გაუგზავნიათ, — დაბურულ ტყეში, მდინარე ბორჯომულას ნაპირას შემთხვევით მიუგნია მიწიდან მოჩუხჩუხე თბილი წყაროები. ჯარისკაცებს წყალი მოსწონებიათ და ბოთლებით წაუღიათ გორში. პოლკის მეთაურ პოპოვს კუჭის ავადმყოფობა ჰქონია. იგი ახლად აღმოჩენილი წყლით დაინტერესებულა, წასულა ბორჯომში და ამ მინერალურ წყალს განუკურნებია.

ბორჯომის მინერალური წყლების სამკურნალო თვისებები უკვე იმდენად ცნობილი გახდა, რომ ამიერკავკასიის მთავარ-მმართველ ე. გოლოვინს 1845 წელს თბილისიდან ბორჯომში სამკურნალოდ თავისი ავადმყოფი ქალიშვილი ეკატერინე წაუყვანია. ხელისუფლების მაღალი წარმომადგენლის ჩამოსვლისათვის სასწრაფოდ აუგიათ სააბაზანო და მსუბუქი ტიპის საცხოვრებელი სახლი. გოლოვინის ქალიშვილი ბორჯომში სრულიად განკურნებულა. ამის აღსანიშნავად მინერალური წყლის წყაროებისათვის შეურქმევიათ საპატრო სტუმართა სახელები, ერთისთვის — „ეკატერინეს წყარო“ (ამჟამად № 1 წყარო), ხოლო მეორისათვის გოლოვინის სახელის მიხედვით „ევგენის წყარო“ შეურქმევიათ (ევგენის, ანუ № 2 წყარო არსებობდა № 1 წყაროს გვერდით), რომელიც გეოლოგიური მოსაზრებით რამდენიმე წლის წინათ გაუუქმებიათ.

ბორჯომისა და მისი მინერალური წყლების ნამდვილი ისტორია კი, როგორც ზემოთაც აღვნიშნეთ, ბევრად უფრო ადრე, შორეულ წარსულში იწყება. სხვანაირად არ შეიძლებოდა. ისეთ აყვავებულ და კულტურულ-ეკონომიურად მოწინავე მხარეში, როგორიც იყო თორი (ახლანდელი ბორჯომის ხეობა), ძნელი დასაჯერებელია, ადგილობრივ მოსახ-

ლეობას არ სცოდნოდა თბილი და სასმელად გემრიელი
კურნალო წყლების არსებობა.

მართლაც, მოგვიანებით სრულიად გამართლდა ეს ვარა-
უდი. 1913 წელს მინერალური წყლების პარკში საკაპტაუო
სამუშაოების წარმოებისას „ეკატერინეს წყაროსთან“ მიწაში
აღმოჩნდა უხეშად გათლილი ქვის აბაზანები. პროფ. პ. ვინო-
გრადოვ-ნიკიტინის აზრით, ეს აბაზანები გაკეთებული უნდა
იყოს შორეულ წარსულში, არანაკლებ 1000 წლის წინათ,
ანდა შეიძლება ჩვენი წელთაღრიცხვის დასაწყის პერიოდში.

ამ ფაქტის შემდეგ საეჭვოდ აღარ უნდა მივიჩნიოთ, რომ
ბორჯომის მინერალურ წყლებს ქართველები ძველთაგანვე
იცნობდნენ და სამკურნალოდაც იყენებდნენ. მაგრამ უცხო-
ელი დამპყრობლების — რომაელების, არაბების, მონღოლე-
ების, თურქების, სპარსელებისა და სხვა ჯურის მოძალადეთა
წინააღმდეგ ბრძოლებში შეწყდა სიცოცხლე საქართველოს ამ
დიდებულ მხარეში და მასთან ერთად გაქრა მისი ისტორიაც.
აი რით აიხსნება, რომ 150 წლის წინათ, 1825 წელს ხელახლა
მოხდა ბორჯომის „ოფიციალური აღმოჩენა“, მისი „მეორედ
დაბადება“.

1848 წ. კავკასიაში მეფისნაცვლად მ. ვორონცოვი დანიშ-
ნეს. ბორჯომის სილამაზე, მისი მინერალური წყლების შესა-
ნიშნავი სამკურნალო თვისებები და საუცხოო დასასვენებელი
ადგილები მხედველობიდან არც ვორონცოვს გამორჩენია. მას
თავის საზაფხულო რეზიდენციად ბორჯომი აურჩევია და კი-
დეც უზრუნიათ მისი კეთილმოწყობისათვის: მინერალუ-
რი წყაროების ტერიტორიაზე და მის მალლა, სადგურის
პლატოზე პარკები გაუშენებიათ, მინერალური წყლის ბიუვე-
ტები მოუპირკეთებიათ. აუგიათ ახალი სააბაზანო და საცხოვ-

რებელი შენობები. მდინარე მტკვარზე ბორანის ნაცვლად
ზიდი აუგიათ. ამ კეთილმოწყობილმა სამუშაოებმა ისედაც მო-
მაჯადოებელი ბუნებრივი სილამაზისა და მრავალფეროვანი
სამკურნალო ფაქტორების მქონე ბორჯომი კიდევ უფრო
ცნობილი გახადა და მრავალი სტუმარი მიიზიდა. აქ სამკურ-
ნალოდ ჩამოსვლა დაიწყო რუსეთის მაღალი ფენის შეძლე-
ბულმა საზოგადოებამ, რომელიც მანამდე საზღვარგარეთის
კურორტებზე მკურნალობას ამჯობინებდა.

ბორჯომი მალე ჩადგა ცნობილი კურორტების რიგში. ამა-
ზე ნათლად მეტყველებს მედიცინის დოქტორის ვ. პ. რაევინა
აზრი ბორჯომის შესახებ. გასული საუკუნის 90-იან წლებში
გამოქვეყნებულ წიგნში „ბორჯომი — კავკასიის ვიში“ იგი
წერს, ბორჯომი თავისი კეთილმოწყობით და სამკურნალო
მნიშვნელობით ევროპის საუკეთესო კურორტების გვერდით
შეიძლება იყოს დაყენებული. მისი შეფასებით, იმდროინდე-
ლი ბორჯომი ბევრად ჯობდა ისეთ კურორტებს, როგორცაა
პიატიგორსკი, ჟელეზნოვოდსკი და ესენტუკი.

მეფის მთავრობის მოხელეები ერთგვარ მზრუნველობას
იჩენდნენ კურორტ ბორჯომის კეთილმოწყობისათვის, მაგრამ
ისინი მხოლოდ პირადი ინტერესებიდან გამოდიოდნენ, ად-
გილობრივ მოსახლეობაზე ზრუნვა ნაკლებად აწუხებდათ.

მეფისნაცვალ ვორონცოვი ოცნებობდა ბორჯომის ხელში
ჩაგდებაზე, ადგილობრივ მოსახლეობას უნდობლად უყურებ-
და და მისი აყრა-გადასახლების გეგმებს აწყობდა. საქმე
ჩქამდეც კი მივიდა, რომ ვორონცოვის ინიციატივით 1852
წელს მეფის ხაზინამ სასამართლო მოლაპარაკების გზით ბორ-
ჯომის ხეობა რაღაც გროშების საფასურად შეისყიდა მისი
ადგილობრივი მებატრონებისაგან — ავალიშვილებისაგან.

1853 წელს ვორონცოვმა ბორჯომში პოლტავისა და ჩერნიგოვის გუბერნიებიდან უკრაინელთა 200 კომლი ჩამოასახლა, მაგრამ ადგილობრივ მოსახლეობას ვერაფერი მოუხერხა. ახლად გადმოსახლებული „მალოროსიელები“ ქართველებთან ადვილად შეთვისებულან, რითაც ვორონცოვის იმედები გაუცრუებიათ. ბორჯომში დღესაც ცხოვრობს გაქართველებულ უკრაინელთა რამდენიმე ოჯახი.

1862 წელს კავკასიაში მეფისნაცვლად დანიშნეს დიდი მთავარი მ. ნ. რომანოვი, რუსეთის იმპერატორის ალექსანდრე II ბიძა. მასაც ძალიან მოსწონებია ბორჯომი და განუზრახავს მისი ხელში ჩაგდება. მ. რომანოვს 1871 წელს ბორჯომში მავრიტანული ტიპის დიდებული სასახლე აუშენებია (საბჭოთა ხელისუფლების წლებში ამ სასახლეში 1968 წლამდე სანატორიუმი „გორნოე უშჩელიე“ ფუნქციონირებდა, ახლა კი მის ადგილზე მრავალსართულიანი სანატორიუმის შენობაა აღმართული). სასახლის გახსნასთან დაკავშირებით ზეიმზე იმპერატორი ალექსანდრე II მოუწვევიათ. ბორჯომის ხილვით ნასიამოვნებ და მეფისნაცვლის ერთგული სამსახურით კმაყოფილ იმპერატორს გულუხვობა გამოუჩენია: ბორჯომის მამული თავისი ტყეებითა და მინერალური წყლებით სამუდამო მემკვიდრეობის უფლებით მიხეილ რომანოვისათვის უჩუქებია.

1869 წელს მდინარე მტკვარზე რკინის ხიდი ააგეს. მინერალურ წყლების მმართველად მედიცინის დოქტორი ა. რემერტი იქნა მოწვეული, რომლის ინიციატივით კურორტის ცენტრში გაშენდა პარკი („რემერტის ბაღი“, ამჟამად ოქტომბრის რევოლუციის პარკი), მინერალური წყლების პარკში აშენდა მინერალური წყლების ჩამომსხმელი ქარხანა (ამ შე-

ნობაში ამჟამად მოწყობილია მინერალური წყლის ბიუვეტი, აქვეა მოთავსებული კურორტის საკონფერენციო დარბაზი და სამკითხველო). მ. რომანოვის მემკვიდრეს ნიკოლოზს საცხოვრებლად ლიკანი აურჩევია, სადაც მან ჯერ საუცხოო პარკი გააკეთა, ხოლო 1895—98 წლებში დიდებული სასახლე აიშენა; საკუთარი სასახლეების გასანათებლად ბორჯომში რომანოვებმა ააგეს ჰიდროელექტროსადგური (რომელიც სხვათა შორის, ერთ-ერთი პირველთაგანი იყო მთელ რუსეთში). მოაწყვეს ჩანჩქერი, საცურაო აუზები, გაიყვანეს რკინიგზა და ა. შ. მაგრამ ყოველივე ამ სიკეთით მხოლოდ რომანოვები და მათთან დაახლოებული დიდგვაროვანი ფეოდალები სარგებლობდნენ.

ოქტომბრის რევოლუციის შემდეგ კურორტები, მათ შორის ბორჯომიც, ხალხის კუთვნილებად იქცა. საბჭოთა ხელისუფლების დამყარების შემდეგ დაიწყო და შეუნელებელი ტემპით მიმდინარეობს კურორტი ბორჯომის მშენებლობა და კეთილმოწყობა. ოქტომბრის რევოლუციამ რომანოვების ყოფილი სასახლეების კარები ფართოდ გაუღო მშრომელ ხალხს. კურორტზე აშენდა კეთილმოწყობილი სანატორიუმები, დასასვენებელი სახლები, სასტუმროები, პანსიონატები, ბალნეო-ფიზიოსამკურნალოები, მინერალური წყლის ჩამომსხმელი ქარხნები, სამგზავრო საჰაერო-საბაგრო გზა და სხვა ობიექტები. კეთილმოწყობილ იქნა მინერალური წყლის ბიუვეტები, ფართო ჰიდროგეოლოგიური საძიებო სამუშაოების შედეგად აღმოჩენილ იქნა და ხალხის სამსახურში ჩადგა ახალი წყაროები, რითაც ათჯერ მეტად გაიზარდა მინერალური წყლის სავრთო დებეტი და დღევანდელი ბორჯომი საკავშირო მნიშვნელობის მოწინავე კურორტად იქცა.

ავადმყოფთა მკურნალობის პრაქტიკული საქმიანობის რალელურად კურორტზე ფართოდაა გაშლილი სამეცნიერო-კვლევითი მუშაობა ბორჯომის ბუნებრივი სამკურნალო ფაქტორების, პირველ რიგში მისი მინერალური წყლის სამკურნალო თვისებებისა და ორგანიზმზე მოქმედების მექანიზმების შესწავლის მიზნით.

ბორჯომის სამკურნალო ფაქტორების შესახებ რამდენიმე ასეული მეცნიერული ნაშრომი და მონოგრაფიაა დაწერილი. ჩატარებული მეცნიერული კვლევის ისტორია შეიძლება ორ პერიოდად გავყოთ:

I — ოქტომბრის რევოლუციამდელი და II — რევოლუციის შემდგომი. რევოლუციამდელ პერიოდში განვლილი 100 წლის მანძილზე შესრულებული შრომები (რომელთა რაოდენობა 60-მდე აღწევს) ძირითადად მიზნად ისახავდა ბორჯომისა და მისი მინერალური წყლების პოპულარიზაციას. იმდროინდელი რუსეთის არისტოკრატია უმთავრესად საზღვარგარეთის კურორტებზე მკურნალობდა, რაც ერთგვარ მოდად იყო ქცეული. მეფის მთავრობა მიხვდა, რომ ამასთან დაკავშირებით უცხოეთში დიდძალი ოქრო გადიოდა, საჭირო იყო საკუთარი კურორტებისათვისაც მიექცია ყურადღება. ამით იყო ნაკარნახევი, რომ რუსეთის გამოჩენილ კლინიცისტებს დაევალათ ბორჯომის მინერალური წყლების სამკურნალო თვისებებზე დაკვირვების ჩატარება და მათი პოპულარიზაცია. ეს მუშაობა ნამდვილი მეცნიერული გზით მხოლოდ საბჭოთა ხელისუფლების წლებში წარიმართა და განსაკუთრებით ფართო მასშტაბი მიიღო საკ. კბ (ბ) ცენტრალური კომიტეტის 1931 წლის დადგენილების შემდეგ.

მიუხედავად იმისა, რომ კურორტ ბორჯომში რაიმე სპე-



ციალური სამეცნიერო-კვლევითი დაწესებულება არ არსებობს, კურორტზე ძირითადად პროფკავშირების ლიკანის საბაზო სანატორიუმის ბაზაზე ყველა პირობაა შექმნილი მეცნიერული კვლევა-ძიების თანამედროვე დონეზე წარმართვისათვის. საქართველოს კურორტოლოგიისა და ფიზიოთერაპიის სამეცნიერო-კვლევით ინსტიტუტთან, თბილისის სახელმწიფო სამედიცინო ინსტიტუტთან, ხოლო უკანასკნელ წლებში გასტროენტეროლოგიის საკავშირო სამეცნიერო-კვლევით ინსტიტუტთან კურორტის მჭიდრო შემოქმედებითა ურთიერთობამ განაპირობა ბორჯომის სამკურნალო ფაქტორების ღრმა მეცნიერული შესწავლა და დაავადებათა დიაგნოსტიკისა და მკურნალობის ახალი მეთოდების პრაქტიკაში დაწერვა.

კურორტ ბორჯომში ხანგრძლივი და მეტად სასარგებლო მეცნიერულ და პრაქტიკულ საქმიანობას ეწეოდნენ ცნობილი მეცნიერები ა. ალადაშვილი, ი. კონიაშვილი, მ. მიქელაძე, გ. დიდებულიძე, კ. ერისთავი, ს. ყიფშიძე, ვ. ანდლულაძე, ო. სტეპუნნი, მ. ტყემალაძე და სხვ.

ბორჯომის სამკურნალო ფაქტორებს თავიანთი მეცნიერული გამოკვლევები მიუძღვნეს ს. ყიფშიძემ, მ. ლეჟავამ, ვ. გოკიელმა, მ. ნოდიაშვილმა, ა. ჟღენტმა და სხვ.

კურორტზე გაშლილია სამეცნიერო-კვლევითი მუშაობა. კურორტზე მომუშავე პრაქტიკოსმა ექიმებმა მრავალი მეცნიერული შრომა შეასრულეს. უკანასკნელი 15 წლის განმავლობაში 16 ექიმმა დაიცვა საკანდიდატო დისერტაცია.

ბორჯომში ავადმყოფებს უტარდებათ კომპლექსური კურორტული მკურნალობა, რომელიც გულისხმობს უპირატესად ბუნებრივი ფაქტორების გამოყენებას.

ბორჯომის ძირითად ბუნებრივ სამკურნალო ფაქტორებს მიეკუთვნება მსოფლიოში განთქმული მისი ძვირფასი სამკურნალო მინერალური წყალი და საუცხოო კლიმატი. თავისთავად ეს ფაქტორები მეტად მაღალ თერაპიულ ეფექტს იძლევა, მაგრამ მკურნალობის მაქსიმალური შედეგების მისაღწევად ფართოდ გამოიყენება მკურნალობის სხვა საშუალებანიც — ტალახით მკურნალობა, სამკურნალო კვება, სამკურნალო ფიზკულტურა, ფიზიოთერაპიული პროცედურები და, საჭიროების მიხედვით, მედიკამენტები.

მკურნალობის მთელი კომპლექსი ტარდება განსაზღვრულ სანიტარულ-კურორტული რეჟიმის ფონზე.

მოკლედ გავეცნოთ ამ სამკურნალო ფაქტორებს.

კ ლ ი მ ა ტ ი

ბორჯომი მდებარეობს ზღვის დონიდან 810—850 მეტრის სიმაღლეზე. იგი დაბალმთიანი კურორტების ჯგუფს მიეკუთვნება. კურორტი თითქმის ყოველი მხრიდან გარშემორტყმულია მთებით, რომლებიც ძირითადად წიწვიანი ტყეებითაა დაფარული. სამხრეთიდან მას ესაზღვრება თრიალეთის ქედი, ხოლო ჩრდილოეთიდან ვახანის მთაგრეხილი, რომელიც ბორ-



ჯომს გამოყოფს იმერეთის რაიონებისაგან. ზოგიერთი საზღვრე მთის სიმაღლე 2000—2500 მეტრს აღწევს. ასეთი გეოგრაფიული მდებარეობა ბორჯომს ხელსაყრელ კლიმატურ პირობებს უქმნის.

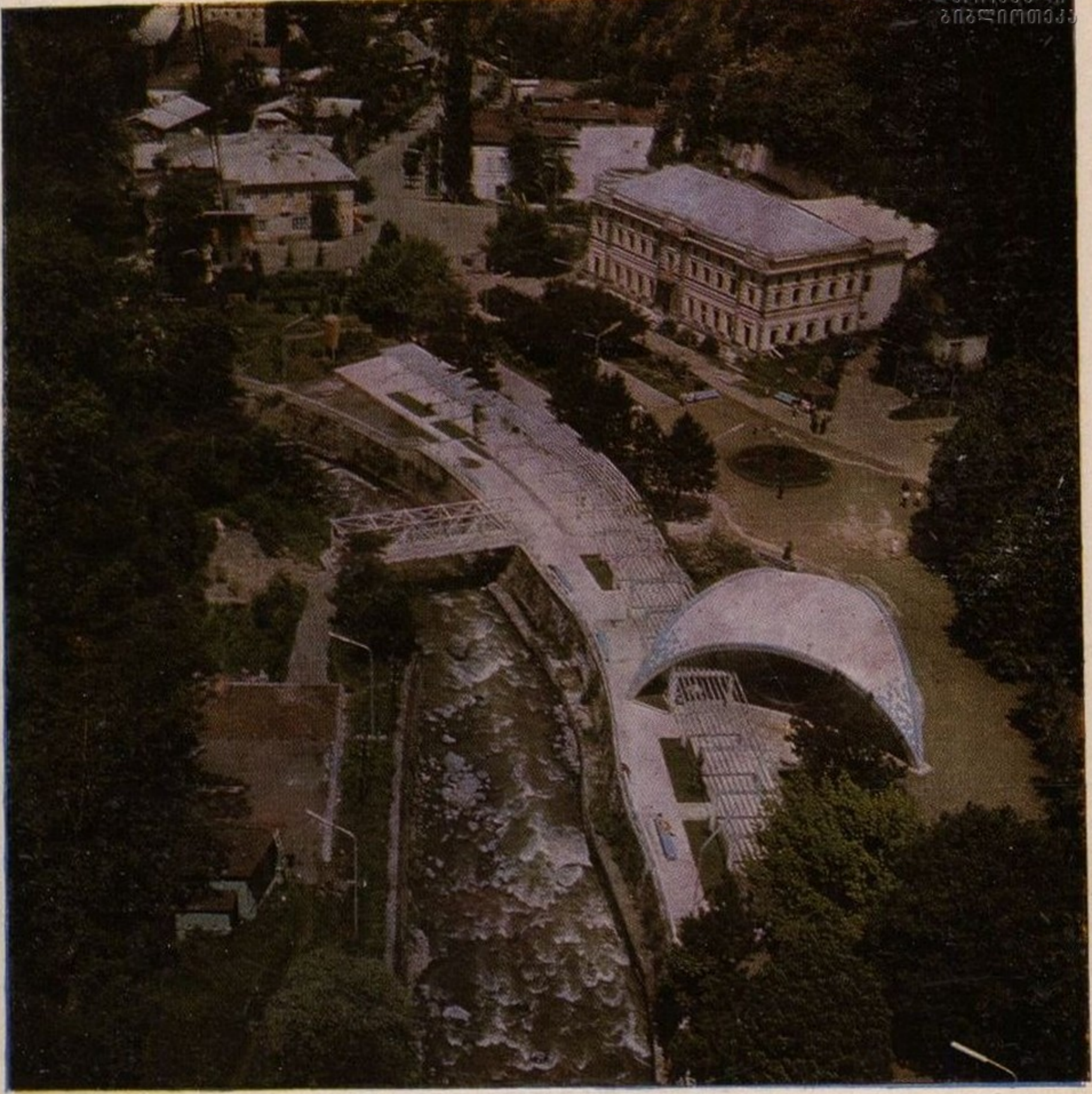
იგი დაცულია ძლიერი ატმოსფერული დინებათა შემოჭრისა და ტემპერატურისა და ნალექების მკვეთრი მერყეობისაგან. ჩრდილოდასავლეთით მდებარე აჭარა-იმერეთის ქედი აფერხებს დასავლეთის ნოტიო ჰაერის მასების თავისუფალ გადმოადგილებას და ამით ამცირებს შავი ზღვის ჰიდროთერმულ გავლენას. ამიტომ ნალექების რაოდენობა ბორჯომში მნიშვნელოვნად ნაკლებია, ვიდრე ამ ქედის ჩრდილო-დასავლეთ ფერდობზე.

მტკვრის ხეობაში აღმოსავლეთის მხრიდან ცივი ჰაერის მასების შემოჭრისას ჰაერის ტემპერატურა ერთგვარად დაბლა ეცემა, მცირდება ღრუბლიანობა და ნალექები. ამიტომაც ბორჯომში უმეტესად მშრალი, უღრუბლო და უქარო ამინდია.

კურორტის კლიმატის ფორმირებაში დიდი მნიშვნელობა აქვს აგრეთვე ადგილობრივ პირობებს — ზღვის დონიდან რელიეფის სიმაღლეს, მდინარეებისა და ირგვლივ არსებული მცენარეული მწვანე სამოსელის არსებობას. ამის გამო ბორჯომის კლიმატი ხასიათდება როგორც დაბალი მთის თბილი, ზომიერტენიანი კლიმატი, ტემპერატურის არამკვეთრი სადღეღამისო მერყეობით. საშუალო წლიური ტემპერატურა შეადგენს 9,1°-ს. საშუალო თვიური ტემპერატურა ზაფხულის თვეებში 19,8—20,1°-ის ფარგლებშია, ხოლო ზამთრის თვეებში ნულს ქვევით ბევრად არ სცილდება და 0,3 (—2,3°)-მდე



ეროვნული
ბიბლიოთეკა



კურორტ ბორჯომის საერთო ხედი.





ხიდი.



ეცემა. ეს იმაზე მიუთითებს, რომ ბორჯომში ზაფხული ღრმად
ლი, მაგრამ უსიცხოა, ხოლო ზამთარი რბილი.

ატმოსფერული წნევა საშუალოდ შეადგენს ვერცხლის-
წყლის სვეტის 695 მმ, ხოლო მერყეობა — 680—710 მმ-ს.

ტენიანობა ბორჯომში ზომიერია. საშუალო წლიური
ფარდობითი ტენიანობა 78%-ს შეადგენს.

ბორჯომში ხშირია უქარო ამინდი. ქარის საშუალო სიჩქა-
რე 1,3—1,4 მ/წ არ აღემატება. ქარი უმეტესად მტკვრის ხეო-
ბის გაყოლებით ქრის. ბორჯომისათვის დამახასიათებელია,
რომ ქარი დილით და საღამოს დადმავალი მიმართულებისაა.
ამ თვალსაზრისით, ბორჯომში ჰაერის ვენტილაციისათვის
კარგი პირობებია შექმნილი.

185
46
X

ბორჯომში ნალექების საშუალო წლიური რაოდენობა
580 მმ-ს შეადგენს. შედარებით უფრო წვიმიანია გაზაფხული
და ზაფხულის დასაწყისი (მაისი, ივნისი). ყველაზე უღრუბ-
ლო და მზიანი დღეები ზაფხულში და შემოდგომითაა — ივ-
ლისიდან ოქტომბრის ჩათვლით. წლის განმავლობაში ნათელ
დღეთა რიცხვი 250-მდე აღწევს, მზის ნათების ხანგრძლივობა
კი 2000 საათზე მეტს შეადგენს.

ზამთარში ნალექები უმთავრესად თოვლის სახით მოდის.
პირველი თოვლი აქ ზოგჯერ ოქტომბრის ბოლოს ან ნოემბრის
დასაწყისში გამოჩნდება ხოლმე და შეიძლება აპრილამდეც
გასტანოს. მდგრადი თოვლი ჩვეულებრივ დეკემბერ-მარტში
გვხვდება, თუმცა ნიადაგის ზედაპირი ამ პერიოდშიც ხშირად
თავისუფალია თოვლის საბურველისაგან. თოვლი აქ დიდი არ
იცის. მისი სიმაღლე ცალკეულ დღეებში 20—50 სმ შეადგენს.
იშვიათად, მაგრამ ზოგჯერ 70—80 სმ-მდეც აღწევს. ადრე

2. შ. ფარჯანაძე, ვ. მახათაძე



გაზაფხულზე და გვიან შემოდგომით, მართალია, კურორტის ტერიტორიაზე თოვლი არ არის, მაგრამ ირგვლივ მდებარე მთის მწვერვალებზე იგი არაიშვიათია. ამიტომ აქ აპრილსა და ოქტომბერში ზოგჯერ დილის ყინვებია.

თოვლის საბურველი ბორჯომის ხეობის მთიან ზონაში ბევრად უფრო მაღალი და მდგრადია. ბაკურიანში (ზღვის დონიდან 1700 მ) თოვლი მთელი ზამთრის განმავლობაში მდგრადია, რაც ხელსაყრელ პირობებს ქმნის სათხილამურო სპორტული შეჯიბრებების ჩასატარებლად.

ბორჯომის სხვადასხვა უბანში რელიეფური თავისებურების გამო განსხვავებული მიკროკლიმატია, ამ მხრივ ყველაზე უფრო უკეთესი პირობებია 26 კომისრების სახელობის პლატოზე და მდინარე მტკვრის მარცხენა სანაპირო ზოლში, განსაკუთრებით პროფკავშირების ლიკანის სანატორიუმის მიდამოებში. შედარებით უარესი მიკროკლიმატური პირობებია მდინარე ბორჯომულას ხეობაში, მინერალური წყლების პარკის მიდამოებში, სადაც ზამთარში მეტი ქარი და სიცივეა, ზაფხულში კი, განსაკუთრებით საღამოს საათებში, ტენიანობა და სიგრძილეა. სამაგიეროდ ეს ადგილები თავისი სილამაზით განსაკუთრებით მომხიბლავია და უამრავ დამსვენებელს იზიდავს.

ბორჯომი წლის ყველა დროში ლამაზია, მაგრამ შემოდგომის დასაწყისში კიდევ უფრო მომხიბლავი ხდება, როდესაც ტყის საფარველი სხვადასხვა ფერით ირთვება. მკურნალობისა და დასვენებისათვის აქ ყოველთვის კარგი პირობებია.

ჰიდროგეოლოგია და სამკურნალო
მინერალური წყლის ქიმია

ბორჯომის რელიეფი, როგორც აღვნიშნეთ, შედარებით რთული და მრავალფეროვანია.

დედამიწის განვითარების ადრეულ პერიოდში კავკასიის ნაწილი და მათ შორის ახლანდელი ბორჯომის ტერიტორიაც ზღვით იყო დაფარული. მოგვიანებით, ზღვას ეს ადგილები დაუტოვებია და ხმელეთი გაჩენილა, და ბოლოს ვულკანური და ეროზიული პროცესების შედეგად დღევანდელი სახით ჩამოყალიბებულა.

ბორჯომის რაიონის დაბა ბაკურიანთან ახლოს, ახალქალაქის ზეგანზე ზღვის დონიდან 1700 მ სიმაღლეზე დღესაც შეიძლება ნახვა მუხერის ვულკანის ჩამქრალი კრატერისა. შორეულ წარსულში ამ ვულკანიდან ამოფრქვეული ლავა დაშვებულა ჩრდილოეთ ბორჯომულასა და გუჯარეთის წყლის კალაპოტის მიმართულებით, მდინარე მტკვრამდე მიულწევია და შეუქმნია სადგურის პლატო. სწორედ აქ, პლატოს შემადგენლების ორივე მხარეს, ბორჯომულასა და გუჯარეთის წყლის ხეობებში უპოვიათ გამოსავალი ბორჯომის ცნობილ მინერალურ წყლებს.

მრავალი წლის განმავლობაში ჩატარებული გეოლოგიური კვლევა-ძიების შემდეგ (ბ. აბიხი, ა. კონშინი, კ. ფოხტი, ვ. ობრუჩევი, ა. ოგილევი, ა. ოვჩინიკოვი, ა. ჯანელიძე, ს. ჩიხელიძე, პ. გამყრელიძე, ი. ბუაჩიძე და სხვ.) დადასტურებულია, რომ ბორჯომის მინერალური წყლების რაიონში გავრცელებულია ე. წ. ფლიშური ნალექები, რომლებიც აქ წარმოდგენილია კირქვიანი ქვიშაქვების, თიხების, მერგელის

ბის და ფიქლების მონაცვლეობით. ალაგ-ალაგ (მინერალური წყლების პარკის შესასვლელთან) მაგმური ქანებიცაა, სადაც დიაბაზებია შეჭრილი დასახელებულ ქანებში. პლატოს მიდამოებში კი ვულკანური ნალექები უმთავრესად წარმოდგენილია ანდეზიტების სახით.

გამოკვლევებით აგრეთვე დადგენილია, რომ ბორჯომის მინერალური წყლის საბადო წარმოადგენს ერთ აუზს, საიდანაც გამოსავალს პოულობს ყველა წყარო და ბურღილი. ამით აიხსნება, რომ კურორტის ტერიტორიაზე არსებული სხვადასხვა წყაროს მინერალური წყლები ერთი ტიპისაა. მათი ქიმიური შემადგენლობა ძირითადად ერთნაირია, განსხვავებულია მხოლოდ ზოგიერთი დეტალი და ტემპერატურა.

ამჟამად ბორჯომში მოქმედებს სამკურნალო მინერალური წყლის 10 ბურღილი:

№ 1 — (ყოფილი „ეკატერინეს წყარო“) ს. ორჯონიკიძის სახელობის მინერალური წყლების პარკშია;

№ 2 — იქვე ახლოს, ამ პარკში შესასვლელთან, მდინარე ბორჯომულას მარცხენა ნაპირზე;

№ 4 ა — მდინარე გუჯარეთის წყლის ხეობაში, მინერალური წყლის ჩამომსხმელი ქარხნის ტერიტორიაზე;

№ 41 ა — კურორტის ცენტრში, მდინარე მტკვრის მარცხენა ნაპირზე;

№ 101 — (ყოფილი № 5) პანსიონატი, „ბახტრიონის“ ტერიტორიაზე;

№ 59 — ჯანდაცვის სამინისტროს IV მთავარი სამმართველოს სანატორიუმის ტერიტორიაზე;

№ 1 — (საკაპტაუო ბურღილი) პროფკავშირების ლიკანის სანატორიუმის ტერიტორიაზე;

№ 54 — სოფ. ლიკანთან;

№ 25 — სოფ. ვაშლოვანში;

№ 38 — სოფ. ყვიბისში.

ჰიდროგეოლოგიური სამუშაოების ჩატარების შედეგად ზოგიერთი წყაროსა და ბურღილის დებიტი შეიცვალა, მაგრამ მინერალური წყლების საერთო დებიტი თითქმის 10-ჯერ გაიზარდა და უკანასკნელ ხანს დღე-ღამეში 800.000 ლიტრს მიაღწია. დამტკიცებულია, რომ მინერალური წყლის საექსპლოატაციო რეზერვი (1.124.000 ლ დღე-ღამეში) ამის საფუძველზე კვლავ გრძელდება ჰიდროგეოლოგიური სამუშაოები წყლის საერთო დებიტის კიდევ უფრო გადიდებისათვის.

მინერალური წყლის ბურღილებზე დაკვირვებას აწარმოებს ბორჯომის ჰიდროგეოლოგიური სადგური, ხოლო მინერალური წყლის სანიტარულ-ბაქტერიოლოგიურ შემოწმებას — ლიკანის საბაზო სანატორიუმის ბაქტერიოლოგიური ლაბორატორია. ბაქტერიოლოგიური გამოკვლევებით დადასტურებულია, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი სრულიად სუფთაა.

ბორჯომის მინერალური წყლების ქიმიურ შემადგენლობაზე დიდი ხანია აწარმოებენ დაკვირვებას. შედარებით სრულყოფილი ქიმიური ანალიზი პირველად გაკეთებულ იქნა თბილისის სამხედრო ჰოსპიტლის ფარმაცევტის ვილემსის მიერ (1836). შემდეგში თითქმის სისტემატურად ახდენდნენ მის ქიმიურ გამოკვლევას. ყველაზე საუკეთესოდ ითვლება ანალიზები, რომლებიც გაკეთებული აქვთ პ. სტრუევს (1867), ა. შტაკმანს (1888), ფ. მოლდენჰაუერს (1892), ი. კუპცისს (1904), ე. კარსტენს (1932), ვ. კრივოშიას (1935), ა. ვარშამოვას, ვ. ულუხუნოვს, ს. გეგეჭკორს (1936—1958), ვ. კრა-

სინცევას (1904), დ. ერისთავსა და ფ. ბროუჩეკს (1964) და სხვ.

ჩატარებული ანალიზები ადასტურებს, რომ ბორჯომის მინერალური წყლის ქიმიური შემადგენლობა არ იცვლება. მისი საერთო მინერალიზაცია (სხვადასხვა ბურღილის) შეადგენს 6—7 გრამს 1 ლიტრში. მთავარი შემადგენელია ჰიდროკარბონატის და ნატრიუმის იონები. მათ გარდა, ბორჯომის მინერალური წყალი შეიცავს რამდენიმე ათეულ ქიმიურ კომპონენტს: კალციუმს, მაგნიუმს, რკინას, სპილენძს, კობალტს, მანგანუმს, ალუმინს, სტრონციუმს, ქლორს, ბრომს, იოდს, ფტორს, სულფატს, სილიციუმის მჟავას, მეტაბორის მჟავას და სხვ. მასში საკმაოდ დიდი რაოდენობითაა წარმოდგენილი თავისუფალი ნახშირორჟანგი (1,1 გ/ლ-მდე) წყაროდან ახლად აღებულ წყალს აქვს სუსტი რეაქცია ($pH=6.8-7$), რომელიც ნახშირორჟანგის გაზის დაკარგვისას ტუტეობისკენ იხრება (იხ. ცხრილი 1).

ცხრილი 1

ბორჯომის მინერალური წყლის (№ 1, ყოფილი „ეკატერინეს წყაროს“) ქიმიური შემადგენლობა

იონები	გ/ლ	მგ. ექვ.	ექვ. %
1	2	3	4
კ ა თ ი ო ნ ე ბ ი			
ნატრიუმი	1.4984	65 15	85.88
კალციუმი	0.0280	0.71	0.94
მაგნიუმი	0.4670	3.84	5.06

1	2	3	4
კალციუმი	0.1200	6.00	7.91
რკინა	0.0045	0.16	0.21
სულ	—	75.86	100.00
ანოზები			
ქლორი	0.3884	10.94	14.42
ბრომი	0.0007	—	—
იოდი	0.0002	—	—
სულფატი	0.0069	0.14	0.18
ჰიდროკარბონატი	0.9620	64.78	85.40
სულ	—	75.86	100.00
არადისოციკრებულ მოლეკულები			
ნახშირორჟანგი CO ₂ (თავისუფალი)	0.9896	—	—
კაუბადმჟავა H ₂ SiO ₃	0.0300	—	—
საერთო მინერალიზაცია	6.0770	—	—

თავისი იშვიათი ქიმიური შემადგენლობით ბორჯომის მინერალური წყალი ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატულ ნატრიუმ-მიანი წყლების ტიპური წარმომადგენელია. მსგავსი შემადგენლობის წყალი მხოლოდ საფრანგეთშია (ვიში). გემოსა და ორგანიზმისათვის სასარგებლო ზოგიერთი ელემენტის შემცველობის მიხედვით ამ ორი წყლის შედარებისას სპეციალისტები უპირატესობას ყოველთვის ბორჯომს აძლევენ.

მოსახლეობის მზარდი მოთხოვნილების დაკმაყოფილებისათვის უკანასკნელ წლებში დიდად გაიზარდა მინერალური

წყლის ჩამოსხმა. მარტო 1973 წელს ბორჯომის ჩამომსხმელმა ქარხანამ გამოუშვა 280.000.000 ბოთლზე მეტი წყალი. ამ პროდუქციის მნიშვნელოვანი ნაწილი მსოფლიოს ბევრ ქვეყანაში იგზავნება სარეალიზაციოდ.

უკანასკნელ ხანებში დამუშავებულია ბორჯომის მინერალური წყლისაგან ტაბლეტების დამზადების ახალი ტექნოლოგიური პროცესი, მისი მასობრივი დამზადება ახლო მომავალში კიდევ უფრო ხელმისაწვდომს გახდის ბორჯომის მინერალური წყლით მკურნალობას.

ბორჯომის მინერალური წყლის ფიზიოლოგიური
თვისებები და მისი სამკურნალოდ
გამოყენების მეთოდები

რას ეწოდება მინერალური, ანუ სამკურნალო მინერალური წყალი? ბუნებაში თითქმის ყველა წყალი (გარდა გამობდილი და წვიმის წყლისა) გარკვეული რაოდენობით შეიცავს მინერალურ მარილებს, მაგრამ ყველას არ შეიძლება ეწოდოს მინერალური. სამკურნალო ბალნეოლოგიაში დადგენილია, რომ ესა თუ ის წყალი მინერალურად რომ ჩაითვალოს, იგი უნდა აკმაყოფილებდეს შემდეგ პირობებს:

1. მისი მინერალიზაცია (ერთ ლიტრ წყალში გახსნილი მარილების რაოდენობა) 1 გრამზე ნაკლები არ უნდა იყოს, ანდა შეიძლება შეიცავდეს უფრო ნაკლები რაოდენობით მინერალებს, მაგრამ მძლავრმოქმედს, მაგალითად, დარიშხანს არანაკლებ 1 მგ, რკინას 10 მგ, ბრომს 25 მგ და ა. შ. ან გაზებს — გოგირდწყალბადს არანაკლებ 10 მგ, ნახშირორჟანგს 1 გ, რადონს — 10 მახეს ერთეულს და სხვ.



2. სამკურნალო მინერალურ წყლად ჩაითვლება ის წყალი, რომელიც თუნდაც უმნიშვნელო რაოდენობით, მაგრამ მაინც შეიცავს ფიზიოლოგიურად აქტიურად მოქმედ ორგანულ ნაერთებს, როგორცაა გუმინური, ნაფტენური და სხვა ტიპის შენაერთები.

3. შეიძლება ჩამოთვლილი მონაცემები არ ახასიათებდეს, მაგრამ წყალს ჰქონდეს მაღალი ტემპერატურა (არანაკლებ 20—25°).

ვინაიდან ყველა მინერალურ წყალს არა აქვს სამკურნალო თვისებები, უმჯობესია იმ წყლებს, რომელთაც ვიყენებთ სამკურნალოდ, ვუწოდოთ სამკურნალო მინერალური წყლები.

მინერალურ წყლებში არაორგანული ქიმიური ნაერთები უმთავრესად იმყოფება არა მარილების, არამედ იონების სახით. ამ იონებს აქვთ გარკვეული ელექტრული მუხტი. დადებით მუხტიან იონებს ეწოდებათ კათიონები, უარყოფით მუხტიანებს კი — ანიონები. მინერალურ წყლებში ზოგიერთი ელემენტი შედარებით დიდი რაოდენობით გვხვდება (ნატრიუმი, კალიუმი, კალციუმი, მაგნიუმი და სხვ.), მათ მაკროელემენტს უწოდებენ. ხოლო ისეთები, როგორცაა სპილენძი, მანგანუმი, თუთია, კობალტი, ოქრო, დარიშხანი და სხვ., მიკროელემენტებია. მიკროელემენტების შემცველობა ზოგჯერ უმცირესია (ნიშნების სახითაც კი), მაგრამ ორგანიზმზე მათი მოქმედება მეტად აქტიურია. ისინი საჭიროა ფერმენტებისა და სხვა ნაერთების შესაქმნელად. ამიტომ მიკროელემენტების შემცველ წყლებს დიდი სამკურნალო თვისებები გააჩნია.

ორგანიზმზე ზემოქმედების თვალსაზრისით, გარდა ქიმიური შემადგენლობისა, დიდი მნიშვნელობა აქვს მინერალური წყლების ტემპერატურას, მუავა-ტუტიანობას, ჟანგვა-აღდგე-



ჩით პოტენციალს, რადიაქტიურობას და სხვ. ამიტომაც, რომ
მკურნალობის საბოლოო ეფექტი მიეწერება არა მხოლოდ
რომელიმე ერთი კომპონენტის ან თვისების გავლენას, არამედ
მათ ერთობლივ მოქმედებას.

როგორ ჩნდება ბუნებაში მინერალური
წყალი? ამის შესახებ არსებობს რამდენიმე შეხედულება.
მათ შორის ყველაზე უფრო გავრცელებულია ზიუსის მოსა-
ზრება, რომელიც გულისხმობს, რომ დედამიწის სიღრმეში არ-
სებული გავარვარებული ლავიდან გამოყოფილი აირები (გა-
ზები) გაივლის რა დედამიწის ქერქს, გზადაგზა ცივდება, ხდე-
ბა მათი კონდენსაცია და სითხედ გადაქცევა.

ასეთნაირად წარმოშობილ მინერალურ წყლებს იუვენა-
ლურ, ანუ „ქალწულურ“ წყლებს უწოდებენ. ამ შეხედულე-
ბამ თანდათანობით დაკარგა მომხრეები. ამჟამად უფრო აღია-
რებულია ვადოზური თეორია, რომლის მიხედვით, სამკურნა-
ლო მინერალური წყლები ჩნდება ატმოსფერული ნალექები-
საგან და სხვა ზედაპირული წყლების მოხვედრით დედამიწის
ქერქის სხვადასხვა ქანებში. ამ ქანებში ცირკულაციისას
წყალში იხსნება ნაირგვარი ქიმიური ნივთიერება.

მინერალური წყლის ფორმირება ხდება განსაზღვრული
წნევისა და ტემპერატურის პირობებში, სინათლის ზეგავლენ-
ის გარეშე. იმის მიხედვით, რა ქანებს გაივლის წყალი, მისი
ქიმიური შემადგენლობა და მინერალიზაცია სხვადასხვაგვარ-
ია. რაც შეეხება წყლის ტემპერატურას, ეს დამოკიდებულია
იმაზე, თუ რა სიღრმიდან და როგორი დებიტით ამოდის იგი
გეოლოგების მიერ დადგენილია, რომ დედამიწის სიღრმეში
ყოველი 33 მეტრის შემდეგ ტემპერატურა 1°-ით მეტია, ე. ი.
წყლის ტემპერატურის მიხედვით დაახლოებით შეგვიძლია



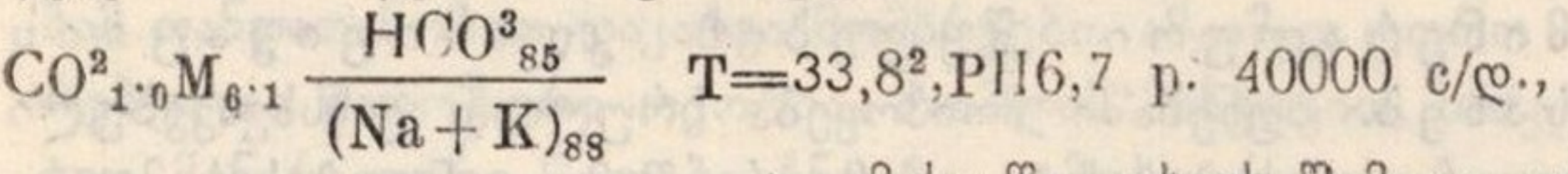
განვსაზღვროთ რა სიღრმეიდან ამოდის ესა თუ ის მინერალური
წყალი.

გარდა მინერალური მარილებისა, დედამიწის სიღრმეში მიმდინარე ქიმიური პროცესების შედეგად წყალში ჩნდება გაზები — ნახშირორჟანგი, გოგირდწყალბადი, აზოტი, რადონი და სხვ. მათი ნაწილი შეიძლება ატმოსფერულ წყლებს ჩაჰყვეს. წყალგაუვალ ქანებში მოხვედრისას მინერალური წყლების მოძრაობა ფერხდება, იგი გროვდება აუზების სახით, საიდანაც გამოსავალ გზას ნახულობს დედამიწის ზედაპირისაკენ. მოძრაობაში მას ეხმარება გამოყოფილი გაზებისაგან გაზრდილი წნევა, ხოლო გზის გაკვლევაში ვულკანური ძვრები (მიწისძვრები ზოგჯერ პირიქით მოქმედებს — გამოსავალ გზებს უხმობს მინერალურ წყაროებს).

მინერალური წყლების კლასიფიკაციის შესახებ. ბუნებაში მოიპოვება სრულიად განსხვავებული ფიზიკური თვისებებისა და ქიმიური შემადგენლობის სამკურნალო მინერალური წყლები. საბჭოთა კავშირში მათი რიცხვი 4000-მდე აღწევს (საგულისხმოა, რომ საქართველოს პატარა ტერიტორიაზე აღრიცხულია 2000 სამკურნალო მინერალური წყარო). მრავლად წარმოდგენილი მინერალური წყლების უკეთ შესწავლისა და მოსალოდნელი სამკურნალო თვისებების აღვილად გამოცნობის მიზნით საბჭოთა კურორტოლოგების მიერ (ვ. ა. ალექსანდროვი, ე. ვ. ივანოვი, გ. ა. ნევრაევი და სხვ.) მოწოდებულია სხვადასხვა კლასიფიკაცია. ვ. ა. ალექსანდროვის კლასიფიკაციის მიხედვით მინერალური წყლები იყოფა 5 კლასად. ყველაზე უფრო გავრცელებული და პრაქტიკული თვალსაზრისით მნიშვნელოვანია ჰიდროკარბონატული, ქლორიდული, სულფიდური და რთული შემადგენლობის წყლები.

მინერალური წყლების ფიზიკურ-ქიმიური მოკლე და
თვალსაჩინო დახასიათებისათვის პრაქტიკაში ფართოდ სარ-
გებლობენ მ. გ. კურლოვის ფორმულით. ამ ფორმულაში ასა-
ხულია ცნობები გაზებისა და აქტიურ ელემენტთა შემცვე-
ლობის, საერთო მინერალიზაციის, იმ კათიონებისა და ანიო-
ნების ურთიერთშეფარდების შესახებ, რომელთა შემცველობა
20 ექვ%-ს აღემატება. აქვე მითითებულია წყლის ტემპერა-
ტურა. აქტიური რეაქცია (pH) და დებიტი (ლიტრი დღე-
ღამეში). ფორმულის მიხედვით ადვილად შეიძლება გავიგოთ
ესა თუ ის მინერალური წყალი რომელ წყალს ენათესავება,
რომლით შეიძლება მისი შეცვლა.

საილუსტრაციოდ მოვიყვანთ ბორჯომის მინერალური
წყლის (№ 1 წყაროს) ფორმულას:



მისი წაკითხვის შემდეგ ადვი-
ლად შეგვიძლია ვთქვათ, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი
სუბთერმული ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატულ ნატრიუმთან
საშუალო მინერალიზაციის მჟავე წყალია დღე-ღამეში 40000
ლიტრი დებიტით.

ბორჯომის სამკურნალო მინერალური წყლის
მეცნიერული შესწავლის შედეგები

ბორჯომის მინერალური წყლის სამკურნალო თვისებები
საკმაოდ კარგად არის შესწავლილი და სწორად არის შემუ-
შავებული კურორტებზე მკურნალობის ძირითადი ჩვენებები
და წინააღმდეგჩვენებები.



ბორჯომის მინერალურ წყალს თავდაპირველად ძირითადად აბაზანების სახით იყენებდნენ. ამაზე მიუთითებს მინერალური წყლების პარკში გათხრითი სამუშაოების დროს მიწაში აღმოჩენილი ქვის აბაზანები. სასმელად იყენებდნენ თუ არა ამ წყალს, ამის შესახებ ძველი ცნობები შემორჩენილი არ არის. ვიცით მხოლოდ, რომ ბორჯომის წყალს „ოფიციალური“ აღმოჩენის შემდეგ ძალიან ფრთხილად სასმელად დაც ხმარობდნენ. მერე მალე დარწმუნებულან, რომ ამ წყლის სამკურნალო მოქმედება უმთავრესად მაშინ ვლინდება, თუ მას სასმელად ვიყენებთ. ასეთი დასკვნა, რომელიც ემპირიულ გამოცდილებას ეყრდნობოდა, შემდეგში ფართო საექიმო და მეცნიერული დაკვირვებებით სავსებით დადასტურდა. ჯერ კიდევ გასულ საუკუნეში დარწმუნდნენ, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი ძვირფასი სამკურნალო საშუალებაა კუჭნაწლავის, ღვიძლისა და სანაღვლე გზების, სუნთქვისა და სარძეე ორგანოების დაავადებებისა და ნივთიერებათა ცვლის მოშლის დროს.

ბორჯომისა და მისი მინერალური წყლის ავტორიტეტი და პოპულარობა სწრაფი ტემპით იზრდებოდა. გასული საუკუნის ბოლოს რუსეთის ექიმთა ყრილობამ მოისმინა ექიმ ა. შჩერბაკოვის მოხსენება კუჭის მწვავე კატარით დაავადებულთა ბორჯომის მინერალური წყლით მკურნალობის შედეგების შესახებ. ამავე ავტორმა მიუთითა, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი კეთილსასურველ გავლენას ახდენს ღვიძლისა და თირკმელების ზოგიერთ დაავადებათა დროს.

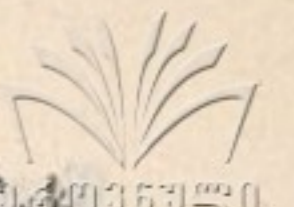
რევოლუციამდელი პერიოდის გამოკვლევებიდან მნიშვნელოვანია ი. პ. ვიხოდცევის, ს. ი. ვაწაძის, ა. ს. ალადაშვილის, თ. ვოლფკოვიჩის, ნ. ს. ალექსანდროვსკის, ი. ნ. ობლენსკის,



ი. სკვორცოვის, გ. ა. ზახარინის და სხვათა მეცნიერულ შრომები, რომელთა წყალობითაც ბორჯომმა და მისმა ძვირფასმა სამკურნალო წყალმა საყოველთაო აღიარება ჰპოვა.

ორგანიზმზე სასმელი მინერალური წყლებისა და კერძოდ, ბორჯომის მინერალური წყლის ფიზიოლოგიური მოქმედების შესახებ დღევანდელი შეხედულება და კუჭ-ნაწლავის დაავადებათა დროს მისი დანიშვნის წესის საფუძვლები ძირითადად ემყარება პროფესორ ა. ს. ალადაშვილის მეცნიერულ დასკვნებს, რომლებიც მან მოგვცა თავის სადოქტორო დისერტაციაში 1911 წელს, ხოლო შემდეგ საექიმო და მეცნიერული მოღვაწეობის 36 წლის მანძილზე კიდევ უფრო დახვეწა და დანერგა კურორტული მკურნალობის პრაქტიკაში.

ა. ს. ალადაშვილმა აღნიშნა, რომ მინერალური წყლის მიღება საჭმელთან ერთად ან უშუალოდ ჭამის წინ იწვევს კუჭის წვენის გამოყოფის გაძლიერებას და მუავიანობის მომატებას, ხოლო საჭმლის მიღებამდე ერთი საათით ადრე დალევისას პირიქით მოქმედებს — ამცირებს კუჭის წვენის სეკრეციას და მუავიანობას, ე. ი. მინერალურ წყალს აქვს ორგვარი მოქმედება. გამოირკვა, რომ პირველ შემთხვევაში, როდესაც ბორჯომის წყალს ვაძლევთ საჭმელთან ერთად, კუჭის სეკრეციული ჯირკვლის მოქმედება ძლიერდება. ეს გამოწვეულია, ჯერ ერთი, თავის სეკრეციის გავლენით, მეორე, მინერალურ წყალში გახსნილი სხვადასხვა მარილისა და ნახშირორჟანგის ამგზნები მოქმედებით. ამას გარდა, ბორჯომის მინერალურ წყალში შემავალი ნატრიუმის ბიკარბონატისა და კუჭის წვენის მარილმუავას შორის ხდება ქიმიური რეაქცია, რომლის შედეგად წარმოიშობა ნახშირმუავა და სუფრის მარილი. ნახშირმუავა ადვილად იშლება წყლად და ნახშირ-



ორჯანგად. წარმოშობილი სუფრის მარილი (NaCl) და ნახშირორჟანგი (CO₂) კუჭის წვენის სეკრეციას აძლიერებს. საჭმლის მიღებისას კუჭის გასავალი ხვრელი — პილორუსი დროებით იხურება, ამის გამო კუჭის შიგთავსის ნაწლავში გადასვლა პერიოდულად წყდება. ამიტომაც საკვებთან ერთად მიღებისას მინერალური წყალი კუჭში დიდხანს ჩერდება და ახანგრძლივებს კუჭის წვენის სეკრეციის გამოყოფას და მატულობს მჟავიანობა.

მეორე შემთხვევაში, როდესაც მინერალური წყალი ავადმყოფს ეძლევა ჭამამდე 1 ან 1 1/2 საათით ადრე, კუჭიდან იგი სწრაფად გადადის ნაწლავში და სწრაფადვე იწყება მისი შეწოვა და სისხლში გადასვლა. დამტკიცებულია, რომ თორმეტგოჯა ნაწლავში მოხვედრისას მინერალური წყლები, მითუმეტეს ბორჯომის ტიპის სოდიანი, ანუ ჰიდროკარბონატული ნატრიუმის წყლები კუჭის სეკრეციაზე შემაკავებლად მოქმედებს. ამიტომ მინერალური წყალი როცა მთლიანად გადასულია ნაწლავში და ამ დროს კუჭში მოხვდება საჭმელი, ეს უკანასკნელი ვეღარ აძლიერებს კუჭის სეკრეციული ჯირკვლების მუშაობას, რადგან თორმეტგოჯა ნაწლავში მოხვედრილი წყალი ნერვულ-რეფლექსური და ჰორმონული მექანიზმებით სეკრეციული ფუნქციის დამუხრუჭებას იწვევს.

ამ თეორიული დასკვნებიდან გამომდინარე შემუშავებულ იქნა ორი მეტად მნიშვნელოვანი პრაქტიკული რეკომენდაცია:

1. იმ შემთხვევაში, როდესაც გვსურს კუჭის სეკრეციული ფუნქციის გაძლიერება და მისი მჟავიანობის აწევა, ავადმყოფს მინერალური წყალი უნდა დავაღვინოთ საჭმლის მიღებისას ან ჭამის წინ 10—15 წუთით ადრე. მაშასადამე, ამ წესით

წყალს მიიღებენ კუჭის დაქვეითებული მყავიანობის ავადმყოფები.

II. იმ შემთხვევაში, როდესაც კუჭის გაძლიერებული სეკრეციული ფუნქცია და მომატებული მყავიანობა გვინდა შევამციროთ, ავადმყოფებს მინერალური წყალი უნდა მივცეთ ჭამამდე 1—1 1/2 საათით ადრე. მინერალური წყლით მკურნალობის ამ წესს ვიყენებთ კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულით ან მომატებული მყავიანობით მიმდინარე ქრონიკული გასტრიტით დაავადებულთა მკურნალობის დროს.

ა. ს. ალადაშვილმა თავისი ექსპერიმენტული და კლინიკური გამოკვლევებით ფასდაუდებელი ღვაწლი დასდო და ნათელი მოჭფინა ბალნეოთერაპიის ერთ-ერთი ძირითადი საკითხის გარკვევას.

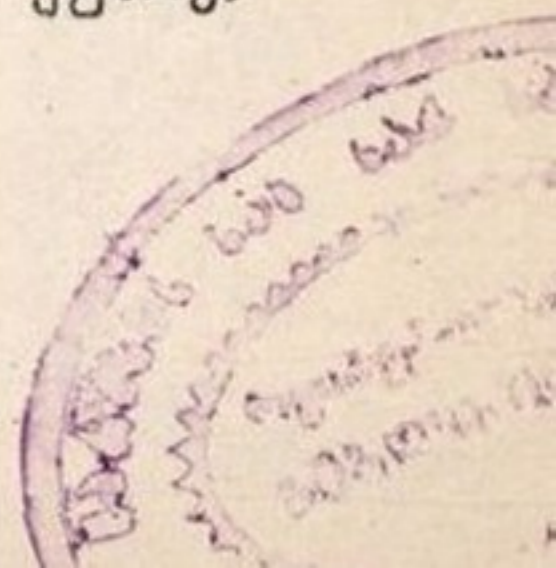
საკურორტო საქმის განვითარებას და ამასთან ერთად კურორტული მეცნიერების წინსვლას ხელი შეუწყო ცენტრალური კომიტეტის და მინისტრთა საბჭოს გადაწყვეტილებამ. ჩვენი ქვეყნის კურორტებზე და მათ შორის ბორჯომშიც ფართოდ გაიშალა საკურორტო ობიექტების მშენებლობა და კურორტული ფაქტორების მეცნიერული შესწავლა. საქართველოს კურორტოლოგიის სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტისა და თბილისის სახელმწიფო სამედიცინო ინსტიტუტის მეცნიერ მუშაკთა ექსპედიციები ხანგრძლივ და ნაყოფიერ მუშაობას ეწეოდნენ კურორტ ბორჯომში.

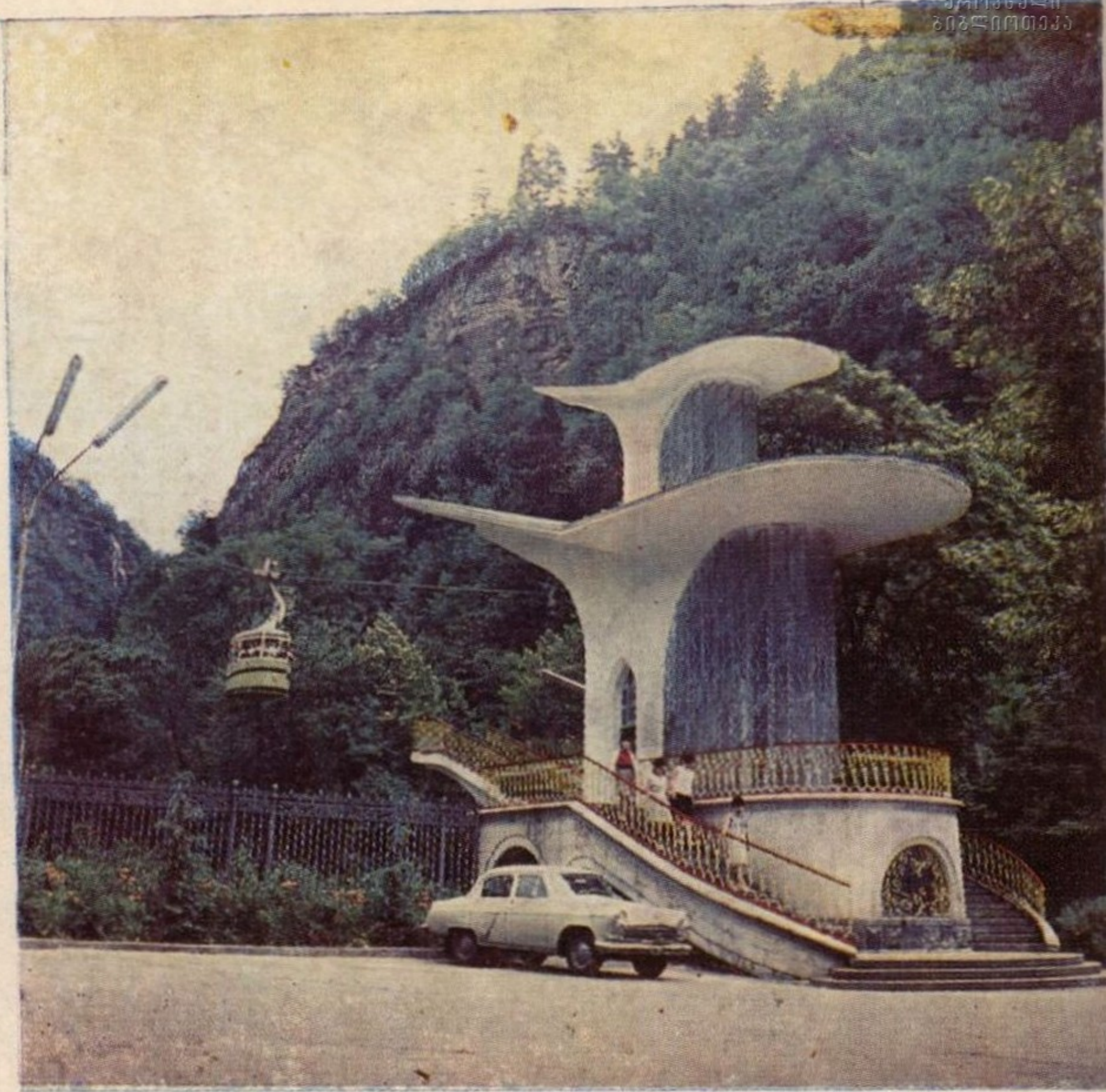
ამ სამეცნიერო მუშაობას ხელმძღვანელობდა პროფ. ა. ს. ალადაშვილი, რომელმაც შემოიკრიბა თავისი მოწაფეები და კურორტზე მომუშავე ექიმები.

სანატორიუმის ავადმყოფთა დიდ კონტინგენტზე დაკვირვებისას ავტორთა კოლექტივმა (ა. ს. ალადაშვილი, ვ. ვ. პი-



პარკის ერთ-ერთი კუთხე.





საბაგრო გზის სადგური.



ბორჯომის ხედი პლატოდან.





IV სამმართველოს სანატორიუმის სამკურნალო კორპუსი.



რაჟკოვი, ი. მ. პარმა, ვ. ს. გერსამია, ა. ი. ქაჯაია, მ. მ. ტყე-
მალაძე, ნ. თ. ცხომელიძე და სხვ.) შეისწავლა ბორჯომის მი-
ნერალური წყლის სამკურნალო ეფექტურობის საკითხები
როგორც კურორტზე, ისე კურორტგარეშე მკურნალობის პი-
რობებში და დაადგინა, რომ ქრონიკული გასტრიტით და
წყლულოვანი დაავადების დროს აღნიშნული წყალი დადები-
თად მოქმედებს. მათვე დააზუსტეს მინერალური წყლით
მკურნალობის მეთოდები.

კურორტ ბორჯომში კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის
წყლულოვანი დაავადების, ქრონიკული გასტრიტის, ღვიძლი-
სა და სანაღვლე გზების ანთებითი პროცესების მქონე ავად-
მყოფების მკურნალობის დროს მრავალმხრივი დაკვირვებები
იქნა ჩატარებული პროფკავშირების ლიკანის სანატორიუმის
ექიმთა მრავალრიცხოვანი კოლექტივის მიერ პროფესორების
გ. დიდებულის, ო. სტეპუნის, ვ. ანდლულაძის, ა. ბაკურაძის,
ა. ერისთავის, ე. ქუთათელაძის, შ. გუგეშაშვილის და სხვათა
ხელმძღვანელობით. დადგინდა, რომ ბორჯომის მინერალური
წყალი სასურველ ეფექტს იწვევს, მაგრამ შედეგები უკეთე-
სია, როცა მასთან ერთად კომპლექსში ვიყენებთ სხვა ბუნებ-
რივ ან ხელოვნურ სამკურნალო ფაქტორებს.

შემჩნეულია, რომ ზოგჯერ (არცთუ ისე იშვიათად) მინერა-
ლური წყლით მკურნალობისას, მაშინაც კი, როდესაც ავად-
მყოფები მას ღებულობენ ჭამამდე 1—1 1/2 საათით ადრე,
კუჭის წვენის მომატებული მჟავიანობა კი არ კლებულობს,
არამედ პირიქით, მატულობს. მიუხედავად ამისა, ავადმყოფ-
თა საერთო მდგომარეობა და თვითგრძნობა მაინც გაუმჯო-
ბესებულება. მჟავიანობის მომატება, რა თქმა უნდა, დროები-
თი მოვლენაა. რაც დაკავშირებულია კუჭის ლორწოვანი გარ-

სის ჩამორეცხვასთან, ლორწოს ჭარბი რაოდენობით და მოცილებასთან. კუჭის ჯირკვლოვან-კუნთოვანი აპარატის აგზნებადობის დროებით მომატებასთან. მართლაც, მკურნალობის შორეული შედეგების შესწავლით ირკვევა, რომ კუჭის წვენის მომატებული მჟავიანობა ამ ავადმყოფებს ნორმისკენ უბრუნდებათ. ამგვარი მოქმედება სხვა მინერალური წყლებით მკურნალობის დროსაც არის შემჩნეული. ამის მიზეზი უფრო რთული მექანიზმებით უნდა აიხსნას.

გარდა იმისა, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი გავლენას ახდენს კუჭის წვენის გამოყოფასა და მჟავიანობაზე, იგი აძლიერებს კუჭის ტონუსს, ხელს უწყობს მის მოტორულ და ევაკუაციურ ფუნქციებს. ეს ფუნქციები უფრო ხშირად დაქვეითებული აქვთ გამხდარ, დასუსტებულ ავადმყოფებს. კუჭის კედლების ტონუსის დაქვეითების გამო მათი კუჭიც დაწეულია. ამიტომ საჭმელი კუჭიდან დროულად ვერ გადადის თორმეტგოჯა ნაწლავში, დიდხანს ყოვნდება კუჭში, რაც იწვევს ტკივილისა და სიმძიმის შეგრძნებას კუჭის არეში, მუცლის ბერვას და სხვა დისპეფსიურ მოვლენებს. ექსპერიმენტული (მ. ლეჟავა) და კლინიკური გამოკვლევებით (შ. მიქელაძე, გ. დიდებულიძე, თ. ავალიშვილი, ი. პარმა, მ. ნოდია, ვ. გოციელი და სხვ.) დადასტურდა, რომ ბორჯომის სამკურნალო მინერალური წყალი აძლიერებს კუჭის ტონუსს, ხელს უწყობს კუჭიდან ნაწლავებში საჭმლის ევაკუაციას, ამით აჩქარებს და აუმჯობესებს საკვების გადამუშავებასა და მონელებას.

გამოირკვა, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი ხელს უწყობს კუჭისა და ნაწლავების შეწოვით ფუნქციას (ა. ალაღაშვილი, ა. ქაჯაია).

ბორჯომის მინერალური წყალი აძლიერებს ნაღვლის გა-

მომუშავეების პროცესს, ათხიერებს მას და აადვილებს მის გადმოსვლას სანაღვლე გზებიდან ნაწლავში. მინერალური წყლის მიღება სტიმულს აძლევს ნაღვლის გამომტანი სადინრების გახსნას. ნაღვლის ბუშტის შეკუმშვები ძლიერდება, რის შედეგადაც ნაღვლის ბუშტი იცვლება. ეს პროცესები დარღვეულია ღვიძლისა და ნაღვლის ბუშტის დაავადებების დროს და მათ მოწესრიგებაში მინერალური წყლით მკურნალობა დიდ როლს ასრულებს. ბორჯომის მინერალური წყლის მასტიმულირებელი გავლენა ნაღვლის გამომუშაებასა და გამოყოფაზე, ნაღვლის ბუშტის მოტორული ფუნქციის მოწესრიგებაზე დადასტურებულია როგორც ექსპერიმენტული, ისე კლინიკური გამოკვლევებით (გ. დიდებულიძე, მ. შარაფიანი, თ. ნუცუბიძე და სხვ.).

დიდია საჭმლის მონელების პროცესში კუჭუკანა ჯირკვლის, ანუ პანკრეასის როლი. პანკრეასის წვენი ნაღველთან ერთად გამოდის თორმეტგოჯა ნაწლავში და ხელს უწყობს ცილების, ცხიმებისა და ნახშირწყლების მონელებას. ამიტომაც ამ ორგანოს ფუნქციური მდგომარეობის გაუმჯობესებას დიდი მნიშვნელობა აქვს. გამოირკვა, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი აუმჯობესებს პანკრეასის წვენის გამოყოფას და მის ფერმენტულ აქტივობას (ფერმენტები ხელს უწყობს საკვების მონელებას). ბორჯომის წყლის აღნიშნული თვისება დადასტურდა როგორც ექსპერიმენტული გამოკვლევებით (ზ. კობახიძე), ისე კლინიკური დაკვირვებებით (ი. ლუკინა).

ბორჯომის მინერალური წყალი კეთილსასურველ გავლენას ახდენს ნაწლავების ფუნქციურ მდგომარეობაზე და ნაჩვენებია მისი ქრონიკული ანთებითი დაავადებების სამკურნალოდ (განსაკუთრებით ქრონიკული კოლიტის დროს). მი-

ნერალური წყალი ხსნის და ნაწლავის კედლებიდან ჩამორეცხავს ზედმეტ ლორწოს, მასთან ერთად ლპობით პროცესებთან დაკავშირებით წარმოშობილ ტოქსინებს, აწყნარებს ანთებით პროცესს, აუმჯობესებს ნაწლავის რიტმულ შეკუმშვებს, რაც განაპირობებს მისი შიგთავსის ნორმალურ გადანაცვლებას და ნაწლავის დროულ დაცლას. ქრონიკული კოლიტით დაავადებულთა მკურნალობა კურორტ ბორჯომის პირობებში საკმაოდ კარგ ეფექტს იძლევა (მ. თვაური, დ. ნინიძე და სხვ.).

დამტკიცებულია ბორჯომის წყლის დადებითი მოქმედება ნივთიერებათა ცვლის პროცესებზე, მეცნიერულად დასაბუთებულია მისი სამკურნალო გამოყენება შაქრიანი დიაბეტის, სიმსუქნის, მარिलოვანი ცვლის მოშლის (ურარტურია, ოქსალურია) და სხვა პათოლოგიური პროცესების დროს (ა. აბულაძე და ლ. დადუნაშვილი, ა. ბაკურაძე და რ. კაპანაძე, ა. გოგიშვილი, ნ. მალანია და სხვ.).

ბორჯომის მინერალური წყალი ხასიათდება შარდმდენი თვისებით. დიურეზის გაძლიერება განსაკუთრებით წყლით მკურნალობის პირველ დღეებში აღინიშნება. ასეთი მოქმედება დადებითად უნდა შეფასდეს, რადგანაც ეს ხელს უწყობს შარდგამომტანი გზებიდან ანთებითი და გადაგვარებითი პროცესების შედეგად დაგროვილი ლორწოს, ტოქსინების, ჩამოფცქვნილი ეპითელიური უჯრედების, ჩირქის, და სხვა პათოლოგიური ელემენტების ჩამორეცხვას. ბორჯომის მინერალური წყალი ცვლის შარდის ქიმიურ რეაქციას და ხელს უწყობს დაგროვილი მარილების გახსნას და სილის გამოყოფას. ამგვარი თვისებების გამო ბორჯომის მინერალური წყლით წარმატებით მკურნალობენ საშარდე გზების ქრონიკული ან-



თებითი დაავადებების (პიელიტის, ცისტიტის) დროს (ა. გიორგიანი, რიშვილი და თანაავტ.).

უკანასკნელ ხანებში მიუთითებენ, რომ მინერალური წყლების მიღების შედეგად თუ შარდვის გაძლიერება აღინიშნა, ხშირ შემთხვევებში ამას თან ახლავს კუჭის წვენი მომატებული სეკრეციისა და მჟავიანობის შემცირება. ამ ფაქტს პირველმა მიაქცია ყურადღება კურორტ ბორჯომის მეცნიერ-კონსულტანტმა პროფ. ა. ბაკურაძემ. კურორტულ ფაქტორების, უმთავრესად მექანიზმების შესწავლის საფუძველზე მან თავის მოწაფეებთან ერთად (რ. ჩხეტია, მ. ჯულელი, ა. რობაქიძე, ზ. კობახიძე, მ. დგებუაძე, ც. ჯულელი, პ. კაპანაძე, ე. სოლდატოვა, ზ. კაბახიძე, ე. დვალიშვილი, ა. გოგიშვილი, ა. ციბაძე, ნ. სეფაშვილი, ვ. მახათაძე და სხვ.) მრავალი თეორიული და პრაქტიკული საკითხი გააშუქა. მანვე დაადგინა კანონზომიერება, რომლის მიხედვით პროფესორმა ბაკურაძემ ჩამოაყალიბა ე. წ. გასტრორენალური თეორია. ეს თეორია ერთგვარი გასაღებია პრაქტიკოსი ექიმისათვის კუჭის დაავადებათა მკურნალობის დროს. მართლაც, დადასტურდა, რომ კუჭის წვენი მომატებული მჟავიანობის მქონე ავადმყოფებს მინერალური წყლების გავლენით თუ უძლიერდებათ დიურეზი და შარდის გზით ქლორიანი ნატრიუმისა და ქლორის შემცველი სხვა მარილების გამოყოფა, სამაგიეროდ მნიშვნელოვნად უმცირდებათ კუჭის წვენი ჭარბი გამოყოფა და მომატებული მჟავიანობა. ეს დადასტურდა როგორც ექსპერიმენტული, ისე კლინიკური გამოკვლევებით (ა. ბაკურაძე, ც. ჯულელი, ვ. მახათაძე). ეფექტი კიდევ უფრო აშკარაა შარდმდენი მედიკამენტების (ჰიპოთიაზიდის, ნოვუ-



რიტის, ლაზიქსის და სხვ.) როგორც ცალკე, ისე მინერალურ წყლებთან კომპლექსური გამოყენებისას.

ამრიგად, მრავალი წლის საექიმო-პრაქტიკული გამოცდილებით და მრავალრიცხოვანი გამოკვლევებით მეცნიერულად დასაბუთებულად უნდა ჩაითვალოს, რომ ბორჯომის მინერალური წყალი საუკეთესო ბუნებრივ სამკურნალო საშუალებას წარმოადგენს და მისი შიგნით მიღება, უპირველეს ყოვლისა, ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლისა და სანაღვლე გზების, კუჭუკანა ჯირკვლის, შარდგამომყოფი სისტემის ორგანოთა და ნივთიერებათა ცვლის მოშლასთან დაკავშირებული დაავადებების დროს როგორც კურორტის, ისე კურორტგარეშე პირობებში. მიზანშეწონილია ბორჯომის მინერალური წყლის გამოვლება პირის ღრუში კბილის კარიესული დაავადების პროფილაქტიკისათვის, რადგანაც დასაშვებია რაოდენობით შეიცავს ფტორის შენაერთებს.

რაც შეეხება გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებათა სამკურნალოდ ბორჯომის მინერალური წყლის გამოყენების საკითხს, უნდა ითქვას, რომ მას უდავოდ სარგებლობის მოტანა შეუძლია როგორც შიგნით მიღების, ისე აბაზანების სახით. როგორც ზემოთაც აღვნიშნეთ, ბორჯომის მინერალური წყალი უპირატესად სასმელ მინერალურ წყლებს მიეკუთვნება და აბაზანების სახით მის გამოყენებას პირველხარისხოვანი მნიშვნელობა არა აქვს.

ბორჯომში ჩატარებულმა კლინიკურმა დაკვირვებებმა (ნ. ცხომელიძე) დაადასტურა მინერალური წყლის აბაზანების დადებითი თერაპიული ეფექტი გულ-სისხლძარღვთა სისტემის ზოგიერთი დაავადების დროს. ეს იმას ნიშნავს, რომ ავადმყოფთა იმ კონტინგენტისათვის, რომელსაც გულ-სისხლ-



ქარლვთა სისტემის დაავადებები აღმოაჩნდა ძირითადი
ავადების თანმხლებად, რაციონალურია ბორჯომის მინერა-
ლური წყლის აბაზანებით მკურნალობა.

იგივე შეიძლება ითქვას ბორჯომის მინერალური წყლის
აბაზანების მიზანშეწონილებაზე იმ შემთხვევებში, როდესაც
ავადმყოფს საჭმლის მომნელებელ ორგანოთა დაავადების ამ
ნივთიერებათა ცვლის მოშლისას თანმხლები დაავადების სა-
ხით აღმოაჩნდება ნერვული სისტემის ფუნქციური მოშლი-
ლობანი.

ბორჯომის მინერალური წყლის სამკურნალოდ
გამოყენების მეთოდები

სამკურნალო მიზნით ბორჯომის მინერალურ წყალს იყე-
ნებენ როგორც სასმელად, ისე აბაზანების სახით. უმთავრესი
სამკურნალო თვისებები მქლავნდება მისი სმისას, ანუ მიღე-
ბისას.

მინერალური წყლის პერორალურად მიღებისას ხდება სამ-
კურნალო წყლის უშუალო შეხება კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის
ლორწოვან გარსთან, საიდანაც იგი შეიწოვება სისხლში და
მიიტანება ორგანიზმის ქსოვილებსა და უჯრედებში. პირის
ღრუს, საყლაპავი მილის, კუჭისა და ნაწლავების ლორწოვან
გარსებში უხვადაა ნერვული უჯრედების მორჩთა დაბოლოე-
ბები, რომლებიც მეტად მგრძნობიარეა ყოველგვარი გამლი-
ზიანებლის მიმართ. მინერალური წყალი ამ ნერვულ რეცეპ-
ტორზე ახდენს მექანიკურ, თერმულ და ქიმიურ აგზნებას. ეს
იმპულსები გადაეცემა თავის ტვინის ნერვულ ცენტრს და



რეფლექსური გზით იწვევს საპასუხო რეაქციებს. სინსტორი
შეწოვის შემდეგ მინერალური წყლის გავლენით ქსოვილებსა
და უჯრედებში იცვლება ოსმოსური და დიფუზური პროცესე-
ბი, ზედაპირული დაჭიმულობა, უჯრედთაშორისი აპკის გამ-
ტარებლობა, ელექტრობა, ქსოვილურ სითხესა და უჯრედებს
შორის წყლისა და მარილების წონასწორობა და სხვა პროცე-
სები. ადგილი აქვს მთელ რიგ ბიოქიმიურ ძვრებს, საბოლოო
ჯამში — ნივთიერებათა ცვლის გაუმჯობესებას.

მინერალურ წყალში არსებული იონები მოქმედებს ცენტ-
რალურ და ვეგეტატიურ ნერვულ სისტემაზე, შინაგანი სეკრე-
ციის ჯირკვლებზე და იწვევს მათი ფუნქციების გაუმჯობე-
სებას. ამას თავის მხრივ მოსდევს ორგანიზმის სასიცოცხლო
ძალების ერთგვარი გადახალისება, პათოლოგიური პროცესე-
ბის სრული მოსპობა ან საგრძნობი შემცირება. აღსანიშნავია
ის თავისებურებაც, რომ სამკურნალო მინერალური წყლის
ხანგრძლივი მიღებისას ხდება მისი მოქმედების სუმაცია (კუ-
მულაცია) და ეფექტის მოგვიანებითი გაძლიერება. ამიტომაც,
რომ კურორტული მკურნალობის შედეგი მოგვიანებით უფრო
კარგად მჟღავნდება.

ზოგიერთი რჩევა მინერალური წყლით მკურნალობის
დროს, როცა მას სასმელად ვიყენებთ

ბორჯომის მინერალური წყლის ფიზიკურ-ქიმიური და სამ-
კურნალო თვისებების გაცნობა ნათელს ხდის, რომ იგი არ
არის ინდიფერენტული საშუალება, სამკურნალოდ მისი გამო-
ყენება უნდა ხდებოდეს ავადმყოფის ინდივიდუალური მონა-

ცემების მიხედვით, ექიმის რჩევით, თვითმკურნალობას
გებლობის მაგიერ ვნების მოტანა შეუძლია, ამიტომ სასურ-
ველია ვიცოდეთ სად, როდის, როგორ, რამდენი, რა სახით და
რამდენ ხანს მივიღოთ მინერალური წყალი. ამ საკითხებს,
რა თქმა უნდა, ექიმი წყვეტს, მაგრამ უმჯობესია ავადმყოფ-
მაც იცოდეს ამის შესახებ, რათა მისი შეხედულება და სურ-
ვილები არ ეწინააღმდეგებოდეს ექიმისას. მოკლედ შევეხებით
მინერალური წყლით მკურნალობის ზოგიერთ საკითხს, რო-
მელთა ცოდნა, ვფიქრობთ ავადმყოფთათვის ინტერესს მო-
კლებული არ იქნება.

სად ჯობს მინერალური წყლის დაღევა? რასაკვირველია,
თუ ავადმყოფი კურორტზე იმყოფება, სამკურნალო წყალი
მან წყაროსთან უნდა დალიოს, ვინაიდან დედამიწის წიაღიდან
ამოსული წყალი სრულიად შეუცვლელია და აქვს ყველა ფი-
ზიკურ-ქიმიური და სხვა სპეციფიკური თვისება, რომელიც კი
ამ წყალს გააჩნია. ზოგიერთი რამ ამ თვისებებიდან ჩვენთვის
ჯერ კიდევ უცნობია.

ამას გარდა, ავადმყოფისათვის სასარგებლოა წყაროზე
სიარული, გასეირნება, ბუნების სილამაზით დატკბობა — ერთ-
გვარი კლიმატოთერაპიაცაა, ეს ორგანიზმს ახალისებს, ტო-
ნუსს მატებს.

თუ ავადმყოფს წოლითი რეჟიმი აქვს დანიშნული ან უჭირს
სიარული, მინერალური წყალი უნდა მიუტანონ სანატორი-
უმში ან ბინაზე უშუალოდ დაღევის წინ, უმჯობესია ისეთი
ჭურჭლით, რომელშიც წყალი დაცული იქნება მზის სხივები-
საგან, ტემპერატურის მკვეთრი შეცვლისა და მექანიკური
ტრავმირებისაგან.

ეს ხომ არ ნიშნავს იმას, რომ ბოთლებში ქარხნული წესით

ჩამოსხმული ბორჯომის მინერალურ წყალს აღარ აქვს სამკურნალო თვისებები? სრულიადაც არა. საქართველოს კურორტოლოგიის სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტის ქიმიკოსებმა ა. ვარშამოვამ, ს. გეგეჭკორმა და სხვ. შეისწავლეს ბორჯომის სამკურნალო წყლის თვისებები ბოთლებში ჩამოსხმიდან სხვადასხვა დროის გავლის შემდეგ და გამოარკვიეს, რომ თუ ბოთლები ჰერმეტიკულადაა დახურული და წყალს არ დაუკარგავს ნახშირორჟანგი, მით უმეტეს, თუ ბნელ და გრილ ადგილზეა შენახული, იგი დიდხანს (6—12 თვე) ინარჩუნებს თავის თვისებებს.

წყაროდან აღებული ბორჯომის მინერალური წყალი ჰაერთან შეხებისას რამდენიმე საათში კარგავს გამჭვირვალობას. ეს ძირითადად იმის შედეგია, რომ მასში გახსნილი ნახშირორჟანგი ნაწილობრივ იკარგება, ხოლო ჰაერის ჟანგბადის გავლენით (რომელიც მანამდე სრულიად არ ეხებოდა მინერალურ წყალს) წყალში ხსნადი სახით მყოფი ორვალენტიანი რკინის ჰიდროკარბონატი იქცევა სამვალენტიანი რკინის ჰიდროჟანგად, რომელიც მორუხო ფეხის უხსნადი ნალექის სახით გამოიყოფა და ფერსა და გამჭვირვალობას უცვლის წყალს. ნახშირორჟანგა გაზის დამატება ხელს უშლის მინერალურ წყალში დაჟანგვით პროცესებს და ნალექის წარმოშობას.

რამდენჯერ და როდის უნდა მივიღოთ მინერალური წყალი? ჩვენს კურორტებზე დაწესებულია წყლის დაღევა დღეში სამჯერ — საუზმის, სადილისა და ვახშმის წინ. წყლის მიღებასა და ჭამას შორის არსებული დროის მონაკვეთი განისაზღვრება უმთავრესად კუჭის წველის მუავიანობის მიხედვით: მომატებული მუავიანობის დროს ავადმყოფს წყალი ენიშნება



ჭამამდე 1—1 1/2 საათით ადრე, დაქვეითებული მჟავიანობის
ან თავისუფალი მარილმჟავას სრული არარსებობისას — ჭამის
დროს, უშუალოდ ჭამის წინ (თუ ეს მოსახერხებელია) ან
10—15 წუთით ადრე საჭმლის მიღებამდე. ნორმალური მჟა-
ვიანობისას კი (საერთო მჟავიანობა 50—70 ერთეული) ჭამის
წინ 30—45 წუთით ადრე.

კუჭის წვენის მაღალი მჟავიანობის მქონე ავადმყო-
ფებს, ზოგიერთი ავტორის რჩევით, ბოლო ხანებში წყალს
უნიშნავენ განსხვავებული წესით — საჭმლის მიღებიდან 1—2
საათის შემდეგ. ასეთ მეთოდს იმით ასაბუთებენ, რომ საჭმ-
ლის მიღების შემდეგ კუჭის წვენის გამოყოფა მაქსიმალურად
ძლიერდება, რაც ზოგიერთ ავადმყოფს უძლიერებს ტკივილს
და გულისწვას, ამ დროს მინერალური წყლის მიღება, ჯერ
ერთი, იწვევს მაღალი მჟავიანობის მქონე კუჭის წვენის გან-
ზავებას, მეორეც, ანეიტრალებს კუჭის წვენში არსებულ მა-
რილმჟავას. ამის შედეგად ავადმყოფი გარკვეული დროის
განმავლობაში თავს უკეთ გრძნობს.

რა ტემპერატურა უნდა ჰქონდეს მინერალურ წყალს?
საჭმელის მომწელებელი ორგანოების დაავადებისას დიდა
ყურადღება უნდა დაეთმოს მიღებული საკვებისა და სითხე-
ების, მათ შორის მინერალური წყლის ტემპერატურას. ცივი
საკვებისა და წყლის მიღება ხელს უწყობს კუჭ-ნაწლავისა
და სანაღვლე გზების შეკუმშვას, რაც ტკივილს აძლიერებს.
სითბო კი პირიქით მოქმედებს, სპაზმურ შეკუმშვებს აღუწებს
და ტკივილს აწყნარებს. ამიტომ დაავადების გამწვავებისას
უპირატესობა უნდა მიეცეს თბილ წყალს. ბორჯომში
მინერალური წყაროების უმრავლესობა თბილია (t°—29—
33°) და უმჯობესია ბუნებრივი ტემპერატურის მქონე



წყლის მიღება. ცივი წყალი უნდა შეთბეს 38—42—45⁰ მდე. შეთბობის მიზანი ისიცაა, რომ მინერალური წყლიდან გამოიღვენოს მასში გახსნილი ნახშირორჟანგა გაზი, რომელიც, როგორც აღვნიშნეთ, კუჭის წველის გამოყოფას აძლიერებს. მინერალური წყლის გათბობა უნდა ხდებოდეს ცხელი წყლის უბრალო აბაზანაზე ან სპეციალური მოწყობილობის ჭურჭელში.

მათთვის, ვისაც კუჭის წველის მუავიანობა დაქვეითებულ აქვთ, მინერალური წყლის შეთბობა საჭირო არ არის, რათა ამით ნახშირორჟანგა გაზი შენარჩუნებულ იქნეს კუჭის სეკრეციის ფუნქციის გასაძლიერებლად. მაგრამ, თუ ავადმყოფს აქვს ღვიძლისა და სანაღვლე გზების ან ნაწლავების თანმხლები დაავადებაც, უმჯობესია წყალი მიიღოს შემთბარი სახით უშუალოდ ჭამის წინ, ან 10—15 წუთით ადრე ჭამამდე.

მაშასადამე, წყლის ტემპერატურის შერჩევას უნდა გავითვალისწინოთ დაავადების ფორმა, მიმდინარეობის ფაზა, თანმხლები დაავადებების არსებობა და სხვა მომენტები. ამიტომ უმჯობესია, რომ მინერალური წყლის ტემპერატურაც მკურნალმა ექიმმა განსაზღვროს.

რა რაოდენობით უნდა მიიღოს ავადმყოფმა ბორჯომის მინერალური წყალი? ბევრ კურორტზე და მათ შორის ბორჯომშიც კვლავ შემორჩენილია მინერალური წყლის სტანდარტული დოზა — თითო ჭიქა დღეში სამჯერ, რაც არაა სწორი. მინერალური წყალი, აქტიურად მოქმედებს ორგანიზმზე, ამიტომ მისი დოზა უნდა განისაზღვროს ავადმყოფის სხეულის წონის გათვალისწინებით. ბორჯომის მინერალური წყალი, რომელიც საშუალო მინერალიზაციისაა, ავადმყოფმა უნდა მიიღოს 3—4 მლ რაოდენობით 1 კგ წონაზე. საშუალო წონის

მქონე ავადმყოფმა (70 კგ) უნდა დალიოს 200—300 მლ წყალი (საშუალოდ 250 მლ). 100 კგ წონის ავადმყოფმა კი — 300—400 მლ და არა 1 ჭიქა, რომელიც სხვადასხვა ტევადობისაა.

პირველ დღეებში, მით უფრო, თუ ავადმყოფი ვერ ეგუება თბილ წყალს, უმჯობესია მისი შედარებით ნაკლები დოზების მიღება (100—150 მლ), თუ ავადმყოფს არ ეზღუდება სითხის მიღება (გულ-სისხლძარღვთა ორგანოების ან სხვა დაავადებათა მიზეზით), მომდევნო დღეებში შეიძლება ვურჩიოთ დოზის მაქსიმუმი, მაგრამ არა უმეტეს 400 მლ ერთჯერად და 1200 მლ მთელ დღეს.

მინერალური წყლის დოზას განსაზღვრავს ექიმი.

როგორ ჯობს წყლის დაღვევა? წყლის სმის ტემპსაც გარკვეული მნიშვნელობა აქვს. იგი უნდა შეესაბამებოდეს კუჭის სეკრეციული ფუნქციის მდგომარეობას. ჰიპერაციდული მდგომარეობისა (მომატებული მჟავიანობა) უმჯობესია წყლის სწრაფად, ერთბაშად დაღვევა, ჰიპოაციდური მდგომარეობისას (დაქვეითებული მჟავიანობა) კი — ნელა, 2—5 წუთის განმავლობაში, პატარა ყლუპებით, თან შეუძლია ისეირნოს ბიუვეტის მახლობლად. ასეთი წესით დაღვევისას პირის ღრუს, საყლაპავი მილისა და კუჭის ლორწოვანი გარსის ნერვულ რეცეპტორებზე წყლის შეხება უფრო ხანგრძლივია, რაც მეტად აძლიერებს კუჭის წვენის გამოყოფას.

ყველა ავადმყოფისათვის რეკომენდებულია საკუთარი სპეციალური სასმისი სატუჩარით, რაც მოხერხებულიცაა და ჰიგიენურიც.

რამდენ ხანს შეიძლება მინერალური წყლის სმა? მინერალური წყლის სმის კურსი კურორტზე



განისაზღვრება 22—25 დღით, რაც, ჩვეულებრივ, საკმარისია მისი მიღება შეიძლება მეტხანსაც, მაგრამ არა უმეტეს თვენახევრისა. მკურნალობის კურსის განმეორება ნაჩვენებია არაუადრეს 2—3 თვისა.

რა შემთხვევებშია წინააღმდეგნაჩვენებები ბორჯომის მინერალური წყლის სმა? კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მწვავე და ძლიერ გამწვავებული ქრონიკული დაავადებებისას, კუჭის გასასვლელის შევიწროვებისას (პილორუსის სტენოზი), სისხლდენით გართულებისას მინერალური წყალი წინააღმდეგნაჩვენებია. გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებისას ავადმყოფს წყალი ეზღუდება ან ეკრძალება სისხლის მიმოქცევის უკმარისობის ხარისხის მიხედვით. ბორჯომის მინერალური წყალი წინააღმდეგნაჩვენებია ჭეშმარიტი ფოსფატურიის (მარილოვანი ცვლის მოშლა, რომელსაც ახლავს შარდის რეაქციის გატუტიანება) დროს, ფალარათიანობის დროს ავადმყოფმა ბორჯომის მინერალური წყლის სმა დროებით უნდა შეწყვიტოს.

მინერალური წყლის შიგნით მიღების სპეციალური მეთოდები. ბორჯომის მინერალურ წყალს იყენებენ აგრეთვე პირის ღრუში გამოსავლებად (პირის ღრუს, ენის, ღრძილების, ხახის დაავადებათა დროს), კუჭის ამოსარეცხად (გასტრიტების დროს, განსაკუთრებით კუჭის ტონუსის დაქვეითების, ლორწოს ჭარბი დაგროვებისას, აგრეთვე ხშირი და ხანგრძლივი გულისწვისას და ა. შ), თორმეტგოჯა ნაწლავში შესაყვანად, მის მოსარწყავად, მოსასხურებლად (თორმეტგოჯა ნაწლავისა და სანაღვლე გზების დაავადებათა დროს).

მინერალური წყლის შიგნით მიღების მეთოდებს მიეკუთვნ-

ნება მისი რექტალური (სწორი ნაწლავის გზით) შეყვანა შიგნით, ნაწლავის სიფონური გამორეცხვის, ნაწლავის შხაპის, ნაწლავის წყალქვეშა გამორეცხვის ე. წ. სუბაკვალური აბაზანების სახით და სხვ. ამ სამკურნალო პროცედურების ჩვენებებია: ყაბზობა, ინტოქსიკაცია, ქრონიკული კოლიტი, ღვიძლისა და სანაღვლე გზების დაავადებანი და სხვ.

წინააღმდეგ ჩვენებები: (განსაკუთრებით სუბაკვალური აბაზანისა და რექტალური შხაპისათვის) სისხლის მიმოქცევის უკმარისობა (II—III ხარისხის), ჰიპერტონიული დაავადება (II—III სტადიის), ნაწლავების შეხორცება, სწორნაწლავში ნახეთქების, წყლულების, პოლიპების არსებობა, საზარდულის თიაქარი, ბუასილი, ორსულობა (ყველა პერიოდში) და სხვ.

ინჰალაციური მკურნალობა ნაჩვენებია ყელურ-ცხვირისა და სასუნთქი ორგანოების ზოგიერთი ქრონიკული დაავადების დროს. სპეციალური აპარატის საშუალებით წინასწარ უწვრილეს ნაწილაკებად გაშხეფებული მინერალური წყალი შესუნთქვისას აღწევს სასუნთქ მილაკებამდე. ლორწოვან გარსზე რეფლექსურ ზემოქმედებასთან ერთად ნატრიუმის ბიკარბონატის შემცველი წყალი იწვევს სასუნთქი გზების ანთებითი პროცესის შენელებას, აუმჯობესებს სისხლის მიმოქცევას, აადვილებს ნახველის გამოყოფას, აწყნარებს ხველას.

ბორჯომის მინერალური წყლით ინჰალაცია კარგ შედეგს იძლევა ლარინგო-ტრაქეიტის, ბრონქული ასთმის, ფილტვების ანთების ნარჩენი მოვლენების დროს და სხვ. ისინი გვხვდება კურორტზე თანმხლები დაავადებების სახით.

ბორჯომის მინერალური წყლის
გარეგანი გამოყენება

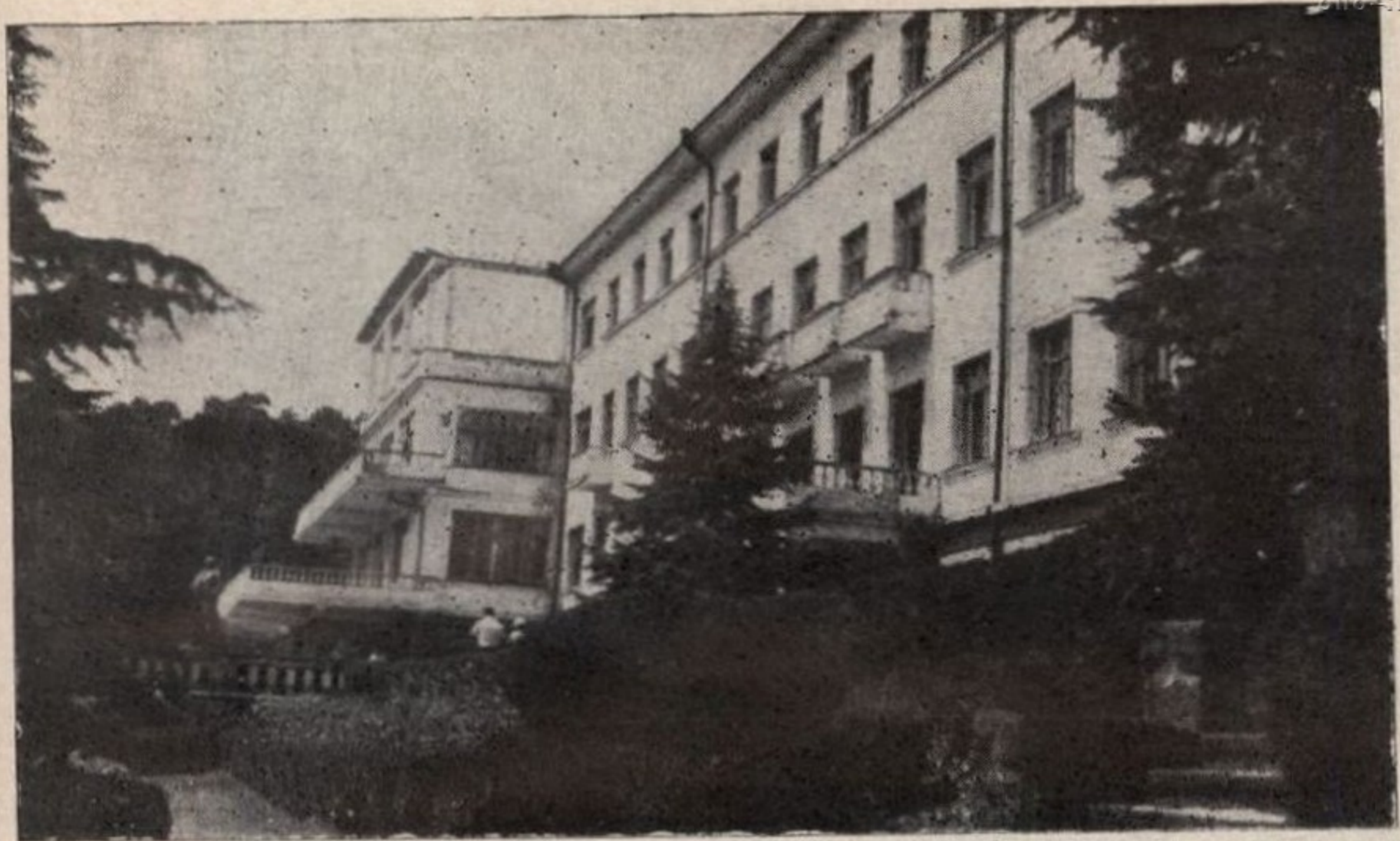
ორგანიზმზე მინერალური წყლის აბაზანის დადებითი გავლენა აიხსნება მისი მექანიკური (ჰიდროსტატული), თერმული და ქიმიური ზემოქმედებით. წყალში გახსნილი ნახშირორჟანგა გაზის მაქსიმალურად შენარჩუნების მიზნით უშუალოდ აბაზანაში ხდება ბუნებრივად თბილ მინერალურ წყალთან მცირე რაოდენობის უბრალო ცხელი წყლის სწრაფი შერევა.

მინერალური წყლის სააბაზანოები ფუნქციონირებს საკურორტო პოლიკლინიკასა და ზოგიერთ სანატორიუმში.

მინერალური წყლის აბაზანა ავადმყოფმა უნდა მიიღოს მსუბუქი საუზმის შემდეგ. აბაზანამდე აუცილებელია მცირე ხანს დასვენება. აბაზანაში საჭირო არ არის ზედმეტი მოძრაობა, რათა კანს არ მოსცილდეს გაზის ბუშტუკები. წყლით არ უნდა იფარებოდეს გულის მიდამო, მით უფრო, თუ ავადმყოფს აწუხებს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადება. პროცედურის ხანგრძლივობა არ აღემატება 15 წუთს. წყლის ტემპერატურა 36° . პროცედურის შემდეგ ავადმყოფი ისვენებს ჯერ სააბაზანო შენობაში, ხოლო შემდეგ სანატორიუმში ($1/2$ —1 საათით).

აბაზანის დღეს ზოგადი მოქმედების სხვა პროცედურა დაუშვებელია.

როგორც უკვე აღვნიშნეთ, ბორჯომის მინერალური წყალი ძირითადად სასმელ სამკურნალო წყალს წარმოადგენს. აბაზანების სახით მისი გამოყენება ნაჩვენებია როგორც დამხმარე საშუალება გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებათა დროს, რომელიც თანმხლებ დაავადებად გვევლინება.



საბაზო სანატორიუმი „ლიკანი“.



სანატორიუმი „ფირუზა“.



პანსიონატი „ბახტრიონი“.

კლიმატოთერაპია. კანმრთელობისათვის ჰაერის, მზისა და წყლის მნიშვნელობას ადამიანი უძველესი დროიდან იცნობს. კლიმატურ ფაქტორებს სარგებლობის მოტანა მხოლოდ მაშინ შეუძლია, თუ მათ სწორად გამოვიყენებთ. ზოგიერთი ავადმყოფი დიდ შეცდომას უშვებს, როდესაც კურორტზე ჩამოსვლისთანავე იწყებს თვითმკურნალობას, ექიმის დაწინაშელების გარეშე შეუშვერს სხეულს მზის სხივებს, „მზეზე შავდება“.

საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებათა დროს იყენებენ სხვადასხვა სახის კლიმატოთერაპიას, აეროთერაპიას, ჰაერისა და მზის აბაზანებს.

აეროთერაპია გულისხმობს სუფთა ჰაერზე დიდხანს ყოფნას. იგი შეიძლება ჩავატაროთ ოთახში, ღია ფანჯარასთან მშოლიარე მდგომარეობაში, აივანზე, ეზოში ან პარკში ხანგრძლივი ჯდომით, ანდა სასურველია მისი შეხამება მოძრაობასთან (ექსკურსია — გასეირნება, ტერენკური და სხვ.). აეროთერაპია უფრო ხშირად სადილის შემდეგ ტარდება ვერანდაზე, უმჯობესია, თუ ავადმყოფისთვის აქვე დამატებით მოეწყობა მეორე საწოლი დასაძინებლად.

ჰაერის აბაზანის მიღებისას ორგანიზმზე მოქმედებს როგორც ჰაერის ტემპერატურა, სინოტივე, მოძრაობა და იონიზაცია, ისე მზის გაფანტული რადიაცია. ჰაერის აბაზანა უმჯობესია დილის ან საღამოს საათებში, მისი ხანგრძლივობა დასაწყისში არ უნდა აღემატებოდეს 15 წუთს, შემდეგ კი თანდათანობით უნდა გადიდდეს 2 საათამდე.

მზის აბაზანებით მკურნალობა (ჰელიოთერაპია) მრავალ



მხრივ ძვრებს იწვევს ორგანიზმში, ამიტომ უფრო მეტ-
 რადღება უნდა დაეთმოს მისი დოზირებისა და ჩვენება-წინა-
 აღმდეგჩვენების საკითხს. მზის აბაზანის მიღებისას ორგა-
 ნიზმზე მოქმედებს არა მარტო ჰაერის, არამედ მზის სხივური
 ენერჯიის მთელი კომპლექსი — სითბო, ხილული და ულტრა-
 იისფერი სხივები. კუჭის დაავადების დროს ხანგრძლივ მზის
 აბაზანებს შეიძლება მოჰყვეს სერიოზული გართულებები.
 ცნობილია, რომ ულტრაიისფერი სხივების გავლენით ორგა-
 ნიზმში ძლიერდება ჰისტამინისმსგავსი ნივთიერებების წარ-
 მოშობის პროცესი. ეს ნივთიერებები აჩქარებს კუჭის წვე-
 ნის გამოყოფასა და მუავიანობაც მატულობს. მზის აბაზანე-
 ბის მიღება უნდა ხდებოდეს სპეციალურად მოწყობილ სა-
 დგომში — აეროსოლარიუმში. პროცედურის ხანგრძლივობა
 სხვადასხვაა, იმის მიხედვით, დღის რომელ საათებში, უფროა
 სწორად, მზის რადიაციის როგორი ინტენსივობისას ტარდება
 იგი. ძველად დოზირებას წუთებით განსაზღვრავდნენ — იწ-
 ყებდნენ 3—5 წუთიდან და ყოველდღე 5 წუთის მომატებით
 პროცედურას ახანგრძლივებდნენ 1—2 საათამდე. ახლა დო-
 ზირებას საფუძვლად უდევს მზის სითბური მოქმედება. იწ-
 ყებენ 5 კალორით სხეულის ზედაპირის 1 სმ²-ზე და აღიდე-
 ბენ 50 და უფრო მეტ კალორიამდე. უმჯობესია ულტრაიისფე-
 რი სხივების ინტენსივობას განსაზღვრა ხდებოდეს ბიოდო-
 ზებით.

პროცედურა სასარგებლოა ჩატარდეს დღის საათებში
 (ბორჯომის პირობებში დღის 9 საათიდან 13 საათამდე).
 სოლარიუმში მისვლისას ავადმყოფმა ჯერ უნდა დაისვენოს
 10—15 წუთი, შემდეგ მიიღოს ჰაერის აბაზანა და ამის შემ-

დევ — მზის აბაზანა. პროცედურის მერე სასარგებლოა თბილი წყლის შხაპი.

კლიმატური ფაქტორებით წარმოებით მკურნალობა ბევრად არის დამოკიდებული, თუ როგორ გამოიყენებს ავადმყოფი კლიმატის სიკეთეს.

ტალახით მკურნალობა საჭმლის მომნელებელ ორგანოთა დაავადებების კურორტული მკურნალობის ერთ-ერთი გავრცელებული და ეფექტური საშუალებაა. ამ მიზნისათვის ბორჯომში ფართოდ იყენებენ როგორც ლამის, ისე ფსევდოვულკანური წარმოშობის სამკურნალო ტალახს. პირველი შემთხვევით კუმისის ტბიდან (თბილისის მახლობლად), ხოლო მეორე კურორტ ახტალიდან (გურჯაანის რაიონი). ამჟამად საბჭოთა კავშირში უპირატესობა ეძლევა ტალახით მკურნალობის აბლიკაციურ მეთოდს. ავადმყოფს დაავადებული ორგანოს მიდამოებზე ადებენ 4—12 კგ რაოდენობით წინასწარ გაწმენდილ და გამთბარ ტალახს და შეახვევენ სითბოს ხანგრძლივად შენარჩუნებისათვის. ტალახის ტემპერატურა უნდა იყოს 38—40—42°, პროცედურის ხანგრძლივობა — 12—15 წუთი. პროცედურის დამთავრებისას ავადმყოფი იქვე თბილი წყლის შხაპით ჩამოიბანს ტალახს, იცვამს და 20—30 წუთის განმავლობაში ისვენებს ჯერ ტალახსამკურნალოში, შემდეგ კი პალატაში.

უკანასკნელ ხანებში (კურორტოლოგიისა და ფიზიოთერაპიის საკავშირო სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტის მონაცემებით) დამტკიცდა, რომ კუჭ-ნაწლავის დაავადებათა დროს უკეთესი შედეგები მიიღება 38—40° ტემპერატურის მქონე ტალახით მკურნალობისას. უნდა გვახსოვდეს, რომ სამკურნალო ტალახის სასარგებლო გავლენას განსაზღვრავს არა

მხოლოდ სითბოს ფაქტორი, არამედ ტალახის ფიზიკურ-ქიმიური თვისებების ერთობლიობა. ამ იგულისხმება ტალახის შემადგენლობაში არსებული ორგანული და ანორგანული ნაერთების შემოქმედება კანში არსებულ ნერვულ რეცეპტორებზე, კანის გზით ზოგიერთი მათგანის შეღწევა სისხლში და ორგანიზმში მიმდინარე რთულ ბიოქიმიურ და ფიზიოლოგიურ პროცესებში მათი მონაწილეობა.

აპლიკაციური მეთოდის გარდა, ბორჯომში ფართოდ მიმართავენ ელექტროტალახით მკურნალობას. ამ პროცედურის დროს დაავადებულ მიდამოზე ადებენ გამთბარ ტალახს, ტალახზე ათავსებენ გალვანიზაციის აპარატებთან შეერთებულ ელექტროდებს. ელექტროტალახის პროცედურას ავადმყოფები შედარებით უფრო ადვილად იტანენ, ვიდრე ტალახის აპლიკაციას.

სამკურნალო პროცედურები დღეგამოშვებით ინიშნება აბაზანებთან ან წყლის პროცედურებთან მონაცვლეობით.

ტალახით მკურნალობის წინააღმდეგჩვენებებია დაავადების გამწვავება, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებანი (სისხლის მიმოქცევის უკმარისობით), სისხლდენა და სხვა ისეთი დაავადებანი, რომელთა დროს სითბური შემოქმედება საერთოდ წინააღმდეგჩვენებია.

ფიზიოთერაპია. კურორტ ბორჯომში ფართოდ იყენებენ როგორც ელექტროპროცედურებს (დიათერმია, ინდუქტოთერმია, ულტრამალა სიხშირის ელექტროველი, გალვანიზაცია, დიადინამიური დენი, ულტრაბგერა, მიკროტალღები და სხვ.), ისე სინათლით მკურნალობის პროცედურებს (სოლუქსი, ულტრაიისფერი და ინფრაწითელი სხივებით დასხივება და სხვ.).

ფიზიკური მეთოდებიდან ხშირად იყენებენ აგრეთვე პარაფინით მკურნალობას და წყლის პროცედურებს (წვიმისებრი, ცირკულარული, მარაოსებრი, აღმავალი და შარკოს შხაპები, წიწვიანი, ნახშირმყავა, მარგალიტის და სხვა აბაზანები).

ამ სამკურნალო საშუალებათა სიმრავლე შესაძლებლობას გვაძლევს კურორტზე ჩამოსულ თითოეულ ავადმყოფს ინდივიდუალური მიდგომით შევურჩიოთ სამკურნალო პროცედურები.

სამკურნალო ფიზიკულტურა ავადმყოფთა კომპლექსური მკურნალობის მნიშვნელოვანი ელემენტია და ფართოდ გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის ორგანოების ფუნქციების მოსაწესრიგებლად. იგი აუმჯობესებს ნივთიერებათა ცვლას, მაღლა სწევს ორგანიზმის ტონუსს და შრომისუნარიანობას. ამ მიზნით ავადმყოფებს კურორტზე სისტემატურად უტარდებათ დილის გამამხნეველი ვარჯიში, სპეციალური სამკურნალო ვარჯიშები დაავადების მიხედვით, სამკურნალო სიარული (ტერენკური), სხვადასხვა სახის მოძრაობათა შობიანი და სხვ.

როგორც წესი, სამკურნალო ფიზიკულტურა ფეხზე მოსიარულე თითქმის ყველა ავადმყოფისათვისაა ნაჩვენები. დაავადების სიმძიმისა და საერთო მდგომარეობის მიხედვით ფიზიკური დატვირთვაც სხვადასხვაა. ავადმყოფებს ენიშნებათ დაზოგვითი, მატონიზირებელი ან წვრთნის რეჟიმი. დაავადების გამწვავებისას დასუსტებულ ავადმყოფებისათვის, მით უფრო მკურნალობის დასაწყის პერიოდში, რეკომენდებულია დაზოგვითი რეჟიმი, რაც მომდევნო პერიოდში შესაბამისად იცვლება და მთავრდება წვრთნის რეჟიმზე გადასვლით.

კურორტ ბორჯომში პრაქტიკაში დიდი ხანია დანერგილია

დოზირებული სიარულით მკურნალობა (ტერენკური). მინერალური წყლების პარკში ამჟამადაც იყენებენ ჯერ კიდევ გასულ საუკუნეში მოწყობილ ბილიკებს. ერთ-ერთი ბილიკა მინერალური წყლის № 1 წყაროსთან იწყება და ზიგზაგისებური აღმასვლით აღწევს პლატომდე.

ტერენკური დადებით შედეგს იწვევს არა მარტო ორგანიზმის ფიზიკური ვარჯიშების გამო, არამედ იმიტაც, რომ იშვიათი სილამაზის ბუნებაში სუფთა ჰაერზე მოძრაობა ამშვიდებს ნერვულ სისტემას, აუმჯობესებს ძილს, ხელს უწყობს საჭმლის მონელებას, მატონიზირებლად მოქმედებს გულ-სისხლძარღვთა სისტემასა და საერთოდ მთელ ორგანიზმზე. ტერენკურით ყველა ავადმყოფი უნდა სარგებლობდეს. მის სვლაგეზებს და სარგებლობის წესებს ავადმყოფებს აცნობს მკურნალი ექიმი და სამკურნალო ფიზკულტურის ინსტრუქტორი ან მეთოდისტი.

სამკურნალო კვება ყოველგვარი მკურნალობის საფუძველს წარმოადგენს. მისი როლი განსაკუთრებით დიდია საჭმლის მომნელებელი ორგანოებისა და ნივთიერებათა ცვლის მოშლასთან დაკავშირებულ დაავადებათა მკურნალობის საქმეში. დიეტური კვების ორგანიზაცია საკმაოდ რთულია. დიეტური კერძები ისე უნდა იყოს მომზადებული, რომ გემრიელიც იყოს და არც სამკურნალო კვების პრინციპები დაირღვეს. დღის რაციონი მაქსიმალურად უნდა აკმაყოფილებდეს ორგანიზმის მოთხოვნებს როგორც რაოდენობის, ისე ქიმიური შემადგენლობისა და კალორიულობის მხრივ.

ადამიანის კვების ნორმა დამოკიდებულია მის ასაკზე, წონაზე, სქესზე, პროფესიულ საქმიანობაზე, კლიმატსა და ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე. სსრკ სამედიცინო მეცნიერე-

ბათა აკადემიის კვების ინსტიტუტის მიერ დადგენილია, რომ საშუალო სრმაღლისა და წონის სრულსაკოვანი ადამიანისათვის საკვების საერთო კალორიულობა, ანუ ენერგეტიკული ღირებულება ზომიერი მუშაობის პირობებში უნდა შეადგენდეს 3000—3600 კალორიას, ანუ 40—50 კალორიას 1 კგ წონაზე. დაახლოებით ასეთი ნორმებია გათვალისწინებული სანატორიულ-კურორტული მკურნალობის დროსაც. კვების რაციონი გარკვეული ურთიერთშეფარდებით უნდა შეიცავდეს ცილებს, ცხიმებსა და ნახშირწყლებს. ცილების ხარჯზე უნდა მოდიოდეს კალორიულობის 14%, ცხიმების — 30%, ნახშირწყლებზე — 56%. ამის მიხედვით დღის განმავლობაში საკვები უნდა შეიცავდეს ცილებს 100—110 გ, ცხიმებს — 90—100 გ, ნახშირწყლებს — 400—450 გ.

დიდი მნიშვნელობა აქვს კვების რეჟიმის დაცვას. ადამიანი, მითუმეტეს, თუ მას აწუხებს კუჭ-ნაწლავის დაავადებანი, საკვებს უნდა ღებულობდეს ერთსა და იმავე საათებში, 3—4-ჯერ დღეში (თუ არ არის სხვა სიხშირით კვების სპეციალური ჩვენება). საკვები ისე უნდა განაწილდეს, რომ მოცულობისა და კალორიულობის მიხედვით საუზმეზე მოდიოდეს დღის რაციონის 30—35%, სადილზე — 35—40%, სამხარზე — 5—10%, ვახშამზე — 15—20%.

ავადმყოფს უნდა ახსოვდეს, რომ სამკურნალო კვება ბევრად განსხვავდება რაციონალური კვებისაგან. დაავადების ხასიათისა და მიმდინარეობის მიხედვით საჭირო ხდება სხვადასხვა სახის შეზღუდვები. ამის გამო ზოგიერთი საკვები შეიძლება ისეთი გემრიელი და სრულღირებულოვანი არც იყოს, როგორც რაციონალური კვების დროს. ზოგიერთი ავადმყოფი ვერ ეგუება დიეტურ კვებას. დიეტაზე ყოფნა

ხომ დროებითი ღონისძიებაა და რაც უფრო ზუსტად შევასრულებთ ექიმის მიერ დანიშნული დიეტით გათვალისწინებულ მოთხოვნებს, მით უფრო მალე მოგვეცემა რაციონალური კვებაზე გადასვლის საშუალება. ექიმს არ შეუძლია მუდმივად აკონტროლოს ავადმყოფი როგორ იცავს იგი დიეტას. ავადმყოფი თვითონ უნდა იცნობდეს დიეტური კვების პრინციპებს და თავად უწყობდეს ხელს საკუთარი ჯანმრთელობის დროულად აღდგენის საქმეს. არც ისაა სწორი, რომ ზოგიერთი ავადმყოფი წლების განმავლობაში პედანტური სიზუსტით იცავს ექიმის მიერ ოდესღაც დანიშნულ მკაცრ დიეტას. დიეტა არ უნდა იყოს ტრაფარეტული, მუდმივი და შეუცვლელი „სასჯელი“. საჭიროების დროს აუცილებელია მისი მკაცრი დაცვა, ხოლო ნაჩვენებ შემთხვევებში რაციონალურ კვებაზე დროული გადასვლა.

სამკურნალო კვების პრინციპები ემყარება სამედიცინო აკადემიის კვების ინსტიტუტის მიერ მოწოდებულ რეკომენდაციებს. ცალკეული სისტემისა და ორგანოს დაავადებათა მიხედვით შემუშავებულია შესაბამისი დიეტა. პრაქტიკაში მათი გამოყენების გაადვილების მიზნით დიეტა დანომრილი და უნიფიცირებულია. ყველა დიეტის მიხედვით წინასწარ განსაზღვრულია რომელი პროდუქტების გამოყენება შეიძლება, როგორი უნდა იყოს მათი კულინარული დამუშავების წესი, ქიმიური შემადგენლობა, კალორიული ღირებულება და სხვ.

მოწოდებულია შემდეგი დიეტები:

დიეტა № 1 ინიშნება კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადებისა და ქრონიკული გასტრიტების დროს (უპირატესად მომატებული მჟავიანობის დროს). ამ

დიეტის მიხედვით იზღუდება კუჭის ლორწოვანი გარსის მექანიკურად, ქიმიურად და თერმულად გამლიზიანებელი საკვები. ამიტომაც კერძები უნდა მოიხარშოს წყალსა ან ორთქლზე. წვნიანი კერძები მზადდება უბრალო წყალზე და არა ხორცის ნახარშზე (ხორცის ნახარში კუჭის წვენის გამოყოფას აძლიერებს). იკრძალება კერძებში სანელებლებისა და საკმაზების ხმარება, მნიშვნელოვნად იზღუდება სუფრის მარჩლის რაოდენობა. საკვების ტემპერატურა არ უნდა იყოს 10° -ზე დაბალი და 60° -ზე მაღალი.

წყლულოვანი დაავადებისა და ქრონიკული გასტრიტების გამწვავებისას ავადმყოფს ენიშნება ამ დიეტის № 1ა და № 1ბ ვარიანტები, რომელთა მიხედვით უფრო მკაცრი შეზღუდვებია გათვალისწინებული. დაავადების რემისიის (ჩაცხრომის) პერიოდში, კურორტული მკურნალობის დასაწყისში ავადმყოფს ენიშნება № 1 დიეტა, მოგვიანებით კი თანდათანობით უმცირდება შეზღუდვა, ჯერ ზიგზაგებით (სხვა დიეტებიდან საკვების ამორჩევით), შემდეგ კი საბოლოოდ ენიშნება რაციონალური მაგიდა (დიეტა № 15).

დიეტა № 2 ენიშნება ქრონიკული გასტრიტით დაავადებულს, რომელსაც დაქვეითებული აქვს კუჭის წვენის მჟავიანობა. ამ დიეტის მიხედვით იკრძალება მექანიკურად გამლიზიანებელი უხეში საკვები, ქიმიური გამლიზიანებლებიდან კი მხოლოდ ისეთები, რომლებსაც შეუძლია კუჭის ლორწოვანი გარსის მკვეთრი გალიზიანება (ძლიერ ცხარე საჭმელები). კუჭის წვენის გამოყოფის სტიმულაციის მიზნით დასაშვებია მჟავე, სუსტად დამარილებული საკვები, ხორცის, თევზის, ბოსტნეულის ნახარშებზე დამზადებული წვნიანი კერძები. ხორცი და თევზი შეიძლება შემწვარი სახითაც, მაგრამ მათი

შეწვისას არ უნდა წარმოიშვას უხეში ქერქი. № 2 დიეტაზე მყოფ ავადმყოფს სუფრის მარილი არ ეზღუდება.

დიეტა № 3 რეკომენდებულია ყაბზობით მიმდინარე ქრონიკული კოლიტის დროს. ნაწლავთა პერისტალტიკური შეკუმშვების მოწესრიგებისა და მათი შიგთავსის დროული გადანაცვლების მიზნით უპირატესობა ეძლევა ბოსტნეულს, რძემყავა პროდუქტებს, ხილს. კარგია თაფლისა და სხვა ტკბილეულის მიღება (თუ არ აღინიშნება ნაწლავებში გაზების დაგროვება). პური უმჯობესია იყოს თაღხი ან შავი, გამომშრალი (წინა დღეს გამომცხვარი).

დიეტა № 4 ინიშნება ნაწლავების მწვავე ან გამწვავებული ქრონიკული ანთებითი დაავადებების, ფერმენტული დისპეფსიის (ფალარათის) დროს. დუდილის პროცესის შესამცირებლად იზღუდება ნახშირწყლები, უპირატესობა ეძლევა ცილოვან საკვებს. დიეტიდან სრულიად გამორიცხულია ცხარე კერძები, ბოსტნეული, ხილი, რძე. დასაშვებია ხორცის სუსტი ბულიონი, ავადმყოფს ეძლევა ორთქლზე მომზადებული ხორცის კატლეტი, მოხარშული თევზი, ახალი ხაჭო, უცხიმო ფაფები, კისელი, ასკილის ნაყენი, ლიმონის წვენი და სხვ. პური მხოლოდ თეთრი, კარგად გამომშრალი, უმჯობესია ორცხობილა.

დაავადების ძლიერი გამწვავეებისას საჭირო ხდება უფრო მკაცრი შეზღუდვები, ამიტომ ინიშნება დიეტა № 4ა.

დიეტა № 5 ნაჩვენებია ღვიძლისა და სანაღვლე გზების დაავადებათა დროს. ამ დიეტის მიზანია ხელი შეუწყოს ნაღვლის გამომუშავებასა და გამოყოფას. ამ პროცესს ხელს უწყობს რძის პროდუქტები „კარაქი, ხაჭო, მაწონი, კეფირი, აგრეთვე ბოსტნეული, მცენარეული ზეთი, უფრო მძლავრად

მოქმედი პროდუქტები (კვერცხი, ნიგოზი, მსუქანი ხორცი, არაყანი, ნატურალური რძე და სხვ.) ნაჩვენები არ არის, რადგან ისინი იწვევენ სანაღვლე გზების სპაზმურ შეკუმშვებს და ამასთან დაკავშირებით ტკივილს. იკრძალება აგრეთვე ექსტრაქტული ნივთიერებანი (ხორცის, თევზის, სოკოს მაგარი ნახარშები), საკვები იხარშება წყალსა ან ორთქლზე. ამ დიეტის მიხედვით ცხიმის საერთო შემცველობა დღის რაციონში უნდა შემცირდეს 70 გრამამდე. იკრძალება ცივი საკვების და სასმელის მიღება. ნაჩვენებია საკვების წილადობრივი მიღება (დღეში 4—5-ჯერ).

დაავადების გამწვავებისას, აგრეთვე კუჭუკანა ჯირკვლის (პანკრეასის) ფუნქციური უკმარისობისას ინიშნება ამ დიეტის ვარიანტები — № 5ა და № 5ბ, რომელთა მიხედვით ცხიმის რაოდენობა უფრო მეტად იზღუდება ცილებისა და ნახშირწყლების მომატების ხარჯზე. ფერმენტული დისპეფსიისა და მეტეორიზმის დროული ლიკვიდაციის მიზნით დიეტიდან გამორიცხული უნდა იქნეს კარტოფილი, უმი ბოსტნეული და რძე.

დიეტა № 6 ინიშნება პოდაგრისა და შარდმჟავა დიათეზის დროს. ამ დიეტის დროს ავადმყოფს ეძლევა უმთავრესად მცენარეული საკვები და რძის პროდუქტები. იკრძალება პურინებით მდიდარი პროდუქტები (საქონლის შიგნეული, ხბოს ხორცი, კაკაო, შოკოლადი, და სხვ.). ბოსტნეულიდან უნდა გამოირიცხოს მჟაუნა, ისპანახი, ლობიო.

დიეტა № 7 ნაჩვენებია თირკმლების ისეთი დაავადებების დროს, როდესაც დარღვეულია თირკმლების გამოყოფითი ფუნქცია (ნეფრიტი, ნეფროზი). ნებადართულია რძის პროდუქტები და ბოსტნეული. დასაშვებია მხოლოდ კარგად მო-

ხარშული ხორცი და თევზი. საჭმელი მზადდება სუფრის მარ-
ილის გარეშე.

დიეტა № 8 რეკომენდებულია სიმსუქნის სამკურნალოდ.
ამ დიეტით იზღუდება ცხიმები და ნახშირწყლები. სითხე,
სუფრის მარილი. საკვები უნდა იყოს ნაკლებკალორიული
(1500—1700 კალ.), ნაჩვენებია ბოსტნეული (კომბოსტო), მო-
ხარშული ხორცი, შავი პური, ხაჭო, ხილი ვაშლი), კარგი შე-
დეგი მოაქვს განტვირთვის დღეებს (მაწონი, ვაშლი).

დიეტა № 9 ენიშნებათ შაქრიანი დიაბეტით დაავადე-
ბულებს. იკრძალება ტკბილეული, იზღუდება ფქვილის ნა-
წარმი. ნებადართულია ხორცი, თევზი, კვერცხი, რძე და რძის
პროდუქტები, ბოსტნეული (კარტოფილის, ჭარხლის, სტაფი-
ლოს გაკლებით), ხილი (უპირატესად ვაშლი), შავი პური,
შვრია, წიწიბურა; რაციონის ქიმიური შემადგენლობა და კა-
ლორიულობა დამოკიდებულია დაავადების ფორმასა და მის
მიმდინარეობაზე.

არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება ნახშირწყლების იმა-
ზე მეტი რაოდენობით მიღება, რაც ექიმის მიერ აქვს დანიშ-
ნული ავადმყოფს.

თუ ავადმყოფი მკურნალობს ინსულინით, ნახშირწყლები
შედარებით ნაკლებად იზღუდება. ამ შემთხვევაში ინიშნება
№ 9ა დიეტა.

დიეტა № 10 გათვალისწინებულია გულ-სისხლძარღვ-
თა სისტემის დაავადებათა სამკურნალოდ. ამ დიეტაზე მყოფთ
ეძლევათ შერეული საკვები ქოლესტერინისა და ექსტრაქტუ-
ლი ნივთიერებების შემცველი პროდუქტების შეზღუდვით.
იზღუდება აგრეთვე სუფრის მარილი და სითხე.

დიეტა № 14 ნაჩვენებია საშარდე გზების დაავადებების

დროს, ფოსფატურიისა და ოქსალურიის დროს. ნებადართულია ხორცეული, ბოსტნეული, ხილი, დიდი რაოდენობით სითხე.

დიეტა № 15 საერთო რაციონალური მაგიდაა.

თუ ავადმყოფს რამდენიმე დაავადება აწუხებს, დიეტა ენიშნება ძირითადი დაავადებების მიხედვით, მაგრამ გარკვეული სახეცვლილებებით.

რიგ შემთხვევებში საჭირო ხდება ინდივიდუალური დიეტის შედგენა.

დიეტური კვება ერთფეროვანი და მოსაბეზრებელი რომ არ იყოს, თითოეულ დიეტაზე შედგება 7 დღიანი მენიუ, რომლის მიხედვით ავადმყოფი წინასწარი დაკვეთით ღებულობს მისთვის სასურველ კერძს ნებადართული დიეტიდან.

ს ა ნ ა ტ ო რ ი უ ლ - კ უ რ ო რ ტ უ ლ ი რეჟიმი ერთ-ერთ სამკურნალო ფაქტორად ითვლება. ორგანიზმზე მისი დადებითი ზემოქმედების არსი შემდეგში მდგომარეობს: კურორტული მკურნალობის პერიოდში ავადმყოფი გარკვეული ხნით მოცილებულია ცხოვრებისა და შრომის ადრინდელ პირობებს, რომლებიც მასზე შეიძლება უარყოფითად მოქმედებდა. სანატორიუმში შექმნილი სიმყუდროვე, სამედიცინო და მომსახურე პერსონალის ყურადღებიანი მოპყრობა, კვების, დასვენებისა და მკურნალობის სპეციალური რეჟიმი, კურორტის სილამაზე, მისი სამკურნალო მინერალური წყლებისა და სხვა ფაქტორების თერაპიული ზემოქმედების რწმენა ხელს უწყობს ავადმყოფის ხალისიანი გუნებგანწყობის აღდგენას, ორგანიზმის სასიცოცხლო ძალების მობილიზაციას, რაც კეთილსასურველ ფონს ქმნის ადამიანის გამოჯანმრთელებისათვის.

ბალნეოკლიმატურ კურორტებზე და მათ შორის ბორჯომ-



ში, სადაც მკურნალობის ძირითად პროფილს საჭმლის მომწე-
ლებელი ორგანოების დაავადებები შეადგენს, დღის განრიგი
და საერთოდ სანატორიულ-კურორტული რეჟიმი ისეა შემუ-
შავებული, რომ ავადმყოფს საშუალება ეძლევა მაქსიმალუ-
რად ისარგებლოს მისთვის ნაჩვენები ყველა სამკურნალო
ფაქტორით, პირველ რიგში სასმელი მინერალური წყლით.

ორგანიზმის ბევრი სასიცოცხლო ფუნქცია რიტმული
ხასიათისაა. ყოველდღიურ ცხოვრებაში ადამიანი ნებსით თუ
უნებლიეთ არღვევს კვების, შრომისა და დასვენების, ძილისა
და სიფხიზლის რიტმს. სანატორიუმში ყოფნისას ავადმყოფა
რაც უფრო ზუსტად დაიცავს მისთვის დაწესებულ რეჟიმს,
მით უფრო ადვილად და მოკლე ვადაში მოწესრიგდება ორგა-
ნიზმში რიტმული მუშაობა.

ნათქვამის საილუსტრაციოდ შეიძლება მოვიყვანოთ ასე-
თი მაგალითი: ჯანმრთელ ორგანიზმში კუჭის წვენი გამოყოფა
რიტმულად იცვლება, იგი ძლიერდება საკვების მიღებისას.
დროთა განმავლობაში ასეთი რიტმი იმდენად მტკიცდება, რომ
კუჭის წვენი გამოყოფა ძლიერდება მაშინაც კი, როდესაც
ჭამის დრო დგება, თუნდაც საკვების მიღება არ მოხდეს. ასე-
თი მდგომარეობა, რაც კვების რეჟიმის დარღვევასთანაა და-
კავშირებული, დიდხანს თუ გაგრძელდა შეიძლება კუჭის
წვენში არსებულმა მარილმჟავამ და საკვების მომწელებელმა
ფერმენტებმა ცარიელი კუჭის ლორწოვანი გარსი გააღიზიან-
ონ და მისი ანთება — გასტრიტი გამოიწვიოს.

სანატორიუმში კვების რეჟიმის დაცვა, უდავოა, ხელს შე-
უწყობს კუჭის სეკრეციული ფუნქციის რიტმის აღდგენას.

ჯანმრთელობის მდგომარეობის, ასაკისა ან სხვა პირობების
გამო ყველა ავადმყოფს ერთნაირად არ შეუძლია შეასრულოს



სანატორიულ-კურორტული რეჟიმის საერთო სქემა. ამიერიდან
 მკურნალი ექიმი ცალკეულ ავადმყოფს უნიშნავს ინდივიდუალურ რეჟიმს, რომელიც შეიძლება იყოს დაზოგვითი, მატონიზირებელი ან წვრთნითი. დაზოგვითი, ანუ № 1 რეჟიმი (როგორც ეს კურორტზეა მიღებული) ენიშნებათ დასუსტებულ ავადმყოფებს ან დაავადების გამწვავებისას, როდესაც არ შეიძლება ავადმყოფის ფიზიკური მოძრაობითი და სამკურნალო პროცედურებით სრული დატვირთვა. მატონიზირებელი, ანუ № 2 რეჟიმის მიხედვით ავადმყოფს ეძლევა სრული დატვირთვა. იგი მონაწილეობს მსუბუქ სპორტულ შეჯიბრებებსა და შორეულ ექსკურსიებში. მკურნალობის პირველ დღეებში უფრო ხშირად დაზოგვითი რეჟიმი ინიშნება, მოგვიანებით კი მატონიზირებელი.

სამკურნალო დაწესებულებები კურორტ
ბორჯომში



საბაზო სანატორიუმი „ლიკანი“ მდებარეობს რვინიგზის ბორჯომ-ბაღის სადგურიდან 3 კმ-ის დაშორებით იშვიათი სილამაზის ფიჭვნარი — ტყით დაფარულ შემადღებულ ტერიტორიაზე. სანატორიუმი გაშლილია 620 საწოლზე. აქვს ორი კეთილმოწყობილი საძილე და ერთი ბალნეოფიზიო-სამკურნალო კორპუსი. სანატორიუმის პროფილია საჭმლის მომწოდებელი ორგანოებისა და ნივთიერებათა ცვლის მოშლასთან დაკავშირებული დაავადებები. ფუნქციონირებს მთელი წლის განმავლობაში. აქვს კეთილმოწყობილი და თანამედროვე აპარატურით აღჭურვილი მრავალი დიაგნოსტიკური და სამკურნალო კაბინეტი, მათ შორის ტალახსამკურნალო. საბაზო და სანატორიუმი მეთოდურ და ორგანიზაციულ დახმარებას უწევს კურორტ ბორჯომის სანატორიუმებსა და რესპუბლიკის ამავე პროფილის კურორტებს (ჯავა, უწერა, სირმე და სხვ.).

სანატორიუმს აქვს საკუთარი სამკურნალო მინერალური წყლის ბიუვეტი.

საკურორტო პოლიკლინიკა მდებარეობს ბორჯომ-ბაღის ცენტრში. იგი მოთავსებულია კურორტის სასტუმროს პირველ სართულზე. აქვს კლინიკურ-დიაგნოსტიკური და ბიოქიმიური ლაბორატორიები, რენტგენის, ფუნქციური დიაგნოსტიკის, სტომატოლოგიური, ყელ-ყურ-ცხვირის, გინეკოლოგიური, ქირურგიული, უროლოგიური და სხვა კაბინეტები.

პოლიკლინიკა ემსახურება ამბულატორიულ ავადმყოფებს აქვე ორგანიზებულია კურორტი მკურნალობის საკურსე ბართების (საგზურების) შექენა ნაღდ ანგარიშზე.

პოლიკლინიკასთან არსებობს პანსიონატი 200 საწოლზე, რომლებიც იმავე სასტუმროშია განლაგებული.

პოლიკლინიკას ექვემდებარება ბალნეოფიზიოსამკურნალო, რომელიც ემსახურება კურორტის ცენტრში განლაგებული სანატორიუმების, პანსიონატებისა და ამბულატორიული სექტორის ავადმყოფებს.

აქ მკურნალობენ აგრეთვე ტალახით, პარაფინით, წყლისა და ელექტროფიზიოპროცედურებით, ინჰალაციით, სუბაკვალური აბაზანებით, მასაჟით და სხვ.

სანატორიუმი „ფირუზა“ შედგება ორი კორპუსისაგან. ძირითადი კორპუსი გაშლილია 100 საწოლზე, ფუნქციონირებს მთელი წლის განმავლობაში. მეორე კორპუსი შედარებით პატარაა (85 საწოლით), მდებარეობს მინერალური წყლების პარკში შესასვლელთან, ფუნქციონირებს სეზონურად — აპრილიდან ოქტომბრამდე.

სანატორიუმს აქვს კლინიკურ-დიაგნოსტიკური და ბიოქიმიური ლაბორატორიები, რენტგენის, სტომატოლოგიური, სამკურნალო ფიზკულტურისა და მასაჟის კაბინეტები. დიაგნოსტიკური გამოკვლევები და სამკურნალო პროცედურები ავადმყოფებს უტარდებათ საკურორტო პოლიკლინიკის ბაზაზე.

პანსიონატი „ბახტრიონი“ მდებარეობს მდინარე შტკვრის მარცხენა მხარეს, გაშლილია 200 საწოლზე, ფუნქციონირებს მთელი წლის განმავლობაში, აქვს კლინიკურ-დიაგნოსტიკური და ბიოქიმიური ლაბორატორიები, უზ-

რუნველყოფილია მინერალური წყლის ბიუვეტით. დანარჩენი დიაგნოსტიკური გამოკვლევები და სამკურნალო პროცედურები ავადმყოფს უტარდებათ საკურორტო პოლიკლინიკის ბაზაზე.

საქართველოს სსრ ჯანმრთელობის დაცვის სამინისტროს მე-4 მთავარი სამმართველოს სანატორიუმი „ბორჯომ-ლიკანი“ მდებარეობს რკინიგზის სადგურიდან 2 კმ-ის დაშორებით. გაშლილია 160 საწოლზე. იშვიათი სილამაზის ტყე-პარკში განლაგებულია სანატორიუმის კომფორტაბელურად მოწყობილი 7 საძილე და 1 ახლადგებული სამკურნალო კორპუსი. უზრუნველყოფილია ყველა აუცილებელი დიაგნოსტიკური და სამკურნალო კაბინეტით.

სანატორიუმის ტერიტორიაზე მოქმედებს მინერალური წყლის ბიუვეტი.

კურორტზე ჩამოსულ ავადმყოფ-დამსვენებელთა განკარგულებაშია სასტუმრო „ბორჯომი“.

ბორჯომში არის მრავალპროფილიანი რაიონული ახალი საავადმყოფო, რაიონული პოლიკლინიკა, ბავშვთა პოლიკლინიკა, ტუბერკულოზის საწინააღმდეგო დისპანსერი, სანიტარულ-ეპიდემიოლოგიური სადგური.

ბორჯომში ფართოდაა გაშლილი ახალი ობიექტების მშენებლობა. 1974—1975 წლებში მწყობრში ჩადგება ორი კომფორტაბელური სანატორიუმი (ბორჯომის ცენტრსა და ლიკანში) და ერთი პანსიონატი (პლატოზე). ამით საკურორტო ქსელს კიდევ 1400 საწოლი შეემატება.

მიმდინარე წელს გაიხსნება ახალი სასტუმრო.

კურორტ გორჯოფონი მაკურნალობის ჩვენებები და წინააღმდეგჩვენებები

კუჭის დაავადებები: ქრონიკული გასტრიტება კუჭის მომატებული, ნორმალური და დაქვეითებული სეკრეციული და მოტორულ-ევაკუაციური ფუნქციით (გამწვავების გარეშე);

კუჭის ფუნქციური დაავადებანი; კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადებანი (გამწვავებისა და სისხლდენისადმი მიდრეკილების გარეშე);

წყლულის გამო ნაოპერაციევი კუჭის დაავადებანი, ოპერაციის შემდგომი გასტრიტები, ანასტომოზის დაავადებანი და სხვ. ოპერაციიდან არაუადრეს 2 თვისა).

ნაწლავების დაავადებები: წვრილი და მსხვილი ნაწლავების ქრონიკული ანთებითი დაავადებები: ენტერიტი, კოლიტი, ენტროკოლიტი (გამწვავების გარეშე);

ნაწლავების ფუნქციური დაავადებები (დისკინეზია).

ღვიძლის, სანაღვლე გზებისა და კუჭ-უკანა ჯირკვლების დაავადებები: ღვიძლისა და სანაღვლე გზების ქრონიკული ანთებითი დაავადებები: ჰეპატიტი, ქოლესციტიტი, ანგიოქოლიტი, ბოტკინის დაავადების შემდგომი პერიოდი (სიყვითლისა და ხშირი გამწვავების გარეშე).

ნაღვლის ბუშტის კენჭოვანი დაავადება ხშირი გამწვავებისა და სანაღვლე გზების დახშობის გარეშე.

ნაღვლის ბუშტისა და სანაღვლე გზების დისკინეზია (მოტორულ-ევაკუაციური ფუნქციის გაუკუღმართება).

ნივთიერებათა ცვლის დაავადებები: მსუქ-
რიანი დიაბეტი (მსუბუქი და საშუალო სიმძიმის ფორმები;
პოდაგრა;
სიმსუქნე,
მარილოვანი დიათეზი: ურარტურია და ოქსალურია.

თანხლები დაავადების სახით
ნაჩვენებია:

გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებები: ა) ათეროს-
კლეროზული ან მიოკარდიტული კარდიოსკლეროზი (სის-
ხლის მიმოქცევის უკმარისობის გარეშე ან 1 ხარისხის უკმა-
რისობით).

- ა) სხვადასხვა ეტიოლოგიის მიოკარდიოდისტროფია;
- ბ) ჰიპერტონიული დაავადება (I და II სტადია).

ნერვული სისტემის ფუნქციური დაავადებანი (ნევრასთე-
ნია).

შარდის გამომყოფი გზების დაავადებანი (შარდის მყავე
რეაქციით).

- ა) ქრონიკული პიელოტი, ცისტეტი, პიელიცისტეტი;
- ბ) თირკმლებისა და შარდის ბუშტის კენჭოვანი დაავადება
(მცირე ზომის კენჭებით).

სუნთქვის ორგანოების დაავადებანი:

- ა) ქრონიკული ბრონქიტი;
- ბ) ბრონქული ასთმა (მსუბუქი ფორმა).

წინააღმდეგვინებები:

ყველა ის დაავადება, რომლებიც საერთოდ წინააღმდეგ-
ნაჩვენებია კურორტული მკურნალობისათვის: მწვავე ინფექ-
ციური, ვენერული, ფსიქიკური დაავადებანი, ტუბერკულოზი,
ავთვისებიანი სიმსივნეები, ორსულობა ტოქსიკური მიმდინ-
ნარეობით (აგრეთვე ნორმალური ორსულობა მე-7 თვი-
დან).

კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავა-
დება ძლიერი გამწვავების ფაზაში, განმეორებითი მასიური
სისხლდენა გართულებისას.

საყლაპავი მილისა და კუჭის პილორუსის სტენოზი (ორ-
განული შევიწროვება).

რიგიდული და ანტრალური გასტრიტები.

კუჭის პოლიპოზი (ან სოლიტარული პოლიპის არსებობა).

ღვიძლის ციროზი (ასციტით და სიყვითლით).

სანადვლე გზების დახშობით გამოწვეული სიყვითლე.

ნეფრიტი და ნეფროზი.

გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებანი, რომელთაც
ახლავს სისხლის მიმოქცევის უკმარისობა IIა ხარისხზე მეტი
ან სტენოკარდიული ხშირი შეტევები.

თავის ტვინის სისხლძარღვების სკლეროზი (I და II ხა-
რისხის).

ბრონქული ასთმა — ხშირი შეტევებით.

შაქრიანი დიაბეტის მძიმე ფორმები (ძლიერი დაუძლურე-
ბით, მნიშვნელოვნად გამოხატული აციდოზით ან პრეკომა-
ტოზული მდებარეობით).

ეპილეფსია.

ტურისტული და სამკურსო მარშრუტები

ბორჯომის ხეობა საკმაოდ მდიდარია ისტორიული მნიშვნელობის ადგილებითა და საინტერესო სანახაობებით. კურორტზე საექსკურსიო საქმეს ხელმძღვანელობს საექსკურსიო ბიურო. შორეული ექსკურსიები ეწყობა ორგანიზებულად კომფორტაბელური ავტობუსებით, მცოდნე და გამოცდილი ექსკურსიამძღოლების და კულტორგანიზატორების ხელმძღვანელობით.

კურორტის ტერიტორიაზე არსებული საექსკურსიო ობიექტებიდან დავასახელებთ ზოგიერთს:

ბორჯომის მხარეთმცოდნეობის მუზეუმი, რომელშიც საკმაოდ მდიდარი მასალაა შეგროვილი კურორტის წარსულისა და დღევანდელი ყოფის შესახებ. მუზეუმი მდებარეობს კურორტის ცენტრში.

დიდების მუზეუმი დიდი ხანია არაა რაც გაიხსნა მინერალური წყლების პარკში (ჩვენს ქვეყანაში ერთ-ერთი უძველესი ჰიდროელექტროსადგურის ყოფილ შენობაში).

მინერალური წყლის ჩამომსხმელი და მუშის ქარხნები და სხვ.

სასარგებლო და საინტერესოა ფეხით გასეირნება და დავალიერება ისეთი ადგილებისა, როგორცაა პეტრეს და გოგიას ისტორიული ციხეები, სოფელ ლიკანის უძველესი მონასტერი, ჩითახევის მწვანე მონასტერი, მინერალური წყლების პარკი და მდინარე ბორჯომულას თვალწარმტაცი ხეობა, სადგურის პლატო და სხვ.

ინტერესს მოკლებული არ არის საკურორტო ობიექტები-

დან პროფკავშირების ლიკანის საბაზო სანატორიუმისა და ჯანმრთელობის დაცვის სამინისტროს I მთავარი სამმართველოს ლიკანის სანატორიუმების ლამაზი ტყე-პარკებისა და თვით შენობა-ნაგებობების გაცნობა-დათვალიერება.

შორეული საექსკურსიო მარშრუტებიდან აღსანიშნავია საკავშირო მნიშვნელობის სამთო-სათხილამურო სპორტული სადგურის, მაღალმთიანი კლიმატური კურორტი ბაკურიანის დათვალიერება. იგი წლის ყოველ დროს ერთნაირად ხიბლავს მნახველს. ბაკურიანში მგზავრობა მოსახერხებელია როგორც ავტომანქანით, ისე ვიწროლიანდაგიანი ელექტრიფიცირებული რკინიგზით. მანძილი ბორჯომიდან ბაკურიანამდე 30 კმ-ია. გზა მეტად ლამაზია, გავლით შეიძლება დათვალიერებული იქნეს კლიმატობალნეოლოგიური კურორტი წალვერი, აგრეთვე მატერიალური კულტურის ისტორიული ძეგლი — ტიმოთეს უბნის ტაძარი (XII—XIII საუკ.).

ბაკურიანიდან 4 კმ-ის დაშორებით მდებარეობს კლიმატური სადგური ციხისჯვარი თავისი თერმულ-გოგირდოვანი მინერალური წყაროებით, ხოლო ცოტა მოშორებით მაღალმთიანი ცხრაწყაროს გადასასვლელი. აქ მოდიან ზაფხულში დილით ადრე, რათა იხილონ მზის ამოსვლა და მისი სხივებით განათებული კავკასიონის თვალწარმტაცი პანორამა იალბუზის, ყაზბეგის, უშბის და თეთნულდის თოვლით დაფარული მწვერვალებით. ძნელია შეედაროს რომელიმე სხვა საექსკურსიო ადგილი ვარძიას.

ვარძია კლდეში გამოკვეთილი ციხე-ქალაქია, აგებული XII საუკუნეში, თამარ მეფის ეპოქაში. მანძილი ვარძიამდე საკმაოდ დიდია (112 კმ), მაგრამ იმდენი საინტერესო ისტო-

რიული ძეგლისა და სანახაობის დათვალიერება შეიძლება,
რომ დადლილობას არავინ იგრძნობს.

ბორჯომიდან წლის ყველა დროს სისტემატურად ეწყობა
სამანქანო ექსკურსიები სურამში (30 კმ), სადაც ამ ლამაზი
კურორტის გაცნობასთან ერთად დამსვენებლები ათვალიერე-
ბენ ცნობილი უკრაინელი პოეტი ქალის ლესია უკრაინკას
სახლ-მუზეუმს.

და, ბოლოს, ბორჯომიდან 75 კმ-ის დაშორებით ქ. გორში
ექსკურსანტები დიდი ინტერესით ათვალიერებენ ი. ბ. სტალი-
ნის სახლ-მუზეუმს, ეცნობიან მისი ბავშვობის, ყრმობისა და
რევოლუციური საქმიანობის ამსახველ მასალებს.

შინაარსი

კურორტის განვითარების ისტორიისათვის	3
კურორტის სამკურნალო ფაქტორები	15
კლიმატი	15
ჰიდროგეოლოგია და სამკურნალო მინერალური წყლის ქიმია	19
ბორჯომის მინერალური წყლის ფიზიოლოგიური თვისებები და მისი სამკურნალოდ გამოყენების მეთოდები	24
ბორჯომის სამკურნალო მინერალური წყლის მეცნიერული შესწავლის შედეგები	28
ბორჯომის მინერალური წყლის სამკურნალოდ გამოყენების მეთოდები	39
ზოგიერთი რჩევა მინერალური წყლით მკურნალობის დროს, როცა მას სასმელად ვიყენებთ	40
ბორჯომის მინერალური წყლის გარეგანი გამოყენება	48
კურორტული მკურნალობის სხვა სახეები	49
სამკურნალო დაწესებულებები კურორტ ბორჯომში	64
კურორტ ბორჯომში მკურნალობის ჩვენებები და წინააღმდეგჩვენებები	67
ტურისტული და საექსკურსიო მარშრუტები	70

რედაქტორი შ. ჭალავანიძე
გამომცემლობის რედაქტორი დ. კანდელაკი
მხატვარი ნ. ლაფაჩი
მხატვრული რედაქტორი ნ. ოქრუაშვილი
ტექნიკური რედაქტორი ც. შველიძე
კორექტორი ნ. კირთაძე
გამომშვები დ. იამანიძე

გადაეცა წარმოებას 20/V-74 წ. ხელმოწერილია დასაბეჭდად
2/XII-74 წ. საბეჭდი ქაღალდის ზომა $70 \times 108 \frac{1}{32}$, პირობითი
ნაბეჭდი თაბახი 3,33 + ჩაკვრა 0,35. სააღრ.-საგამომც. თაბახი 2,95.
უე 08678. ტირაჟი 10.000. შეკვ. № 927.

ფასი 48 კაპ.

გამომცემლობა „საბჭოთა საქართველო“
თბილისი, მარჯანიშვილის 5

საქართველოს სსრ მინისტრთა საბჭოს გამსახკომის
სტამბა № 4. თბილისი 380060, მედქალაქის II კორპ.
Тбилисская типография № 4, Госкомиздата Совета Министров
Грузинской ССР. Тбилиси 380060. Медгородок .II корп.

პარლამენტის ეროვნული ბიბლიოთეკა



K 44.581/2