

КУРОРТЫ И ЗДРАВНИЦЫ БЕЛАРУСИ

Курорты и здравницы Беларуси Справочное издание Досин Ю.М., Ловчая Л.В., Пирожник И.И. и др. Под ред. Ю.М.Досина, И.И.Пирожника. – Минск, издательство «Белорусская Энциклопедия им. Петруся Бровки», 2008.–344 с.

спортивный городок, лесные тропы здоровья и др. Организуются экскурсии в Брестскую крепость, национальный парк Беловежская пуща и др.

БЮВЕТ (франц. buvette), сооружение над минеральным источником, предназначенное для проведения питьевого лечения минеральными водами. Для максимального сохранения физико-химических свойств вод их подача обеспечивается преимущественно самотёком. Бюветы оборудуют аппаратурой для подогрева или охлаждения воды, насыщения углекислым газом и др. Питьевой павильон строят прямо над выходом источника на поверхность. Планировка и архитектура здания бювета обеспечивает создание наибольших удобств и комфорта для приёма минеральных вод, рассчитана на количество имеющихся источников и ежегодную пропускную способность функционирующих в данной курортной местности санаториев, пансионатов. Помещение бювета минеральных вод имеет специальное оборудование для розлива лечебных вод с указанием номера источника минеральной воды, её минерализации, температуры и др. параметров. Согласно положению о санитарной охране курортов и местностей лечебного значения бюветы, как техническое сооружение располагается в первой зоне округа санитарной охраны, включающей места выхода на поверхность минеральных вод. В пределах зоны расположения бювета запрещаются всякие работы и действия, не связанные с эксплуатацией лечебных средств курорта, загрязняющие почву, воду, воздух, которые могут вредно отражаться на состоянии месторождений минеральных вод. Контроль за санитарными мероприятиями в зонах санитарной охраны курортной местности возлагается на органы санитарной инспекции. Бюветы имеются в санаториях «Боровое», «Брестагроздравица», Гомельского отделения Белорусской железной дороги, «Железнодорожник», «Золотые пески», «Криница», Лепельский военный санаторий, «Лётцы», «Поречье», «Пралеска» (Минский р-н), «Приозёрный», «Сосны» (Мозырский р-н), «Чёнки», «Шинник», оздоровительном комплексе «Сосновый бор» и др.

БЮДЖЕТ ВРЕМЕНИ (отдыхающих), система показателей, характеризующая распределение затрат времени по видам его использования для разработки мер по рациональной организации лечения и отдыха людей, находящихся на санаторно-курортном лечении. Регулируется распорядком дня санаторно-курортных и оздоровительных учреждений. Включает время на сон, санитарно-гигиенические мероприятия, лечебные процедуры, оздоровительные, реабилитационные и культурно-массовые занятия. Определяется режимом (тренирующий, закаливающий, щадящий и др.) индивидуально устанавливаемым лечащим врачом для каждого лтдыхающего.

ВАЖА, озеро в Миорском р-не Витебской обл., в бассейне р. Вята, в 12 км к юго-западу от г. Миоры, в 3 км к югу от д. Перебродье. Входит в *Обстерновскую группу озёр*. Площадь 2,94 км², длина 2,62 м, максимальная ширина 1,11 км, максимальная глубина 5,1 м. Площадь водосбора 24,4 км². Котловина округлая. Склоны высотой до 8—10 м. Мелководье широкое, песчаное. Берега местами сплавинные. 2 острова общей площадью 1 га.

Ширина полосы прибрежной растительности 15—100 м до глубины 2 м. Соединяется протокой с озером Обстерно. На берегу база отдыха «Актан».

ВАКУУМ-МАССАЖ (лат. vacuum пустота + массаж), п н е в м о м а с с а ж, лечебный массаж, проводимый с помощью специальных аппаратов, создающих чередование повышенного и пониженного давления воздуха у поверхности тела больного. В результате вакуум-массажа улучшается кровообращение, ускоряется ток крови и лимфы, уменьшается спазм сосудов, усиливается перистальтика и др. Показан при остеохондрозе позвоночника с неврологическими проявлениями, атонии кишок и др. Используется в санаториях: «Алеся», «Белая Вежа», «Боровое», «Брестагроздравица», «Лесные озёра», «Приднепровский», «Рассвет-Любань», санаторий имени Ленина, «Сосны» (Мядельский р-н), «Спутник»

«Чабарок», оздоровительных центрах «Лазурный», «Свитанок» (Лунинецкий р-н), оздоровительных комплексах «Зелёный бор», «Сосновый бор».

ВАННОЕ ЗДАНИЕ, крупное подразделение *водолечебницы*, с общими залами для ванн и раздевален и отдельными кабинками с раздевальнями, а также др. помещениями. В зависимости от условий в ванном здании могут быть кабинки для подводных (субаквальных) кишечных ванн, кишечных промываний, полосканий, душа-массажа и др. водных процедур. Существенной частью ваннных зданий является бальнеотехническое хозяйство: установки для нагревания или охлаждения минеральной воды, резервуары для её накапливания и хранения, система трубопроводов для транспортировки воды от мест получения воды (каптажей, буровых скважин, моря и т.д.) до пределов и в пределах самой бальнеолечебницы. В связи с агрессивностью большинства минеральных вод (особенно сероводородных) и наличием в них газов аппаратура для выполнения бальнеологических процедур должна быть коррозиоустойчива, удаление отработанной воды в общую канализацию не производится, устраивается отдельный сброс. См. *Бальнеолечебница*.

ВАННЫ ВОЗДУШНЫЕ, аэропроцедуры, применяемые с целью закаливания и лечения. В зависимости от теплоощущения и уровня эффективной эквивалентной температуры (ЭЭТ) воздушные ванны подразделяются на холодные ($< 8^{\circ}$), прохладные ($9-16^{\circ}$), комфортные ($17-22^{\circ}$) и с перегревом ($> 22^{\circ}$). Мерой физиологического воздействия воздушной ванны является холодовая нагрузка, то есть разница между теплоотдачей и теплопродукцией, отнесённая к единице поверхности тела (в ккал/м²). Воздушные ванны всех видов противопоказаны людям с острыми заболеваниями (грипп, ангина и др.), повышенной температурой. Кроме того, прохладные и холодные воздушные ванны противопоказаны при ревматизме, сердечно-сосудистой и лёгочно-сердечной недостаточности, бронхиальной астме с частыми приступами, болезнях почек с явлениями почечной недостаточности, активном туберкулёзе.

ВАННЫ ГАЗОВЫЕ, лечебные ванны с применением перенасыщенной газом воды. Газовые ванны, как из естественных минеральных источников,

так и искусственно приготовленные на пресной воде, отличаются высоким содержанием в воде углекислого газа, сероводорода, кислорода, азота, радиоактивного радона и др. веществ. Учитываются газы, содержащиеся в воде в количествах более 10% от всех газов, присутствующих в ней в растворённом и спонтанном состоянии. Углекислые (нарзанные) ванны усиливают процессы возбуждения, в центральной нервной системе, вызывают сдвиги в буферных системах крови в сторону преобладания водородных ионов, усиливают лёгочную вентиляцию, увеличивают глубину дыхания, снижают артериовенозную разницу в содержании кислорода, нормализуют кровяное давление. Углекислые ванны при температуре 33--34 °С охлаждают кровь и весь организм больше, чем пресные воды тех же температур. Сероводородные ванны оказывают влияние на сердечно-сосудистую систему, сходное с углекислыми ваннами и, помимо этого, повышают иммунные свойства крови, стимулируют обменные процессы, повышают функцию щитовидной железы, яичников, надпочечников, восстанавливают процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга. Азотные ванны обладают седативным действием, нормализуют кровообращение, обмен веществ, состояние эндокринной системы, мышечного тонуса, оказывают обезболивающее действие. См. также *Ванны радоновые*.

ВАННЫ ГРЯЗЕВЫЕ, метод использования грязей с целью лечебного воздействия на организм человека. Лечебный эффект воздействия грязевых ванн связан с двумя фазами – жидкой и твёрдой. Жидкая фаза (грязевой раствор) представляет собой водный раствор минеральных солей и органических соединений. Твёрдую фазу грязи составляют кристаллический скелет (мельчайшие частицы глины, ракушек и др.) и коллоидная фракция. Последняя, представленная в основном сульфидами железа, гидратами окиси и закиси железа, кремниевой кислотой и органическими коллоидами, обладает важнейшими свойствами грязи как теплового лечебного средства – пластичностью, абсорбционной способностью, влагоёмкостью. В лечебных грязях также содержатся вещества, подобные гормонам и витаминам, ферментам и антибиотикам и др. Они обладают высокой физиологической активностью, антибактериальными свойствами и во многом определяют способности и специфичность действия лечебных грязевых ванн. На грязевых курортах применяют общие грязевые ванны на открытом воздухе под лучами солнца (с защитой головы) из полужидкой массы, приготовленной из иловой грязи в смеси с минеральной водой при нагреве более 42 °С на специально оборудованных топчанах (медальонах) с толщиной грязи до 10 см и более с продолжительностью процедуры 15 мин. Такая форма лечения применяется главным образом на лиманах. Местные грязевые ванны делают в специальных приспособленных ёмкостях для лечения кистей, предплечий, стоп, голеней. В санаторно-курортных и оздоровительных организациях ванны грязевые обычно проводят в

грязелечебницах (или водогрязелечебницах); во внекурортных условиях – в специальных помещениях больниц.

ВАННЫ ЛЕЧЕБНЫЕ, водные процедуры, применяемые с гигиенической и лечебной целью. Различают ванны: общие, когда в воду погружено всё тело до уровня сосков или подмышечных впадин; половинные, или поясные, когда уровень воды в ванне находится на высоте пупка; тазово-ножные, когда погружаются в воде лишь ноги и нижняя часть таза; местные, парциальные, частичные (сидячие для промежности, ножные, ручные). По температуре воды ванны бывают индифферентные (34--36 С°), прохладные (20--23 С°), холодные (ниже 20 С°), тепловатые (37 С°), тёплые (38--39 С°), горячие (40 С° и выше); по продолжительности – кратковременные (1--5 мин), обычной продолжительности (15--30 мин), длительные (в течение нескольких часов), по составу простые (из пресной воды) и сложные (газовые, солевые, лекарственные, ароматические). Простые ванны продолжительностью до 15 мин воспринимаются как освежающая, тонизирующая процедура. Ванны более значительной продолжительности (25--30 мин и более), особенно тепловатые, оказывают выраженное успокаивающее действие, улучшают сон. Систематическое применение таких ванн показано при неврозах, психических заболеваниях с повышенной возбудимостью и раздражительностью, при ряде заболеваний кожи, нарушении обмена веществ, миозитах, полиартритах. Горячие ванны обладают болеутоляющим спазмолитическим действием на скелетную мускулатуру. Назначаются при хорошем физическом состоянии у лиц без нарушений функции сердечно-сосудистой системы и тяжёлых функциональных и органических заболеваниях. Холодные и прохладные ванны являются средством закаливания организма и как охлаждающее средство после тепловых процедур. См. также *Ванны минеральные, Ванны радоновые*.

ВАННЫ МИНЕРАЛЬНЫЕ, ванны из минеральных природных вод или их минеральных аналогов. Первые преимущественно используют на курортах, вторые – в лечебно-профилактических учреждениях. Их лечебное действие на организм человека связано с температурным, механическим и специфическим химическим влиянием, требующее тщательного медицинского контроля. Подразделяются на хлоридные натриевые (соляные), йодобромные, бишофитные, сульфидные ванны. К естественным минеральным ваннам относятся также ванны морские и рапные (лиманские).

Хлоридные натриевые ванны принимают от 10 до 20 мин при температуре 35—38 °С, через день или два подряд с перерывом на третий. Всего на курс лечения – 12--15 ванн. Хлоридные натриевые ванны показаны при гипертонической болезни I и II ст., начальных проявлениях облитерирующих заболеваний сосудов конечностей, артритах и полиартритах, болезни Бехтерева, последствиях травм опорно-двигательного аппарата, хронических воспалительных заболеваниях женских половых

органов, псориазах, нейродермитах, плекситах и последствиях травм позвоночника и спинного мозга.

Йодобромные ванны принимают при температуре 35—37 °С в течение 10--15 мин, через день. На курс – 15--20 ванн. Они показаны при церебральном атеросклерозе, ишемической болезни сердца, воспалительных и дегенеративных поражениях опорно-двигательного аппарата, эндокринных формах женского бесплодия, ожирении, аллергических и зудящих дерматозах, хронических сальпингоофоритах, лёгких формах гипofункции щитовидной железы.

Бишофитные ванны. Бишофит представляет собой естественный минерал, являющийся бромным хлоридным магниевым рассолом с концентрацией 400--450 г/дм³. Содержит в своём составе большое количество различных микроэлементов (бром, йод, бор, медь, железо, кремний, рубидий, молибден, титан, литий и др.). Используется в виде общих или местных ванн. При общем воздействии ванну заполняют водой (температура 36—37 °С) и растворяют в ней рассол бишофита в разведении 1:50, что соответствует примерно 10 г/дм³. Для приготовления одной ванны (200 л) требуется 4 дм³ рассола бишофита. Продолжительность процедуры – 10--20 мин, через день. Курс состоит из 10--12 процедур. Показания для приёма бишофитных ванн: заболевания опорно-двигательного аппарата (артриты, артрозы, остеоартрозы, болезнь Бехтерева, последствия травм); болезни периферической и центральной нервной системы (радикулиты, невриты, атеросклероз сосудов головного мозга, неврозы, нейроциркуляторная дистония); воспалительные заболевания женской половой сферы; тиреотоксикоз; начальные стадии гипертонической и ишемической болезни сердца. Во время приёма ванн с бишофитом у пациентов нередко проявляется бальнеологическая реакция. Она выражается общей слабостью, сердцебиением, головокружением, головной болью, учащением дыхания, обострением основного заболевания. При выраженной бальнеореакции лечение следует прервать на 2--3 дня.

Сероводородные ванны принимают через день или два дня с перерывом на третий день. Всего 12--14 ванн на курс лечения. У детей продолжительность процедуры составляет 5--10 мин, концентрация сульфидов – 50--100 мг/л, на курс лечения – 8--12 ванн. Сульфидные ванны показаны при трубном бесплодии, аднекситах, простатитах, облитерирующих заболеваниях опорно-двигательного аппарата, невралгиях, каузалгиях, радикулитах, болезнях кожи (нейродермит, экзема, псориаз). Надо избегать применения сульфидных ванн при заболеваниях печени и почек с выраженным нарушением функций.

Общие углекислые ванны применяют при температуре 34—36 °С продолжительностью 8--15 мин, через день. Курс лечения включает 12--15 ванн. Углекислые ванны наиболее широко применяют при сердечно-сосудистых заболеваниях (миокардиодистрофия, церебральный атеросклероз, гипотоническая болезнь, нейроциркуляторная дистония по гипотоническому типу). Они эффективны при неврозах и неврозоподобных

состояниях, последствиях травм головного и спинного мозга, периферической нервной системы, хронических бронхитах, гипотиреозе, гипофункции половых желез.

ВАННЫ МОРСКИЕ, лечебные ванны с применением морской воды. Относятся к солевым ваннам. По сравнению с пресными ваннами действие этих вод усиливается присутствием ионов хлористого натрия, брома, йода. Соли усиливают раздражение кожи, вызываемое температурным и механическим фактором, при этом действие солей после выхода из ванны продолжается осевшими на коже кристаллами. Морские ванны оказывают болеутоляющее действие, стимулируют обменные процессы. Применяют при заболеваниях органов движения, периферической нервной системы, обменных нарушениях, гинекологических болезнях. К естественным минеральным ваннам можно отнести морские купания и рапные тёплые ванны (лечение рапой, солёной озёрной водой), купания в лимане (в летние дни температура воды достигает 30--32° и выше).

ВАННЫ ПЕСОЧНЫЕ, лечебный метод, заключающийся в погружении тела в разогретый песок. Как сухая процедура, особенно пригодна для детей трудно переносящих грязелечение. В отличие от водяных ванн и грязевых аппликаций песок при значительной теплоёмкости имеет весьма умеренную теплопроводность, поэтому сильно нагретый песок постепенно передает телу тепло, не вызывая жжения и перегревания. Показания: хронические заболевания суставов, мышц, нервных стволов. Противопоказания как и для др. тепловых процедур.

ВАННЫ РАДОНОВЫЕ, искусственные и натуральные ванны, насыщенные радиоактивным радоном (обычно до концентрации 150–200 ед. Махе). Радоновые ванны улучшают кровообращение, расширяя капилляры, однако действуют значительно мягче, чем др. минеральные ванны, обладают выраженным успокаивающим действием, оказывают воздействие на обменные процессы, понижают функцию щитовидной железы, нормализуют обмен эстрогенов, что позволяет их использование при патологии сердечно-сосудистой системы, заболеваниях нервной системы, неврозах, болезнях органов движения, гипертиреозе. Противопоказания для радоновых ванн -- общие для бальнеотерапии.

ВАННЫ СОЛНЕЧНЫЕ, вид солнцелечения в виде общих воздушно-солнечных ванн, полуванн, частичных (местных) ванн. Солнечные ванны могут проводиться, когда суммарная солнечная радиация и продолжительность солнечного сияния наибольшие. Теплоощущение при солнечных ваннах характеризуется радиационно-эквивалентно-эффективными температурами (РЭЭТ), которые в среднем на 5–7° выше, чем эквивалентно-эффективные температуры (ЭЭТ), вследствие чего прохладные условия воздушных ванн переходят в комфортные условия солнечных ванн.

См. *Гелиотерапия*.

«**ВЕДРЕНЬ-2**», торговая марка минеральной воды. Разливается обществом с ограниченной ответственностью «Ведрень» в д. Большой Ведрень

Чашникского р-на Витебской обл. Получена путём разведения пресной водой в пропорции 1:1 исходной воды из скважины № 47859/90. Вода лечебно-столового назначения средней минерализации (5 г/дм^3) сульфатно-хлоридного натриевого состава со слабощелочной реакцией. Показания к применению: хронические гастриты с нормальной, повышенной и пониженной секреторной функцией желудка; хронические колиты и энтероколиты; хронические заболевания печени и желчевыводящих путей: гепатиты, холециститы, ангиохолиты, желчнокаменная болезнь; постхолециститозэктомический синдром; хронические панкреатиты; болезни обмена веществ (сахарный диабет, ожирение, подагра, мочекислый диатез, оксалурия, фосфатурия); хронические заболевания мочевыводящих путей, мочекаменная болезнь.

«ВЕДРИЦА», база отдыха производственного частного унитарного предприятия «Светоприбор» общества с ограниченной ответственностью «Белорусское товарищество инвалидов по зрению» в Червенском р-не Минской обл., в 18 км от г. Червень, в д. Ведрица. Находится в смешанном лесу, на берегу озера Ведрица. Открыта в 1988. Работает в летний период. Рассчитана на 55 мест. Дети принимаются с любого возраста. Проживание в 2-этажном корпусе и 2 финских домиках. Питание в столовой на 50 мест. Имеются спортивные и детская площадки, бадминтон, настольный теннис, бильярд, пляж, водные велосипеды и др. Проводятся культурно-развлекательные и спортивные мероприятия.

«ВЕЙНЯНСКИЙ РОДНИК», предприятие по производству напитков и переработке сельскохозяйственной продукции в Могилёвском р-не, в д. Вейно. Основано в 1993, с 2005 общество с ограниченной ответственностью «Завод «Вейнянский родник». Выпускает около 40 наименований безалкогольных фруктовых напитков на основе соков, низкокалорийных и использованием сахарозаменителей; минеральную и питьевую воду; слабоалкогольные коктейли и др. Сырьё для производства минеральных вод «Сосны-1, 2» получают из источника, расположенного на территории санатория «Сосны» Могилёвского р-на; вода для напитков добывается из артезианской скважины (глубина 140 м). На предприятии работают 2 технологические линии, на которых осуществляется розлив минеральной воды и др. напитков в ПЭТ-бутылки ёмкостью 2 л, 1,5, 1 и 0,5 л. В структуре производства удельный вес безалкогольных напитков составляет 75%, минеральной воды -- 11%, слабоалкогольных напитков -- 14%. Около 25—30% выпускаемой продукции экспортируется в Россию.

ВЕЛИКИЕ ШВАКШТЫ, озеро на границе Поставского р-на Витебской и Мядельского р-на Минской обл., в бассейне р. Страча. Расположено в 22 км к юго-западу от г. Поставы, в 8 км к северо-западу от курорта *Нарочь*; в составе гидрологического заказника республиканского значения Швакшты. Площадь $9,56 \text{ км}^2$, длина 4,2 км, максимальная ширина 3,4 км, максимальная глубина 5,3 м, длина береговой линии 13,1 км, объём воды 22,3 млн. м^3 . Склоны котловины высотой до 6 м, заросли кустарником, на северо-востоке под лесом. Берега низкие, песчаные, на западе торфянистые и

сплавинные. Дно плоское, выстлано сапропелем. Озеро обследовано в 1978. Сапропелем занято 697 га. Сапропелевая залежь вплотную подходит к западному и северо-восточному берегу, на севере, юге и юго-востоке имеется песчаная литоральная зона шириной 250–500 м. Средняя мощность сапропеля 3 м при максимальной 8,2 м. Сапропель в озере разнообразен по составу и его общий объём оценивается в 20840 тыс. м³, из которых на карбонатный приходится 10420, смешанный – 6946 и кремнеземистый – 3473 тыс. м³. Месторождение зарезервировано для курорта Нарочь. Соединено протокой с озером *Малые Швакиты*. Место отдыха и рыбной ловли. На берегу озера турбаза «*Швакиты*».

ВЕЧЕЛЬЕ, озеро в Ушачском р-не Витебской обл., в бассейне р. Крошанка, в 1 км к юго-востоку от г.п. Ушачи. Площадь 1,36 км², длина 3,68 км, максимальная ширина 0,48 км, максимальная глубина 35,9 м, длина береговой линии 8,2 км. Площадь водосбора 37,2 км². Склоны котловины высотой 10–15 м, берега высокие, на северо-востоке и юго-западе местами низкие. Ложе из 2 впадин глубиной 33,4 м и 35,9 м. Растительность занимает 5% площади озера, береговая линия шириной 5–30 м до глубины 3 м. Впадают 4 ручья. Входит в курортную зону *Ушачи*. Возле озера санаторий «*Лесные озёра*».

«**ВЕЧЕЛЬЕ**», торговая марка минеральной воды. Разливалась частным унитарным предприятием «Ушачский овощесушильный завод» в г.п. Ушачи Витебской обл. из скважины, расположенной на территории санатория «*Лесные озёра*». Вода борная, хлоридно-сульфатная натриево-кальциевая малой минерализации со слабощелочной реакцией. Химический анализ показал присутствие в составе воды биологически активных компонентов: бор (H_3BO_3 – 40 мг/дм³), фтор (1,14 мг/дм³), бром (2,4 г/дм³), метакремниевая кислота (34,4 мг/дм³), железо (5,88 мг/дм³). Применяется при лечении хронических гастритов, неосложнённой язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических колитов, энтероколитов и панкреатитов, хронических заболеваний печени и желчевыводящих путей, а также при хронических болезнях мочевыводящих путей. Полезна для профилактики стоматологических заболеваний, рекомендована для оздоровления лиц, подвергшихся радиационному воздействию.

ВЕЧЕР, озеро в Любанском р-не Минской обл., в бассейне р. Ореса. Расположено в 12 км к юго-востоку от г. Любань, возле д. Озёрная. Площадь 3,24 км², длина 2,75 км, максимальная ширина 1,55 км, максимальная глубина 1,6 м, средняя 0,5 м, длина береговой линии 7,45 км, объём воды 3,51 млн. м³. В результате мелиоративных работ озеро обмелело и искусственно пополняется по магистральному каналу из р. Ореса. Берега низкие, восточный песчаный, слегка повышенный, остальные торфянистые. Северный берег покрыт разнотравьем с редкими сосновыми деревьями, остальные под смешанным лесом (ольха, сосна, берёза). В прибрежной части озеро местами заросло рогозом, тростником. На основной акватории высшая водная растительность отсутствует ввиду сильного цветения воды в летний период и незначительной прозрачности (0,5–0,7 м). Детально обследовано в

1970 и 1987. Сапропель относится к лечебным пресноводным бессульфидным среднезольным. Средняя мощность его составляет 2,5 м, максимальная – 3,7 м. Сапропелевая залежь распространена практически на всей акватории. Общий объём 7500 тыс. м³, из которого на органический и кремнеземистый типы приходится 4000 тыс. м³, на смешанный, залегающий в основании разрезов – 3500 тыс. м³. В южной и центральной частях месторождения с конца 1970-х гг. велась промышленная добыча сапропеля для использования в сельском хозяйстве. Попутно сапропелевые грязи ограниченно применялись в санатории «Рассвет» Любанского р-на и грязелечебницах г. Бобруйск. В середине 1990-х гг. добыча сапропеля для использования в сельском хозяйстве прекращена (выработано более 60% первоначального объёма сапропелевой залежи). В дальнейшем разработка может вестись только в северной половине водоёма. Подкачка воды из р. Оресса, дренирующей обширный мелиорированный водосбор, уничтожение при разработке сапропелевой залежи на большей части акватории озера высшей водной растительности, применение устаревших дизельных силовых установок привели к негативному воздействию на экосистему водоёма.

ВИЛЕЙКА, зона отдыха республиканского значения в Вилейском и Логойском р-нах Минской обл., в 60 км к северу от Минска. Сформирована в районе Вилейского и Плещеницкого водохранилищ, р. Вилия с притоками Илия, Сервечь, Двиноса. Площадь 107,4 тыс. га. Рассчитана на 68,2 тыс. человек. Песчаные пляжи, сосновые леса (около 40% терр.) создают благоприятные условия для отдыха. Средняя температура января -6,5 °С, июля 17,8 °С. Осадков выпадает 611 мм в год. Число часов солнечного сияния в год 1790, в т.ч. в июле 269. Для летних видов отдыха благоприятный период со среднесуточной температурой выше 15 °С составляет 90 дней. Среднесуточная температура воды в водоёмах выше 17°С на протяжении всего комфортного летнего периода благоприятствует организации купально-пляжного отдыха. Функционируют детский реабилитационно-оздоровительный центр «Надежда» с летним туристско-оздоровительным палаточным лагерем «Родник» (д. Будище), дом охотника (в 1 км к юго-востоку от д. Илья), базы отдыха «Экономист» (д. Будище) и «Каролина» (д. Калино). Экскурсионные объекты: костёл Воздвижения Святого Креста (1906—13), Свято-Мариинская церковь (1816), Вилейский краеведческий музей в г. Вилейка, костёл Благовещения Пресвятой Девы Марии (1897—1902), колокольня (конец 18 — начало 19 в.) в д. Ольковичи Вилейского р-на, Свято-Успенская церковь в д. Рабунь (1862), Свято-Троицкая церковь (1-я половина 19 в.) и костёл святого Станислава (1853) в д. Долгиново, памятники участникам восстания 1863—64 в д. Владыки Вилейского р-на и на могиле жертв фашизма в д. Долгиново Вилейского р-на и др.

ВИЛЕЙСКОЕ ВОДОХРАНИЛИЩЕ, В и л е й с к о е м о р е, крупнейший искусственный водоём Беларуси, в Вилейском р-не Минской обл., на р. Вилия. В 5 км к востоку от г. Вилейка, в месте слияния Вилии с реками Сервечь, Илия и Косутка. Головное сооружение *Вилейско-Минской водной системы*. Построено в 1973—75 для накопления воды, регулирования стока и увеличе-

ния водности р. Свислочь, создания зоны отдыха. Площадь 64,6 км², длина 27 км, максимальная ширина 3,6 км, максимальная глубина 13,8 м. Чаша водохранилища — затопленные долины Вилии и Илии, 10 островов. Склоны котловины пологие, преимущественно покрыты лесом. Береговая линия длиной 137 км слабо изрезана, есть 4 крупных залива, в которые впадают реки. Берега низкие, размываются. На южном берегу песчаные пляжи шириной 50—100 м. Дно устлано песком, местами торфом. Объем воды 238 млн. м³, полностью заполняется в апреле—июне во время весеннего паводка. Среднегодовая амплитуда колебания уровня 2 м. Замерзает в начале декабря, толщина льда 60—70 см, ледоход в середине апреля. Летом верхний слой воды прогревается до 18—22 °С. Продолжительность купального сезона 70 дней (середина июня — конец августа). Преобладают юго-западные и западные ветры. При скорости ветра 3—5 м/с высота волн 0,2—0,5 м, максимальная 1,5 м при западном ветре, с которым связан максимальный разгон волн вдоль водохранилища. Зарастает незначительно. Работает Вилейская ГЭС. Возле водохранилища создана зона отдыха республиканского значения *Вилейка*. Используется для занятий водно-лыжным, водно-моторным, гребным и парусным спортом, для летней и зимней рыбной ловли (водятся щука, окунь, лещ, ёрш, плотва и др.). На берегу водохранилища реабилитационно-оздоровительный центр «Надежда» белорусско-германского совместного предприятия «Надежда — 21 век», база отдыха Белорусского государственного экономического университета «Экономист». На островах гнездятся утки, чайки, иногда — лебеди.

ВИЛИЯ, река на территории Беларуси и Литвы (литовское Нярис), правый приток р. Нёман. Длина 498 км, в Беларуси 264 км. Площадь водосбора 25,1 тыс. км², на территории Беларуси 11 тыс. км². Начинается с небольшого болота в 1 км к северо-востоку от д. Великое Поле Докшицкого р-на Витебской обл., течёт в Вилейском р-не Минской обл., Сморгонском и Островецком р-нах Гродненской обл. Пересекает границу с Литвой в 2 км к северо-западу от д. Жернели Островецкого р-на, впадает в Нёман возле г. Каунас (Литва). Основные притоки: Сервечь, Нарочь, Страча, Жеймяна, Швянтойи (справа), Двиноса, Илия, Уша, Ошмянка (слева). В бассейне Вилии более 1,5 тыс. озёр общей площадью 598 км². На реке создано *Вилейское водохранилище*, часть воды которого по *Вилейско-Минской водной системе* перекачивается в р. Свислочь. Долина в верхнем течении шириной 1—3 км, ближе к устью Уши и далее до границы с Литвой сужается до 0,2—0,4 км. Русло в верхнем течении сильно извилистое, ширина 1—2 м в верховье, 40—60 м до устья Уши (местами до 100 м); много песчаных островов, осередков. Берега крутые, местами пологие. Замерзает в верхнем течении в начале декабря, в среднем и нижнем — в конце декабря — начале января, вскрывается во 2-й половине марта от устья до верховьев. Средняя температура воды летом 18—20 °С, максимальная в июле (27,9 °С, 1956). В реке водятся щука, окунь, плотва, лещ, линь, карась, верховка и др. На реке города *Вилейка*, Вильнюс и Каунас (в устье). На берегах в живописных местах созданы зоны отдыха *Вилейка*,

Плёсы; санаторий «Вяжути» (д. Вяжути Молодечненского р-на), санаторий-профилакторий «Залесье» (д. Залесье Сморгонского р-на), детский реабилитационно-оздоровительный центр «Лесная поляна» (д. Жодишки Сморгонского р-на). У истока Вилии памятник природы — Берёзковский дуб-великан. Вилия — одна из самых популярных среди туристов-водников река.

ВИНОГРАДОЛЕЧЕНИЕ, а м п е л о т е р а п и я (от греч. ampelos виноград + терапия), применение винограда или виноградного сока с лечебной целью. Виноград содержит в плодах (ягодах) сахара, органические кислоты, витамины С, В₁, В₂, используется в свежем и переработанном (изюм, виноградный сок, вино) виде при малокровии, заболеваниях печени, желчных путей, почек и др. Виноградолечение проводится обычно в сочетании с диетотерапией и климатотерапией.

«**ВИТА-2, 3, 4, 5, 6, С**», торговые марки минеральной воды (семейство минеральных вод под общей торговой маркой «Вита»). Разливается закрытым акционерным обществом «Рикор» в г. Витебск. Высокоминерализованная вода (17--19 мг/дм³) хлоридного натриевого состава разбавляется в разном соотношении пресной артезианской водой. При разведении исходной воды в пропорции 1:4 получается минеральная вода «Вита-2» следующего состава (мг-экв %): натрий (72), кальций (17,2), магний (9,9), хлор (74,4), сульфаты (20,6), гидрокарбонат (5). При разведении исходной воды в пропорции 1:5 получается минеральная вода «Вита-3» минерализацией 3,5 мг/дм³ аналогичного состава (мг-экв %): натрий (70,3), кальций (17,8), магний (10,8), хлор (73,1), сульфаты (20,6), гидрокарбонат (6,3). При разведении исходной воды в пропорции 1:6 получается минеральная вода «Вита-4» с минерализацией 3,1 мг/дм³; 1:8 — «Вита-5» с минерализацией 2,5 мг/дм³; 1:20 — «Вита-6», которая минеральной уже не является и относится к категории пресных (0,9 мг/дм³). Лечебно-столовые воды могут использоваться в качестве столового напитка и по назначению врача в виде питья при следующих заболеваниях: хронические гастриты с нормальной, повышенной и пониженной секреторной функциями желудка; неосложнённая язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки; болезни оперированного желудка по поводу язвенной болезни, хронические колиты и энтероколиты; хронические заболевания печени и желчевыводящих путей (гепатит, холецистит, желчнокаменная болезнь), постхолецистэктомический синдром; хронические панкреатиты; болезни обмена веществ (сахарный диабет, ожирение, подагра, мочекаменный диатез, оксалурия, фосфатурия); хронические заболевания мочевыводящих путей, мочекаменная болезнь. Минеральная вода «Вита-С» имеет с «Витой-3» аналогичный состав и минерализацию (3,1 мг/дм³) и, кроме этого, содержит 0,5 г/дм³ витамина «С». Лечебное применение её аналогично показаниям для использования вышеописанных вод семейства «Вита». Столовая вода «Вита-6» может использоваться в качестве столового напитка и в виде питья при заболеваниях пищеварительного тракта и нарушениях обмена веществ.

ВИТЕБСКАЯ ОБЛАСТЬ, в северной части Беларуси, в среднем течении Западной Двины и верховьях Днепра, граничит с Литвой, Латвией и Россией. Площадь 40 тыс. км². Населения 1283,2 тыс. человек (2007). Центр — г. *Витебск*. В составе области 19 городов, 24 городских посёлка, 6480 сельских населённых пунктов. Территория области входит в состав 3 рекреационно-туристских районов Беларуси: *В и т е б с к о г о* (Витебский, Городокский, Шумилинский, Бешенковичский, Сенненский, Лиозненский, Дубровенский, Оршанский, Толочинский административные р-ны), *П о л о ц к о г о* (Полоцкий, Ушачский, Лепельский, Чашникский, Верхнедвинский, Россонский), *Б р а с л а в с к о - Г л у б о к с к о г о* (Браславский, Миорский, Шарковщинский, Глубокский, Поставский, Докшицкий р-ны); на её территории выделяют также Витебскую, Полоцкую, Браславскую, Оршанско-Копысскую туристские зоны. Курортно-лечебный профиль области определяется северным положением в пределах территории Беларуси, наличием природных минеральных вод и богатыми запасами лечебных грязей.

Климат области умеренно континентальный, более холодный, чем в других областях. Зима наиболее продолжительная в стране. В январе средняя температура воздуха колеблется от -6,7 °С (Лынтупы) до -8,1 °С (Езерище). Лето дождливое, нежаркое, что обусловлено влиянием воздушных масс с Атлантики. Температура в июле изменяется от 17 °С (Лынтупы, Докшицы) до 17,8 °С (Витебск, Лепель). Продолжительность солнечного сияния за год колеблется от 1757 часов (Полоцк) до 1807 часов (Березинский биосферный заповедник), в т.ч. в июле – от 271 часа (Березинский биосферный заповедник) до 285 часов (Верхнедвинск). Годовое количество атмосферных осадков составляет 620—740 мм. Около 70% осадков выпадает в тёплое время года. Продолжительность благоприятного периода для летнего оздоровительного отдыха колеблется от 58 дней на юге области до 50 на севере и является самой короткой в Беларуси. Климатические курортно-лечебные ресурсы области характеризуются невысоким уровнем пригодности для организации санаторно-курортного обслуживания в связи с наименьшей в Беларуси продолжительностью комфортного летнего сезона и неустойчивостью погод, благоприятных для климатотерапии. Относительно лучшими медико-климатическими условиями характеризуется регион в «треугольнике» Витебск--Лепель--Орша, а наименее благоприятными – Верхнедвинский и Россонский р-ны.

Основная водная артерия области – р. Западная Двина с крупными притоками Дисной, Дрысой, Уллой. На юго-востоке протекает Днепр. В области сконцентрирован основной озёрный фонд Беларуси. Озёра преимущественно ледникового происхождения, поэтому отличаются большой глубиной. В Глубокском р-не находится самое глубокое озеро Беларуси – Долгое (53,6 м). Наиболее привлекательны для рекреации Браславская (Дривяты, Снуды, Струсто, Войсо, Недрово, Неспиш, Цно), Ушачская (Черствятское, Паульское, Отолово, Полозерье, Яново, Берёзовское, Кривое, Гомель) и Обстерновская (Обстерно, Укля, Нобисто, Важа) группы озёр. Вокруг Браславской группы озёр сформировалась наиболее развитая в области озёрно-лесная территориальная рекреационная система туристско-

оздоровительного типа. Крупные озёра: Освейское, Лукомское, Нещердо, Езерище, Лосвидо, Лепельское.

Фитотерапевтические ресурсы представлены лесными растительными сообществами. Лесистость области составляет 37,4%. В структуре древостоя преобладают ценные для фитотерапии лесные породы (62,4%), в т.ч. сосна -- 40%, берёза -- 2%, дуб -- 0,4%, которые отличаются высокими фитонцидными, санитарно-гигиеническими и эстетическими качествами. Наиболее крупные массивы этих типов лесов встречаются на Браславской и Ушачско-Лепельской возвышенностях. Формирование локальных микроклиматов под воздействием фитофакторов значительно компенсирует недостаток климатических курортно-лечебных ресурсов.

Минеральные воды представлены в основном сульфатно-хлоридными, хлоридно-сульфатными, хлоридными и гидрокарбонатно-хлоридными группами натриевого, кальциево-натриевого или магниево-кальциево-натриевого катионных типов. Они относятся к минеральным водам без специфических компонентов. Основной ареал распространения – восточная часть области. Минерализация колеблется от 3--6 г/дм³ до 35 г/дм³. Глубина водоносных пластов 200--500 м.

Распространены бромные воды (содержание брома более 25 мг/дм³), которые представлены в западной части области солёными водами с минерализацией 10--35 г/дм³, а в восточной рассолами с минерализацией до 150 г/дм³. Глубина залегания от 400 до 700 м. В настоящее время изучаются перспективы нахождения месторождений борных минеральных вод.

Лечебные грязи области представлены двумя генетическими типами – сапропелевым и торфяным. По запасам торфяных грязей Витебская обл. занимает 1-е место среди др. областей Беларуси. Выявлено 53 торфяных месторождения, перспективных в качестве сырьевых баз для пелоидотерапии, в т.ч. 45 гумусовых типа и 8 липидно-гумусовых. Прогнозные запасы лечебного торфа составляют 34,2 млн. м³, из них гумусовых 31,2 млн. м³ и липидно-гумусовых 3 млн. м³. По количеству месторождений лечебных торфяных грязей лидируют Городокский р-н (13 месторождений), Браславский (9) и Сенненский (7) р-ны.

На территории области разведано 17 сапропелевых месторождений: Боровно, Смердыш, Воронь, Летанское, Санитарное, Шевино, Грибно, Тросно, Великие Швакшты, Малые Швакшты, Большое Святое, Древица, Ордышево, Азаренское, Беленец, Деменец, Долгий Деменец. Общие запасы сапропелевых грязей составляют 51 млн. м³. Месторождения сапропелевых грязей призваны обеспечить перспективные потребности в лечебном сырье лечебно-оздоровительные учреждения курортов Витебской обл., городов Браслав, Миоры, Полоцк, Новополоцк, а также курорта Нарочь.

В области выделяются 3 курортные местности: Браславская, Ушачско-Лепельская и Витебская. Браславская начала формироваться с начала 19 в., когда был построен пансионат Лазенки в Видзах-Ловчинских. В настоящее время курортная местность имеет оздоровительный профиль, в ней функционируют базы отдыха национального парка Браславские озёра, база отдыха БГУИР «Браславские озёра». К курортной местности относится детский санаторий «Росинка» (Миорский р-н). История Ушачско-Лепельской

курортной местности начинается с создания санатория «Барковщина». Современный профиль местности – лечебно-оздоровительный. Здесь расположены санаторий «Лесные озёра» (Ушачский р-н), Лепельский военный санаторий, детский реабилитационно-оздоровительный центр «Жемчужина» (Лепельский р-н), пансионат «Лодэ-Лепель», ряд оздоровительных организаций Полоцкого р-на у границы с Ушачским р-ном: профилакторий ОАО «Полоцк-Стекловолокно», базы отдыха «Суя», «Щаты» Полоцкого хлебозавода, «Щаты» частного торгово-производственного унитарного предприятия «Торгтехносервис». Витебская курортная местность берёт своё начало с создания санатория «Лётцы» и имеет лечебно-оздоровительную специализацию. Помимо данного санатория профиль курортной местности формируют организации Витебского р-на (санаторий «Железнодорожник», оздоровительный комплекс «Железняки», базы отдыха «Дружные ребята», «Лётцы», дом отдыха «Лесная поляна») и Бешенковичского р-на (базы отдыха «Крупенино» АСБ «Беларусбанк» и областной коммунальной собственности). Вне курортных местностей расположены санатории «Боровое» и «Лесное» в Докшицком р-не, санаторий «Нафтан» и профилакторий ОАО «Полимир» в Новополоцке, оздоровительный комплекс «Сосновый бор» в Новолукомле и оздоровительный центр республиканского производственного унитарного предприятия «Лёс» в Барани. Всего в Витебской обл. 75 санаторно-курортных и оздоровительных организаций, в т.ч. 8 санаториев (из них 1 детский), 1 детский реабилитационно-оздоровительный центр, 4 студенческих санатория-профилактория, 4 оздоровительных центра (комплекса), 2 дома отдыха, 1 пансионат, 32 базы отдыха, 23 др. организации отдыха; единовременная вместимость 4288 круглогодичных мест и 6472 места в месяц максимального развёртывания. В обслуживании санаторно-курортных и оздоровительных организаций занято 2146 человек, в т.ч. 83 врача, 330 человек среднего медперсонала.

В свободное от лечебных и профилактических процедур время отдыхающие на курортах могут предпринять кратковременные экскурсии с целью посещения близлежащих историко-культурных объектов. Для отдыхающих на курорте Лётцы доступны достопримечательности Витебска. Главными темами экскурсий в Витебск являются «История и архитектура Витебска» (Витебский областной краеведческий музей, Свято-Благовещенская церковь (середина 12 в.), Свято-Покровский собор (1760), Свято-Успенская церковь (1858), костёл святой Варвары (1884—85), ратуша (1775), «Великая Отечественная война» (Витебский областной краеведческий музей, площадь Победы, Витебский областной музей М.Ф.Шмырёва), международный фестиваль искусств «Славянский базар в Витебске», «Жизнь и творчество Марка Шагала» (Витебский музей Марка Шагала, включающий дом-музей и арт-центр). Привлекательный экскурсионный объект -- Музей-усадьба И.Е.Репина «Здравнёво» в Витебском р-не. Основными достопримечательностями окрестностей курорта Ушачи являются мемориальный комплекс «Прорыв», костёл святой Вероники и монастырь бернардинцев (1726) в д. Селище, церковь и усадьба (19 в.) в д. Ореховно,

усадьба-музей В.Быкова в д. Бычки, музей народной славы имени В.Е.Лобанка в г.п. Ушачи. Для отдыхающих в оздоровительных учреждениях национального парка Браславские озёра организуются экскурсии по маршруту «Браславское озёрное кольцо» с посещением г. Браслав (костёл Рождества Пресвятой Девы Марии 19 в., Свято-Успенская церковь 1897, музейное объединение), д. Слободка Браславского р-на (костёл Пресвятого Сердца Иисуса 1903). Большой популярностью у отдыхающих пользуются экскурсии в г. Полоцк (Софийский собор 1044--66, Спасо-Евфросиниевская церковь 1128--29, Национальный Полоцкий историко-культурный музей-заповедник и др.), г. Глубокое (церковь святого Ильи конца 18 в., кафедральный собор в честь Рождества Пресвятой Богородицы 17 в., костёл Пресвятой Троицы 1764--82, историко-этнографический музей и Дом ремёсел), г. Поставы (дворцово-парковый комплекс конца 18 – 1-й половины 19 в., архитектурный ансамбль 18 в., костёл святого Антония Падуанского 1898--1904, церковь святого Николая 1894, краеведческий музей), д. Мосар Глубокского р-на (костёл святой Анны 1792, музей) и др.

«ВИТЕБСКАЯ-1», торговая марка минеральной воды. Разливается республиканским унитарным предприятием «Витебский ликёро-водочный завод» в г. Витебск. Получена путём разведения пресной водой в пропорции 1:4 исходной воды из скважины № 40676. Минерализация воды малая (3,5–5 г/дм³), химический состав сульфатно-хлоридный кальциево-натриевый. Вода рекомендуется при лечении хронических гастритов, неосложнённой язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических колитах и энтероколитах, хронических панкреатитах, нарушениях обмена веществ, хронических заболеваниях мочевыводящих путей. Аналоги лечебного применения – минеральные воды «Миргородская», «Нальчик».

ВОДОЛЕЧЕБНИЦА, б а л ь н е о л е ч е б н и ц а (от лат. balneum ванна, купание), лечебное учреждение для проведения бальнеопроцедур (минеральных, морских ванн). Существуют преимущественно на курортах, располагающих минеральными источниками, и на приморских климатических курортах (морские ванны). Водолечебницы открыты также в крупных городах, при санаториях. Общекурортные лечебницы рассчитаны обычно на 20--80 ванн, в санаториях в водолечебных отделениях на 5--15 ванн. Водолечебницы в составе физиотерапевтических отделений больниц, поликлиник применяют пресную воду, а также искусственные минеральные воды. К основным помещениям бальнеолечебницы относятся также гардероб, зал ожидания с регистратурой.

ВОДОЛЕЧЕНИЕ (гидротерапия), наружное применение воды различной температуры с лечебной и профилактической целью в виде общих и частичных обливаний и обтираний, влажных укутываний, полуванн, душей. Основным действующим фактором при водолечении является температура воды, выталкивающая сила воды, горизонтальное положение тела в сочетании с механическим действием. Характер и интенсивность ответных реакций сердечно-сосудистой, нервной, эндокринной, мышечной систем,

теплообмена, обмена веществ и др. зависят от быстроты действия воды, величины участка тела, подвергающегося воздействию, продолжительности последнего, химического состава воды и степени адаптационной тренированности организма. В зависимости от температуры водные процедуры бывают холодные (ниже 20 С°), прохладные (20--23 С°), индифферентные (34--36 С°), тепловатые (37 С°), тёплые (38--39 С°), горячие (40 С° и выше). Холодовые и прохладные процедуры вызывают спазм сосудов кожи, уменьшение теплопотерь и усиление сердечных сокращений, кожа становится бледной и холодной. Холодовое раздражение оказывает возбуждающее действие на нервную систему. При более длительном действии холода суженные сосуды кожи расширяются, ускоряется кровоток (активная гиперемия), что приводит к потере тепла и повышению обмена веществ и соответственно продукции тепла. Кожа становится розово-красной и тёплой на ощупь, человек испытывает приятное ощущение тепла тела. При дальнейшем охлаждении в коже наблюдается венозный застой, она становится синюшно-красной, холодной, появляется озноб. Горячие водные процедуры вначале приводят к состоянию повышенного возбуждения, а позже к угнетению нервной системы. При процедурах с индифферентной температурой воды фаза сужения сосудов выпадает. На нервную систему такие процедуры оказывают седативное действие. Назначаются водные процедуры больным страдающим переутомлением, неврастенией, астеническими состояниями, понижением обмена веществ, ожирением. Противопоказаниями к водолечению являются резко выраженный атеросклероз и далеко зашедшие стадии гипертонии, декомпенсация сердечно-сосудистой деятельности, опухоли, склонность к кровотечениям, острые и хронические заболевания кровеносных органов, некоторые кожные и др. болезни.

«ВОЛМА», оздоровительный центр транспортного коммунального унитарного предприятия «Минсктранс» в Червенском р-не Минской обл., в 20 км от г. Червень, 3 км от посёлка Озёрный. Расположен в смешанном лесу, возле р. Волма. Открыт в 1975, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 200 мест. Дети принимаются с 5 лет. Включает 2 спальных, лечебный и административный корпуса, столовую, клуб. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, сапропелевые грязи озера Судoble (Смолевичский р-н). Профиль лечения – общетерапевтический. Работают водогрязелечебница, кабинеты ультразвуковой и функциональной диагностики, физиотерапевтический, магнито-, спелео-, фито-, ароматерапии, электрогрязелечения (гальваногрязелечения), электро-, свето-, озокерито-парафинолечения, ингаляций, механотерапии, лечебной физкультуры, ручного массажа, психологической разгрузки, электросна, процедурный. Питание в столовой на 150 мест (диеты № 5, 9, 10, 15). Культурно-массовые мероприятия проводятся в кино- и танцевальном залах, на летней танцплощадке; работает библиотека. Для любителей активного отдыха имеются бассейн, бильярдная, тренажёрный и спортивный залы,

спортплощадка, настольный теннис, конюшня. Оборудованы детские площадка и комната; на берегу реки -- пляж. На территории оздоровительного центра памятник польскому композитору, дирижёру и педагогу С.Монюшко.

«ВОМИЦА», предприятие по производству безалкогольных напитков, минеральной и питьевой воды в Ганцевичском р-не Брестской обл., в д. Любашево. Основано в 2004 как частное производственное унитарное предприятие «ВоМиЦа». Производит 19 наименований продукции, в т.ч. 16 наименований безалкогольных напитков «Вомица» и 3 наименования газированной минеральной воды со фтором – «Царица», «Царица-1» и «Царица-2». Минеральная вода добывается из скважины глубиной 422 м. Налажено также производство бутилированной питьевой газированной и негазированной воды. Производительность линии розлива 6 тыс. бут/час. Вся продукция разливается в ПЭТ-бутылки ёмкостью 1,5 л, минеральная вода – 1,5 и 0,75 л.

«ВОЛНА», база отдыха Могилёвского частного унитарного предприятия «Тифлос» в Бельничском р-не Могилёвской обл., возле станции Друть. Расположена в лесном массиве, на берегу р. Друть. Рассчитана на 38 мест. Функционирует с мая по сентября как база отдыха выходного дня. Проживание в летних домиках. Имеется блок для приготовления пищи. Организуются культурно-развлекательные мероприятия, походы в лес за ягодами и грибами.

ВЫГОДА, озеро в Глусском р-не Могилёвской обл., в бассейне р. Птичь. Расположено в 7 км к западу от г.п. Глуск, в 2,2 км к северо-западу от д. Турино. Площадь 0,7 км², длина 1,3 км, максимальная ширина 0,84 км, максимальная глубина 1 м, средняя 0,6 м, длина береговой линии 3,41 км, объём воды 0,41 млн. м³. Озеро бессточное, интенсивно зарастает разнообразной высшей водной растительностью. Берега низкие, заболочены, частично покрыты кустарником и лесной растительностью. Озеро полностью занято органическим сапропелем, который распространён на всей акватории и уходит под сплавинные берега. Средняя мощность 3,5 м, максимальная 5,8 м. Объём сапропеля в площади зеркала воды 3020,6 тыс. м³. Месторождение зарезервировано для бальнеологического использования в грязелечебницах курорта *Бобруйск*, лечебно-оздоровительных учреждениях в районе городов Мозырь, Речица, Гомель, Ветка и др.

«ВЫСОКИЙ БЕРЕГ», туристско-оздоровительный комплекс туристско-экскурсионного унитарного предприятия «Беларустурист» в Столбцовском р-не Минской обл. Находится в 78 км от г. Минск, 9 км от г. Столбцы, 3 км от д. Николаевщина. Расположен в сосновом бору, на берегу р. Нёман. Открыт в 1970 (до 2004 — туристская база «Высокий берег»). Работает круглогодично (47 мест, с июня по август — 138 мест). Включает 3-этажный корпус (2- и 3-местные номера), летние домики, столовую (на 50 мест). Имеет пункт проката (туристское снаряжение, велосипеды, мотоциклы, лодки, настольный теннис, бильярд и др.), кинозал, библиотеку, медпункт, баню. Для детей оборудованы игровая комната и площадка. На берегу р. Нёман пляж, лодоч-

ная пристань. Предусматривает активный отдых (рыбалка, охотничьи туры), проводит спортивные и культурно-развлекательные мероприятия (вечера отдыха). Организует пешие походы по окрестностям, в Коласовский заказник, автобусные экскурсии в г.п. Мир, г. Несвиж, разнообразные водные, водно-пешие, пешие и велосипедные 1--2 дневные маршруты.

ВЫТЯЖЕНИЕ (extensio), метод лечения повреждений и заболеваний опорно-двигательного аппарата и их последствий. Заключается в приложении силы по оси конечности и (или) туловища с целью преодоления мышечной ретракции и устранения смещения костных отломков, исправления контрактур, удлинения конечности и др. В физиотерапии широко используется подводное вытяжение, сочетающее использование воздействия пресной или минеральной воды на организм с приёмами вытяжения. Подводное вытяжение показано при пояснично-крестцовом и шейно-плечевом радикулитах, обусловленных остеохондрозом позвоночника, начальных проявлениях болезни Бехтерева, деформирующем спондилезе, искривлении позвоночника и др. Используется в санаториях: Гомельского отделения Белорусской железной дороги, «Дубровенка», «Машиностроитель», «Радон», «Рассвет-Любань», оздоровительном центре «Талька» и др.

«ВЯЖУТИ», санаторий Министерства труда и социальной защиты в Молодечненском р-не Минской обл., в 25 км к западу от г. Молодечно, 7 км от д. Вяжути. Находится в сосновом лесу, на берегу р. *Вилия*. Открыт в 2000. Рассчитан на 132 места. Размещение в 2-этажных корпусах. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, сапропелевые грязи озера *Дикое* (Дятловский р-н). Профиль санатория: заболевания опорно-двигательного аппарата (первичный остеоартрит, остеохондроз позвоночника, последствия травм спинного мозга без нарушения функций тазовых органов) и болезни системы кровообращения (атеросклеротический и постинфарктный кардиосклероз без нарушения сердечного ритма с сердечной недостаточностью не выше I степени). Важная особенность санатория -- 10% коечного фонда предназначено для оздоровления инвалидов-колясочников; создана безбарьерная среда пребывания. Для диагностики по показаниям проводятся ЭКГ-исследование, клинические анализы крови и мочи, ультразвуковое исследование щитовидной железы, органов брюшной полости, почек. Лечебная база включает кабинеты: свето- (инфракрасное и ультрафиолетовое облучение), электросвето- (гальванизация и лекарственный электрофорез, лечение синусоидальными модулированными и диадинамическими токами, дарсонвализация, ультразвуковая, индукто-, КВЧ-терапия), озокерито-парафинолечения, лазеро-, магнитотерапии, ингаляций, водолечебница (подводный душ-массаж, подводный вихревой массаж нижних и верхних конечностей, вибрационный подводный массаж стоп, лечебные ванны с морской солью, йодобромные, с хвойным экстрактом, валериановые, шалфейные и др., души циркулярный, восходящий, веерный, струевой), акупунктуры, фитобар, зал лечебной физкультуры, оснащённый тренажёрами, стоматологический. Широко

применяется для оздоровления отдыхающих ручной, вакуумный и вибромассаж. Питание в столовой на 130 мест по системе предварительного заказа с учётом диетических столов. На территории санатория открытый плавательный бассейн, питаемый родниками, с обустроенным пляжем, дорожки для дозированной ходьбы. Для проведения соревнований и физкультурно-массовой работы имеются бильярд, теннисные столы, площадки для большого тенниса, бадминтона, волейбола и баскетбола, доски для занятия оздоровительным плаванием и лечебной физкультурой в открытом бассейне в летнее время, лыжи и др. инвентарь. Предлагается обширная культурно-массовая программа: выступления творческих коллективов, демонстрация кинофильмов, проведение тематических и танцевально-игровых вечеров, экскурсии.

ВЯХОВО, озеро в Бобруйском р-не Могилёвской обл., в бассейне р. Вирь (протекает через озеро). Расположено в 12 км к юго-востоку от г. Бобруйск, 1,5 км к северу от д. Углы. Площадь 0,42 км², длина 1 км, максимальная ширина 0,75 км, максимальная глубина 2,2 м, средняя 1,3 м, длина береговой линии 2,7 км, объём воды 0,55 млн. м³. Берега низкие, пологие, в основном торфяные, закустарены. Юго-западный берег возвышенный. Береговая линия изрезана слабо. Дно на 70% площади выстлано сапропелем. В 1976 проведены поисково-оценочные работы на сапропель. Сапропелевая залежь приурочена к северной части водоёма, где зафиксирована максимальная мощность сапропеля -- 11,5 м. Объём сапропеля составляет 1026 тыс. м³ (категория С₂), из которого 983 тыс. м³ приходится на кремнеземистый и 43 тыс. м³ на карбонатный. Месторождение зарезервировано для обеспечения сапропелевыми глинами курорта *Бобруйск*.

«ВЯЧА», база отдыха оздоровительного комплекса «Трактор» республиканского дочернего унитарного предприятия «МТЗ Медсервис» в Минском р-не, в 35 км от Минска, в д. Пильница. Расположена в смешанном лесу, на берегу водохранилища *Вяча*. Рассчитана на 200 мест. Дети принимаются с любого возраста. Функционирует в тёплое время года. В межсезонье 10 домиков с отоплением работают как кемпинг. Проживание в 2-местных домиках. Питание в столовой на 220 мест; работает бар. Имеются танцевальный зал, библиотека, оборудованные детская и спортивная площадки, прокат спортивного инвентаря, пляж, автостоянка. Организуется рыбалка.

ВЯЧА, водохранилище в Минском р-не, в 19 км к северу от Минска, на р. Свислочь. Создано в 1972 в рекреационных целях. Площадь 1,6 км², длина 6,5 км, максимальная ширина 0,6 км, максимальная глубина 7 м, длина береговой линии 15,2 км, объём воды 4,73 млн. м³. Площадь водосбора 108 км². Берега пологие и умеренно крутые, под сосновым лесом и кустарником; есть залив длиной 0,3 км. Водятся щука, карась серебряный, карп, плотва, линь, окунь. Вокруг водохранилища зона отдыха *Вяча*. На берегу оздоровительный комплекс «*Электрон*», база отдыха «*Вяча*», есть спасательная и лодочная станции.

Литература

- Блакiтны скарб Беларусi. Мн., БелЭн, 2007. – 480 с.
- Данилова Н.А. Климат и отдых в нашей стране: (Европейская часть. Кавказ). – М., Мысль, 1980. – 156 с.
- Кудельский А.В. Рассказы о воде: Белорусские криницы. – Мн.: Наука и техника, 1981. – 119 с.
- Кудельский А. В., Пашкевич В. И., Ясовеев М. Г. Подземные воды Беларуси. Мн., 1998.- 260 с.
- Курорты. Энциклопедический словарь/Гл. ред. Е.И Чазов. – М.: Советская энциклопедия, 1983. – 592 с.
- Пирожник И.И. Основы географии туризма и экскурсионного обслуживания. Мн.: Университетское, 1985. – 253 с.
- Пирожник И.И. Проблемы рекреационного природопользования в Беларуси//Выбранные работы Беларускага дзяржаўнага ўніверсітэта: У 7 т. Т. 7. Біялогія. Геаграфія. - Мн.: БДУ, 2001, с. 501-525
- Потаев Г.А. Рекреационные ландшафты: охрана и формирование. Мн., 1996.
- Проектирование и создание малых ландшафтно-архитектурных форм (комплексов). – Мн., 2006. – 256 с.
- Санаторно-курортное лечение и оздоровление населения Республики Беларусь в 2007 году. - Мн., 2008
- Смолянский Б.Л., Абрамова Ж.И. Справочник по лечебному питанию для диетсестер и поваров. - Л.: Медицина, 2004. – 304 с.
- Туристские регионы Беларуси. Мн.: БелЭн, 2008. – 608 с.
- Царфис П.Г. География природных лечебных богатств СССР: (Куртологические аспекты). – М.: Мысль, 1986. – 237 с.
- Улащик В.С. Домашняя физиотерапия или как избавиться от болезней и укрепить здоровье без лекарств. – Мн.: Беларусь, 1993. – 287 с.
- Улащик В.С. Физиотерапия. – Мн., Книжный дом, 2008. – 639 с.
- Шалькевич Б.В., Хасин Л.Х. Курорты и места отдыха Белоруссии. – Мн.: Полымя, 1984. – 160 с.
- Ясовеев М.Г., Логинов В.Ф., Кашицкий Э.С., Пирожник И.И. Курорты и рекреация в Беларуси. Могилёв: Бел.-Рос. Ун-т, 2005. – 489 с.
- Зюзенков М.В. Курорты и санатории Беларуси (отбор и порядок направления больных): Метод.реком.-Мн.:МГМИ, 2000.-39 с.
- Олиференко В.Т. Водотеплолечение. – М.: Медицина, 1986, 288 с.
- Справочник по физиотерапии/ В.Г.Ясногородский, Т.В.Карачевцева, Н.И.Стрелкова и др./ Под ред. В.Г.Ясногородского.-М.: Медицина, 1992.- 512 с.