

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.

мемориальные комплексы жертвам фашизма, советским воинам и партизанам в д. Брицаловичи и р.п. Елизово, в честь Осиповичских подпольных организаций в д. Лозовое; Осиповичская ГЭС; памятники природы — 200-летние дубы черешчатые (Брицаловичское и Октябрьское лесничества).

ОТДЫХ, состояние покоя или различного рода деятельности, снимающей утомление и способствующей восстановлению работоспособности. Важнейшее условие эффективности отдыха – наличие систематических перерывов при выполнении умственной и физической работы, ее чередование, достаточность для восстановления основных физиологических функций и сохранения условно-рефлекторных связей, лежащих в основе поведения и трудовой деятельности человека. Рациональный отдых -- одна из главных проблем личной, школьной, промышленной, спортивной гигиены и геронтологии. Различают 3 вида отдыха: ежедневный (перерывы в работе, переключение с одного вида деятельности на другой, прогулки, занятия спортом и т.д.); еженедельный (выходные дни с возможно более длительным пребыванием на свежем воздухе, экскурсии, путешествия, рыбная ловля и т.п.); ежегодный, трудовой отпуск с полным уходом от привычных занятий и сменой обстановки (курорт, санаторий, дом отдыха, туристская база) и другими формами активного отдыха, средствами оздоровления, закаливания и физического развития. Выделяют 2 основные формы отдыха – пассивный и активный. При пассивном организм находится в состоянии покоя. Эффект активного отдыха проявляется не только в снятии утомления, но и в улучшении функционального состояния центральной нервной системы, функций сердечно-сосудистой, дыхательной и др. систем, что способствует укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ, система государственных и общественных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья населения, предупреждение и лечение болезней, обеспечение здоровых условий труда и быта в целях гармонического развития физических и духовных сил человека, повышения его трудоспособности и продолжительности жизни. Важными разделами охраны здоровья являются охрана материнства и детства, охрана здоровья детей и подростков, деятельность здравоохранения в целом, формирование у населения представлений об индивидуальном здоровье человека, о путях его обеспечения, способах сохранения и укрепления в конкретных условиях жизнедеятельности.

«**ПАВЛИНКА**», дом отдыха коммунального санаторно-курортного унитарного предприятия «Брестагроздравница» в г. Ялта (Украина). Расположена на южном берегу Крыма, в 2 км от Чёрного моря. Рассчитан на 60 мест. Дом отдыха для взрослых, функционирует сезонно с июня по сентябрь. Для оздоровления используется климатолечение: гелио-, аэро-, талассотерапия.

ПАМЯТНИКИ КУЛЬТУРЫ, часть культурного наследия страны, народа; охраняются специальными законами. Выделяют: памятники археологии (городища, курганы, древние поселения, укрепления, дороги, места захороне-

ний, наскальные изображения, старинные предметы и т.д.); памятники истории (здания, памятные места и предметы, связанные с историческими событиями, развитием общества, науки, техники, культуры и быта, с жизнью выдающихся гос. деятелей, народных героев, деятелей науки, литературы и искусства); памятники архитектуры (архитектурные ансамбли, участки старой планировки и застройки городов и др. населённых пунктов, сооружения гражданской, промышленной, военной, культовой архитектуры, деревянного зодчества, а также связанные с ними произведения монументального, изобразительного, декоративно-прикладного, усадебно-паркового искусства и др., отличающиеся особыми художественными достоинствами или представляющие собой уникальное явление в истории архитектуры); памятники искусства (произведения изобразительного и декоративно-прикладного искусства, монументальной живописи, скульптуры, садово-паркового искусства и др.); памятники мемориальные (произведения изобразительного искусства, архитектуры, созданные в память исторических событий и отдельных лиц — монументы, пирамиды, гробницы, мавзолеи, храмы, мемориальные музеи и др.). В Беларуси учтено свыше 17,5 тыс. памятников истории и культуры, из числа которых 4684 объекта наследия включены в Государственный список историко-культурных ценностей Республики Беларусь, 4 объекта (национальный парк Беловежская пуща, архитектурные комплексы в Мире и Несвиже, трансграничный объект – цепь триангуляции Дуга Струве) включены в список Всемирного культурного и природного наследия ЮНЕСКО.

ПАМЯТНИКИ ПРИРОДЫ, природные объекты, имеющие научную, культурно-познавательную и оздоровительную ценность. Являются всенародным достоянием и охраняются государством. Памятники природы могут быть республиканского и местного значения. В свою очередь они делятся на ботанические, геологические и гидрологические. К памятникам природы относятся небольшие по площади территории, урочища (участки долин, отдельные рощи или сообщества редких видов травянистых растений), а также обособленные объекты (водопады, пещеры, деревья, редкие и опорные геологические обнажения, эталонные участки месторождений полезных ископаемых, минеральные источники, метеоритные кратеры и пр.). К памятникам природы могут также относиться природно-антропогенные объекты: старинные парки, аллеи, озера на месте бывших карьеров. Как правило, памятники природы являются популярными объектами туризма. Для каждого вида памятника природы создаётся специальный паспорт, определяется режим его содержания и меры охраны. В широком смысле к памятникам природы относятся также заповедники, заказники, национальные парки, которые представляют собой эталонные или уникальные природные образования. В 1972 подписана Международная конвенция по охране памятников мировой культуры и природного наследия. В Республике Беларусь списки памятников природы утверждены в 1923 и 1926. В 1963 принято постановление об охране памятников природы. Существует 337 памятников природы республиканского и 576 местного значения (2006).

ПАНСИОНАТ (от фран. *pansionnat*), оздоровительное учреждение гостиничного типа, предназначенное для индивидуального или семейного отдыха. Размещаются в курортных местностях и пригородных зонах отдыха. Выделяют пансионаты отдыха (имеют медицинский пункт с физио- и зубо-врачебными кабинетами) и пансионаты с лечением (медицинское обслуживание амбулаторное). Пансионаты с лечением обычно располагаются в непосредственной близости к санаториям, водолечебницам и др. курортным медицинским учреждениям. Помимо обычных культурно-оздоровительных мероприятий, в пансионатах организуются непродолжительные походы по окрестностям и экскурсионные поездки. Для обеспечения полноценного отдыха, как правило, имеются киноконцертный зал, библиотека, спортивные сооружения, игровые комнаты и др. В Беларуси (на 1.1.2008) 3 пансионата: «Кристалл» (Гомельский р-н), «ЛОДЭ», «Рудня» (с лечением).

ПАПЕРНЯ, водохранилище в Пружанском р-не Брестской обл., в 44 км к северо-востоку от г. Пружаны, возле д. Заполье. Создано в 1950 на р. Зельвянка для целей энергетики (работала ГЭС Паперня). Реконструировано в 1967. Площадь 1,8 км², длина 4,2 км, максимальная ширина 0,6 км, максимальная глубина 3,1 м, длина береговой линии 12,1 км. Полный объём воды 2 млн. м³. Водосбор холмистый (площадь 453 км²), под лесом 16% территории. Котловина руслового типа. Берега поросли лесом, правый высокий, левый в верховье низинный, заболоченный, на остальном протяжении повышается. Водоохранилище используется для рекреации. На берегу расположен детский санаторий «*Ружанский*».

ПАРАФИН (лат. *parum* мало + *affinis* сродный), продукт перегонки нефти, представляющий собой смесь твёрдых насыщенных углеводородов с температурой плавления 50—57°; в медицине применяется главным образом для *теплелечения*.

ПЕЛОИДОТЕРАПИЯ, то же, что *грязелечение*.

ПИНА, река в Ивановском и Пинском р-нах Брестской обл., левый приток р. Припять. Длина 40 км, площадь водосбора 2460 км². Начинается возле д. Переруб Ивановского р-на (по др. источникам, возле д. Дубое Пинского р-на; длина 27 км), устье в черте г. Пинск. Основные притоки: Струга, Несуха. Долина невыраженная, сливается с прилегающей местностью. Русло слабоизвилистое, канализировано, ширина 30—40 м. Водность реки поддерживается перебросом части стока из Припяти через систему Выжевского и Белоозёрского каналов. Пина является частью Днепровско-Бугского канала. На реке г. Пинск (порт), санатории «*Жемчужный*», «*Ясельда*».

«**ПЛАВНО**», гостиничный комплекс государственного природоохранного учреждения «Березинский биосферный заповедник» в Докшицком р-не Витебской обл., в 35 км от г. Лепель, возле д. Высокая Гора; бывшая резиденция П.М.Машерова. Расположен в сосновом бору, на берегу озера *Плавно*. Открыт в 1998. Рассчитан на 20 мест. Дети принимаются с любого возраста. 3-этажный отель с 10 номерами (5 «люксов», 5 одноместных). Питание в

столовой (ресторане) на 30 мест. Имеется пункт проката туристского и спортивного снаряжения, баня, сауна с бассейном, баскетбольная и волейбольная спортплощадки, теннисный корт, бильярд, пляжный комплекс, вертолётная площадка, охраняемая автостоянка. Оборудована площадка для шашлыков. Организует активный отдых — рыбалку, охоту. Проводятся пешие экскурсии по маршруту «Экологическая тропа», в музей природы Березинского биосферного заповедника.

ПЛАВНО, озеро в Докшицком р-не Витебской обл., на границе с Лепельским р-ном, в бассейне р. Сергуч, в 42 км к востоку от г. Докшицы, на территории *Березинского биосферного заповедника*. Площадь 4,02 км², длина 3,45 км, максимальная ширина 1,75 км, максимальная глубина 2 м, длина береговой линии 9,05 км. Площадь водосбора 186 км². Котловина расположена среди заболоченного леса. Склоны котловины слабо выражены. Берега низкие, заболоченные, на западе сплавинные. Дно плоское, выстлано сапропелем. У западного берега остров площадью 7 га. Полностью зарастает подводной растительностью. Ширина полосы прибрежной надводной растительности от 5 до 25 м. Через озеро течёт р. Сергуч (соединяет с озёрами Манец и Ольшица), вытекает Березинский канал (соединяет с озером Береща). На берегу гостиничный комплекс «Плавно» и охотничье-рыболовная база.

ПЛЕСЕЦКОЕ, озеро в Петриковском р-не Гомельской обл., в бассейне р. Тремля. Расположено в 34 км к северо-востоку от г. Петриков, в 2,5 км к востоку от д. Теребово. Площадь 0,22 км², длина 0,61 км, максимальная ширина 0,51 м, максимальная глубина 1,5 м, длина береговой линии 1,81 м, объём воды 0,2 млн. м³. С севера и юга в озеро впадает 2 небольших мелиоративных канала. Сток воды из озера происходит по канаве Плесецкая. Зарастает около 20% площади до глубины до 1 м. Берега преимущественно низкие, пологие, покрыты кустарником и водно-болотными видами травянистой растительности, в юго-восточной части -- песчаные. Озеро разведано в 1976. Сапропель органического типа с повышенным содержанием железа и фосфора (объём 693 тыс. м³). Месторождение по комплексу показателей (вещественный состав и экологическая чистота приозерных территорий и самого водоёма) занесено в список резерватов лечебных сапропелей для оздоровительных учреждений западных районов Гомельской обл.

«ПЛЕЩЕНИЦЫ», база отдыха в Логойском р-не Минской обл., в 0,5 км от г.п. Плещеницы. Расположена в хвойном лесу, на берегу Войковского водохранилища. Открыта в 2007. Рассчитана на 41 место. Дети принимаются с 3 лет. Включает 2-этажный корпус, 8 летних домиков. Работает кафе на 50 мест, для самостоятельного приготовления пищи предоставляется столовая с оборудованной кухней и необходимой посудой. Для проведения досуга имеются спортплощадка, открытый теннисный корт, настольный теннис, домик отдыха с бильярдом, баня. Оборудованы пляж (шезлонги, зонтики) с лодочной станцией, площадки для шашлыка, охраняемая автостоянка.

ПЛЯЖ (от франц. *plage* пологий морской берег), полоса наносов на побережье водоёма или водотока в зоне действия прибойного потока. Формируется в результате накопления продуктов разрушения берегов и прибрежных отмелей при активном волнении и вдоль береговых течений. Могут включать береговые валы, косы и др. аккумулятивные формы прибрежной зоны. Бывают пляжи валунные, галечные, гравийные, песчаные, ракушечные и др. Для рекреационных целей используются песчаные и галечные пляжи. В Беларуси хорошо развита пляжная зона на озере Нарочь (длина около 8,5 км), Заславском водохранилище (длина 6 км, ширина 20—50 м). В окрестностях Минска (на водоёмах Дрозды, Заславское водохранилище, Криница, Цнянское, Вяча, Птичь, Комсомольское озеро) находятся 28 оборудованных пляжей, на которых имеются навесы, кабины для переодевания, биотуалеты, контейнеры для мусора и стенды с информацией о температуре воды.

ПЛЯЖ ЛЕЧЕБНЫЙ, береговая полоса моря, озера, реки, водохранилища, предназначенная для проведения солнечных и воздушных процедур в сочетании с купаниями под наблюдением медицинского персонала. Располагается в защищённом от холодных и резких ветров проветриваемом месте, вдали от источников загрязнения воды и воздуха. Лечебные пляжи обособлены от пляжей общего пользования, состоят из мужского и женского отделений, а на курортах с детскими санаториями устраиваются детские отделения пляжей. Лечебные пляжи снабжены аэрариями, соляриями с необходимым оборудованием, имеются площадки для занятий лечебной физкультурой. Общая площадь лечебного пляжа определяется из расчёта не менее 6 м² на 1 место. Вход на лечебный пляж осуществляется через медицинский пункт, где больные регистрируются, могут получить информацию о температуре воды и воздуха на пляже, о дозировке солнечной радиации.

ПОГОДА, состояние атмосферы в определённом месте в конкретный момент или промежуток времени (сутки, месяц и др.). Периодические изменения погоды обусловлены вращением Земли вокруг своей оси и Солнца, непериодические – движением воздушных масс, воздействием циклонов и антициклонов. Многолетний режим погоды называют *климатом*. Для прикладных целей разрабатываются и используются различные классификации погод. В курортной климатологии наиболее распространена классификация Е.Е.Фёдорова и Л.А.Чубакова, в которой класс погод суток определяется комплексом метеоэлементов, включающим среднюю суточную и экстремальные температуры, относительную влажность, скорость ветра, облачность, осадки. Всего выделено 16 классов погод, из которых солнечные, очень жаркие и очень сухие погоды (1 класс), очень жаркие и очень влажные (16 класс), жёстко и крайне морозные (14 и 15 классы) в Беларуси практически не наблюдаются. В среднем от одного (в апреле) до трёх (в июне) дней в месяце в Минске наблюдаются погоды 2 класса: солнечные (облачность не более 6 баллов в течение дня, не закрывающая солнце), жаркие и сухие (влажность не более 50%, средняя суточная температура выше 18 °С). Наибольшую повторяемость (более 50 дней в году)

в тёплое полугодие имеют погоды 3 (солнечная, малооблачная, умеренно влажная погода, без осадков) и 4 (облачная днём и малооблачная ночью, возможны осадки) классов. Такие же с возможными осадками погоды 5 класса, но они малооблачные днём и облачные ночью, повторяемость их примерно 25 дней в году. Достаточно часто наблюдаются безморозные пасмурные погоды и днём и ночью 6 (без осадков) и 7 (с осадками) классов. Погоды 8 класса (с переходом температур через 0 °С и облачным днём) бывают в среднем 50 дней в году; в 2 раза реже наблюдаются погоды 9 класса (солнечные днём). Слабо морозные и безветренные погоды 10 класса (среднесуточные температуры не ниже -2,5 °С) бывают в среднем 9 дней в году. Умеренно морозные погоды 11 класса (температура от -2,5 до -12,4 °С) наблюдаются более 50 дней в году, при этом в среднем 45 дней они с ветром более 4 м/с. Более холодные погоды 12 класса (значительно морозные с температурой до -22,4 °С) бывают около 15 дней в году (из них 12 дней с ветром более 4 м/с), а сильно морозные погоды 13 класса (температура в пределах -22,5 ...-32,4 °С) – в среднем один день. Число дней с комфортной погодой определяет возможности проведения на курорте климатотерапии и климатопрофилактики.

ПОДВОДНОЕ ВЫТЯЖЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА, лечебный метод, сочетающий воздействие на организм воды (снижение мышечного тонуса) с приёмами *вытяжения*. Выделяют вертикальное и горизонтальное подводное вытяжение позвоночника. Широко применяется в ортопедической и неврологической практике. Используется в санаториях «Белая Вежа», Гомельского отделения Белорусской железной дороги, «Железнодорожник», «Пралеска» (Волковысский р-н), «Пралеска» (Минский р-н), «Радон», «Рассвет-Любань», «Чабарок», «Энергетик» (Волковысский р-н) и др.

«ПОДОРОЖНИК», база отдыха жилищно-эксплуатационного управления унитарного предприятия «Управление дорожно-мостового строительства и благоустройства Мингорисполкома» в Молодечненском р-не Минской обл., в г.п. Радошковичи. Расположена в сосновом лесу, на берегу пруда на р. Удранка. Рассчитана на 130 мест. Проживание в 4-этажном корпусе. Питание в столовой на 130 мест. Имеются сауна с бассейном, беседки для отдыха, оборудованное кострище с мангалом, настольный теннис, бильярд, автостоянка. Организуется катание на санях, лыжах.

«ПОДСВИЛЬЕ», база отдыха республиканского унитарного предприятия «Глубокские электросети» «Витебскэнерго» в Глубокском р-не Витебской обл., в 25 км от г. Глубокое, в г.п. Подсвилье. Расположена в сосновом бору, на берегу озера Плиское. Открыта в 1986. Рассчитана на 20 мест. Дети принимаются с любого возраста. Проживание в 2-этажном корпусе. Питание осуществляется самостоятельно. На территории базы пляж, лодочная станция, площадка для шашлыков, охраняемая автостоянка.

«ПОДЪЕЛЬНИКИ», санаторий общественного объединения «БелГИЗ» в Узденском р-не Минской обл., в 15 км от г. Узда. Находится в смешанном лесу, у слияния рек Уса и Нёманец. Открыт в 2001 как дом отдыха, с 2003 пансионат, с 2006 санаторий. Рассчитан на 110 мест. Дети принимаются с 3

лет. Включает 3-этажный корпус и водолечебницу. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, хлоридно-гидрокарбонатная натриевая фторсодержащая минеральная вода. Профиль лечения: болезни органов дыхания, системы кровообращения. Лечебно-диагностическая база представлена водолечебницей (ванны, души Шарко и циркулярный, подводный душ-массаж, бассейн с подводной пушкой), кабинетами электрокардиографии, физиотерапевтическим, ингаляций, лазерной, магнито-, механо-, микроволновой резонансной терапии, КВЧ-терапии, спелео-, арома-, фитотерапии, свето-, электро-, озокерито-парафинолечения, ручного массажа, ингаляций, лечебной физкультуры, психологической разгрузки, процедурным, стоматологическим. Для лечения применяются также терренкур, гелиотерапия, купание. Работают столовая на 100 мест (диеты № 9, 15), банкетный зал, бар, сауна, солярий. Для проведения досуга имеются кинозал, библиотека, летняя площадка, спортивный и тренажёрный залы, спортивная площадка, бассейн с подводной пушкой, бильярд, настольный теннис, прокат велосипедов, лыж, лодок, катамаранов. Оборудованы детская площадка (качели, домики, беседки), пляж (лежаки, раздевалки, скамейки). Проводятся культурно-массовые (дискотеки, вечера отдыха, концерты художественной самодеятельности) и спортивные мероприятия. Организуются экскурсии в Несвиж, Мир, Жировичи, Узду и др.

ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К САНАТОРНО-КУРОРТНОМУ ЛЕЧЕНИЮ. Медицинский отбор больных на курорты, осуществляемый в соответствии с правилами и медицинскими показаниями, устанавливаемыми Министерством здравоохранения Республики Беларусь. Медицинские показания разрабатываются научно-исследовательскими, медицинскими институтами, практическими работниками при систематическом изучении курортных факторов, их действия на организм, на основе научного учета эффективности ближайших и отдаленных результатов лечения. Показания и противопоказания утверждаются Министерством здравоохранения Республики Беларусь в качестве руководства для врачей лечебно-профилактических учреждений при рекомендации санаторно-курортного лечения. Задача медицинского отбора – обеспечить преемственность и связь курортного лечения как краткого «эпизода» в лечении больного с его предшествующим и последующим лечением по месту жительства, связать организацию отбора на местах со всей работой системы лечебно-профилактических учреждений. Поэтому так важно предварительное обследование больного (лабораторное, рентгенологическое, клиническое) до поездки на курорт, а также осмотр его по возвращении с курорта лечащим врачом поликлиники, медицинской санчасти по месту жительства или работы больного. Большое значение в этом отношении имеет санаторно-курортная карта, выдаваемая больному при поездке на курорт и курортная книжка, которую больной получает при поступлении на лечение в санатории и курортную поликлинику. Опыт по санаторно-курортному отбору свидетельствует, что основные контингенты больных для лечения на курортах включают пациентов: с хроническими и

начальными проявлениями болезни сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, опорно-двигательного аппарата, нервной системы; с болезнями половой сферы у женщин, мочеполовой сферы различного происхождения, нарушениями обмена веществ, эндокринно-гуморальные заболеваниями в стадии ограниченных изменений, когда помимо перемены обстановки, диеты, режима движений и т.п., требуется применение разнообразных курортных факторов, а у некоторых больных их сочетания с физиотерапевтическими методами лечения. Лечат также заболевания, в основе которых лежат обратимые местные процессы, связанные с травмой, воспалительными процессами, интоксикациями, сосудистыми нарушениями и т.д.; неврозы, болезни, возникновение которых связано с нарушениями кортико-висцеральной регуляции, гипертония на ранних стадиях, язвенная болезнь, в стадии ремиссии или затухающего обострения, сосудистые дистонии, дискинезии желудка и кишечника, бронхиальная астма и др.

ПОЛИКЛИНИКА КУРОРТНАЯ, см. *Курортная поликлиника*.

«ПОЛОЦКАЯ-1», торговая марка минеральной воды. Разливается открытым акционерным обществом «Полоцкое пиво» в г. Полоцк Витебской обл. Получена путём разведения пресной водой исходной натуральной воды из скважины 44114/88, расположенной на территории предприятия. Вода малой минерализации (2,6--5,4 г/дм³) хлоридного кальциево-натриевого состава со слабощелочной реакцией. Относится к Друскининкайскому типу и рекомендуется в качестве лечебно-столовой при хронических гастритах, колитах и энтероколитах, заболеваниях печени и мочевыводящих путей, панкреатитах и нарушениях обмена веществ.

«ПОРЕЧЬЕ», санаторий санаторно-курортного унитарного предприятия «Белагроздравница» в Гродненском р-не, в 30 км к северо-востоку от г. Гродно, в д. Поречье. Расположен в смешанном лесу, на берегу озера *Молочное*. Открыт в 1984. Рассчитан на 150 мест. С 2007 функционирует детское отделение «Мать и дитя» на 100 мест. Дети принимаются с 5 лет. Включает 5-этажный и 2 трёхэтажных корпуса. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, 2 скважины среднеминерализованной (5,15--7 г/дм³) хлоридной натриево-кальциевой воды, которая используется в качестве лечебно-столовой при лечении желудочно-кишечных заболеваний, для ванн, кишечных и гинекологических промываний и орошений. Минеральная вода -- аналог Друскининкайских вод (Литва) -- бутилируется и под торговой маркой «Поречье» поступает в продажу. Профиль лечения: взрослых -- болезни органов пищеварения, костно-мышечной системы и соединительной ткани; детей -- болезни органов пищеварения, дыхания, системы кровообращения, нервной системы и опорно-двигательного аппарата. В санатории проводится широкий спектр диагностических исследований: УЗИ внутренних органов, фиброгастроскопия, электрокардиография, лабораторные исследования. Функционируют лечебные кабинеты: водо- (ванны минеральные, лечебные, жемчужные, души душ-массаж, циркулярный, Шарко, восходящий, душ-массаж) и

грязелечебница (электрогрязь, местные и общие грязевые аппликации, грязевые ректальные гинекологические тампоны), физиотерапевтический, лазерной, магнито-, фито-, арома-, механо-, мануальной, иглорефлексотерапии, свето-, электро-, теплолечения, ручного массажа, ингаляций, лазерной акупунктуры, психологической разгрузки, лечебной физкультуры, урологический, процедурный, стоматологический и др. Оборудован питьевой бювет минеральной воды. Работают столовая на 300 мест (заказное меню, диеты № 5, 7, 9, 10, 15), бар, парикмахерская, косметический салон, магазины, аптека, почта, касса по продаже железнодорожных и авиационных билетов. Для организации культурно-массовых мероприятий имеются кино- и танцевальный залы, библиотека, летняя танцплощадка. В санатории проводятся тематические и вечера отдыха, дискотеки, просмотр кинофильмов, экскурсии. Имеются сауна с бассейном, тренажёрный зал, теннисный корт, настольный теннис, спортплощадка, пункт проката спортивного инвентаря, велосипедов, лодок и катамаранов. На берегу озера песчаная пляжная полоса (длина 700 м, ширина 10--30 м), установлены грибки и кабины для переодевания. Акватория озера благоприятна для купания, дно песчаное с постепенным углублением. Действует служба спасения на воде. Для отдыхающих разработана обширная экскурсионная программа. Организуются поездки в Гродно, Слоним, д. Сынковичи Зельвенского р-на (церковь 15 в.), д. Жировичи Слонимского р-на (Жировичский мужской монастырь) и др.

«ПОРЕЧЬЕ», торговая марка минеральной воды. Добывается и разливается в д. Поречье Гродненского р-на (санаторий «Поречье»). В воде обнаружены: аммоний, калий, натрий, магний, кальций, стронций, хлор, бром, сульфат-ион, гидрокарбонат-ион, кремниевая кислота, недиссоциированные молекулы кремниевой кислоты (14 мг/дм³). Общая минерализация 5,1 г/дм³. Вода слабощелочная (рН 7,69), по химическому составу является хлоридной кальциево-натриевой с содержанием брома 14,4 мг/дм³. Спектральным анализом определены микрокомпоненты (мг/дм³): марганец – 0,02, медь – 0,004, титан – 0,004, никель – 0,0023, ванадий – 0,002, цинк – 0,006, серебро – 0,0005, кобальт – 0,0005. Рекомендовано применение воды в качестве лечебно-столовой при хронических гастритах с нормальной и пониженной секреторной функцией желудка, хронических заболеваниях печени и желчевыводящих путей, хронических панкреатитах, а также болезнях обмена веществ. Аналогами являются минеральные воды «Бируте», «Витаутас», «Друскининкайская» (Литва) и «Валмиерская», «Юрмала» (Латвия).

ПОТРЕБНОСТИ САНАТОРНО-КУРОРТНЫЕ, величина (%) нуждаемости в санаторно-курортном лечении населения, рассчитанная по материалам диспансеризации населения, а также по основным формам заболеваний и медицинским профилям санаторно-курортных учреждений.

«ПРАЛЕСКА», детский реабилитационно-оздоровительный центр управления образования Гомельского облисполкома в Жлобинском р-не Гомельской обл., в д. Цупер. Расположен в сосновом бору, на берегу р.

Днепр. Входит в систему специализированных круглогодичных санаторно-курортных организаций, созданных для детей, пострадавших от катастрофы на Чернобыльской АЭС. Открыт в 1998. Рассчитан на 480 мест, из них 130 мест для детей дошкольного возраста. Центр принимает для лечения и оздоровления детей организованными группами. Включает главный и 3 трёхэтажных спальных корпуса, клуб-столовую, административно-бытовое здание. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, сульфатно-хлоридная кальциево-натриевая вода для ванн, ингаляций, орошения миндалин, вагинальных орошений, при заболевании дёсен, для внутреннего применения. Профиль лечения – общетерапевтический. Комплексное обследование с помощью УЗИ, электрокардиографа, комплекта электропунктурной диагностики «Линтай-02М» позволяет установить пациентам точный диагноз, назначить и провести правильное лечение. Здравница оснащена современным оборудованием для действующих кабинетов: механотерапии и лечебной физкультуры, электросветолечения, теплогрязелечения, спелеотерапии, лечебного и точечного массажа, водолечения, стоматологическим кабинетом, ингаляториями и др. Функционируют кабинет психологической разгрузки, фитобар. Лечение и оздоровление дополняются сбалансированным питанием. Работают 2 столовые на 350 и 130 мест, детское кафе. Для малышей оборудованы игровые комнаты и площадки, видео-кинозал, библиотека, танцевальный зал, мастерские детского творчества, эколого-краеведческий музей, построена школа на 250 мест. Осуществляется единый учебно-воспитательный процесс. Для свободного времяпрепровождения и занятий спортом в распоряжении детей находятся стадион с открытыми спортивными площадками, спортивный зал, оснащённый спортивным и туристским инвентарём, на берегу р. Днепр оборудовано место для купания и пляж, на территории центра функционирует открытый летний бассейн.

«ПРАЛЕСКА», санаторий открытого акционерного общества «Красносельскстройматериалы» в Волковысском р-не Гродненской обл., в 13 км от г. Волковыск, в д. Подроссь. Расположен в смешанном лесу, на берегу водохранилища Лазурное. Открыт в 1986, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 140 мест. Дети принимаются с 5 лет. Включает лечебно-жилой, спальный и водогрязелечебный корпуса, соединённые между собой переходами. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, сапоропелевые грязи. На территории санатория родник, вода которого содержит кремний, селен и цинк. Профиль лечения: болезни систем кровообращения, костно-мышечной и нервной, органов дыхания. Диагностическая база представлена кабинетами электрокардиографии, компьютерной и ультразвуковой диагностики. Диагностические и лечебные кабинеты расположены на 1-м этаже лечебно-жилого и на 2-м этаже водогрязелечебного корпуса. Лечебные кабинеты: водолечебница (ванный зал, душевой зал с кафедрой), озокерито-парафинолечения с гальваногрязелечением, электросветолечения, магнито-, лазеро-, КВЧ-, микроволновой резонансной терапии, процедурный, сухих углекислых ванн,

реабилитационная капсула, лечебной физкультуры, спелео-, гало-, мануальной, иглорефлексотерапии, точечного и лечебного массажа, кислородных коктейлей из лекарственных трав, ингаляций. Основные методы лечения: физио-, теплосвето-, магнитолечение, арома-, гало-, баротерапия, массаж, SPA-лечение. Основу климатолечения составляют аэро- и гелиотерапия, терренкур. Питание в столовой на 120 мест (заказное меню, диеты № 1, 5, 9, 15). Работают сауна, парикмахерская, солярий. Для организации активного отдыха имеются: бассейн (по типу мини-аквапарка), спортивный, тренажёрный, танцевальный залы, зимний сад, библиотека, бильярд, настольный теннис; на берегу водохранилища песчаный пляж и лодочная станция (лодки, катамараны). Для детей оборудованы комната и площадка. Проводятся спортивные соревнования по шашкам и шахматам, настольному теннису, бильярду. Организуются экскурсии в Гродно, Волковыск, Россь, Жировичский мужской монастырь.

«ПРАЛЕСКА», санаторий открытого акционерного общества «Минский приборостроительный завод» в Минском р-не, в 6 км от Минска, возле д. Ждановичи. Расположен в сосновом бору, на берегу *Заславского водохранилища*. Открыт в 1991. Рассчитан на 250 мест. Дети принимаются с 3 лет. Включает 8-этажный главный и 2 лечебных корпуса, столовую и клуб. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, 3 скважины хлоридно-натриево-сульфатных минеральных вод для питьевого лечения, гидроколлотерапии, орошений, сапропелевые грязи озера Судoble (Смолевичский р-н). Профиль лечения: болезни системы кровообращения, костно-мышечной системы, органов дыхания, пищеварения. Лечебно-диагностическая база представлена кабинетами ультразвуковой и функциональной диагностики, кольпоскопии, электрокардиографии, клинической лабораторией. В составе лечебной базы водолечебница (ванны, подводный массаж, лечебные души, подводное вытяжение позвоночника, подводный массаж), грязелечебница, кабинеты КВЧ-, лазерной, аэроионо-, магнито-, механо-, колоногидротерапии, гидротерапии кишечника, орошения кишечника минеральной водой, ректальных орошений, свето-, электро-, озокерито-парафинолечения, ингаляций, фито-, психотерапии, лечебной физкультуры, физиотерапевтический, гинекологический, стоматологический; питьевой бювет минеральной воды. Функционирует кабинет спелеотерапии с сухим механическим распылением соли. Основные методы лечения: грязелечение (аппликации, внутриполостные процедуры), лечебные ванны, подводный массаж, психо-, спелеотерапия, теплотечение. Работает столовая на 250 мест (заказное, вегетарианское меню, диеты № 5, 9, 15). Имеются кино- и танцевальный залы, летняя танцплощадка, библиотека, тренажёрный зал, спортивная и детская площадки, сауна с бассейном, бильярд, настольный теннис, пляж, лодочная станция с катамаранами. Проводятся культурно-массовые мероприятия (танцевальные вечера, вечеринки с караоке, эстрадные концерты и др.). Организуются экскурсии в Минск, Мир, Несвиж, мемориальный комплекс Хатынь и др.; прогулки на теплоходе.

«**ПРИДНЕПРОВСКАЯ-1,2**», торговая марка минеральных вод, аналог минеральной воды «*Рогачёвская*».

«**ПРИДНЕПРОВСКИЙ**», санаторий частного санаторно-курортного унитарного предприятия «Белпрофсоюзкурорт» Федерации профсоюзов Беларуси в Рогачёвском р-не Гомельской обл., в 12 км от г. Рогачёв; на курорте *Рогачёв*. Расположен в лесопарковой зоне, в излучине р. Днепр. Открыт в 1977. Рассчитан на 450 мест. Дети принимаются с 3 лет. Проживание в 2 спальных корпусах, соединённых переходом с лечебно-диагностическим блоком и столовой. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, минеральные источники с рассольной хлоридно-натриевой водой (минерализация 59,5—63,5 г/л) с высоким содержанием кальция, магния и брома для ванн, и сульфатно-хлоридно-кальциево-магниевая (6,7 г/л) для питьевого лечения, сапропелевые грязи озера Святое (находится в 5 км от санатория). Территория санатория разбита на функциональные зоны с учётом возможности проведения климатолечения. В лесу проложены прогулочные дорожки, на поляне находится питьевой бювет. На опушке леса на высоком берегу Днепра выстроены открытые галереи и видовая площадка. Терренкуры разной протяжённости в виде песчаных дорожек проложены среди леса. Профиль лечения: болезни нервной системы (в т.ч. ДЦП), костно-мышечной, мочеполовой системы (в т.ч. мужское и женское бесплодие). Лечебно-диагностическая база представлена кабинетами: диагностические -- ультразвуковой, иридо- и электропунктурной диагностики и СУ-ДЖОК акупунктур, электрокардиографии, кольпоскопии, клинико-биохимическая лаборатория; лечебные – водо- и грязелечебницы, магнито-, лазерной, спелео-, психо-, фитотерапии, электролечения, электросна, сухих углекислых ванн, массажа аппаратного, вакуумного, ручного, механотерапии, лечебной физкультуры и др. В распоряжении отдыхающих крытый бассейн с минеральной водой и бассейн с пресной водой, сауна с контрастными ваннами. Работают 2 столовые на 500 и 450 мест (заказное меню, диеты № 5, 7, 9, 15), банкетный зал, 2 бара. В санатории имеются 3 зала лечебной физкультуры, лыжная база, 3 волейбольные площадки, детская игровая площадка и спортивный городок, площадка для игры в городки, большой открытый теннисный корт, крытая площадка для игры в настольный теннис, силовой спортивно-тренажёрный комплекс, дорожки дозированной ходьбы. К услугам отдыхающих парикмахерская, косметологический кабинет, солярий, баня, магазин, аптека, отделение связи, пункт проката, отделение АСБ «Беларусбанк», платная стоянка и др. Имеется 4 детские игровые комнаты. Ежедневно в санатории проводятся танцевальные вечера и дискотеки, демонстрируются кинофильмы. Организуются экскурсии в г. Рогачёв, Гомель, Жлобин, Бобруйск, д. Жиличи Кировского р-на (дворцово-парковый ансамбль 18—19 вв.).

«**ПРИОЗЁРНЫЙ**», санаторий государственного учреждения «Центр по санаторно-курортной работе «ЦентрКурорт» Управления делами Президента Республики Беларусь в Мядельском р-не Минской обл., в курортном посёлке *Нарочь*, на курорте *Нарочь*. Расположен на берегу озера *Нарочь*, в лесопар-

ковой зоне. Открыт в 1999, до 2006 санаторно-оздоровительный комплекс. Рассчитан на 470 мест. Дети принимаются с 3 лет. Включает 2 благоустроенных 7-этажных корпуса («Лазурный» и «Приозёрный»). Природные лечебные факторы: благоприятный климат, источник минеральной сульфатно-хлоридной натриевой воды для питьевого лечения (минерализация 5,7 г/дм³) и для бальнеолечения (17,3 г/дм³). Показания: заболевания сердечно-сосудистой и нервной систем, сопутствующие заболевания опорно-двигательного аппарата и желудочно-кишечного тракта. Лечебная база санатория включает следующие структурные подразделения: клиническая и биохимическая лаборатория, кабинеты функциональной диагностики, ультразвукового исследования, физио-, рефлексотерапии, теплолечения, ручного массажа, гинекологический, урологический, стоматологический, процедурный, ингаляторий, зал лечебной физкультуры, фитобар. Широко представлено водо- и грязелечение: водолечебница с ваннами и залом лечебных душей, ванны контрастные и подводного душа-массажа, бассейн, сауна. На территории санатория действует питьевой бювет с минеральной водой для больных с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и желчевыводящих путей. Работают столовая на 500 мест (диеты № 5, 9, 10, 15), бар, магазин, солярий, косметологический кабинет. Для проведения досуга имеются танцевальный, видео- и кинозал, библиотека, теннисный корт, настольный теннис, бильярд, спортивная площадка, бильярд и др. Организуются экскурсии по Нарочанскому краю.

ПРИПЯТСКИЙ, национальный парк в Житковичском, Петриковском и Лельчицком р-нах Гомельской обл. Организован в 1996 на базе ландшафтно-гидрологического заповедника с целью сохранения и возобновления уникальных природных комплексов Полесья, развития производственно-хозяйственной базы региона, организации туризма и отдыха населения. Площадь 82,4 тыс. га, в т.ч. заповедная 29,2 тыс. га (2008). Административный центр — д. Лясковичи (Петриковский р-н). В состав парка вошли территория Припятского ландшафтно-гидрологического заповедника (создан в 1960) и участок р. Припять с пойменными и припойменными землями левобережья. Занимает часть Припятской низины. Рельеф равнинный с многочисленными понижениями и эоловыми образованиями. Преобладают пойменные и лесоболотные комплексы (95% территории). В правобережной части парка находится крупнейший в Европе массив болот переходного и верхового типов. Леса занимают 70% территории (сосна, берёза, дуб, ольха, ясень, осина, граб, ель). Уникальные пойменные дубравы (средний возраст около 200 лет) и заросли ивы (возраст отдельных деревьев свыше 100 лет). Во флоре 827 видов высших растений. В Красной книге Беларуси зубянка клубненосная, купальник горный, лилия кудрявая, ирис сибирский и др. В фауне 50 видов млекопитающих, 246 птиц, 7 рептилий, 11 амфибий, 36 рыб. Водятся кабан, лось, косуля, бобр, волк, заяц-русак, куницы обыкновенная и каменная, белка, глухарь, тетерев, куропатка и др. В Красной книге зубр, рысь, барсук, несколько видов летучих мышей, чёрный аист, беркут, скопа, черепаха болотная и др. На территории национального парка находятся туристские комплексы «Ляс-

ковичи», «Дорошевичи», «Хлупинская Буда», туристский объект «Черетянка», дом охотника и рыбака. Предлагаются туристские походы: автомобильные, пешеходные, водные — продолжительностью от 1 до нескольких дней; экскурсии «Музей природы и Царь Дуб», «Музей природы и по городу» и др.; прогулки на теплоходах «Кирилл Туровский», «Лось», «Коршун». Имеется прокат туристского снаряжения, велосипедов, моторных и вёсельных лодок.

ПРИПЯТЬ, река в Украине и Беларуси, правый приток Днепра. Длина 761 км (на территории Беларуси 500 км). Площадь водосбора 121 тыс. км² (на территории Беларуси 52,7 тыс. км²). Начинается к северо-западу от г. Ковель в Волынской обл. Украины, протекает по Брестской и Гомельской обл. в пределах Полесской низменности, впадает в Киевское водохранилище. Основные притоки: Пина, Ясельда, Бобрик 1-й, Цна, Лань, Случь, Птичь, Тремля, Ипа (слева), Стоход, Стыр, Горынь, Ствига, Уборть, Словечна (справа). Днепроовско-Бугским каналом Припять соединена с р. Мухавец (бассейн Западного Буга), Огинским каналом — с бассейном Нёмана, Микашевичским каналом — с речным портом Микашевичи. Долина Припяти слабо выражена (кроме участка вблизи Мозыря), склоны пологие. Ширина поймы в месте впадения рек Пина и Горынь 16—18 км, ниже по течению между д. Кожан-Городок Лунинецкого р-на и устьем Ствиги 8—9 км, вдоль Мозырской гряды до деревни Барбаров сужается до 1—2 км, далее снова расширяется до 9 км. В половодье и при дождевых паводках пойма Припяти затопляется, ширина разлива возле г. Пинск достигает 30 км. Русло Припяти в верховье канализировано, на остальном протяжении извилистое, образует меандры, старицы, заливы, есть много песчаных низких островов; ширина реки от истока до впадения р. Стоход 4—15 м, ниже по течению 50—70 м, в низовье 100—250 м. Берега от пологих до крутых, на извилинах обрывистые, высотой до 3 м, в устье местами до 8—15 м. Особенность режима — продолжительное весеннее половодье, кратковременная летняя межень, нарушаемая дождевыми паводками и почти ежегодными осенними подъёмами уровня воды. Замерзает Припять почти одновременно на всём протяжении обычно в начале декабря, вскрывается в конце марта. Толщина льда 56—67 см, в тёплые зимы река не замерзает. Средняя температура воды летом 20—21 °С, максимальная в июле 28 °С. Обитают щука, голавль, подуст, сом, окунь, плотва, лещ, линь, карась золотой, верховодка, густера и др. Припять судоходна на всей территории Беларуси. На реке порты Пинск, Мозырь, пристани Туров, Петриков, Наровля. На водосборе национальный парк *Припятский*, заказники: ландшафтные — Выгонощанское (часть), Радостовский, биологические — Омельнянский, Копыш, Матеевичский, Фаличский Мох, Борский, Еловский, Букчанский, Бабинец; охотничье хозяйство «Телеханское» (часть); санаторий «Сосны» (Мозырский р-н, д. Стрельск), детский реабилитационно-оздоровительный центр «Сидельники» (Мозырский р-н, д. Нагорные), санаторий-профилакторий Мозырского государственного педагогического университета (г. Мозырь).

«ПРИРОДА ЛТД», база отдыха иностранного предприятия «Природа ЛТД» в Логойском р-не Минской обл., в 10 км от г. Логойск. Расположена в смешанном лесу, на берегу озера Бурые. Открыта в 2001. Рассчитана на 27 мест. Дети принимаются с любого возраста. Проживание в 6 домиках. Питание в кафе на 30 мест. На территории базы имеются баня, автостоянка, спортивная и детская площадки, бильярд, настольный теннис, лодочная станция, прокат велосипедов. Оборудована площадка для шашлыков. Организуются охота и рыбалка, корпоративные мероприятия.

ПРОГУЛКИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ, вид восстановительного воздействия на организм человека за счёт ходьбы, его пребывания на свежем воздухе в живописных местах. Разновидность активного отдыха. Естественная и усиленная ходьба полезна для лиц всех возрастов и используется как эффективное оздоровительное средство, воздействующее на важные жизненные функции организма. При ходьбе улучшается работа сердца, углубляется дыхание, увеличивается вентиляция лёгких, повышается тонус мышц (в работу включается более 50% мускулатуры тела). Прогулки в парках, по лесу, берегу моря, водоёмов повышают психический тонус, вызывают положительные эмоции, снимают стрессовое состояние. Ходьба в зависимости от темпа и скорости движений разделяется на очень медленную – 60–70 шагов в минуту (2,5--3 км/час), медленную – 70--90 шагов в минуту (3--4 км/час), среднюю -- 90--120 шагов в минуту (4--4,5 км/час), быструю -- 120--140 шагов в минуту (5,5--6,5 км/час). При оздоровительных прогулках следует учитывать нагрузку при ходьбе, уровень физической подготовленности человека, возраст, состояние здоровья. Немолодым людям с пониженной работоспособностью рекомендуется постепенное повышение ежедневной тренировочной нагрузки. Темп и скорость ходьбы при оздоровительных прогулках целесообразно корректировать, руководствуясь самочувствием, частотой пульса до и после ходьбы. См. также *Терренкур*.

«ПРОНЬКИ», база отдыха в Мядельском р-не Минской обл., в 12 км от курортного посёлка Нарочь, возле д. Проньки. Расположена в окружении соснового бора, в 0,8 км от озера *Нарочь*. Открыта в 2007. Рассчитана на 8 мест. Дети принимаются с любого возраста. Проживание в 2-этажном коттедже. Работает круглогодично. Питание осуществляется самостоятельно. Оборудована кухня, площадка для шашлыков, сауна, автостоянка. База специализируется на организации любительского рыболовства и подводной охоты.

ПРОФИЛАКТОРИЙ Брестского государственного института повышения квалификации и переподготовки руководящих работников и специалистов образования в г. Брест. Открыт в 1983, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 80 мест. Природный лечебный фактор – благоприятный климат. Профиль лечения – общетерапевтический. Применяются водолечение (ванны жемчужные, хвойные, валерьяновые, души циркулярный, Шарко, подводный душ-массаж), парафино-озокеритовые аппликации, физио- и фитотерапия, ингаляции и др.

ПРОФИЛАКТОРИЙ Минского государственного областного института повышения квалификации и переподготовки кадров управления образования Миноблсполкома в г. Минск. Открыт в 1986, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 130 мест. Располагается на 1-м этаже 4-этажного здания. Профиль лечения – общетерапевтический. Работают кабинеты: физиотерапевтический, психоэмоциональной разгрузки и аэроионотерапии, теплечения, ингаляций, водолечения (подводный душ-массаж, ванны, циркулярный и душ Шарко), гинекологический, стоматологический, электрокардиографии и др.

ПСИХОТЕРАПИЯ (от греч. *psyche* душа и *therapeia*), планомерное психическое воздействие (словом, поступками, обстановкой) на больного с лечебной целью. Все виды психического воздействия, если они применяются врачом обдуманно, методически, в соответствии с формой заболевания, с учётом особенностей личности больного, могут быть в арсенале психотерапии. По назначению выделяют следующие виды психотерапии: седативная, имеющая целью успокоить больного, ослабить болезненные ощущения, смягчить его эмоциональную реакцию на своё заболевание; корригирующая, основная задача которой -- выработать правильное отношение к болезни, ослабить травмирующую значимость этиологических факторов; стимулирующая, направленная на мобилизацию компенсаторных защитных сил организма, на повышение социальной активности личности (в частности, на побуждение больного тщательно выполнять лечебный режим); психотерапия, имеющая целью устранение патологического стереотипа, обуславливающего стойкую фиксацию симптомов болезни. В основе психотерапии лежит воздействие словом, которому больной может подвергаться как в гипнотическом, так и бодрствующем состоянии. Последняя известна как отвлекающая психотерапия, психотерапия путём обучения самовнушению, аналитическая, коллективная и др. Используется в санаториях: «Алеся», «Белая Вежа», «Берёзка», «Брестагроздравница», «Буг», Гомельского отделения Белорусской железной дороги, «Железнодорожник», имени В.И.Ленина, *Лепельский военный санаторий*, «Лётцы», «Нарочь», «Пралеска» (Минский р-н), «Приднепровский», «Радон», «Чёнки», «Шинник», «Энергетик» (Волковысский р-н), «Юность»; оздоровительном центре «Талька».

ПТИЧЬ, река в Минской, Могилёвской и Гомельской обл., левый приток Припяти. Длина 421 км, площадь водосбора 9470 км². Начинается в 1 км к западу от д. Нарейки Дзержинского р-на Минской обл. Основные притоки: Шать, Доколька, Ореса (справа), Неславка, Нератовка (слева). Верхнее течение в пределах Минской возвышенности, среднее — на западе Центрально-березинской равнины, нижнее — в восточной части Припятского Полесья. Долина на всём протяжении ясно выражена, ширина 1,5—3,5 км. Пойма двусторонняя, шириной до д. Городище Минского р-на 60—300 м, ниже 1—3 км, возле д. Песчанка Осиповичского р-на до 5 км. Русло разветвлено про-

токами, образующими острова; шириной до устья Осоченки (85 км от истока) 5—10 м, в нижнем течении 45—70 м. В верховье реки Волчковичское водохранилище. Берега крутые и обрывистые. На водосборе заказники Омельяновский и Фаличский Мох. На Птичи г.п. Глуск и Копаткевичи, на берегах в живописных местах зоны отдыха Чаровница (в верховье), Птичь, Толстый Лес, Городок, Берёзовка, Ореса; детский реабилитационно-оздоровительный центр «Птичь».

«ПТИЧЬ», база отдыха частного унитарного предприятия «Контакт-Бобруйск» в Глусском р-не Могилёвской обл., в 35 км от г. Бобруйск, в д. Городок. Расположена в сосновом лесу, на берегу р. Птичь. Рассчитана на 40 человек. Функционирует в летнее время. Проживание в 1-этажном корпусе. Проводятся культурно-массовые мероприятия, походы в лес за ягодами и грибами, рыбалка.

«ПТИЧЬ», детский реабилитационно-оздоровительный центр управления образования Гомельского облисполкома в Петриковском р-не Гомельской обл., возле г.п. Копаткевичи. Находится в смешанном лесу, на правом берегу р. Птичь. Открыт в 1983. Рассчитан на 300 мест. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, хлоридно-натриевая вода малой минерализации (2,8—4 г/дм³). Профиль лечения – общетерапевтический. Функционируют кабинеты: электрокардиографии и ультразвуковой диагностики, водо- (души восходящий, циркулярный, струевой, контрастный, бальнеологическая ванна с подводным душем-массажем), теплолечения (парафиновые и озокеритовые аппликации), фито-, арома-, апитерапии (применяется натуральный мед и продукты из мёда -- настойки, таблетки, мази и др.), электросветолечения, лечебной физкультуры, стоматологический. Отдыхающие имеют возможность пройти курс массажа с применением лечебных бальзамов и мазей. По медицинским показаниям некоторым категориям оздоравливающихся назначается медикаментозное лечение. С учётом сезонности и индивидуальной потребности используются поливитаминные комплексы с микроэлементами (йодом, фтором, селеном) и антиоксидантные комплексы. Функционирует бювет минеральной воды. Работает столовая на 300 мест. Имеются тренажёрный зал, стадион, детские игровые комплексы, настольный теннис, видео-кинозал, библиотека и др. Организуются экскурсии, туристские походы вдоль р. Птичь.

ПУТЁВКА САНАТОРНАЯ, документ, удостоверяющий о направлении больного на санаторно-курортное лечение. Приобретается на основании заключения лечащего врача совместно с заведующим отделения лечебного учреждения на основании результатов диагностики и предшествующего лечения больного с фиксацией данных в истории болезни, (амбулаторной карты). В тех случаях, если больной нуждается в санаторно-курортном лечении, ему выдается справка, которая служит основанием для приобретения путёвки на санаторно-курортное лечение. Путёвка действительна в сочетании с санаторно-курортной картой, оформляемой лечащим врачом для направления больного в санаторий.

«ПУЩА», торговая марка минеральной воды, разливается частным унитарным предприятием «Свислочский коопзаготпром» в г. Свислочь Гродненской обл. Воды среднеминерализованные ($6,12 \text{ г/дм}^3$) слабощелочные (рН 7,4), близкие к нейтральным хлоридного натриевого состава, не содержащие в своём составе специфических компонентов. Биологически активные компоненты (фтор и бром) содержатся соответственно в количестве 0,9 и $10,4 \text{ мг/дм}^3$. Марганец определён в количестве 24 мкг/дм^3 , медь – 10, никель – 5, свинец – 1, барий – 8, молибден – 1, ванадий – 3, цинк – 10, титан – 8, кобальт – 1,5, серебро – 0,4, стронций – существенно выше 40 мкг/л . В отдельных пробах содержание радона достигает 7--8 нКи/л. Вода может использоваться в качестве лечебно-столовой при хронических гастритах с нормальной и повышенной секреторной функцией желудка, неосложнённой язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических колитах, энтероколитах и хронических заболеваниях печени и желчевыводящих путей (гепатитах, холециститах, ангиохолиазах различной этиологии без склонности к частым обострениям), хронических панкреатитах и заболеваниях мочевыводящих путей.

«РАДОН», санаторий санаторно-курортного унитарного предприятия «Белароздравница» в Дятловском р-не Гродненской обл., в 10 км от г. Дятлово, в д. Боровики. Расположен в сосновом лесу, на берегу р. Пониква, возле небольшого водохранилища. Открыт в 1993. Рассчитан на 451 место, в т.ч. 176 мест для детей (детское отделение «Боровичок»). Дети принимаются с 6 лет. Размещение в 8-этажном корпусе. Отдельно построено здание питьевого бювета минеральной воды. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, гидрокарбонатные магниевые-кальциевые радоновые воды с содержанием радона слабой и средней концентрации ($20\text{—}60 \text{ нКи/дм}^3$; минерализация $0,36\text{—}0,43 \text{ г/дм}^3$), сапропелевые грязи озера Дикое (в 27 км от санатория), аналогичные грязям курорта Самоцвет (озеро Молтаево Свердловской обл.), курорта Кисегач (озера Боляш Челябинской обл. России). Профиль лечения: взрослых -- болезни нервной и костно-мышечной систем, мочеполовых органов, бесплодие; детей – болезни системы кровообращения, органов дыхания, нервной системы. Основу климатолечения составляет чистый воздух, насыщенный запахом соснового бора и аэронами реки и водохранилища. Для лечения активно применяется аэро-, гелио-, талассотерапия. Широко используется в диагностике и лечении современная японская, американская, израильская и отечественная лечебно-диагностическая аппаратура. Функционируют кабинеты: диагностические -- кольпоскопии, ультразвуковой и функциональной диагностики, электрокардиографии, клиничко-биохимическая лаборатория; лечебные -- 3 физиотерапевтических, ингаляций, сухих углекислых ванн («Реабокс»); водолечебница с использованием радоновых, хвойных, травяных, жемчужных ванн, гинекологических радоновых орошений, подводного душа, лечебных душей, подводного вытяжения; бассейн, сауна, грязелечебница, профилактических осмотров, кольпоскопии, массажа, фитобар, психологической разгрузки, зал лечебной физкультуры, массажно-тракционной

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.