

Лариса ВАСИЛЬЕВА

■ За последние годы количество здравниц в России уменьшилось, зато они стали «многофункциональными», в них есть все - от серьезных реабилитационных программ до экзотических спа-процедур.

МАСТЕРА УЗКОГО ПРОФИЛЯ

Когда решаешь «поправить пошатнувшееся здоровье», вспоминаешь, какая у нас богатая страна - на климатические зоны и природные ресурсы. Итак, вам на море, в горы или дышать свежим воздухом в сосновом бору? Старейший российский курортный регион - Ставропольский край: Пятигорск, Железноводск, Кисловодск, сюда еще герои Лермонтова в XIX веке ездили «на воды».

Дальше по популярности у трудового населения СССР были курорты Краснодарского края. Чуть меньше гостей ездили в северо-западном направлении - в Карелию и Сестрорецкий район Ленинградской области. Все это классика жанра, а что добавилось в последние годы?

- В СССР на момент развала было 7,4 тысячи санаториев на 1,3 миллиона коек. За год они могли принять 32 миллионы гостей. Сейчас - в шесть раз меньше, - говорит президент Национальной курортной ассоциации Александр Разумов. - И это неправильно, потому что значение санаторно-курортной системы в деле укрепления здоровья нации сложно переоценить. Почти четверть санаториев Союза занималось лечением и реабилитацией. Они были узкопрофильными - одни специализировались только на сердечно-сосудистой системе, другие - пищеварительной, третьи на восстановлении опорно-двигательного аппарата. Семьдесят процентов занималось общим оздоровлением. В Советском Союзе дело было поставлено на широкую ногу, поэтому и нация



В соляной пещере врачи рекомендуют спасаться жителям мегаполисов - процедура помогает победить стрессы, бессонницу и улучшает цвет лица.

Антон НОВОДЕРЖИКИН/ТАСС

САНАТОРНО-КУРОРТНЫЙ РОМАН

была здоровая, жили тогда дольше, чем сегодня - в среднем на два-пять лет.

ЗАПАРИЛИСЬ ЛЕЧИТЬСЯ

Зато сегодня география санаторно-курортного лечения страны стала намного шире - на рынке появились здравницы там, где их никогда не было. Активно развиваются лечебные заведения в Татарстане, Башкирии - например, в санатории «Красноусольск» помимо воды, климата, грязей, имеется газолечение. Открылся санаторий «Янгантау», который назван в честь местной горы, где из нижних слоев почвы выходит минеральный пар температурой до 35 градусов. Он подается в капсулу с лежащим там человеком, и таким образом успешно лечат заболевания опорно-двигательного аппарата, позвоночника. Многие лечебницы располагаются в красивейших местах, где сама природа и воздух исцеляют. В последнее время санаторным направлением № 1

считается Алтай - на курорте «Белокуриха» располагается девятнадцать здравниц разной специализации. От Москвы, например, до Барнаула четыре часа перелета. Но заполняемость здесь достигает девяноста процентов даже зимой.

- Санаторно-курортный комплекс России значительно поднялся в последние годы, - продолжает Александр Разумов. - Там работают преданные своему делу специалисты. В той же Белокурихе самое современное оборудование, опытные врачи, аква- и спа-центры. Добавьте сюда первозданную природу, леса, горы, энергетику - она перекрывает все. Поэтому в здравницы Алтая едут гости не только со всей России. Очень много людей из Беларуси, да и со всего мира.

Если с инфраструктурой все хорошо, то есть проблема билетов и внутренних перелетов. Страна огромная, девять часовых поясов, и чтобы жителю европейской части отдохнуть на Алтае или Дальнем Востоке, за билет приходится выложить

20 - 30 тысяч рублей, что часто оказывается дороже самой санаторной путевки. Но в некоторых регионах эту проблему решили - скажем, на Алтае при бронировании места в санатории билет на самолет за десять дней до вылета можно купить всего за 12 тысяч рублей.

ХУДЕЕМ В СИБИРИ

Модное веяние последнего времени - программы похудения и очищения организма. Рассчитаны они на тех, кто хочет сбросить килограммы, но самостоятельно не может справиться. Человек приезжает в санаторий на две-три недели, записывается на лечебную программу и все это время сидит на специально для него разработанной диете (а в некоторых заведениях люди вообще дни голодают, но зато аниматоры развлекают их так, что те забывают о еде).

Больше всего таких заведений сосредоточено в Карелии, Нижегородской и Рязанской областях. А недалеко от Тюмени при санатории «Сибирь» создана целая академия здоровья. Персонал контролирует не только снижение, но и удержание веса, следит, чтобы сидящие на диете не навредили здоровью.

Сильная медицинская база в санаториях Министерства обороны. Там занимаются не только оздоровлением, но



и реабилитацией пациентов с травмами. Впрочем, купить туда путевку может и обычный человек, без погон на плечах. Особенно хорошо развиты военные санатории в Приволжском округе.

Разброс цен на проживание в санаториях России довольно ощутимый - от 1,2 до 30 тысяч рублей в сутки (за какой-нибудь вип-номер в Сочи с полностью включенным питанием и лечением).

ЗДОРОВЫЙ ПОДХОД

Если нужно поправить здоровье, лучше выбирать узкопрофильные санатории, а для отдыха и оздоровления подойдут все.

Например, в лечении опорно-двигательного аппарата хорошо себя зарекомендовали санатории Алтайского края, по сердечно-сосудистым болезням - санатории Северного Кавказа, в первую очередь Кисловодск, Железноводск, Пятигорск. Ну а пищеварительная система быстрее всего придет в норму в Долине нарзанов.

- У нас больше принято думать о больных, а нужно и о здоровых, - говорит Александр Разумов. - Ведь болезнь проще предупредить, чем вылечить. Поэтому надо с помощью санаторно-курортной системы увеличивать, так сказать, популяцию здоровых людей. Это другая философия - помогать здоровым людям, пока они не стали больными. Хорошая новость - в Сочи сейчас во всех отелях создаются меди-

цинские центры. Президент страны Владимир Путин все время говорит о здоровье нации и продлении жизни. Исследования показывают, что у людей, которые регулярно оздоравливались в санаториях, продолжительность жизни увеличивалась от трех до пятнадцати лет. Сейчас это особенно необходимо, так как на тысячу человек работающего населения у нас в России 323 пенсионера и 276 детей. Такая статистика - прямая угроза экономике. Ведь на здоровых людях держится благосостояние страны.

SOUZVECHE.RU

КТО ПОЛУЧАЕТ ПУТЕВКИ ПО
СОЮЗНЫМ ПРОГРАММАМ,
ЧИТАЙТЕ НА НАШЕМ САЙТЕ

МАМА, А ГДЕ МОРЕ?

Белорусы - всегда желанные гости в российских здравницах. В числе любимых направлений для граждан Синеокой, например, Алтай. Причем едут они сюда не только летом, но и зимой. Привлекает возможность совместить полезное с приятным - покататься после процедур на горных лыжах. У многих пансионатов здесь свои лыжные базы и собственные подъемники.

- Но все же больше всего граждане Беларуси любят из российских курортов те, где море - то есть Краснодарский край. Там, кстати, есть санаторий «Белоруссия», как и в Кавминводах, - рассказывает Марина Виленская, генеральный директор форумов по восстановительной медицине и курортологии. - Люди ведь любят то, чего у них нет. А в Беларуси моря нет. Кстати, наши россияне тоже с удовольствием едут в белорусские санатории и даже научились заранее бронировать туда путевки.

МИЛОСТИ ПРОСИМ

Примерно за полгода, чтобы мест хватило. Загруженность такова, что диктует раннее бронирование. И это при том, что большинство у нас любят все делать в последний момент.

Кстати, представители российского турбизнеса отмечают, что Беларусь не очень активно пиарит свои санатории. Но при этом они и так пользуются у россиян повышенным спросом. Во многом из-за дешевизны билетов и транспортной доступности - ночь на поезде, и отдыхающий в Минске, там его встречает маршрутка-трансфер от пансионата, и через пару часов путешественник - в любой точке Беларуси.

- На крупные туристические выставки приезжают единицы представителей Синеокой. А мы бы с удовольствием переняли бы у них кое-какой опыт, да и своим бы поделились, - добавляет Марина Виленская.

РОССИЯ

1733 санатория и 3342 пансионата
и дома отдыха работает в РФ

12,2 миллиона человек
отдохнули там за год

2,5 тысячи рублей -
минимальная стоимость проживания в сутки

