

забезпечити реалізацію цих програм за допомогою високоякісних підручників, посібників, технічних засобів навчання й наочного дидактичного матеріалу;

Список використаних джерел

Освіта України в умовах воєнного стану. Інноваційна та проєктна діяльність: Науково-методичний збірник/ за загальною ред. С. М. Шкарлета. Київ-Чернівці «Букрек». 2022. 140 с. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/serpneva-konferencia/2022/Mizhn.serpn.ped.nauk-prakt.konferentsiya/Nauk-metod.zbirnyk-Osv.Ukrayiny.v.umovakh.voyennoho.stanu-%20Innovatsiyna.ta.proyektna.diyalnist.pdf>

Сучасна політика формування здорового способу життя молоді: український та міжнародний досвід. Режим доступу: <https://dismp.gov.ua/suchasna-politika-formuvannya-zdorovogo-sposobu-zhittya-molodi-ukrainskij-ta-mizhnarodnij-dosvid/>

Формування здорового способу життя молоді. Навчально-методичні рекомендації / Авт. колект. Т. Андріюченко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пеша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. Т. Андріюченко). – 2#ге вид. – К.: Бланк Прес, 2019. – 120 с. Режим доступу: <https://dismp.gov.ua/formuvannya-zdorovoho-sposobu-zhyttia-molodi-navchalno-metodychni-rekomendatsii/>

УДК 615.838.7-0028.6

СКЛАД І КЛАСИФІКАЦІЯ ЛІКУВАЛЬНИХ ГРЯЗЕЙ

- **І.П. Євтушенко**, студ. бакалавр 4-го курсу, 22 «Охорона здоров'я», спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія»
Е.В. Горова, к.мед.н., доц.
В.П. Голуб, к.пед.н., доц.
М.М. Ястребов, к.пед.н., доц.
- *Таврійський національний університет ім. В.І. Вернадського.
м. Київ, Загальноузівська кафедра фізичного виховання спорту і здоров'я людини*

Актуальність

Багаторічний досвід і численні дослідження вчених і лікарів, які вивчали з різних позицій можливості грязелікування при різних захворюваннях, зумовило покращання ефективності пелоїдотерапії. Це сприяло підвищенню якості практичного використання лікувальних грязей.

В наш час значно розширився спектр показань до застосування. У зв'язку з цим захворювання, які були раніше протипоказані для грязелікування, в даний час успішно лікуються. Це такі важкі захворювання, як ішемічна хвороба

серця, гіпертонічна хвороба, тромбофлебіт, туберкульоз та ін. Якщо раніше з метою реабілітації грязелікування проводилося у хворих із захворюваннями в основному в фазі ремісії, то в даний час із застосуванням нових методик лікування стало можливим в підгострій і гострій стадіях хвороби.

Мета

Дослідити вплив і механізм грязелікування на організм людини, визначити ефективність бальнеологічної процедури.

Об'єкт дослідження

Лікувальні грязі, грязьовий розчин.

Методи дослідження

Огляд наукової літератури, публікацій.

Практичне і теоретичне значення

Використання лікувальних грязей (пелоїдів) набуло широкого розповсюдження на курортах та в лікувально-профілактичних закладах, що виявило їхню високу ефективність у відновлювальному лікуванні хворих з ураженням центральної і периферичної нервової систем, опорно-рухового апарату, органів травлення, гінекологічними, шкірними та іншими захворюваннями. Лікувальна грязь має чисто природне походження, вона пластична, має велику теплоємність, надзвичайно багата як мінеральними речовинами, так і органічними сполуками.

Висновки

Головною властивістю пелоїдів, якою вони відрізняються від глини, є висока масова частка вологи. Чим вища масова частка вологи, тим вищий вміст у ній тепла, тим вище тепловий ефект лікувальної процедури.

Однією з головних характеристик пелоїдів, з бальнеологічної точки зору, є пластично-в'язкісна властивість.

При вивченні хімічного складу мулових пелоїдів велике значення має порівняння іонного складу ропи та грязьового розчину, особливо у відкладеннях, які містять сірковуглець. В цих водоймах грязьові розчини відрізняються від ропи, як у відношенні катіонного та аніонного складу, так і у реакції середовища.

Грязьовий розчин, який отримують за допомогою віджимання, центрифугування або фільтрування є рідкою фазою грязі і складається з розчинених у воді солей, органічних речовин і газів. Цей розчин в основному відповідає хімічному складу ропи водойми, в якій утворилася дана лікувальна грязь, і перш за все містить натрій хлорид (NaCl) і натрій сульфат (Na_2SO_4).

Найбільше число бальнеологічних курортів знаходиться на Заході України. У багатьох з них пропонують і грязьові процедури. До таких відносяться: Немирів, Трускавець, Моршин та Східниця у Львівській області, Шешори в Івано-Франківській області, Поляна та Солотвино в Закарпатській області.

У даний час на території України освоєно 250 родовищ лікувальної грязі.