

[DOI:10.26104/NNTIK.2023.78.44.017](https://doi.org/10.26104/NNTIK.2023.78.44.017)

Махмадиев А.К., Самаганова А.Н.

**КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНДАГЫ ТАБИГЫЙ МИНЕРАЛДЫК СУУЛАРДЫ
МЕДИЦИНАЛЫК РЕАБИЛИТАЦИЯДА КОЛДОНУУ**

Махмадиев А.К., Самаганова А.Н.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИРОДНЫХ МИНЕРАЛЬНЫХ ВОД КЫРГЫЗСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ В МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

A. Makhmadiev, A. Samaganova

**THE USE OF NATURAL MINERAL WATERS OF KYRGYZ RESPUBLIC
IN MEDICAL REHABILITATION**

УДК: 615.838.97

Дарылык касиеттүү минералдык суу бул табигый суу, көптөгөн ар түрлүү минералдык нерселерден турат, түрлүү газдардан (көмүркислота, күкүртектүү суутек, азот жана башка сыяктуу), органикалык кошулмалардан жана уникалдуу касиеттерге ээлик кылган (радиоактивдүүлүк, дайыма бир калыптагы температура жана ушул сыяктуу). Ичүүчү минералдык сууларды дарылануу каражаты катары колдонуусу кылымдар бою белгилүү болгон. Тамак аш жана бөлүп чыгаруу системасы организмдин иштешине таасирин тийгизгенден тышкары, акыркы он жылда көптөгөн изилдөөлөр көрсөткөндөй, минералдык суулар зат алмашуунун ар кайсы аспектинде жакшы оң таасирин тийгизет, кан иштеп чыгууга жана иммундук системага жакшы таасир тийгизет. Акыркы жылдары изилдөөлөр жүргүзүлүп минералдык суулардын организмге таасири көрсөтүлгөн. Минералдык сууларды регулярдуу түрдө ичкенде организмдин адаптациясына оң таасирин тийгизет. Мындай сууну курс менен ичкенде узакка гипофизардык бөйрөк үстүндөгү бездерине өз таасирин тийгизип, организмдин оң таасирин тийгизет.

Негизги сөздөр: минералдык суулар, көмүр-кычкылтүү суусу, магний суусу, күкүрттүү суусу, хлорид суусу, кальций суусу, натрий суусу, аралаш (комбинация) суусу.

Лечебная минеральная вода представляет собой природную воду, обладающую большим количеством различных минеральных веществ, различных газов (таких как углекислота, сероводород, азот и другие), органических соединений или обладающую уникальными свойствами (такими как радиоактивность, постоянная определенная температура и так далее). Использование питьевых минеральных вод в качестве лечебного средства было известно уже веками. Кроме положительного воздействия на работу пищеварительной и выделительной систем организма, множество исследований последнего десятилетия, показали, что минеральные воды оказывают положительное влияние на различные аспекты обмена веществ, кроветворение и иммунную систему. В последние годы проводились исследования, в которых указаны новые открытия в отношении питьевых минеральных вод и их влияния на организм. Согласно которым регулярное употребление минеральной воды приводит к адаптивным реакциям в организме. Курсовой прием такой воды приводит к длительным изменениям в гипофизарно-надпочечниковой системе, что способствует улучшению способностей организма к регуляции и обеспечивает долгосрочные положительные эффекты.

Ключевые слова: минеральные воды, гидрокарбонатные воды, хлоридные воды, сульфатные воды, натриевые воды, кальциевые воды, магниевые воды, комбинированные воды.

Therapeutic mineral water is natural water that has a large number of different minerals, various gases (such as carbon dioxide, hydrogen sulfide, nitrogen, and others), organic compounds, or has unique properties (such as radioactivity, a constant certain temperature, and so on). The use of drinking mineral waters as a therapeutic agent has been known for centuries. In addition to the positive effects on the digestive and excretory systems of the body, many studies have shown that mineral waters have a positive effect on various aspects of metabolism, hematopoiesis and the immune system. In recent years, studies have been conducted that indicate new discoveries regarding drinking mineral waters and their effects on the body. According to which regular consumption of mineral water leads to adaptive reactions in the body. The course intake of such water leads to long-term changes in the pituitary-adrenal system, which improves the body's ability to regulate and provides long-term positive effects.

Key words: mineral waters, bicarbonate waters, chloride waters, sulfate waters, sodium waters, calcium waters, magnesium waters, combined waters.

Минеральные воды могут содержать различные катионы (натрий, калий, магний, кальций и др.) и анионы (сульфаты, хлор, гидрокарбонаты, карбонаты и др.), влияющие на жизнедеятельность организма человека. По ионному составу минеральные воды подразделяют на гидрокарбонатные, хлоридные, сульфатные, натриевые, кальциевые, магниевые, комбинированные (гидрокарбонатно-хлоридные и гидрокарбонатно-сульфатные).

Воды натриевого состава, обогащенные гидрокарбонатами, натрием и углекислым газом, являются гидрокарбонатными водами («Кара-Шоро») [1]. Они способствуют увеличению щелочного баланса в организме и оказывают ощелачивающее действие. Под их воздействием количество водородных ионов в организме уменьшается. Щелочные воды имеют нормализующий эффект на работу желудка и применяются для лечения гастритов с повышенной кислотностью. Рекомендуется принимать их за 1,5-2 часа до еды. Гидрокарбонатные воды натриевого характера оказывают стимулирующее действие на выделение желчи, смягчают и удаляют слизь с поверхности желудка и кишечника при воспалительных заболеваниях ЖКТ. Они также эффективны при инфекционных заболеваниях

и способствуют снижению кислотности при повышенной мышечной активности. При использовании гидрокарбонатных вод натриевого типа улучшаются показатели обмена углеводов и белков, а также улучшается растворимость и выведение мочевой кислоты.

Гидрокарбонатно-кальциевые воды («Арашан») отличаются от щелочных минеральных вод тем, что они содержат большое количество кальция и магния. Кальций обладает противовоспалительными и спазмолитическими свойствами, поэтому эти воды очень полезны при лечении кишечных заболеваний, сопровождающихся обильными выделениями и усилением перистальтики кишечника. При этом гидрокарбонатно-кальциевая вода влияет на все виды обмена веществ [2].

Употребление воды с содержанием натрия улучшает секрецию пищеварительных желез, стимулирует секрецию желудочного сока и ферментов поджелудочной железы, что улучшает пищеварение и усвоение белков, жиров и углеводов. Эти воды чаще всего применяют при заболеваниях желудка с пониженной секреторной функцией. Пить минеральную воду следует за 10-15 минут до еды.

Использование воды с натриевым составом способствует улучшению выделения пищеварительных желез, стимулирует выделение желудочного сока и ферментов поджелудочной железы, что способствует улучшению пищеварения, усвоению белков, жиров и углеводов. Эти воды чаще всего применяются при заболеваниях желудка с низкой секреторной функцией. Рекомендуется принимать минеральную воду за 10-15 минут до еды.

Воды хлоридно-кальциевые («Ак-Суу») снижают проницаемость стенок сосудов и оказывают гемостатическое действие. Они усиливают секрецию желудочного сока, улучшают функцию синтеза белка печенью, способствуют образованию мочевины и ее выведению с мочой [3]. Они благотворно влияют на центральную и вегетативную нервную системы.

В зависимости от преобладания элементов в сульфатной воде различают глауберову, магниевую и гипсовую воду. Сульфатная вода оказывает преимущественно желчегонное и слабительное действие. Магниевая вода оказывает наиболее выраженный эффект. Данные воды способствуют образованию желчи гепатоцитами и улучшают отток желчи.

При использовании сульфатной воды («Ыссык-Ата») удаляются продукты воспаления и создаются условия для предотвращения камнеобразования [4]. Сульфатная вода обладает эффектом ингибирования желудочной секреции. Их рекомендуют при ожирении и диабете. Для лечения больных фосфатурией лучше всего использовать сульфатно-кальциево-магниевые воды.

Большинство минеральных вод – это воды сложного состава. Смешанная вода, как и хлорид натрия,

содержит значительное количество бикарбонатных и сульфатных элементов, оказывающих двойное влияние на желудочную секрецию. При этом важен и способ применения, в зависимости от того, насколько усиливается действие одних ингредиентов, а других снижается.

Гидрокарбонатно-хлоридно-натриевая («Кара-Шоро») вода может применяться при заболеваниях желудка, как снижая, так и усиливая секрецию благодаря особому сочетанию ингредиентов, оказывающих противоположное физиологическое действие [1]. Если выпить эту воду за 10-15 минут до еды, наиболее значительный эффект будет оказано на содержание хлоридов. При употреблении гидрокарбонатно-хлоридно-натриевой воды за 1,5-3 часа до еды преобладает щелочное действие. Вода данной группы рекомендована при воспалительных заболеваниях пищеварительного тракта и нарушениях обмена веществ (подагра, ожирение, сахарный диабет). Не следует применять при заболеваниях почек и мочевыводящих путей во время беременности, а также при наличии аллергии.

Хлоридно-сульфатные воды («Джалал-Абад») применяют при заболеваниях желудка с недостаточной секрецией, с одновременным поражением печени или желчевыводящих путей [5]. Хлорид натрия, который в них присутствует, восстанавливает снижение желудочной секреции. Компоненты серной кислоты, обладающие желчегонными и слабительными свойствами, эффективны при патологии печени и желчевыводящих путей, заболеваниях кишечника (склонных к запорам). Принимать следует за 10-15 минут до еды.

Гидрокарбонатно-сульфатная вода проявляет свойства, снижающие выработку желудочного сока. Комбинированное использование карбоната и сульфата оказывает стимулирующее воздействие на выделение желчи и способствует улучшению перистальтики. Прием бикарбонатно-сульфатной воды способствует улучшению образования желчи и выделению ферментов поджелудочной железы. Эта вода рекомендуется при гастритах с повышенной кислотностью, язвенной болезни и печеночной патологии. Рекомендуется принимать ее за 1,5-2 часа до приема пищи.

Минеральная вода может содержать биологически активные компоненты, микроэлементы и макроэлементы (железо, кобальт, магний, кальций, медь, марганец, йод, бром, фтор, кремний и др.). В большинстве случаев бикарбонатную воду применяют в медицинских целях перорально. Минеральная вода, используемая в лечебных целях, эффективна благодаря наличию в ней компонентов (ионов, газов, органических веществ) и температурных факторов; а также реакция органов пищеварения при ее всасывании.

Различают специфические и неспецифические системные эффекты воды. Специфические эффекты

минеральной воды возникают из-за химического воздействия элементов, которые присутствуют в воде. Неспецифические эффекты проявляются при взаимодействии минеральной воды с содержимым органов ЖКТ, а также при воздействии на органы-мишени и регуляторные системы, такие как нервная и гормональная. Воздействие может быть непосредственным на рецепторы нервных и эндокринных клеток.

Таким образом, использование минеральной воды при лечении различных соматических заболеваний обусловлено широким спектром реакций, которые она вызывает в организме. Внутреннее употребление минеральной воды стимулирует выделение гормонов ЖКТ, усиливает функционирование различных систем организма и улучшает его адаптационные возможности. В связи с этим минеральные воды могут быть использованы для первичной профилактики соматических заболеваний.

Литература:

1. Атабаев И.Н. Стимулирующий эффект минеральных вод Кара-Шоро и Джалал-Абад на моторную функцию кишечника у женщин с метаболическим синдромом / Атабаев И.Н. / Современная медицина: актуальные вопросы. 2015. №4-5 (40).
2. Каскеев Д.М. эффективность минеральной воды в лечении больных мочекаменной болезнью после дистанционной литотрипсии / Каскеев Д.М. / Медицина Кыргызстана. 2017. №4.
3. Вериго Н.С. Гепатотропное действие содержащей гуминовые кислоты хлоридно-гидрокарбонатной натриевой минеральной воды (экспериментальное исследование). / Вериго Н.С., Улащик В.С./ Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. 2015; 92(1): 37-42 р.
4. Усупбаев А.Ч. влияние минеральной воды курорта «Киссыката» на обменные процессы у больных мочекаменной болезнью / Усупбаев А.Ч., Каскеев Д.М., Осмонгазиев А.К. / Медицина Кыргызстана. 2013. №6.
5. Атабаев И.Н. Стимулирующий эффект минеральных вод Кара-Шоро и Джалал-Абад на моторную функцию кишечника у женщин с метаболическим синдромом / Атабаев И.Н. / Современная медицина: актуальные вопросы. 2015. №4-5 (40).