ოთარ შავიანიძე
გიორგი შავიანიძე
მაია თევზაძე
მარინა შავიანიძე

საქართველოს კუროორტების, კუროორტოლოგიისა და მეკუროორტეს

ცნობარი

უფროსი მეცნ. თანამშრ. ოთარ შავიანიძე,
მედ. მეცნ. კანდ. გიორგი შავიანიძე,
ექ. მაია თევზაძე
ექ. მარინა შავიანიძე

საქართველოს კუროორტების, კუროორტოლოგისა და მეკუროორტეს

ცნობარი

ოთ. შავიანიძის რედაქციით, წინათქმითა და
ბოლოსიტყვაობით

ქუთაისი
1995

ამ „ცნობარის“ შექმნის იდეის ავტორის საქართველოს რესპუბლიკის დამსახურებული ექიმის ლიალია (რუზანა) მირძველი (ამირაგოვა)-შავიანიძის ნათელ ხსოვნას უძღვნიან

ავტორები

ქართული ანბანი

ა	ან	მ	მან	ღ	ღან
ბ	ბან	ნ	ნარ	ყ	ყარ
გ	გან	ო	ონ	შ	შინ
დ	დონ	პ	პარ	ჩ	ჩინ
ე	ენ	ჟ	ჟან	ც	ცან
ვ	ვინ	რ	რაე	ძ	ძილ
ზ	ზენ	ს	სან	წ	წილ
თ	თან	ტ	ტარ	ჭ	ჭარ
ი	ინ	უ	უნ	ხ	ხან
კ	კან	ფ	ფარ	ჯ	ჯან
ლ	ლას	ქ	ქან	ჰ	ჰაე

წინასიტყვაობა

ვისაც საცნობარო, სალექსიკონო ან ენციკლოპედიურ გამოცემებთან ქონია საქმე, კარგად მოეხსენებათ რაოდენ დელიკატური და ძნელი გადასაწყვეტია ამა თუ იმ ტერმინის შეტანა-არშეტანა. თავისთავად სიტყვარის შედგენა ისეთივე რთულია, როგორც მისი შემადგენელი სიტყვების განმარტება. ხშირად ტერმინის დაწერილობა, მისი დაბოლოება და ბევრი სხვა დეტალი დაუდგენელია, რაც ართულებს სალექსიკონო ამოცანების შესრულებას.

დაკვირვებულმა მკითხველმა შეიძლება შეამჩნიოს განსხვავება კლიმატისა და განსაკუთრებით მინერალური წყლების შემადგენლობაში, ეს იმიტომ მოხდა რომ ზოგიერთი მკვლევარი მხოლოდ თავისი ანალიზის შედეგებს ეყრდნობოდა და არ ითვალისწინებდა შესაძლო ვარიანტებს. ჩვენ ვცდილობდით მონაცემები აგვეღო ყველაზე ავტორიტეტული გამოცემებიდან ქსე, დსე, მინერალური წყლების კადასტრი და ის მონაცემები მოგვყავს რომლებიც უფრო სარწმუნო გვეჩვენა, ყოველ შემთხვევაში შემჩნეული რაოდენობრივი სხვაობა არ არის იმდაგვარი, რომ მინერალური წყლის ბუნება და ხასიათი შეცვალოს. საქმე ეხება ზოგიერთ მცირე რაოდენობრივ ცვლილებებს, რომლებიც თვისობრივ ცვლილებებამდე არ მიდის. მინერალური წყლის შემადგენლობას სხვადასხვა მონაცემები აქვს, ეს იმისდა მიხედვით ვინ საიდან სარგებლობს და ვის მონაცემებს იყენებს. სხვადასხვა წყაროს სხვადასხვა დროს გაკეთებული ანალიზი შეიძლება სხვადასხვა იყოს და ეს ბუნებრივია. ჩვენ შევეცადეთ უფრო სარწმუნო წყაროებით გვესარგებლა.

გარდა ტერმინების განმარტებებისა, ჩვენ გვინდოდა ცნობილი ქართველი კურორტოლოგების ბოკლე ბიოგრაფიული მონაცემების მოყვანა, მათი დამსახურების და მიხედვით. თავდაპირველად ვვარაუდობდით ყველა, მათ შორის დღეს დღეგრძელი, საკურორტო დარგის მოღვაწეებიც შეგვეტანა, მაგრამ ეს ერთობ სახიფათო საქმეა. შემდეგ გარდაცვლილებზე შევჩერდით, მაგრამ აქაც წარმოიშვა საჭოჭმანო კითხვები: რა კრიტერიუმებით გვესარგებლა — წოდებით,

ხარისხით, თანამდებობით თუ პრაქტიკული საქმიანობით. შესაძლოა ვინმე გამოგვრჩენოდა ან არსებითი ღვაწლისათვის ვერ მივექცია ყურადღება, ან რამდენიმე შრომის ავტორი აღგვენიშნა, ან გამოგვრჩენოდა ვინც დატოვა ეს დარგი და სამოღვაწეოდ სხვაგან გადაინაცვლა.

და ბოლოს, ცნობარი არ შეიძლება სრულფასოვანი იყოს, თუნდაც იმიტომ რომ ქართულად პირველი ცდაა და მთლიანად მკითხველის მიმტევებლობაზე და სულგრძელობაზე ვამყარებთ იმედს. ალბათ საცნობარო ხასიათის ლიტერატურის შედგენის სიძნელეებსაც გაითვალისწინებენ ჩვენს მიერ დაშვებული ცდომილებებისას.

ერთი რაც სიამოვნებას გვგვრის ისაა რომ ამ ცნობარს გამოუჩნდებიან არა მარტო კრიტიკოსები, არამედ კრიტიკულად გამგრძელებლებიც, რომლებიც თავიანთი და სხვათა შემჩნეული ნაკლოვანებების გათვალისწინებით გააგრძელებენ ჩვენს მიერ დაწყებულ საქმეს. აქ ურიგო არ იქნება მოვიყვანოთ სულხან-საბა ორბელიანის სიტყვები, რომლებიც სიტყვის კონას წარუმძღვარა მან: „რაც სარწმუნოდ ვცანი იგი დავწერე. რომელნი არაემოწმენ, არცა მე არ დავწერე. და თქვენ იგულსმოდგინეთ, რამეთუ მოქსცეთ უფალმა სიბრძნე და მეცნიერება, თქვენ შეასრულეთ. არა უმეცართა გეტყვი, არამედ ბრძენთა ვედრებით მოგახსენებთ.“

რასაკვირველია შესრულებულ სამუშაოს ხარისხზე იმოქმედა (უარყოფითად) საქართველოსათვის რთული პერიოდის (1991—1994) ქარტეხილებმა. იგი არც ამ ცნობარის ავტორებს ასცდენია. მუდმივი შეურაცხყოფა, ლანძღვა-გინება, დახვრეტის თუ აფეთქების მუქარა, საბრძოლო მოქმედებების უშუალო თვალხილვა, საკვების ნაკლებობა, შეკედლებული ადამიანების უმადურობა და ბარბაროსული მოქმედება, (სამუშაო ოთახების, კაბინეტ-ლაბორატორიების დარბევა, სამეცნიერო ბიბლიოთეკის უნიკალური წიგნების და შრომების, დისერტაციების და სადისერტაციო მასალების დაწვა-განადგურება), დაიღუპა ჩვენი ცნობარის პირველადი მასალებიც, ადამიანების უზნეობამ და მეგობრების ღალატმა მძიმე დაღი დაუსვა არა მარტო ავტორთა გულებს.

გამორჩეული აღნიშვნის ღირსია, ამ უბედურებების ქარბორბალაში, პიროვნებები, რომლებიც არა მარტო ჩვენი თანამდგომნი იყვნენ, არამედ დახმარების ხელიც გამოგვიწოდეს.

მადლობას ვუძღვნით „საქკურორტის“ პრეზიდენტს ბატონ ზეზვა ღულუნიშვილს და ეკონომიკური განყოფილების უფროსს ბატონ ემზარ მორგოშიას მორალური და მატერიალური ხელშეწყობისათვის, პროფესორ ბატონ ნიკო ხატიაშვილს ლექსიკონის შექმნის იდეის მხარდაჭერისათვის, ქალბატონ ნინო ტყეშელაშვილს და ბატონ გიორგი მამუკაშვილს კომპიუტერული დახმარებისათვის.

ავტორები განსაკუთრებით მადლიერნი არიან და მუდამ ემახსოვრებათ ქალბატონი ლიალია შავიანიძის თავდადება და თვითგანწირვა ამ ლექსიკონის შექმნის უმძიმეს დროს.

საქართველოს კურორტოლოგიისა და ფიზიოთერაპიის
ინსტიტუტის წყალტუბოს ფილიალის დირექტორი

ოთარ შავიანიძე

ა

აბაზანა — ჰიგიენური და სამკურნალო-პროფილაქტიკური პროცედურაა, რომლის დროსაც ადამიანის სხეული, ან სხეულის ნაწილი თავსდება სათანადო ნივთიერებაში. გამოყოფენ **წყლის, ტალახის, ნაფტალანის, ქვიშის, ჰაერის ან კომბინირებულ აბაზანებს** (იხ.).

აბაზანა ადგილობრივი — სამკურნალო-პროფილაქტიკური ჰიდროპროცედურაა, რომლის დროსაც სხეულის ნაწილი, ზედა და ქვედა კიდურები, ან წელქვემოთ, თავსდება სათანადო შემადგენლობის და ტემპერატურის აბაზანაში. კიდურებისთვის შესაბამისად გამოიყენება საკნიანი (ორსაკნიანი და ოთხსაკნიანი) აბაზანა, წელსქვევით კი საჯდომი აბაზანა. ძირითადად ნაჩვენებია ძლიერ დასუსტებულ ავადმყოფებისათვის, როდესაც ზოგადი აბაზანის მიღება უკუნაჩვენებია.

აბაზანა არომატული — სამკურნალო-პროფილაქტიკური ჰიდროპროცედურაა, რომლის მიღების დროს, ადამიანის სხეულზე ზემოქმედებს სათანადო ტემპერატურის წყალი. წყალში განზავებული არომატული ნივთიერებები და გამოყოფილი სასიამოვნო სურნელი. მასტიმულირებელი მოქმედება აქვთ. მოსამზადებლად იყენებენ ეთეროვან ზეთებს, ან ექსტრაქტებს (ევკალიპტის, წიწვის, ხარისვარდას და სხვ.), რომლებსაც ანზავებენ აბაზანაში. იხ. **აბაზანა ევკალიპტის, წიწვის, ხარისვარდას.**

აბაზანა ბავშვის — ჰიგიენური და სამკურნალო-პროფილაქტიკური ჰიდროპროცედურაა, ბავშვთა ასაკის თავისებურებების გათვალისწინებით. მზარდი ორგანიზმის კანი მგრძნობიარეა ცივი და გრილი აბაზანების მიმართ, რაც განაპირობებს მისადმი უკუჩვენებას ბავშვთა ასაკში. ხოლო თბილი და ცხელი აბაზანები 1—2°C ნაკლები უნდა იყოს, ვიდრე მოზრდილთა ასაკში.

აბაზანა გამდინარე წყლის — აბაზანაა, რომელშიც წყალი მუდმივად ახლდება ანუ გამდინარეა, რაც იძლევა წყლის სტრუქტურის, ფიზიკურ-ქიმიური შემადგენლობის და ტემპერატურის შენარჩუნებას.

გამდინარე წყლის აბაზანები მოითხოვს წყლის დიდი რაოდენობით ხარჯვას (ერთ აბაზანაზე 1000—1500 ლ). გამოიყენება იშვიათად, მხოლოდ დიდი დებიტის წყაროების მქონე კურორტებზე (საქართველოში მხოლოდ წყალტუბოში).

აბაზანა გადავლებით და დაზელვით — (ნახევარაბაზანა) მიეკუთვნება კომბინირებულ აბაზანას, რომლის დროსაც ადამიანი წელსქვევით ზის თბილი წყლის აბაზანაში, ერთდროულად ხდება წყლის გადავლება სხეულის ზედა ნაწილზე შემდგომი დაზელვით.

აბაზანა გამღიზიანებელ ნივთიერებათა შემცველი — ჰიდროპროცედურაა, რომელიც მზადდება სათანადო ტემპერატურის წყალში გამაღიზიანებელი ნივთიერებების (სკიპიდარი, მდოგვი, სალიცილმჟავა და სხვ.) დამატებით. წყლის ჰიდროსტატიკური, ტემპერატურული თვისებები და გამღიზიანებელი ნივთიერებები იწვევენ ორგანიზმის აგზნებას. ძირითადად გამოიყენება **აბაზანა მდოგვის** (იხ.) და **სკიპიდარის** (იხ.).

აბაზანა გრიგალისებრი — კომბინირებული აბაზანების ნაირსახეობაა, რომლის მიღების დროს, თერმულ-ჰიდროსტატიკური ფაქტორების ზემოქმედება ძლიერდება წყლის მონოტონური წრიული მოძრაობით. ორგანიზმზე მატონიზირებელ-მასტიმულირებელი მოქმედება აქვს.

აბაზანა ევკალიპტის — მიეკუთვნება არომატულ აბაზანებს. მზადდება სათანადო ტემპერატურის წყალში ევკალიპტის ექსტრაქტის განზავებით. აქვს მატონიზირებელი მოქმედება.

აბაზანა ვიბრაციული — კომბინირებული აბაზანის ნაირსახეობაა, რომელიც წყლის აბაზანის და მექანიკურად შექმნილი ტალღის კომპლექსურ ზემოქმედებას ითვალისწინებს, მთელ სხეულზე ან სხეულის გარკვეულ ნაწილზე. აბაზანა ორგანიზმზე მატონიზებლად მოქმედებს.

აბაზანა ზღვის მარილის — იხ. **აბაზანა მარილის.**

აბაზანა თურქული — იხ. **აბანო.**

აბაზანა კომბინირებული — რთული ჰიდროპროცედურაა, რომლის მიღების დროს ორგანიზმზე წყლის ჰიდროსტატიკურ-თერმულ ფაქტორებთან ერთად მოქმედებს მექანიკური, ელექტრული ფაქტორების კომბინაცია. ახასიათებს მასტიმულებელ-მატონიზირებელი მოქმედება. იხ. აგრ. **აბაზანა გრიგალისებრი, ვიბრაციული, ჰიდროელექტრული, გადავლებით და დაზელვით, ჰაერიან-გაზიანი,**

აბაზანა კონტრასტული — ჰიდროპროცედურაა, რომლის დროსაც ადამიანის სხეული ან სხეულის ნაწილი მონაცვლეობით თავსდება გვერდი-გვერდ მყოფ, წყლის დაბალი (10—24°C) და მაღალი (38—42°C) ტემპერატურის აუზებში, იწვევს ორგანიზმის მატონიზირებელ-მასტიმულირებელ ეფექტს.

აბაზანა მარილის — ჰიდროპროცედურაა, რომლის დასამზადებლად სათანადო ტემპერატურის წყლის აბაზანაში იხსნება 3—9 კგ სუფრის ან ზღვის მარილი. მატონიზირებელი ეფექტი აქვს.

აბაზანა მდოგვის — მიეკუთვნება გამაღიზიანებელ ნივთიერებათა შემცველ აბაზანებს. მზადდება თბილი წყლის (38°C) აბაზანაში, რომელშიც ჩაუშვებენ დოლბანდის პარკში მოთავსებულ მდოგვს (1—2 გ/ლ წყალზე). იწვევს კანის სისხლძარღვების ძლიერ გამოხატულ სისხლსავსეობას.

აბაზანა მზის — იხ. **მზის აბაზანა.**

აბაზანა მინერალური — მარილების შემცველი წყლის, ბუნებრივი ან ხელოვნურად მომზადებული აბაზანა. წყლის მინერალიზაცია 1—150 გ/ლ და მეტი. იყენებენ სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით. იხ. აგრ. **წყალი მინერალური.**

აბაზანა ორთქლის — ზოგადი პროცედურაა, რომლის დროსაც ადამიანის სხეული თავსდება დახურულ აბაზანაში, ხოლო თავი იმყოფება გარეთ. აბაზანაში თანდათან მიეწოდება ორთქლი, წვრილი ძაგვების საშუალებით და აბაზანის შიდა ტემპერატურა აჰყავთ 45—50 °C.

აბაზანა ოთხსაკნიანი — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

აბაზანა ორსაკნიანი — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

აბაზანა რაპის — ბალნეოპროცედურაა, რომლისთვისაც გამოიყენება ლამის, მლაშე ტბების და ხელოვნური წყალსაცავების მარილიანი წყალი. მინერალიზაცია 10—35 გ/ლ. იხ. აგრ. **რაპა.**

აბაზანა საკნიანი — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

აბაზანა საჯდომი — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

აბაზანა სკიპიდარის — მიეკუთვნება გამაღიზიანებელ ნივთიერებათა შემცველ აბაზანებს. მზადდება გაწმენდილი ტერპენის ზეთის (სკიპიდარის ემულსიის) სათანადო ტემპერატურის წყალში განზავებით (15—60 მლ 200 ლ წყალზე).

აბაზანა სუბაქვალური — (ლათ. sub — ქვეშ; aqua — წყალი, წყალქვეშა) კომპლექსური ჰიდროპროცედურაა, რომლის დროსაც

სათანადო ტემპერატურის საჯდომ აბაზანაში, სპეციალური მოწყობილობის საშუალებით, აწარმოებენ ნაწლავების გამორეცხვას, სამკურნალო ხსნარებით ან მინერალური წყლით. ნაჩვენებია — ბუჭნაწლავის ტრაქტის, ღვიძლის და სანაღვლე გზების ზოგიერთი დაავადებების დროს.

აბაზანა სუფრის მარილის — იხ. **აბაზანა მარილის.**

აბაზანა ტალახის — იხ. **ტალახის აბაზანა.**

აბაზანა ტალახის განზავებული — იხ. **ტალახის განზავებული აბაზანა.**

აბაზანა ტალახის ზოგადი — იხ. **ტალახის ზოგადი აბაზანა.**

აბაზანა ტუტე-მარილიანი — ჰიდროპროცედურაა, მზადდება სათანადო ტემპერატურის წყლის აბაზანაში სუფრის ან ზღვის მარილის და სოდის განზავებით. იხ. აგრ. **აბაზანა მარილის, აბაზანა ტუტიანი.**

აბაზანა ტუტიანი — ჰიდროპროცედურაა, რომელიც მზადდება სათანადო ტემპერატურის წყლის აბაზანაში სოდის (300—500 გ სოდა 200 ლ წყალში) განზავებით.

აბაზანა ქაფიანი — იხ. **აბაზანა ჰაეროვანი.**

აბაზანა წიწვის — მიეკუთვნება არომატულ ჰიდროპროცედურებს. მზადდება სათანადო ტემპერატურის წყლის აბაზანაში წიწვის თხევადი ექსტრაქტის ან წიწვის გამოხდის შედეგად მიღებული ეთეროვანი ზეთის დამატებით. მოქმედებს მატონიზებლად.

აბაზანა ხარისვარდას — მიეკუთვნება არომატულ ჰიდროპროცედურებს. მზადდება სათანადო ტემპერატურის წყლის აბაზანაში, ხარისვარდას თხევადი კონდენსატის დამატებით. იწვევს მატონიზებელ მოქმედებას.

აბაზანა ჰაერიან-გაზიანი — (რუს. ე. წ. — жемчужная ванна) მიეკუთვნება გაზიან აბაზანებს, რომლის მიღების დროსაც სათანადო ტემპერატურის წყლის აბაზანის ფსკერზე განლაგებული მილიდან, მრავალრიცხოვანი ნახვრეტების საშუალებით, 0.5—1.5 ატმ. წნევით გამოდის დატუმბული ჰაერი. გამოყოფილი გაზის ბუშტუკების ნაკადის და წყლის თბოტევადობის სხვაობა ჰქმნის ტემპერატურულ კონტრასტს და კანთან შეხებისას იწვევს სასიამოვნო გაღიზიანებას. მატონიზებელი მოქმედება აქვს.

აბაზანა ჰაერის — იხ. **ჰაერის აბაზანა.**

აბაზანა ჰაეროვანი — (ქაფიანი) წარმოადგენს მცირე რაოდენობის თერმულ წყალში (38°C) კარგად აქაფებული საპონინებით შევსებულ აბაზანას, რომელიც კარგად ინარჩუნებს სითბოს.

აბაზანა ჰიდროელექტრული — მიეკუთვნება კომბინირებულ აბაზანებს. ითვალისწინებს წყლის ფიზიკურ-ქიმიური ფაქტორების და აბაზანის კედლებზე დამაგრებული მეტალის ფირფიტებიდან გატარებული მუდმივი დენის კომპლექსურ ზემოქმედებას ორგანიზმზე.

აბანო — სპეციალურად მოწყობილი ნაგებობა (სათავსო), რომლის დანიშნულებაა ჰიგიენური, პროფილაქტიკური და ნაწილობრივ სამკურნალო. გამოყოფენ ორი ტიპის: ორთქლის აბანო (რუსული) — ხასიათდება შედარებით დაბალი ტემპერატურით (45—60°C) და მაღალი სინოტივით (90—100%); და მშრალჰაეროვანი აბანო (ფინური ანუ საუნა, თურქული) — მაღალი ტემპერატურით (90—120°C) და დაბალი სინოტივით (10—15%).

აბანო თურქული — იხ. **აბანო.**
აბანო მშრალჰაეროვანი — იხ. **აბანო.**
აბანო ორთქლის — იხ. **აბანო.**
აბანო რუსული — იხ. **აბანო.**
აბანო ფინური — იხ. **აბანო.**

აბასთუმანი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ბორჯომიდან 75 კმ-დაშორებით. ზღვის დონიდან 1260—1340 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული მშრალი. ზამთარი ზომიერად რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ზომიერად თბილი. ივლისის საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 626 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 50%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1967 სთ წელიწადში. მთის, წიწვოვანი ტყის სუფთა ჰაერი, ზომიერად მშრალი ჰავა, მზიანი დღეების სიუხვე, ტუბერკულოზის მკურნალობის ძირითადი ფაქტორებია. მოიპოვება ცხელი (ჰიპერთერმული), სუსტად მინერალიზებული, ტუტე-რეაქციის, სულფიდურ-ქლორიდული, კალციუმ-ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავას შემცველი (83 მგ/ლ) მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ H_2SiO_3 + HSiO_3\ 0.083\ M\ 0.6\ \frac{Cl\ 49\ SO_4\ 38}{(Na+K)\ 83\ Ca\ 34}$$

$$T\ 50°C\ pH\ 8.8$$

დებიტი 1 მლნ ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.4—0.6 გ/ლ. წყაროები ძირითადათ განსხვავდებიან წყლის სხვადასხვა ტემპერატურით: გოლიათის 50°C, გველის 42°C, სურავანდის 39°C.

უნიკალური ჰავა ნაჩვენებია ფილტვის ტუბერკულოზის, განვითარების ყველა ფაზაში (შორს წასული პროცესის გარდა), პნევმოპლევრიტის და ლიმფადენიტის ქრონიკული და მწვავე ფორმის დროს. მინერალური წყაროები გამოიყენება აბაზანების სახით ძვალსახსროვანი, პერიფერიული ნერვული და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

აგარაკი — დასასვენებელი საცხოვრებელი სახლი, შესატყვისი კლიმატურ და დასვენებისათვის საჭირო პირობების მქონე სააგარაკო ადგილას.

აგუძერა — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. სოხუმიდან 12 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. საშუალო წლიური ტემპერატურა 15°C. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1550 მმ წელიწადში. საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 21-20 სთ წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—26°C. სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით ინიშნება აეროჰელიოთალასოთერაპია. ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული და სასუნთქი სისტემების დაავადებები (გარდა ტუბერკულოზისა).

ადაპტაცია — (ლათ. adaptatio — შეგუება) ორგანიზმის და მისი ორგანოების ფუნქციების გარემო პირობებთან შეგუების პროცესი.

ადაპტაცია ფიზიოლოგიური — ფიზიოლოგიური რეაქციების ერთობლიობა, რომლებიც ხელს უწყობს ორგანიზმის შინაგან გარემოს მუდმივად მერყევი ჰომეოსტაზის შენარჩუნებას.

ადაპტაციური სინდრომი — ორგანიზმში წარმოქმნილი დაცვითი რეაქციების რთული კომპლექსური პროცესები, რომლებიც წარმოიშობა ხანგრძლივად და ძლიერად მომქმედი, შინაგანი და გარეგანი, გამღიზიანებლების გავლენით.

აერარიუმი — (ბერძნ. aer — ჰაერი) სპეციალურად მოწყობილი აივანი (ფარდული), რომელიც მზის სხივებიდანაა დაცული და გამოიყენება **ჰაერის აბაზანის** (იხ.) მისაღებად.

აეროზოლი — (ბერძნ. aer — ჰაერი; ლათ. solutio — ხსნარი) დისპერსული სისტემაა, რომელიც წარმოადგენს, ჰაერში ან გაზში, შეწონილ მდგომარეობაში მყოფ, მყარ ან თხევად, ნაწილაკების ნაკრებს. აწონილი ნაწილაკების ზომის მიხედვით გამოყოფენ აეროზოლის ხუთ ნაირსახეობას: 1. მაღალდისპერსიული (ნაწილაკების ზომა 0.5—5 მკმ); 2. საშუალოდისპერსიული (2—25 მკმ); 3. დაბალდისპერსიული (25—100 მკმ): 4. წვრილწვეთოვანი (100—250 მკმ); 5. მსხვილწვეთოვანი (250—400 მკმ).

აეროზოლი მედიკამენტური — დისპერსული სისტემაა, რომელშიც შეწონილ ნაწილაკებს წარმოადგენს მედიკამენტური საშუალებები. იხ. აგრ. **აეროზოლი.**

აეროზოლთერაპია — მკურნალობის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების (მედიკამენტების) აეროზოლის სახით ორგანიზმში შეყვანას. (იხ. აგრ. **აეროზოლი, აეროზოლი მედიკამენტური, აეროზოლური ხელსაწყო, ელექტროაეროზოლთერაპია.**

აეროზოლური ხელსაწყო — თერმომექანიკური აეროზოლის წარმომქმნელი და გასაფრქვევი ხელსაწყოა.

აეროთერაპია — (ბერძნ. aer — ჰაერი, therapeia — მკურნალობა) სამკურნალო-პროფილაქტიკური და გაკაჟების მიზნით სუფთა ჰაერზე ყოფნის (მოსვენებულ ან მოძრავ მდგომარეობაში), ღია ცის ქვეშ ძილის, **ჰაერის აბაზანების** (იხ.) გამოყენება.

აეროიონები — იხ. **აეროიონოთერაპია.**

აეროიონიზატორი — ჰაერის ხელოვნური იონიზაციის ხელსაწყო. გამოყოფენ შემდეგი ტიპის აეროიონიზატორებს: 1. ელექტროაეროიონიზატორი; 2. ჰიდროდინამიური; 3. რადიოიზოტოპური; 4. თერმოელექტრული; 5. ულტრაიისფერი; 6. კომბინირებული.

აეროიონიზაცია — პროცესი, რომელიც ითვალისწინებს ატმოსფეროს შემადგენელი გაზების იონიზაციას.

აეროიონოთერაპია — (ბერძნ. aer — ჰაერი, იონი და therapeia — მკურნალობა) ფიზიოთერაპიის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს აირის ან წყლის დამუხტული მოლეკულების—იონების (აეროიონების კომპლექსი და ჰიდროაეროიონების) ორგანიზმზე ზემოქმედებას. იონები კანთან და ლორწოვანთან შეხებისას განიმუხტებიან. ქსოვილებში ჩნდება დადებითი ან უარყოფითი მუხტები, რომელიც აღიზიანებს კანის და ლორწოვანის რეცეპტორებს. რეფლექტორული

ეფექტი აქვს. ნაჩვენებია ზედა სასუნთქი გზების და ჰერას ღრუს დაავადებების დროს.

აეროსოლარიუმი — (ბერძნ. aer — ჰაერი, ლათ. solarium — ტერასა, ბრტყელი სახურავი) სპეციალურად მოწყობილი ადგილი ან სათავსო, სადაც შექმნილია პირობები კლიმატური ფაქტორების (იხ.) სამკურნალოდ გამოყენებისათვის.

აეროფიტოთერაპია — (ლათ. aer — ჰაერი, ბერძნ. phyton — მცენარე და მკურნალობა) კლიმატოთერაპიის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით, მცენარეების მიერ გამოყოფილ აქროლადი ნივთიერებებით მდიდარი ჰაერის სამკურნალოდ გამოყენებას.

აეროფოტარიუმი — ნაგებობა, სადაც თავისუფლად შეღწეული სუფთა ჰაერი და მზის სხივები გამოიყენება პროცედურების ჩასატარებლად.

აეროჰელიოთერაპია — კლიმატოთერაპიის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს სუფთა ჰაერით და მზის სხივებით ორგანიზმზე ზემოქმედებას სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით. იხ. აგრ. **აეროთერაპია, ჰელიოთერაპია.**

ავადჰარა — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. გაგრიდან 90 კმ და გუდაუთიდან 75 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1650 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ზომიერად რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 7°C. ზაფხული ზომიერად გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 14°C. ნალექების რაოდენობა 2500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 80%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1900 სთ წელიწადში. ჰაერი სუფთა, მდიდარია წიწვის არომატული აირებით. ხშირია ქარი. მთის კლიმატი ნაჩვენებია სასუნთქი ორგანოების (არატუბერკულოზური ხასიათის), ნერვულ და გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების დროს. მოიპოვება მცირე მინერალიზაციის, ცივი, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი და კალიუმ-მაგნიუმიანი, დარიშხანის, კაჟოვანმჟავას და ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებების შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 600 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 7 გ/ლ. ტემპერატურა 11°C. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით „ავადჰარას“ სახელწოდებით. ნაჩვენებია სასმელად კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

„ავადჰარა“ — სამკურნალო და სუფრის სასმელი, მცირე მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმ-კალციუმიანი, დარიშხანის (1.3 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით ქ. გუდაუთაში.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.6\ H_3ASO_4\ 0.013\ M\ 7.0\ \frac{HCO_3\ 98\ Cl\ 2}{(Na+K)82\ Ca\ 12}\ T-11^{\circ}C\ pH\ 6.5$$

დებიტი 150—450 ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 7 გ/ლ. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლის, შარდსადენი გზების, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების და ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის სამკურნალოდ.

აზოტიან-კაჟოვანი თერმები — იხ. **წყალი აზოტიან-კაჟოვანი თერმული.**

აკლიმატიზაცია — (ლათ. a, ad-ზე, თან; ბერძნ. klima — კლიმატი) შეგუების ხანგრძლივად მიმდინარე სოციალურ-ბიოლოგიური პროცესი, რომელიც დამოკიდებულია კლიმატურ, ბუნებრივ, სოციალურ-ეკონომიკურ, ჰიგიენურ და ფსიქოლოგიურ ფაქტორებზე. სრული აკლიმატიზაციის პერიოდი ერთ წლამდე გრძელდება.

აკროთერმები — იხ. **წყალი აზოტიან-კაჟოვანი თერმული.**

აკუპუნქტურა — (ლათ. acus — ნემსი; punctura — ჩხვლეტა) სინ. მკურნალობა ნემსით ჩხვლეტით, ნემსოთერაპია, ჩინეზიუ თერაპია] რეფლექსოთერაპიის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს ორგანიზმის გარკვეულ ბიოლოგიურად აქტიურ წერტილებზე და ზონებზე, ნემსის ჩხვლეტით, სამკურნალო მიზნით ზემოქმედებას.

აკუპუნქტურა ელექტრული დენით — იხ. **ელექტროაკუპუნქტურა.**

ალფა-თერაპია — სხივური თერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც სამკურნალო მიზნით გამოიყენება ალფა-გამოსხივება. ორგანიზმზე ზემოქმედებისას აღინიშნება ქსოვილების იონიზაცია, ჟანგბადის წარმოქმნა და ჟანგვითი რეაქციების აქტივირება. გამოიყენება როგორც ზოგადი, ისევე ადგილობრივი დასხივება. ზოგადი ალფა-თერაპიისათვის, გამომსხივებელ წყაროდ, ძირითადად გამოიყენება რადონი და მისი ნახევარდაშლის პროდუქტები. რადონის პროცედურებს მიეკუთვნება ზოგადი და ადგილობრივი აბაზანები, რა-

დონიანი ჰაერის აბაზანები, რადონის სასმელი წყალი, რადონის წყლით მორწყვები და მიკროკლიზმები. ეფექტის მისაღებად საკმარისია გამოსხივების ძალზე მცირე დოზები. სამკურნალოდ გამოიყენება ბუნებრივი რადონული წყლები, რომლებიც მთელ რიგ კურორტებზე მოიპოვება (ბელაკურიხა, წყალტუბო, ხმელნიკი და სხვ.) და ბუნებრივი **რადიუმანატორიუმები.** (იხ.). ხელოვნურად მზადდება რადიუმის შემცველი ხსნარები. ინიშნება ცენტრალური და პერიფერიული ნერვული სისტემის მოშლილობების ენდოკრინული დარღვევების, ძვალ-სახსროვანი, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის, გინეკოლოგიური დაავადებების, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის და სხვ. სამკურნალოდ. ადგილობრივი დასხივებისათვის იყენებენ ტორნით (Th^{228}_{90}) დამტვერილ აპლიკატორებს, რომლებსაც დაზიანების ადგილას ამაგრებენ განსაზღვრული დროით. ახასიათებს ტკივილგამაყუჩებელი, ანთების და ქავილსაწინააღმდეგო მოქმედება.

ამაღლება — ბალნეოლოგური კურორტი. ვანიდან 9 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. ზაფხული ცხელი ნოტიო. ნალექების რაოდენობა 1600—1800 მმ წელიწადში. ხშირია ქარები. მოიპოვება საშუალო მინერალიზაციის, ცხელი (ჰიპერთერმული 41°C), ნეიტრალური რეაქციის, ნახშირმჟავა-ქლორიდულ-ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავის შემცველი (50 მგ/ლ) მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 0.88\ H_2SiO_3\ 0.05 H_2S + HS\ 0.008\ M\ 10.2 \frac{Cl\ 84\ HCO_3\ 16}{(Na+K)\ 72\ Ca\ 16}$$

$$T - 41°C\ pH\ 6.9$$

დებეტი 350—400 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 9.4—10,2 გ/ლ. გამოიყენება აბაზანების სახით, საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიული ნერვიული სისტემის, კანის, გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

ამინდი — ატმოსფეროს მდგომარეობა, დროის გარკვეულ მომენტსა თუ პერიოდში, რომელიც დამოკიდებულია მეტეოროლოგიურ ელემენტთა ერთობლიობაზე: მზის რადიაციაზე, ატმოსფეროში მიმდინარე ფიზიკურ პროცესებზე, დედამიწის რელიეფზე, მცენარეულ საფარზე, მიწის გრუნტზე.

ამპლიპულსთერაპია — (იმპულსური დენებით მკურნალობა) ელექტროთერაპიის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს ორგანიზმზე სინუსოიდური მოდულირებული დენებით ზემოქმედებას (ანუ დენის ამპლიტუდური პულსაციებით მკურნალობა). ძირითადათ გამოიყენება, მაღალი სიხშირის ცვლადი სინუსური დენის (2—5 kHz), დაბალი სიხშირის დენებით (10—150 Hz) მოდულაციის შედეგად წარმოქმნილი საბაზო დენი სიხშირით 5000 Hz. საბაზო სიხშირე, შემდგომ სამი ტიპის მოდულირებას განიცდის და ჰქმნის ოთხი ტიპის სამუშაო რეჟიმს: 1 ტიპი — უწყვეტი რეჟიმი; 2 ტიპი — მონაცვლეობა მოდულირებული დენის პაუზებთან; 3 ტიპი — მონაცვლეობა მოდულირებული და არამოდულირებული სიხშირეების; 4 ტიპი — დენების მონაცვლეობა სხვადასხვა სიხშირის მოდულაციით. ძირითადი მომქმედი ფაქტორია მოდულირებული დენებით, ქსოვილების იმპულსური გაღიზიანება, რაც იწვევს კუნთების სტიმულაციას, სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებას, კოლატერალური მიმოქცევის განვითარებას, აქვს ანტისპასტიკური და ტკივილგამაყუჩებელი მოქმედება. ნაჩვენებია პერიფერიულნერვული სისტემის (რადიკულარული სინდრომებით), გულ-სისხლძარღვთა, საჭმლის მომნელებელი, ძვალ-სახსროვანი, სუნთქვის სისტემის, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის, გინეკოლოგიური დაავადებების, იმპოტენციის, თირკმლების კენჭოვანი დაავადების დროს.

ანაკლია — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ზუგდიდიდან 30 კმ დაშორებით. ჰავა ზღვის სუბტროპიკული ნოტიო. საშუალო წლიური ტემპერატურა 14°C. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1500 მმ წელიწადში. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 სთ წელიწადში. რბილი ჰავა გამოიყენება სასუნთქი სისტემის არატუბერკულოზური ხასიათის დაავადებების სამკურნალოდ, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში.

აპლიკაცია ტალახის — იხ. **ტალახის აპლიკაცია.**

აპლიკაცია ტალახის ადგილობრივი — იხ. **ტალახის ადგილობრივი აპლიკაცია.**

აპლიკაცია ტალახის ზოგადი — იხ. **ტალახის ზოგადი აპლიკაცია.**

არომატული აბაზანა — იხ. **აბაზანა არომატული.**

არხილოსკალო — დაბალმთიანი კლიმატური კურორტი. ნინოწმინდიდან 35 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 680 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად მშრალი. ზამთარი რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული მშრალი ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 55—64%. ხშირია მზიანი დღეების სიუხვე. შუადღისას იცის სტეპის სუსტი მშრალი ქარები, რომლებიც დაბალ ტენიანობასთან ერთად ხელს უწყობს ადამიანის კანიდან წყლის ინტენსიურ აორთქლებას და სითბოს გაცემას. ეს განაპირობებს კურორტის პროფილს. ნაჩვენებია თირკმლების დაავადებების სამკურნალოდ.

ასპინძა — ბალნეოლოგიური და საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ახალციხედან 34 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1000 მ სიმაღლეზე. ჰავა მთის სტეპის. საშუალო წლიური ტემპერატურა 9°C. ზამთარი ზომიერად რბილი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 500 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცხელი (ჰიპერთერმული) გოგირდწყალბადიანი ქლორიდულ-ნატრიუმ-კალციუმიანი, კაჟოვანმჟავას (40—45 მგ/ლ) და სულფიდების (3.5—4.0 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 0.5 მლ ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.8—1.0 გ/ლ. ტემპერატურა 41—42°C. გამოიყენება აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის, გინეკოლოგიური და კანის დაავადებების სამკურნალოდ.

ატმოსფერო — (ბერძნ. atmos — ორთქლი, sphaira — მრგვალი, ირგვლივ) დედამიწის ირგვლივ მდებარე ჰაერის გარსი.

ატმოსფერული მოვლენები — მიეკუთვნება **ღრუბლიანობა** (იხ.), **ატმოსფერული ნალექები** (იხ.), **ქარი** (იხ.).

ატმოსფერული ნალექები — თხევადი ან მყარი სახით, დედამიწის ზედაპირზე, ატმოსფეროდან მოსული წყალი. ნალექების რაოდენობის გასაზომად, წყალი გროვდება, დედამიწის ზედაპირზე სპეციალურ რეზერვუარში, უდანაკარგოდ, გაჟონვის და აორთქლების გარეშე, დროის გარკვეულ შუალედში (საათის, დღე-ღამის, თვის ან წლის განმავლობაში). იზომება მილიმეტრებში.

ატმოსფერული ფაქტორები — ატმოსფეროს ფენებში პერიოდულად ან მუდმივად მიმდინარე, ფიზიკურ-ქიმიური მოვლენები. გა-

მოყოფენ სამ ძირითად ჯგუფს: 1. მეტეოროლოგიური ანუ ქიმიური და ფიზიკური; 2. რადიაციული ანუ კოსმოსური და მზის გამოსხივება; 3. ტელურული ანუ მიწისმიერი გამოსხივება. იხ. **ატმოსფერული ფაქტორები მეტეოროლოგიური, გამოსხივება, მზის გამოსხივება.**

ატმოსფერული ფაქტორები მეტეოროლოგიური — მიეკუთვნება ქიმიური [ჰაერის გაზები და მრავალგვარი მინარევი (იხ. **ჰაერი**)] და ფიზიკური [**ტემპერატურა ჰაერის** (იხ.), **ატმოსფერული წნევა** (იხ.), **ჰაერის ტენიანობა** (იხ.)] ფაქტორები, ასევე ატმოსფერული მოვლენები [**ღრუბლიანობა** (იხ.), **ნალექები** (იხ.), **ქარი** (იხ.)].

ატმოსფერული წნევა — ჰაერის საშუალო ზეწოლა, ზღვის დონეზე, 0°C, რომელიც უდრის ვერცხლის წყლის სვეტის 760 მმ ან 1013 mBar. ყოველ 11 მ სიმაღლის მომატებაზე, წნევა კლებულობს 1 მმ ვწყ.სვ. ატმოსფერული წნევის მაჩვენებლები მერყეევია და დაკავშირებულია ამინდის ცვალებადობასთან.

აუზი — (არაბ. ჰავზ — წყალსაცავი) გარკვეული ტემპერატურის, მტკნარი ან მინერალური წყლის წყალსაცავი, რომელიც გამოიყენება სპორტული თამაშობების ან სამკურნალო პროცედურების ჩასატარებლად (სამკურნალო ვარჯიში, ხერხემლის და კიდურების გაჭიმვა, მექანოთერაპია, დოზირებული ცურვა).

ახალდაბა — დაბალმთიანი კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ბორჯომიდან 12 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 760 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი რბილი მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 2°C. ზაფხული ზომიერად მშრალი თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 613 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 სთ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, თერმული, აზოტიანი ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავის (62 მგ/ლ) და გოგირდის (5 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 500 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.20—0.26 გ/ლ. ტემპერატურა 32.5—44.8°C. კლიმატოთერაპია ნაჩვენებია ბავშვთა სასუნთქი ორგანოების ქრონიკული, ხოლო მინერალური წყალი აბაზანების სახით — საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის დაავადებების დროს.

ახალი ათონი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. სოხუმიდან 18 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 80 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 24—26°C. სამკურნალოდ გამოიყენება რბილი ჰავა, აეროჰელიოთლასოთერაპიის სახით. ახალი ათონიდან 8 კმ დაშორებით, ბურღილით მიიღება სუსტად მინერალიზებული, გრილი (სუბთერმული) სუსტად სულფიდური აზოტის მეთანის ნატრიუმის ქლორიდული კალციუმის მინერალური წყალი. დებიტი 30 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3.0—5.5 გ/ლ. ტემპერატურა 23°C. შესაძლოა წყლის გამოყენება აბაზანების სახით.

ახალციხე — ბალნეოლოგიური კურორტი. თბილისიდან 214 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1000 მ სიმაღლეზე. ჰავა მთის სტეპის, ზომიერად მშრალი. ზამთარი რბილი მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 400—600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მოიპოვება მცირე მინერალიზაციის, თბილი (თერმული) ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატული, მაგნიუმ-ნატრიუმიანი, კაჟოვან-მჟავას შემცველი (80 მგ/ლ) მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.2\ (H_2SiO_3+HSiO_3)\ 0.08\ M\ 6.0\ \frac{HCO_3\ 90\ SO_4\ 6}{Mg\ 59\ (Na+K)\ 34}$$

$$T-38°C$$

დებიტი 500 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 6 გ/ლ. ტემპერატურა 38°C. იყენებენ აბაზანების სახით, საყრდენ-მამოძრავებელი და პერიფერიული ნერვული სისტემის, გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ. სასმელად კუჭ-ნაწლავის ქრონიკულ დაავადებების დროს.

ახტალა — პელოიდოთერაპიული კურორტი, გურჯაანში. თბილისიდან 122 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 412 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად კონტინენტური. საშუალო წლიური ტემპერატურა

12.5°C. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 1°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 700 მმ წელიწადში. მოიპოვება ფსევდო-ულკანური წარმოშობის ტალახი. იყენებენ საერთო და ადგილობრივი აპლიკაციების (39–44°C), ზოგადი და ადგილობრივი აბაზანების (36–38°C), ვაგინალური და რექტალური ტამპონების სახით (45–48°C). ნაჩვენებია ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიულ ნერვული, შარდსასქესო სისტემების დაავადების სამკურნალოდ.

ბ

ბაგიათი — ბალნეოლოგიური და საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ჯავიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1200 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად მშრალი. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 1000 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 საათი წელიწადში. კურორტის ტერიტორიაზე ჭარბობს შერეული ტყე. სამკურნალოდ იყენებენ რბილ ჰავას, სუნთქვის ორგანოების დაავადებების სამკურნალოდ. მოიპოვება სამი ტიპის წყალი: 1. სუსტი მინერალიზაციის, ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატულ-კალციუმ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 2—4 გ/ლ; მცირე მინერალიზაციის, ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატულ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაციით 5.0—6.5 გ/ლ; 3. მცირე მინერალიზაციის, ნახშირმჟავა-ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატულ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 6.5—10.5 გ/ლ. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებების სამკურნალოდ. ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატულ-კალციუმიან-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით „**ბაგიათი**“-ს (იხ.) სახელწოდებით.

„**ბაგიათი**“ — სუფრის სასმელი და სამკურნალო, საშუალო მინერალიზაციის, ნეიტრალური რეაქციის, ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.5\ M\ 10.3\ \frac{HCO_3\ 75\ Cl\ 24}{(Na+K)\ 88\ Ca\ 10}\ T-11^\circ\ pH\ 6.9$$

დებიტი 247 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 10.3 გ/ლ. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

ბავშვის აბაზანა — იხ. **აბაზანა ბავშვის.**

ბათუმი — ზღვისპირა კურორტი. თბილისიდან 350 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. საშუალო წლიური ტემპერატურა 15°C. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 7°C, ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ხშირია კოკისპირული წვიმები. ნალექების რაოდენობა 2760 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 80%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1958 სთ წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—26°C. ბათუმის სანაპიროსთან ზღვის წყალი გამოირჩევა მაღალი მინერალიზაციით. სამკურნალოდ ნაჩვენებია სასუნთქი გზების არატუბერკულოზური დაავადებები, გულ-სისხლძარღვთა (დაწყებით სტადიაში) და ნერვული სისტემის სნეულებანი.

ბაკურიანი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ბორჯომიდან 37 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1700 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკულ ნოტიოდან, ზომიერად ნოტიო კონტინენტურში გარდამავალი. საშუალო წლიური ტემპერატურა 4°C. ზამთარი ცივი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 7°C. ზაფხული ზომიერად გრილი, ხანგრძლივი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 15°C. ნალექების რაოდენობა 734 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 61%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2052 სთ წელიწადში. მთის სუფთა ჰაერი, გაჯერებული წიწოვანი აირებით, მზის სხივების სიუხვე ქმნის ხელსაყრელ პირობებს სუნთქვის ორგანოთა არატუბერკულოზური ხასიათის დაავადებების სამკურნალოდ, მათ შორის ბრონქიალური ასთმის, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში.

ბალნეოთერაპია — (ლათ. balneum — აბანო, ბანაობა; therapeia — მკურნალობა) ბუნებრივი ან ხელოვნურად მომზადებულ, სათანადო ტემპერატურის, მინერალური წყლის სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით (ძირითადად აბაზანების სახით) გამოყენება.

ბალნეოლოგია — (ლათ. balneum — აბანო, ბანაობა; logos — სწავლება) მედიცინის დარგში, რომელიც შეისწავლის მინერალური წყლების წარმოშობას, მათ ფიზიკურ და ქიმიურ თვისებებს, სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით გამოყენების მეთოდებს, სამედიცინო ჩვენებებს და უკუჩვენებებს.

ბალნეორეაქცია — ადამიანის ორგანოების და სისტემების საპასუხო ცვლილებები ბალნეოფაქტორების ზემოქმედებაზე.

ბალნეოტექნიკური ნაგებობები — სანიტარულ-ტექნიკური შენობა-ნაგებობები, რომელიც სათანადოდაა აღჭურვილი ხელსაწყო-დანადგარებით და უზრუნველყოფს ბალნეოფაქტორების (მინერალური წყლების და სამკურნალო ტალახების) სწორ გამოყენებას.

ბარი — (ბერძნ. baros — სიმძიმე) წნევის სისტემის ერთეული, რომელიც 10^5 ნ/მ^2-ის ტოლია. ეს სიდიდე ექვივალენტურია 750.08 მმ ვერცხლის წყლის სვეტის სიმაღლისა, 0°C ტემპერატურაზე, ზღვის დონეზე და 45°C განედზე. ატმოსფერული წნევის გასაზომად იხმარება წილობითი ერთეული — მილიბარი, რომელიც 0.001 ბ-ის ანუ 0.986 923$\times 10^{-3}$ ატმ ტოლია.

ბაროთერაპია — (ბერძნ. baros — სიმაღლე; therapeia—მკურნალობა) მომატებული ან შემცირებული ატმოსფერული წნევის, ან მათი მონაცვლეობის სამკურნალო ზემოქმედება, მთელ ორგანიზმზე ან ადგილობრივად. განსხვავებული ატმოსფერული წნევა იქმნება ხელოვნურად, **ბაროკამერა**-ში (იხ.). **ბაროთერაპია** იწვევს სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებას, დეპონირებული სისხლის გამოტანას, სისხლძარღვების გამტარიანობის გაუმჯობესებას, ქსოვილებში ჟანგვა-აღდგენითი პროცესების სტიმულირებას.

ბაროკამერა — (ბერძნ. baros — სიმაღლე; camera — თაღი, თაღიანი ოთახი) ჰერმეტული სათავსო, რომელშიც კომპრესორის საშუალებით იქმნება, ატმოსფერულზე მაღალი (კომპრესიული ბაროკამერა) ან დაბალი (ვაკუმიანი ბაროკამერა) წნევა.

ბარომეტრი — (ბერძნ. baros — სიმძიმე; metreo — ვზომავ) ატმოსფერული წნევის და მისი ცვალებადობის საზომი ხელსაწყო. არჩევენ ოთხი სახის ბარომეტრს: 1. სითხიანი; 2. მეტალის ანეროიდები; 3. გაზის; 4. თერმობარომეტრები ანუ ჰიფსოთერმომეტრები.

ბარომეტრული წნევა — ატმოსფეროს ზეწოლა კონკრეტულ ადგილას, გამოწვეული ჰაერის ნაწილაკების დედამიწის მიზიდულობით. ნორმალური წნევა უდრის 1 ატმოსფეროს და განისაზღვრება ატმოსფეროს ზეწოლით, რომელიც აწონასწორებს 760 მმ ვერცხლის წყლის სვეტს 0°C ტემპერატურაზე, ზღვის დონეზე და 45° განედზე. ამ პირობების დროს ატმოსფერო აწვება 1 სმ^2 ფართობს 1 კგ-ის ძალით. ბარომეტრული წნევა აგრეთვე იზომება მილიბარებში (მბ). 1 მბ უდრის 0.7501 მმ ვწყ. სვ. იხ. აგრ. **ბარი**.

ბარორეცეპტორები — ინტერორეცეპტორების ნაირსახეობაა, რომლებიც შეიგრძნობენ ღრუ-ორგანოების და სისხლძარღვების შიგთავსის კედლებზე ზეწოლას, ბარომეტრიული წნევის ცვლილებებსას.

ბახმარო — მაღალმთიანი კლიმატური კურორტი. ჩოხატაურიდან 40 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 2022 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ზომიერად გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 13°C. ნალექების რაოდენობა 1880 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 73%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1000 სთ. წელიწადში. კლიმატური თავისებურებები განპირობებულია. მთის და ზღვის ჰავის შერწყმით (ზღვის ნაპირამდე 50 კმ დაშორებით). მზის რადიაციის, განსაკუთრებით ულტრაიისფერი გამოსხივების, მაღალი ინტენსივობით. ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოთა არატუბერკულოზური ხასიათის დავადებები, სისხლნაკლებობა, ნევრასთენია, ლიმფადენიტი და სხვ.

ბერნარდის დენები — იმპულსური დენი (იხ.). რომელიც პირველად ფრანგმა ექიმმა P. Bernard-მა გამოიყენა სამკურნალოდ.

ბესლეთი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. სოხუმიდან 4 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1460 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2000 სთ წელიწადში. რბილი ჰავა და თბილი ზღვა გამოიყენება სამკურნალოდ. მოიპოვება ორი ტიპის მინერალური წყალი: 1. საშუალო და მაღალი მინერალიზაციის, თერმული (35.5—42.°C) სულფიდურ ქლორიდულ ნატრიუმიანი, მეთანის, ბრომის, იოდის, მაგნიუმის და სხვ. მიკროელემენტების შემცველი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 11—30 გ/ლ; 2. სუსტი მინერალიზაციის, აზოტურ ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ-სულფატურ კალციუმიან-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 1.3—2.0 გ/ლ. გამოიყენება აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

ბეშუმი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ბათუმიდან 140 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1850—1900 მ სიმაღ-

ლეზე. მდიდარია წიწვოვანი ტყით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი უხვთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 1100 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 72%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2000 სთ წელიწადში. ხშირია სუსტი ქარები. მკურნალობენ სუნთქვის ორგანოთა არატუბერკულოზურ დაავადებებს, ბავშვთა ასაკის სუნთქვის ორგანოების ქრონიკულ დაავადებებს, სისხლნაკლებობას.

ბია — ბალნეოლოგიური კურორტი. ხობიდან 8 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 30 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. საშუალო წლიური ტემპერატურა 13°C. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 4°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1600—1700 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2000 საათი წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული) ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატულ-ნატრიუმიანი, გოგირდწყალბადის შემცველი, (2—3 მგ/ლ) მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 0.7—1.0 გ/ლ. ტემპერატურა 18°C. იყენებენ აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი, ნერვული სისტემის, გინეკოლოგიური დაავადებების და ნივთიერებათა ცვლის მოშლის სამკურნალოდ.

ბიოდოზა — ბუნებრივი ან ხელოვნური ულტრაიისფერი დასხივების მინიმალური ხანგრძლივობა წუთებში, რომელიც კანის ზედაპირის სუსტ შეწითლებას **ერითემა**-ს (იხ.) იწვევს. ერითემა გამოვლინდება ინსოლაციის 8—12 სთ შემდეგ. ეს გარემოება გასათვალისწინებელია კანის დამწვრობის ასაცილებლად. ბიოდოზა დამოკიდებულია: კანის მგრძნობელობაზე, დასხივების ინტენსივობაზე, კანში პიგმენტის რაოდენობაზე, ანატომიურ მდებარეობაზე, სეზონზე. ბიოლოგიური ციკლები, რიგი დავადებები და მედიკამენტები აგრეთვე ცვლის ერითემის დროს. მაგალითად ინტენსიური დასხივების დროს ბიოდოზის დრო მოკლდება. კანი, რომელიც მდიდარია პიგმენტით, ნაკლებად მგრძნობიარეა დასხივების მიმართ, ხოლო ტანის კანი უფრო მგრძნობიარეა კიდურების კანზე. გაზაფხულზე მგრძნობელობა მაქსიმალურია, შემოდგომაზე — მინიმალური. იმატებს პრემენსტრუალურ და იკლებს პოსტმენსტრუალურ პერიოდში,

კანის მგრძნობელობა მატულობს ეკზემით, სინათლისმიერი დერმატიტით, წითელი მგლურით დაავადების დროს. სტრეპტოციდის, ნორსულფაზოლის, ქინაქინის, იოდის პრეპარატების მიღების დროს და სხვ.

ბიოდოზა მზის აბაზანის — მზით დასხივების ხანგრძლივობა, **მზის აბაზანის** (იხ.) მიღების დროს. დამოკიდებულია წელიწადის დროზე, ვინაიდან სხვადასხვა თვეებში მზის გამოსხივების ინტენსივობა დამოკიდებულია მზის მდებარეობაზე ჰორიზონტს ზემოთ. თუ მზის მდებარეობა 30°C-ზე ნაკლებია, **ერითემა** (იხ.) არ ვითარდება. დილით ან საღამოს საათებში, როდესაც მზის მდებარეობა ჰორიზონტს ზემოთ 15—20°C შეადგენს ულტრაიისფერი გამოსხივება მინიმალურია, იზრდება 11.00—13.00 სთ, როდესაც მზის მდებარეობა 70°C შეადგენს, შემდგომ კვლავ იკლებს და ამ დროს ჭარბობს მზის სითბური გამოსხივება. ზაფხულის თვეებში (ივნისი, ივლისი, აგვისტო) საშუალო ბიოდოზა 11.00—13.00 სთ უდრის 20—30 წუთს და დასხივების ხანგრძლივობა ამ საათებში სამჯერ ხანმოკლე უნდა იყოს, ვიდრე დილის ან საღამოს საათებში. იხ. აგრ. **ბიოდოზა, მზის აბაზანა.**

ბიუვეტი — ბალნეო-ტექნიკური ნაგებობა, სასმელად გამოსაყენებელ, მინერალური წყლის დედამიწის ზედაპირზე ამოსვლის ადგილას, რომელიც უზრუნველყოფს მინერალური წყლის თავისებურებების შენარჩუნებას და დაბინძურებისაგან დაცვას.

ბიჭვინთა — ზღვისპირა კურორტი. გაგრიდან 22 კმ და სოხუმიდან 90 კმ დაშორებით. როგორც ქართულ, ისევე ძველ ბერძნულზე ბიჭვინთა ფიჭვნარს ნიშნავს. ბიჭვინთის კონცხზე ეხლაც შემორჩენილია რელიქტური ფიჭვის კორომები, რაც განაპირობებს მიკროკლიმატის უნიკალურ თავისებურებებს. ჰავა სუბტროპიკული ზღვის ნოტიო. საშუალო წლიური ტემპერატურა 15°C. ზამთარი რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°. ნალექების რაოდენობა 1500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 78%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 სთ წელიწადში. ჰაერი სუფთა, გამჭვირვალე, გაჯერებულია ფიჭვის არომატით. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—26°C. მოიპოვება საპროპელის ტალახი ტორფი და თერმული სულფიდური მინერალური წყალი. სამკურნალოდ ნაჩვე-

ნებია სასუნთქი, გულ-სისხლძარღვთა და ნერვული სისტემის ფუნქციური დაავადებები.

„ბოლნისი“ — სუფრის სასმელი და სამკურნალო, მცირე მინერალიზაციის, ცივი, სუსტად მჟავე რეაქციის, კარბონატულ-ჰიდროკარბონატულ-სულფატური მაგნიუმ-ნატრიუმ-კალციუმიანი, კაჟოვანმჟავის (82 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 0.87H_2SiO_3 + HSiO_3\ 0.082\ M\ 6.6\frac{HCO_3\ 62.\ SO_4\ 28}{Mg\ 44(Na+K)\ 36\ Ca\ 20}$$

$$T — 17°C\ pH\ 6.5$$

დებიტი 356 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 6.6 გ/ლ. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლის, სანაღვლე გზების, შარდგამომყოფი ორგანოების დაავადებების და ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის დროს.

ბორის შემცველი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური ბორის შემცველი.**

ბორჯომი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. თბილისიდან 150 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 800—900 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად მშრალი. საშუალო წლიური ტემპერატურა 8°C. ზამთარი ზომიერად რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული ხანგრძლივი, თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 19°C. ნალექების რაოდენობა 659 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 55%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1850—1900 სთ წელიწადში. მოიპოვება უნიკალური ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. სხვადასხვა წყაროს წყლები განსხვავდება მინერალიზაციით: ცენტრალური მონაკვეთი — 6.0—6.5 გ/ლ, ლიკანის მონაკვეთი — 5.2—5.5 გ/ლ, ვაშლოვან-ყვიბისის მონაკვეთი — 7.0—7.5 გ/ლ. ნახშირორჟანგით მდიდარია ცენტრალური მონაკვეთის წყაროები — 95—98%, ხოლო ვაშლოვან-ყვიბისის ღარიბია — 50%-მდე. სხვაობაა ნახშირმჟავის კონცენტრაციაშიც: ცენტრალურ მონაკვეთზე — 1.0—1.5 გ/ლ და ვაშლოვან-ყვიბისის მონაკვეთზე 0.5 გ/ლ. შეიცავს ქლორს, ბრომს, ბარიუმს და სხვ. წყლის ტემპერატურა 17—38°C. ფუნქციონირებს

10-მდე კაპტაჟური ბურღილი, ჯამური დებიტი 0.7–1.0 მლ ლ/ჯერ-ღ.
ძირითადი წყაროების ფიზიკურ-ქიმიური შემადგენლობა:

ცენტრალური მონაკვეთის

$$CO_2\ 1.3\ M\ 7.0\ \frac{HCO_3\ 84\ Cl\ 15}{(Na+K)\ 84\ Ca\ 7}\ T-30°C\ pH\ 6.8$$

ლიკანის მონაკვეთის

$$CO_2\ 0.88\ M\ 5.6\ \frac{HCO_3\ 90\ Cl\ 10}{(Na+K)\ 76\ Mg\ 14}\ T-36°C\ pH\ 6.8$$

ვაშლოვან-კვიბისის მონაკვეთი

$$CO_2\ 0.52\ M\ 7.4\ \frac{HCO_3\ 84\ Cl\ 16}{(Na+K)\ 94\ Mg\ 2}\ T-40.5°C\ pH\ 6.8$$

გამოიყენება სასმელად, ნაწილობრივ აბაზანების, შხაპების, ინჰალაციების და სხვა ბალნეოპროცედურების სახით. მინერალური წყლით მკურნალობასთან ერთად ფართოდ გამოიყენება კლიმატო და ფიზიოთერაპია, ტალახით მკურნალობა. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლის და სანაღვლე გზების, საშარდე გზების, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებები, აგრეთვე ნივთიერებათა ცვლის მოშლის დროს.

„ბორჯომი“ — სუფრის სამკურნალო ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.3\ M\ 7.0\ \frac{HCO_3\ 84\ Cl\ 15}{(Na+K)\ 84\ Ca\ 7}\ T\ 30°C\ pH\ 6.8$$

იყენებენ საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების (ქრონიკული გასტრიტი, კუჭის და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადება, ღვიძლის და სანაღვლე გზების ქრონიკული დაავადებები, ქრონიკული კოლიტები და ენტერიტები) და ნივთიერებათა ცვლის ზოგიერთი მოშლილობის სამკურნალოდ. იხ. აგრ. **ბორჯომი.**

ბოფორტის სკალა — პირობითი დანაყოფებიანი სქემა, რომელიც ქარის სიძლიერის (სიჩქარის) ვიზუალური გამოხატვისათვის გამოიყენება.

ბრომიანი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური იოდ-ბრომიანი.**

ბუგეული — დაბალმთიანი ბალნეოლოგიური კურორტი. აბრო-ლაურიდან 12 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 550 მ სიმაღლეზე. კურორტის ტერიტორია მდიდარია ფოთლოვანი ტყით. ჰავა სუბ-ტროპიკული ნოტიო. ზამთარი რბილი მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული ძალიან თბილი. აგვის-ტოს საშუალო ტემპერატურა 22°C. ნალექების რაოდენობა 1075 მმ წელიწადში. მოიპოვება გოგირდწყალბადიანი — ჰიდროკარბონატუ-ლი-მაგნიუმ-კალციუმიანი (ნატრიუმ-მაგნიუმ-კალციუმიანი) მინე-რალური წყალი, გოგირდწყალბადის შემცველობით 4 მგ/ლ. დებიტი 10 ათასი ლ/დღ-ღ. გამოიყენება აბაზანების სახით, ძვალ-სახსრო-ვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ბ

ბაგრა — ზღვისპირა კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. სოხუმიდან 80 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 150 მ-მდე სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 8°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1340 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 76%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1830 სთ. წელიწადში. ზღვაში ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—26°C. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, ცხელი (ჰიპერთერმული 43°C), სუსტად ტუტე რეაქციის, აზოტური, სულფატური, კალციუმ-მაგნიუმიანი, გოგირდწყალბადის (27—34 მგ/ლ) და კაჟოვანმჟავას (76 მგ/ლ) შემცველი, მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური შემადგენლობა:

$$N_2\ H_2S\ 0{,}028\ H_2SiO_3\ \ 0.076\ M\ 2.2\ \frac{SO_4\ 77\ HCO_3\ 11}{Ca\ 56\ Mg\ 28}$$

$$T-43^{o}C\ \ pH\ 7.5$$

რბილ ჰავას და თბილ ზღვას იყენებენ გულ-სისხლძარღვთა, სასუნთქი და ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ. ხოლო მინერალური წყალი, აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების დროს.

გადავლება — ჰიდროპროცედურაა, რომლის დროსაც წარმოებს თბილი წყლით გადავლება ავადმყოფის სხეულის, გულმკერდის და ზურგის ზედაპირზე ან კიდურებზე რიგრიგობით, შემდგომი კანის დაზელვით (ღრუბლით ან ზეწრით, სრულ გაწითლებამდე. გამოყოფენ ზოგად და ადგილობრივ გადავლებას. ახასიათებს მატონიზებელ-მასტიმულებელი მოქმედება.

გაკაჟება — ორგანიზმზე ბუნებრივი ან პრეფორმირებული ფიზიკური ფაქტორებით ზემოქმედება, დაცვითი მექანიზმების ფუნქციონალური მდგომარეობის გაუმჯობესების მიზნით.

გალვანიზაცია — ელექტროთერაპიის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს ორგანიზმზე სამკურნალო მიზნით, კონტაქტური ელექტროდების საშუალებით, დაბალი ძაბვის (30—80 mV) და მცირე ძალის (50 mA-მდე) მუდმივი (გალვანური) დენით ზემოქმედებას. დენი ძირითადად ვრცელდება მცირე წინაღობის მქონე ქსოვილების გასწვრივ და ძირითადად იწვევს კანის რეცეპტორების გაღიზიანებას, ხოლო შემდგომ ქსოვილების ფიზიკურ-ქიმიურ ცვლილებებს. ზემოქმედების ადგილას ვითარდება ჰიპერემია, უმჯობესდება ნივთიერებათა ცვლა, ძლიერდება ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების გამოყოფა. რეცეპტორების გაღიზიანება იწვევს ნეირო-რეფლექტორულ ცენტრალურ მოქმედებას, აუმჯობესებს ნერვული სისტემის ფუნქციას, თავის ტვინის მიმოქცევას, აჩქარებს დაზიანებული ნერვული ქსოვილების აღდგენას. ნაჩვენებია ცენტრალური და პერიფერიული ნერვული სისტემის დაზიანების დროს. კუჭ-ნაწლავის, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის და ზოგიერთი ქრონიკული ანთებითი დაავადებების სამკურნალოდ.

გალვანოთერაპია — ელექტროთერაპიის ნაირსახეობაა და წარმოადგენს გალვანიზაციის პროცედურების კურსს. ძირითადად სამკურნალოდ გამოიყენება **ელექტროფორეზი** (იხ.). იხ. აგრ. **გალვანიზაცია.**

გალვანოიონოთერაპია — იხ. **ელექტროფორეზი.**

გამოსხივება — ნაკადი, რომელიც ენერგიის გადამტანია, აქვს სპეციფიური წარმოშობის წყარო და გარკვეული მიმართულება. გამოყოფენ ელექტრომაგნიტურ, კორპუსკულურ და გარემოს რხევით გამოწვეულ გამოსხივებას. იხ. **გამოსხივება ელექტრომაგნიტური, გამოსხივება გარემოს რხევით გამოწვეული, გამოსხივება კორპუსკულარული.**

გამოსხივება (რადიაცია) ატმოსფერული — მზის და კოსმიური სხივების ჯამური ნაკადი, რომელიც ატმოსფეროს ფენების გავლის შემდეგ აღწევს დედამიწის ზედაპირს. იხ. **გამოსხივება კოსმიური, გამოსხივება მზის.**

გამოსხივება გარემოს რხევით გამოწვეული — წარმოიქმნება გარკვეული სხეულის შეკუმშვა-გაფართოებით. ტალღების დიაპაზონი იყოფა სამ ჯგუფად: ბგერითი გამოსხივება — რომელიც ადამიანის

ყურით აღიქმება (16 Hz–20 kHz); ინფრაბგერა – 16 Hz და ნაკლები; ულტრაბგერა – 20 kHz ზემოთ. სამკურნალო მიზნით გამოიყენება მხოლოდ ულტრაბგერა.

გამოსხივება ელექტრომაგნიტური – დამუხტული ნაწილაკების (ატომების, მოლეკულების და სხვ.) ნაკადია. ტალღის სიგრძის და გამომსხივებელი წყაროს მიხედვით გამოყოფენ რენტგენის, **გამა** და ოპტიკურ (ინფრაწითელი, ხილული, ულტრაიისფერი) გამოსხივებებს.

გამოსხივება ინფრაწითელი – წარმოიქმნება ელექტრომაგნიტური გამოსხივების, ოპტიკურ (რადიოტალღებს და ხილულ გამოსხივებას შორის. ტალღის სიგრძე (760 nM–340 mkM), თვალით უხილავ, დიაპაზონში. ძირითადად გამოიყენება ინფრაწითელი სხივების სითბური ეფექტი, რომელიც აუმჯობესებს სისხლის მიმოქცევას, ცვლის პროცესებს და სხვ.

გამოსხივება კოსმიური – კორპუსკულური ნაკადის მაიონიზირებელი, კოსმიური წარმოშობის სხივები. გამოყოფენ სამ ჯგუფს: გალაქტიკურ კოსმიურ, მზის და დედამიწის (ტელურული) გამოსხივებას.

გამოსხივება კორპუსკულური – ატომური ნაწილაკების (ელექტრონების, პოზიტრონების, პროტონების, ნეიტრონების, ალფა-ნაწილაკების და სხვ.), ნაკადი, ატომის დაშლის შედეგად წარმოქმნილი. გამოიყენება ძირითადად დიაგნოსტიკური მიზნით და ონკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

გამოსხივება ლაზერული – იხ. **ლაზერის გამოსხივება.**

გამოსხივება მაიონიზირებელი – სხივური ნაკადების ჯგუფი, რომელიც ზემოქმედებისას, იწვევს ატომების და მოლეკულების იონიზაციას. მიეკუთვნება: ელექტრომაგნიტური, ალფა-ნაწილაკების, ელექტრონების, პოზიტრონების, პროტონების, ნეიტრონების და სხვა დამუხტული ან ნეიტრალური ნაწილაკების გამოსხივებას.

გამოსხივება მზის – მზიდან გამოსხივებული, ელექტრომაგნიტური და კორპუსკულური სხივების ჯამური ნაკადი. ტალღების სპექტრი 0.006–2300 nM. ფართოდ გამოიყენება სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით, ჰელიოკლიმატოთერაპიის სახით. იხ. აგრ. **გამოსხივება ელექტრომაგნიტური, გამოსხივება კორპუსკულური, ჰელიოთერაპია.**

გამოსხივება ოპტიკური – ნაკადი ელექტრომაგნიტური გამოსხივების სპექტრში, რადიოტალღების და რენტგენის სხივებს შორის.

ოპტიკური გამოსხივება იყოფა სამ ნაწილად: ინფრაწითელი (0.760–340 mkM), ხილული (760–340 nM), ულტრაიისფერი (400–180 nM). იხ. აგრ. **გამოსხივება ელექტრომაგნიტური.**

გამოსხივება ტელურული — მიწის მიერ გამოსხივებული ნაკადების ჯგუფი, რომელიც ძირითადად შედგება სითბური (ინფრაწითელი) და დედამიწის ზედაპირიდან არეკლილი კოსმიური სხივებიდან.

გამოსხივება ულტრაიისფერი — წარმოიშობა ელექტრომაგნიტური გამოსხივების, ოპტიკურ დიაპაზონში, ხილულ და ოპტიკურ სხივებს შორის. ტალღის სიგრძე 400–180 nM. სამედიცინო მოქმედების მიხედვით გამოყოფენ სამ ნაწილს: A – 400–315 nM; B – 315–280 nM; C – 280 nM-ზე ნაკლები.

გამოსხივება ხილული — წარმოიქმნება ელექტრომაგნიტური გამოსხივების, ოპტიკურ დიაპაზონში (ინფრაწითელ და ულტრაიისფერ სხივებს შორის). ტალღის სიგრძე – 760–400 nM. აღიქმება ადამიანის თვალით. გამოიყენება სინათლით მკურნალობის სახით და სითბური მოქმედება აქვს.

გამღიზიანებელ ნივთიერებათა შემცველი აბაზანა — იხ. **აბაზანა გამღიზიანებელ ნივთიერებათა შემცველი.**

განთიადი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. გაგრიდან 9 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 40 მ-მდე სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ძალიან თბილი ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 22°C. ნალექების რაოდენობა 1550 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 76%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 სთ. წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22–25°C. რბილი ჰავა და თბილი ზღვა ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული, სუნთქვის სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

გაჭიმვა სამედიცინო — სამკურნალო პროცედურაა, რომლის დროსაც წარმოებს ტანის, კიდურების, სახსარ-მყეს-კუნთოვან კომპლექსზე მექანიკური ზემოქმედება გაჭიმვის სახით, რაც იწვევს სახსრების ზედაპირების დაშორიშორებას, სახსრების კაპსულის, მყესები, კუნთების, სისხლძარღვების, ნერვების და სხვ. ქსოვილების დაჭიმვას. ეს აქვეითებს კუნთების დაძაბულობას, ხსნის კუნთების და იოგებისმიერ გამოწვეულ კონტრაქტურებს, აუმჯობესებს სისხ-

ლის მიმოქცევას. სახსრების და ხერხემლის მალების ზედაპირების დაშორიშორება ამცირებს ტკივილებს და ანთავისუფლებს ხერხემლის ნერვების არხებს, ხსნის ფესვურ სინდრომს. ხელს უშლის მალებშუა დისკოების პულპისმიერი თიაქრის უკუგანვითარებას. განასხვავებენ ჰორიზონტალურ და ვერტიკალურ გაჭიმვას, რომელიც დამოკიდებულია სხეულის მდებარეობაზე. მშრალს და წყალქვეშას (მტკნარ თერმულ ან მინერალურ წყალში). ბუდმივ და იმპულსურ. ძირითადად გამოიყენება ნერვული და ძვალ-სახსროვანი დაავადებების სამკურნალოდ.

გომისმთა — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ოზურგეთიდან 14 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1000 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, უხვთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 5°C. ზაფხული ზომიერად გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 13°C. ნალექების რაოდენობა 1600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75%. სუფთა ჰაერი, გაჯერებული წიწვოვანი აირებით, მზიანი დღეების სიუხვე, ნაჩვენებია სასუნთქი ორგანოების დაავადებების პროფილაქტიკისათვის და სამკურნალოდ.

გორიჯვარი — ბალნეოლოგიური კურორტი. გორიდან 2 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 800 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული მშრალი. ზამთარი რბილი, მცირე თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 1°C. ზაფხული ძალიან თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 22°C. ნალექების რაოდენობა 500 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, ცივი, სუსტად ტუტე რეაქციის, გოგირდწყალბადიანი, კარბონატულ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ H_2S+HS\ 0.058\ M\ 0.9\frac{(HCO_3+CO_2)\ 67\ SO_4\ 19}{(Na+K)\ 94\ Ca\ 4}$$

$$T\ 16°C\quad pH\ 8.1$$

დებიტი 60 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.9 გ/ლ. იყენებენ აბაზანების სახით, საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიული ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

გორმაღალი — ბალნეოლოგიური კურორტი. სამტრედიიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 200 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკუ-

ლი. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი, ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1526 მმ წელიწადში. მოიპოვება ქლორიდულ-სულფატური, ნატრიუმიანი მინერალური წყალი დებიტი 100 ათასი ლ/დღ-ღ. გამოიყენება აბაზანების სახით საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

გრიგოლეთი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ფოთიდან 12 კმ და ლანჩხუთიდან 25 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1750 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 79%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1980 საათი წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—24°C. რბილი ჰავა, თბილი ზღვა და მაგნიტური ქვიშა გამოიყენება კლიმატოთალასოფსამოთერაპიის სახით. სუნთქვის ორგანოების ტუბერკულოზის, ნერვული და საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

გუდაუთა — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. სოხუმიდან 37 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 10—40 მ-მდე სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1550 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 სთ. წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—24°C. რბილი ჰავა და თბილი ზღვა გამოიყენება კლიმატოთალასოთერაპიის სახით, გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული და სასუნთქი ორგანოების ფუნქციური დარღვევების სამკურნალოდ.

გუდაური — მაღალმთიანი კლიმატური კურორტი. ყაზბეგიდან 35 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 2197 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ცივი, მშრალი, მდგრადი თოვლის საბურველით. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —6°C. ზაფხული — გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 13°C. ნალექების რაოდენობა 1000 მმ წელიწადში. ხშირია მთა-ხეობის ქარი. სუფთა ჰაერი და

ალპური ლანდშაფტი ხელსაყრელია ზამთრის სპორტის სახეობებისათვის, სუნთქვის ორგანოების დაავადებების პროფილაქტიკისათვის.

გულრიფში — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. სოხუმიდან 10 კმ დაშორებით, ზღვის დონიდან 120 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1410 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 72%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 სთ წელიწადში. მკურნალობისათვის ნაჩვენებია ფილტვების აქტიური ტუბერკულოზი.

გუმისთა — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. სოხუმიდან 10 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ძალიან ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1550 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2120 სთ. წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა 22–24°C. რბილი ჰავა და თბილი ზღვა კლიმატოთალასოთერაპიის სახით ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული და სუნთქვის სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

დ

დაბა — დაბალმთიანი კლიმატური კურორტი, ბორჯომიდან 10 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 800 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი რბილი, მცირეთოვლანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. მდიდარია წიწვოვანი ტყით. რბილი კლიმატი კლიმატოთერაპიის სახით ნაჩვენებია სუნთქვის სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ, განსაკუთრებით ბავშვთა და მოზრდილთა ასაკში.

დაზელვა — ჰიდროპროცედურის ნაირსახეობაა, რომლის დროსაც გახდილ ავადმყოფს მჭიდროდ ახვევენ გრილ წყალში დასველებულ ზეწარში. სწრაფად და ენერგიულად ზელენ. შემდგომ კარგად ამშრალებენ. იყენებენ დასუსტებულ ავადმყოფებში. აქვს მატონიზირებელი, გამაჯანსაღებელი და სამკურნალო მოქმედება.

დარიშხანიანი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური დარიშხანოვანი.**

დარსონვალიზაცია — ფიზიოთერაპიული პროცედურაა, რომლის დროსაც ორგანიზმზე, ადგილობრივად ან ზოგადად, მოქმედებს მაღალი სიხშირის (110 და 440 kHz) მაღალი ძაბვის (20 kV) და სუსტი ძალის (0.02 mA) სინუსური ცვლადი დენი. იმპულსების სიხშირე და დენის ამპლიტუდა თანდათან იმატებს და იკლებს 50-ჯერ სეკუნდში. ზოგადი დარსონვალიზაციის დროს ადამიანის სხეული მოთავსებულია სოლენოიდში, რომელიც შეერთებულია რხევით კონტურთან და ორგანიზმში წარმოქმნის გრიგალისებურ დენებს. ეს ხელს უწყობს სისხლის შედედების და არტერიალური წნევის დაქვეითებას, თავის ტვინის სისხლძარღვების ტონუსის მოკლებას. ხსნის თავის ტკივილებს, აუმჯობესებს ძილს და შრომისუნარიანობას. ნაჩვენებია ნერვული სისტემის ფუნქციური დაავადებების დროს. ადგილობრივი დარსონვალიზაციის დროს მაღალი ძაბვა, ვაკუმური ელექტროდის საშუალებით ზემოქმედებს სხეულის ნაწილზე და იწვევს ნეირორეცეპტორების გაღიზიანებას. ხანგრძლივი ზემოქმედებისას ახასიათებს ბაქტერიოციდური მოქმედე-

ბა. იყენებენ კარდიონევროზების, ნევრალგიების, ქავილის, ვენების ვარიკოზული გაგანიერების, პარადონტოზის და სხვ. დაავადებების სამკურნალოდ.

დასვენება — ადამიანის მშვიდი ან აქტიური მდგომარეობა, რომელიც ხსნის დაღლას და ხელს უწყობს შრომის უნარიანობის აღდგენას.

დასვენების ზონა — იხ. **ზონა დასასვენებელი.**

დასხივება — ორგანიზმზე გამოსხივებული ენერგიით ზემოქმედება. გამოიყენება როგორც ბუნებრივი (მზის, კოსმიური, დედამიწის ქერქის ანუ ტელურული), ისევე ხელოვნური წყაროები (მაიონიზებელი გამოსხივება, ინფრაწითელი, ხილული, ულტრაიისფერი, ულტრაბგერითი, ლაზერული, ულტრამაღალი სიხშირის ტალღები და სხვ.). იყენებენ სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით.

დებიტი — (ფრ. debit — ხარჯი) სითხის ან აირის მოცულობა, რომელიც გამოდის ბუნებრივ ან ხელოვნურ წყაროდან დროის ერთეულში. ძირითადად გამოიყენება მინერალური წყლების რაოდენობის განსასაზღვრავად და იზომება ლიტრი/წამში, კუბური მეტრი/წამში ან ლიტრი/დღე-ღამეში.

დენით მკურნალობა — იხ. **ელექტროთერაპია.**

დეციმეტრულტალღოვანი თერაპია — (რუს. ДМВ — терапия ანუ дециметроволновая терапия) მიეკუთვნება მიკროტალღოვან თერაპიას, რომლის დროსაც ორგანიზმზე ზემოქმედებენ დეციმეტრული დიაპაზონის ტალღები, სიგრძით 69, 65, 63 სმ და სიხშირით 433, 460, 915 მჰ. მიკროტალღები შესაძლებელია კონცენტრირებულიყვნენ სინათლის მაგივრად სხივში, რაც შესაძლებელს ხდის მათ ლოკალიზებას სხეულის გარკვეულ ნაწილზე. დეციმეტრული ტალღები აღწევს ქსოვილებში 3—26 სმ სიღრმეზე. იწვევს სითბოს გამოყოფას, ფიზიკურ-ქიმიურ ცვლილებებს, მიკროცირკულაციის და მეტაბოლიზმის აქტივირებას. ნაჩვენებია ძვალ-სახსროვანი, გულსისხლძარღვთა, კუჭ-ნაწლავის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

დიადინამიური დენები — იმპულსური დენების ნაირსახეობაა, წარმოადგენს მუდმივი პოლარობის დენს, რომელიც იმპულსების სახით (50 და 100 Hz სიხშირით) მიეწოდება ობიექტს. გამოიყენება **დიადინამოთერაპიის (იხ.). სახით.**

დიადინამოელექტროფორეზი — ელექტროთერაპიის მეთოდია. ხასიათდება დიადინამიური დენების და მათი საშუალებით ორგანიზმში შეყვანილ მედიკამენტური ნივთიერებების კომპლექსური მოქმედებით (იხ.) **დიადინამოთერაპია, ელექტროფორეზი.**

დიადინამოთერაპია — ელექტროთერაპიის მეთოდია და იმპულსური დენებით მკურნალობას მიეკუთვნება. ითვალისწინებს ორგანიზმზე ორი ან მეტი ელექტროდების საშუალებით მუდმივი, დაბალი სიხშირის იმპულსური დენით, ერთად ან მონაცვლეობით, ზემოქმედებას. ახასიათებს როგორც ადგილობრივი (მიმოქცევის გაუმჯობესება), ისევე ზოგადი რეფლექტორული ეფექტი. ნაჩვენებია ადგილობრივი სისხლის მიმოქცევის დარღვევის დროს, პერიფერიულ ნერვული, ძვალ-სახსროვანი, კუჭ-ნაწლავის, გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ. იხ. **დიადინამიური დენები, იმპულსური დენები.**

დიათერმია — (ბერძნ. dia — ვატარებ, შემყავს; therme — სითბო) სინ.: ენდოთერაპია, თერმოთერაპია. ელექტროთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც ორგანიზმზე მოქმედებს მაღალი სიხშირის და დიდი ძაბვის ცვლადი დენი. იწვევს ქსოვილების გახურებას. თანამედროვე მედიცინაში არ გამოიყენება. სანაცვლოდ იყენებენ უფრო ეფექტურ და მოსახერხებელ **ინდუქტოთერმიას** (იხ.) ან **მიკროტალღურ თერაპიას** (იხ.).

დიდი მიტარბი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატო-ბალნეოლოგიური საკურორტო ადგილი. ბორჯომიდან 36 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1480 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი ცივი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 7°C. ზაფხული გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 15°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, გრილი, ნახშირმჟავა, ჰიდროკარბონატული, კალციუმ-ნატრიუმიანი, კაჟმჟავას შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 100—110 ათ. ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 2.4 გ/ლ. ტემპერატურა 20°C. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით **„მიტარბი“**-ს (იხ.) სახელწოდებით. ნაჩვენებია სასმელად კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

დიეტოთერაპია — სამკურნალო კვება, რომელიც ითვალისწინებს ულუფის მოცულობის, ქიმიური შემადგენლობის, კალორიულობის, კულინარიული დამზადების და მიღების განსაზღვრული რეჟიმის შერჩევით რიგი დაავადებების მკურნალობას.

ე

ევკალიპტის აბაზანა — იხ. **აბაზანა ევკალიპტის.**

ელექტროაეროზოლოთერაპია — აეროზოლოთერაპიის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს იონიზირებულ აეროდისპერსულ მდგომარეობაში მყოფი ნივთიერებებით ორგანიზმზე ზემოქმედებას სამკურნალო მიზნით. აეროიონური სისტემა წარმოიშობა სპეციალური ხელსაწყოს ელექტროაეროზოლგენერატორის საშუალებით. გამოიყენება ფილტვების, ყელ-ყურ-ცხვირის, თვალის, კანის დაავადებების დროს. იხ. აგრ. **აეროზოლთერაპია.**

ელექტროაკუპუნქტურა — რეფლექსოთერაპიის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს ადამიანის ბიოლოგიურად აქტიური წერტილების გაღიზიანებას, ნემსით ჩხვლეტით და ნემსის საშუალებით, მუდმივი ან იმპულსური გალვანური დენის ზემოქმედებას. ახასიათებს მასტიმულირებელი მატონიზირებელი მოქმედება.

ელექტროთერაპია — ფიზიკოთერაპიის ნაწილია, რომელსაც მიეკუთვნება მკურნალობის ის მეთოდები, რომლებსაც საფუძვლად უდევთ ელექტრული დენის, ელექტრული, ელექტრომაგნიტური ან მაგნიტური ველების სამკურნალოდ გამოყენება: **გალვანიზაცია, დარსონვალიზაცია, დიადინამოთერაპია, დიათერმია, ელექტროსტიმულაცია, ელექტროფორეზი, ელექტროძილი, მაგნიტური ველით მკურნალობა, მიკროტალღოვანი თერაპია, ულტრამაღალი სიხშირის დენით მკურნალობა** (იხ.).

ელექტრომაგნიტური გამოსხივება — **იხ. გამოსხივება ელექტრომაგნიტური.**

ელექტროპუნქტურა — რეფლექსოთერაპიის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს კანის ზედაპირიდან ბიოლოგიურად აქტიური წერტილების ელექტრული დენით გაღიზიანებას სპეციალური კონტაქტური ელექტროდების საშუალებით. აქვს მასტიმულირებელ-მატონიზირებელი მოქმედება.

ელექტროსტიმულაცია — ელექტროთერაპიის მეთოდია, რომელსაც საფუძვლად უდევს, ელექტრული დენის თვისება გამოიწვიოს

ქსოვილების (ძირითადად კუნთოვანის) აღზნებადობა და ამ ქსოვილების ფუნქციის სტიმულირება. გამოიყენება მუდმივი იმპულსური დენი, მართკუთხა, ექსპოტენციალური და ნახევრად სინუსოიდური ფორმის იმპულსების სერია 1—300 მილისეკუნდამდე და 50 mA ინტენსივობით. აგრეთვე იყენებენ ცვლად სინუსოიდურ მოდულირებულ დენებს 2000 და 5000 Hz სიხშირით, მოდულირების სიხშირით 10—150 Hz და 80 mA ძალით. ელექტროსტიმულაცია ნაჩვენებია კუნთების ატროფიის და ფლებოტრომბოზების პროფილაქტიკის მიზნით. ცენტრალური და პერიფერიული ნერვული სისტემის დაავადებებით გამოწვეული მოძრაობის დარღვევებისას (პარეზები, პარალიჩები). კუჭის, ნაწლავების, ნაღველის სადინარების, საშვილოსნოს, შარდის ბუშტის და სადინარების ატონიის დროს. ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის და ჭარბი წონის რეგულირებისათვის.

ელექტროფორეზი — (ელექტრო და ბერძნ. phoresis — გატანა, ვატარება), სინონ.: სამკურნალო იონოფორეზი, იონოგალვანიზაცია, გალვანოიონოთერაპია, ელექტროიონოთერაპია, მედიკამენტური ელექტროფორეზი) ელექტროთერაპიის მეთოდია და ითვალისწინებს მუდმივი დენის საშუალებით, დისოცირებადი მედიკამენტური ნივთიერებების ორგანიზმში შეყვანას, კანის ან ლორწოვანის ზედაპიროიდან. წამლის დადებითად დამუხტული იონები შეყავთ უარყოფითი პოლუსიდან, ხოლო უარყოფითი — დადებითიდან. მედიკამენტი ფორებიდან აღწევს ორგანიზმში, გროვდება კანში და კანქვეშა ცხიმოვან ქსოვილში. იქიდან სისხლძარღვების და ლიმფური სადინრების საშუალებით გადაიტანება მთელ ორგანიზმში. მკურნალობის ეფექტურობა განპირობებულია გალვანური დენის მოქმედების დადებით ფონზე, წარმოებს წამლის იონებით გამოწვეული რთული ბიოქიმიური პროცესების გააქტივება. ელექტროფორეზის საშუალებით შესაძლებელია, მედიკამენტის მცირე დანახარჯებით, შეიქმნას მისი მაღალი კონცენტრაცია, არა მარტო მთელს ორგანიზმში, არამედ მხოლოდ პათოლოგიურ უბანში, ამ უბნის სისხლის მიმოქცევის დარღვევის შემთხვევაშიც. კლებულობს მედიკამენტის უარყოფითი მოქმედება. ელექტროფორეზი ფართოდ გამოიყენება ნერვული, გულ-სისხლძარღვთა, სუნთქვის და სხვა სისტემების დაავადებების სამკურნალოდ.

ელექტროძილი — ელექტროთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც თავის ტვინზე ზემოქმედებენ დაბალი სიხშირის (1—160 Hz) და მცირე ძალის (10 mA) მართკუთხა ფორმის, იმპულსური მუდმივი

ლენით. იწვევს ცენტრალური ნერვული სისტემის აქტივობის შენელებას, აქვეითებს თავის ტვინის ბიოელექტრულ აქტივობას, იშვიათდება პულსი, ადამიანი იმყოფება ანაბიოზურ მთვლემარე მდგომარეობაში. პროცედურის დამთავრების შემდეგ მატულობს თავის ტვინის ბიოელექტრული აქტივობა, უმჯობესდება გუნებაგანწყობა და შრომისუნარიანობა. ნაჩვენებია ცენტრალური და პერიფერიული ნერვული სისტემის, გულ-სისხლძარღვთა, კუჭ-ნაწლავის, სუნთქვის ორგანოების, ტრავმების, რევმატიული და სხვა დაავადებების სამკურნალოდ.

ემანატორიუმი — იხ. **რადიოემანატორიუმი.**

ერითემა — (ბერძნ. Erithema — სიწითლე) — კანის სიწითლე, გამოწვეული კანქვეშა სისხლძარღვების გაფართოებით. ერითემის გამომწვევი მიზეზი მრავალია (ნერვულ-ფსიქიკური, ულტრაიისფერი დასხივება, დამწვრობა, ხახუნის შედეგად და ა. შ.). ძირითადად გამოიყენება როგორც დოზირების საზომი ერთეული მზის აბაზანების და ულტრაიისფერი სხივებით მკურნალობის დროს.

ეკვივალენტურ-ეფექტური ტემპერატურა — იხ. **ტემპერატურა ეკვივალენტურ-ეფექტური.**

ეშერა — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. სოხუმიდან 10 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—24°C. მოიპოვება გრილი (სუბთერმული 22°C) სულფიდურ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა და ნერვული სისტემის, სასუნთქი ორგანოების (ბრონქიალური ასთმის გარდა) დროს.

3

ვაჟას წყარო — ბალნეოლოგიური კურორტი (დუშეთში). თბილისიდან 70 კმ დაშორებით. ჰავა რბილი. ზამთარი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 1000 მმ წელიწადში. მოიპოვება ორი ტიპის წყალი: 1. საშუალო მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული 12°C), სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმიანი, ბორის მჟავის (240 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.35\ H_3PO_3\ 0.24\ M\ 15.0\ \frac{HCO\ 57\ Cl\ 43}{(Na+K)\ 83\ Mg\ 10}$$

T—12°C pH—6.0

დებიტი 40 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 15 გ/ლ. გამოიყენება აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ; 2. საშუალო მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული 12°C), სუსტად მჟავე რეაქციის, კარბონატულ ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმ-კალციუმიანი, ბორის მჟავის შემცველი მინერალური წყალი. გამოიყენება სასმელად და ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით **„ვაჟას წყარო“**-ს (იხ.) სახელწოდებით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ.

„ვაჟას წყარო“ — სამკურნალო და სუფრის სასმელი საშუალო მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, ჰიდროკარბონატული ქლორიდული ნატრიუმ-კალციუმიანი, ბორის (278 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.6\ H_3PO_3\ 0.278\ M\ 8.2\ \frac{HCO_3\ 72\ Cl\ 28}{(Na+K)\ 64\ Ca\ 21}\ T—12°C\ PH\ 6.5$$

დებიტი 29 ათასი ლ/დღ-ღ. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით. გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებების სამკურნალოდ.

ვარძია — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ასპინძიდან 30 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1300 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული მშრალი. ზამთარი რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი, ზომიერად მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 19°C. ნალექების რაოდენობა 500 მმ წელიწადში. ჰაერი სუფთა გამჭვირვალე, გაჯერებული წიწვოვანი აირებით. მოიპოვება ცხელი (ჰიპერთერმული 46°C) საშუალო მინერალიზაციის ნახშირმჟავა ქლორიდული ჰიდროკარბონატულ-ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავას (62 მგ/ლ), ფტორის (1.6 მგ/ლ), ბრომის (5.0 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 50 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 12 გ/ლ. ტემპერატურა 46°C. 2 კმ დაშორებით ბურღილიდან მიღებულია ანალოგიური მინერალური წყალი. დებიტი 30 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 13 გ/ლ, ტემპერატურა 55°C. გამოიყენება სასმელად და აბაზანების სახით, კუჭ-ნაწლავის, საყრდენ-მამოძრავებელი, ნერვული სისტემების, კანის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

„ვარძია“ — სუფრის სასმელი და სამკურნალო ნახშირმჟავა ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული, ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. საერთო მინერალიზაცია 4—11 გ/ლ. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით ნაქალაქევში. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებების დროს.

ვეზური — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ჯავიდან 25 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1450 მ სიმაღლეზე. ჰავა ხასიათდება რბილი ზამთრით და ზომიერად თბილი ზაფხულით. მოიპოვება ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმ-კალციუმიანი, რკინის შემცველი მინერალური წყალი. გამოიყენება კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

ვულკანური ტალახი — იხ. **ტალახი სოპკის ანუ ვულკანური.**

ზ

ზეკარი — დაბალმთიანი კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ბაღდათიდან 35 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 750 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული თბილი, ზომიერად ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 1300 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, იზოთერმული, სულფიდური, ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ, ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 400 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 1.5 გ/ლ. ტემპერატურა 36°C. გამოიყენება აბაზანების სახით, საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის ქრონიკული დაავადებების დროს.

ზვარე — ბალნეოლოგიური კურორტი. ხარაგაულიდან 4 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 600—700 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი თბილი, თითქმის უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 0°C. ზაფხული თბილი, ზომიერად ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 1300 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული 11°C), სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 25 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3.6—5.1 გ/ლ. ტემპერატურა 11°C. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით, **„ზვარე“**-ს (იხ.) სახელწოდებით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ და ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის დროს.

„ზვარე“ — სუფრის სასმელი და სამკურნალო სუსტი მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.9\quad M\ 4.3.6\text{–}5.1\ \frac{HCO_3\ 56\ \ Cl\ 44}{(Na+K)\ 80\ \ Ca\ 18}\quad T\text{–}12'C\quad pH\text{–}6.6$$

იყენებენ საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების (ქრონიკული გასტრიტის, კუჭის და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის, ღვიძლის და სანაღვლე გზების ქრონიკული დაავადებების, ქრონიკული კოლიტის და ენტერიტის), ნივთიერებათა ცვლის მოშლის (ალიმენტარული სიმსუქნის, ნიკრისის ქარის, ოქსალატ- და ფოსფატურიის) სამკურნალოდ.

ზინობიანი — (ოქტომბერი) ბალნეოლოგიური კურორტი. ყვარელიდან 8 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 450 მ სიმაღლეზე. ჰავა ხასიათდება რბილი, უთოვლო ზამთრით. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 1°C. ზაფხული ცხელი, ზომიერად ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 600—800 მმ წელიწადში. მოიპოვება ორი ტიპის მინერალური წყალი: 1. სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული 16°C), სუსტად ტუტე რეაქციის, სულფატური ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი, მეთანის, აზოტის და გოგირდწყალბადის (25 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CH_4\ N_2\ H_2S + HS\ 0.025\ M\ 2.7\ \frac{Cl\ 73\ HCO_3\ 26}{(Na+K)\ 91\ Mg\ 9}$$

$$T-16°C \quad pH\ 7.4$$

მინერალიზაცია 2.7 გ/ლ. ტემპერატურა 16°C; 2. ბურღულიდან მიღებული მცირე მინერალიზაციის, თბილი (სუბთერმული), სუსტად ტუტე რეაქციის, ქლორიდული ნატრიუმიანი, ბორის მჟავის (0.6 გ/ლ) და იოდის (8 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$H_3PO_3\ 0.6\ M\ 9.0\ \frac{Cl\ 86\ HCO_3\ 14}{(Na+K)\ 98\ Mg\ 1}\ T-20°C \quad pH\ 8.3$$

მინერალიზაცია 8—9 გ/ლ. ტემპერატურა 20—30°C. ორივე ტიპის წყალი გამოიყენება აბაზანების სახით ძვალსახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის, კანის დაავადებების და ნივთიერებათა ცვლის მოშლის დროს.

ზონა დასვენების — დასასვენებლად გამოყენებულ ქალაქთან ახლომდებარე ხელსაყრელი ბუნებრივი პირობების მქონე ტერიტორია, რომელზედაც მდებარეობს ტყე, მდინარე, ტბა და ა. შ.

ზონა კომფორტის — ადამიანის სუბიექტური თბოშეგრძნება გარემოს ტემპერატურული რეჟიმის, რომელიც არ იწვევს გადახურებას ან შემციენებას. დაკავშირებულია გარემოს ტემპერატურის, სინოტივის და ჰაერის მოძრაობაზე. მისი საზღვრები შეიძლება შეიცვალოს მუდმივი საცხოვრებელი ადგილის შეცვლის ან ავადმყოფობის შემთხვევაში.

ზონა საკურორტო — კურორტის ტერიტორიის ნაწილი, სადაც განლაგებულია სანატორიულ-კურორტული და გამაჯანსაღებელი დაწესებულებები, საკურორტო ფაქტორების სამკურნალოდ გამოსაყენებელი ნაგებობები.

ზღვის მარილის აბაზანა — იხ. **აბაზანა მარილის.**

თ

თალასოთერაპია — (ბერძნ. thalasa — ზღვა, therapeia — მკურნალობა) ზღვის და ზღვისპირა კლიმატის ფაქტორების (ზღვაში ბანაობის, მზის და ჰაერის აბაზანების) სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით გამოყენება.

თბილისის ბალნეოლოგიური კურორტი — მდებარეობს თბილისში. ზღვის დონიდან 420 მ სიმაღლეზე. ჰავა რბილი, კონტინენტური, ზომიერად მშრალი. ზამთარი რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული ცხელი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 554 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 66%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2112 სთ. წელიწადში. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, თერმული (37—47°C) სულფიდური ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული და ჰიდროკარბონატულ-კარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 0.3—0.4 გ/ლ. გოგირდწყალბადის რაოდენობა 10—20 მგ/ლ. გამოიყენება აბაზანების სახით. აგრეთვე იყენებენ კუმისის ლამის სულფიდურ ტალახს, პარაფინს, ფიზიომკურნალობას, სამკურნალო ფიზკულტურას და სხვ. სამკურნალოდ ნაჩვენებია გულსისხლძარღვთა, ნერვული, ძვალ-სახსროვანი სისტემების, კანის, გინეკოლოგიური და უროლოგიური დაავადებები.

თბილისის მინერალური წყლები — ბუნებრივი წარმოშობის მინერალური წყლები. ცნობილია სამი საბადო: 1. თბილისის ბალნეოლოგიური კურორტის ტერიტორიაზე მოიპოვება თერმული (37—47°C) სულფიდური ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული და ჰიდროკარბონატულ-კარბონატულ-ქლორიდულ-ნატრიუმიანი, მინერალური წყალი. (ორთაჭალის საბადო), გამოიყენება სამკურნალოდ. 2. თბილისის ჩრდილო-აღმოსავლეთ ნაწილში (საბურთალოს საბადო) ბურღვით ამოყვანილია სუსტი მინერალიზაციის, თერმული (30—50°C), აზოტიანი, ქლორიდული, კალციუმ-ნატრიუმიანი, მეთანის შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 800 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია

3.0—3.5 გ/უ. 3. ლისის ტბის მიდამოებში, აგრეთვე ბურღვირი წესით მიღებულია სუსტი მინერალიზაციის, ჰიპერთერმული (60—65°C), კარბონატულ-ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმიანი, გოგირდის შენაერთების 2—5 მგ/ლ შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 1.8 მლ. ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.32 გ/ლ.

„თეთრი მღვიმე“ — კარსტული წარმოშობის გამოქვაბული, წყალტუბოდან 0,5 კმ დაშორებით. ხასიათდება ჰაერის აბსოლუტური ტენიანობით, მაღალი იონიზაციით და იონების მრავალფეროვნებით, მცირე რადიოაქტივობით, მუდმივი ტემპერატურით (12°C). მღვიმის უნიკალური მიკროკლიმატი გამოიყენება გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული, სასუნთქი სისტემების დაავადებების სამკურნალოდ (მათ შორის ბრონქიალური ასთმის).

თეთრი წყლები — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. თელავიდან 10 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1300—1350 მ სიმაღლეზე. ჰავა სტეპის, ზომიერად მშრალი. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 3°C თბილი ზაფხულით. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 19°C. ნალექების რაოდენობა 850 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 66%. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული 13—14°C), სულფიდური (15—16 მგ/ლ) ჰიდროკარბონატულ კალციუმ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 40 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.7—0.8 გ/ლ. ტემპერატურა 13—14°C. იყენებენ კლიმატოთერაპიას და ბალნეოთერაპიას ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

თერმები — იხ. **წყალი თერმული.**

თერმოთერაპია — იხ. **სითბური მკურნალობა.**

თერმული წყალი — იხ. **წყალი თერმული.**

თიხოვანი ლამის — იხ. **ტალახი თიხოვანი ლამის.**

თიხოვანი ლამის ტალახი — იხ. **ტალახი თიხოვანი ლამის.**

თორღვას აბანო — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. თელავიდან 53 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1800—1850 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად კონტინენტური. ზამთარი რბილი მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 5°C. ზაფხული ზომიერად თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 15°C. ნალექების რაოდენობა 1400 მმ წელიწადში.

მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, იზოთერმული (34–37°C), სუსტად ტუტე რეაქციის, აზოტური სუსტად სულფიდური, კარბონატულ ჰიდროკარბონატული ქლორიდული ნატრიუმიანი, ბორიდწყალბადის (5 მგ/ლ) და კაჟოვანმჟავას შემცველი (45 მგ/ლ) მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2+H_2S+HS \cdot 0.005 \quad M\ 0.6\ \frac{(HCO_3+CO_3)\ 76\ Cl\ 21}{(Na+K)\ 82\ Ca\ 13}$$

$$T-37^{\circ}C \quad pH\ 8.1$$

დებიტი 1 მლ ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.4–0.6 გ/ლ. სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით იყენებენ კლიმატოთერაპიას და ბალნეოთერაპიას ძვალ-სახსროვანი და პერიფერიულ ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ი

იმპულსური დენები — გამოიყენება ელექტროთერაპიაში პოლარული დენის, ერთეული ან ჯგუფური იმპულსების სახით, დიაგნოსტიკის და მკურნალობის მიზნით. მიეკუთვნება: 1. მუდმივი პოლარობის და დაბალი სიხშირის — **დიადინამიური დენები (იხ.)**; 2. ცვალებადი პოლარობის და საშუალო სიხშირის — **ინტერფერენცთერაპია, სინუსური მოდულირებული დენებით მკურნალობა, ფლუქტუორიზაცია** (იხ.); 3. ცვალებადი პოლარობის და მაღალი სიხშირის — **დარსონვალიზაცია** (იხ.).

იმპულსური დენით მკურნალობა — ელექტროთერაპიის მეთოდია. საფუძვლად უდევს იმპულსური დენების გამოყენება სამკურნალო მიზნით, რომელიც მიიღება სხვადასხვა ხელსაწყოთი და მათ სახელს ატარებს: **დიადინამოთერაპია, ელექტროსტიმულაცია, ელექტროძილი, ინტერფერენცთერაპია, სინუსური მოდულირებული დენებით მკურნალობა, ფლუქტუორიზაცია** (იხ.).

ინდუქტოთერაპია — იხ. **დარსონვალიზაცია.**

ინდუქტოთერმია — (ლათ. inducto — შიგნით შეყვანა; ბერძნ. therm — სითბო) ელექტროთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც სამკურნალო მიზნით გამოიყენება მაღალი სიხშირის ცვლადი მაგნიტური ველი. სოლენოიდში დენის გატარებისას, თუ მასში მოთავსებულია ადამიანის სხეული ან სხეულის ნაწილი, მაგნიტურ ველში წარმოიქმნება ელექტრომაგნიტური ინდუქცია. მაგნიტური ველი კანის ზედაპირიდან 5—8 სმ სიღრმეზე აღწევს და ინდუქციური დენების წარმოქმნას თან მოსდევს გრიგალისებური დენების შექმნა, რის შედეგადაც ხდება სითბოს გამოყოფა. განარჩევენ ზოგად და ადგილობრივ ინდუქტოთერმიას. ზოგად ზემოქმედებას უწოდებენ ინდუქტოპირექსიას, რომლის დროსაც ხდება ორგანიზმის ტემპერატურის 2—3° მომატება. ადგილობრივი ძირითადად გამოიყენება სეგმენტური ზემოქმედების, ბრონქიალური ასთმის და სახსრების დაავადებების დროს.

ინდუქტოპირექსია — ზოგადი ინდუქტოთერმია იხ. **ინდუქტოთერმია.**

ინსოლაცია (ლათ. insolatio — ვამზეურებ) მზის პირდაპირი ან ჯამური რადიაციით ზემოქმედება ადამიანის სხეულზე. კლიმატოთერაპიული პროცედურაა. იხ. **ბიოდოზა, მზის აბაზანა, მზის გამოსხივება.**

ინტერფერენცთერაპია — ელექტროთერაპიის მეთოდია. გამოიყენება ორი სხვადასხვა სიხშირის იმპულსური დენები, რომლებიც ორი წყვილი ელექტროდებით, ჯვარედინად, მიყვანილია ორგანიზმთან. მოქმედების მექანიზმი ეყრდნობა ორი ცვლადი სინუსური დენის გადაკვეთისას ინტერფერენციის განვითარებას. ერთი დენის სიხშირეა 3000—5000 Hz, ხოლო მეორეს არეგულირებენ 1—200 Hz ფარგლებში. თუ ქსოვილებში რხევის მიმართულება გადაჯვარედინების ადგილას ემთხვევა, მათი რხევა ჯამდება, თუ საწინააღმდეგოა, რხევები ქრება და წარმოიშობა ახალი საშუალო სიხშირის ცვლადი დენი. იწვევს სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებას, კანის ტემპერატურის მომატებას, აუმჯობესებს ნერვული და კუნთოვანი ქსოვილების ფუნქციონირებას. ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული, საყრდენ-მამოძრავებელი, კუჭ-ნაწლავის სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების დროს.

ინფრაწითელი გამოსხივება — იხ. **გამოსხივება ინფრაწითელი.**

ინჰალატორი — იხ. **აეროზოლური ხელსაწყო.**

ინჰალატორიუმი — სამკურნალო ოთახია, რომელიც აღჭურვილია აეროზოლური ხელსაწყოებით, ჯგუფური ან ინდივიდუალური ინჰალაციების ჩასატარებლად. იხ. აგრ. **აეროზოლური ხელსაწყო, ინჰალაცია.**

ინჰალაცია — აეროზოლთერაპიის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს სასუნთქი გზებიდან ბიოლოგიურად აქტიური და მედიკამენტოზური საშუალებების შეყვანას, აეროზოლის სახით.

იოდიანი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური იოდობრომიანი.**

იოდობრომიანი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური იოდობრომიანი.**

იონიზაცია — პროცესია, რომლის შედეგად წარმოიშვება ელექტრონეიტრალური ატომების ან მოლეკულებისაგან, დადებითი და უარყოფითი იონები, თავისუფალი ელექტრონები. იონიზაციას იწვევს სინათლის სხივები, მაიონიზირებელი გამოსხივება და ელექ-

ტროლიტური დისოციაცია. იონიზაცია საფუძვლად უდევს სამკურნალო მოქმედებას სინათლით მკურნალობას, სხივურ თერაპიას და გალვანო-ელექტროფორეზს.

იონოგალვანიზაცია — იხ. **ელექტროფორეზი.**

ირიგაცია — (ლათ. irrigatio — მორწყვა, შესხურება) სამკურნალო ჰიდროპროცედურაა, რომელიც ითვალისწინებს სნეული ქსოვილების მორწყვას, წყლის ან მედიკამენტური ხსნარის ნაკადით. იყენებენ ქირურგიაში, უროლოგიაში, გასტროენტეროლოგიაში, გინეკოლოგიაში.

კ

კაპტაჟი — (ფრ. captage, ლათ. capto — ვიჭერ, ვტაცებ) საინჟინრო-ტექნიკურ ღონისძიებათა კომპლექსი, რომელიც უზრუნველყოფს მიწისქვეშა წყლის, ნავთობის ან აირის საბადოს გახსნას, დედამიწის ზედაპირზე ამოყვანას და საექსპლუატაციო მაჩვენებლების (დებიტის, ქიმიური შემადგენლობის და სხვ.) სტაბილურ შენარჩუნებას.

კაჟოვანი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური აზოტიან-კაჟოვანი.**

კასკადური შხაპი — იხ. **შხაპი კასკადური.**

კვერეთი — ბალნეოლოგიური კურორტი. საჩხერიდან 7 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 570 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო, ზამთარი რბილი, თითქმის უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 3°C. ზაფხული თბილი, ზომიერად ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 1200 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 78%. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, ცივი (ჰიპოთერმული 14°C), ნეიტრალური რეაქციის, სუსტად სულფიდური ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ H_2S+HS\ 0.005\ M\ 0.7\ \frac{Cl\ 75\ HCO_3\ 23}{(Na+K)\ 72\ Ca\ 23}\ T-14^\circ C\ pH\ 7.1$$

დებიტი 40 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.7 გ/ლ. ტემპერატურა 14—16°C. გამოიყენება აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი, ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

კიკეთი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. თბილისიდან 34 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1200 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად მშრალი. ზამთარი ზომიერად

რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული ზომიერად თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 600—650 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2000—2100 სთ წელიწადში. რბილი კლიმატი და მზიანი დღეების სიუხვე ხელსაყრელია კლიმატოთერაპიის ჩასატარებლად.

კინდღი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ოჩამჩირიდან 20 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1200 მმ წელიწადში. ზღვაში ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—24°C. რბილი კლიმატი და თბილი ზღვა გამოიყენება ჰელიო-თალასოთერაპიის სახით გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული და სასუნთქი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ. კურორტის მიდამოებში, ბურღვით მიღებულია მცირე მინერალიზაციის, ცხელი (ჰიპერთერმული 103°C, სუსტად მჟავე რეაქციის, აზოტური, ქლორიდული ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ M\ 1.7\ \frac{Cl\ 84\ HCO_3\ 9}{Ca\ 46\ (Na+K)\ 43}\ T-103°C\ \ pH\ 6.3$$

დებიტი 2 მილიონი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 1.7 გ/ლ. ტემპერატურა 103°C.

კინეზოთერაპია — (ბერძნ. kinezis — მოძრაობა, therapia — მკურნალობა). იხ. **ფიზიკური კულტურა სამედიცინო.**

კლიმატი — ბერძნ. klima — დახრილობა, იგულისხმება დედამიწის დახრილობა მზის სხივების მიმართ). იხ. **ჰავა.**

კლიმატოთერაპია — კურორტული მკურნალობის ნაირსახეობაა და ითვალისწინებს ბუნებრივი კლიმატური ფაქტორების (ჰაერის, მზის სხივების, ზღვის და სხვ.) სამკურნალო მიზნით გამოყენებას. იხ. აგრ. **აეროთერაპია, თალასოთერაპია, ფსამოთერაპია, ჰელიოთერაპია.**

კლიმატოთერაპიული კურორტი — იხ. **კურორტი კლიმატური.**

კლიმატოთერაპიული პროცედურები — კლიმატო-მეტეოროლოგიური ფაქტორების დოზირებული ზემოქმედება ადამიანის ორგანიზმ-

ზე, სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით. მიეკუთვნება **აეროთერაპიის, აეროიონოთერაპიის, აეროფიტოთერაპიის, თალასოთერაპიის, ფსამოთერაპიის და ჰელიოთერაპიის** (იხ.) პროცედურები.

კლიმატოლოგია სამედიცინო — ბიომეტეოროლოგიის დარგია, რომელიც შეისწავლის, კლიმატური ფაქტორების ადამიანის ორგანიზმზე ზეგავლენას და მათ გამოყენებას სამკურნალო პროფილაქტიკური მიზნით.

კლიმატოპავილიონი — დროებითი ან სტაციონარული ნაგებობები, რომლებიც ხელსაყრელია აერო-ჰელიოთერაპიისათვის, სეზონის ან მთელი წლის განმავლობაში.

კლიმატოპათოლოგია — სამედიცინო კლიმატოლოგიის ნაწილია, რომელიც შეისწავლის ორგანიზმის პათოლოგიური მიმდინარეობის დამოკიდებულებას კლიმატური პირობების ცვლილებებთან.

კლიმატოპათოლოგიური (კლიმატოტროპული) რეაქცია — ვლინდება კლიმატური პირობების ცვლილების შედეგად, აკლიმატიზაციის დასაწყისში, და შესაძლებელია გამოიხატოს ცერებრალური, კარდიალური, პერიფერიული სისხლძარღვების დისტონიით, კარდიალური, ასთმატური და სხვ. სიმპტომოკომპლექსით.

კლიმატოპროფილაქტიკა — მეტეოროლოგიური და კლიმატური ფაქტორების დოზირებული გამოყენება ორგანიზმის გასაკაჟებლად (პირველადი კლიმატოპროფილაქტიკა) და დაავადების პროგრესირების, გამწვავების თავიდან ასაცილებლად (მეორადი კლიმატოპროფილაქტიკა).

კლიმატოპროფილაქტიკა მეორადი — იხ. **კლიმატოპროფილაქტიკა.**

კლიმატოპროფილაქტიკა პირველადი — იხ. **კლიმატოპროფილაქტიკა.**

კლიმატოტროპული რეაქცია — იხ. **კლიმატოპათოლოგიური რეაქცია.**

კლიმატოფიზიოლოგია — სამედიცინო კლიმატოლოგიის ნაწილია, რომელიც შეისწავლის ადამიანის ორგანიზმის და მისი სისტემების ადაპტაციური რეაქციების ხასიათს, კლიმატური პირობების ცვალებადობის დროს.

კლიმატური (კლიმატოთერაპიული) კურორტი — იხ. **კურორტი კლიმატური.**

კლიმატური ფაქტორები — პირობითად იყოფა სამ ჯგუფად: მეტეოროლოგიური (ქიმიური, ფიზიკური), რადიაციული (მზის და

კოსმიური გამოსხივება) და ტელურული (მიწისეული). იხ. **ფაქტორები მეტეოროლოგიური, გამოსხივება (რადიაცია) ატმოსფერული, ფაქტორები ტელურული.**

კოდიბინი — ბალნეო-კლიმატური საკურორტო ადგილი. ჯავიდან 3 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1120 მ სიმაღლეზე. არის სამკურნალო გოგირდოვანი წყარო.

კოკოტაური — ბალნეოლოგიური-საკურორტო ადგილი. ბათუმიდან 25 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 3°C. ზაფხული თბილი, ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 1500 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული ნახშირმჟავა სულფატურ-ჰიდროკარბონატული კალციუმ-მაგნიუმ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 12 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 2.8 გ/ლ. ჩამოისხმება ქარხნული წესით, „კოკოტაური"-ს სახელწოდებით. გამოიყენება სასმელად, კუჭ-ნაწლავის, სანაღვლე გზების დაავადებების სამკურნალოდ.

„კოკოტაური" — სუფრის სასმელი სამკურნალო ნახშირმჟავა სულფატურ-ჰიდროკარბონატული . კალციუმ-მაგნიუმ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 2.8 გ/ლ. ჩამოისხმება კოკოტაურში ქარხნული წესით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის და სანაღვლე გზების დაავადებების სამკურნალოდ.

კომპრესი — ჰიდროთერაპიული პროცედურაა, რომლის დროსაც სხეულის გარკვეულ ნაწილზე ადებენ გრილ წყალში (15—20°C) დასველებულ გაწურულ ტილოს. თუ ავადმყოფს ესაჭიროება გამაგრილებელი კომპრესი, ტილოს ზემოდან ადებენ ჰერმეტიულ ყინულით სავსე პარკს ან ტილოს ასველებენ ყინულიან წყალში. სითბური კომპრესის დროს ტილოს ზემოდან აფენენ თხელ მუშამბას, რომელიც 1—2 სმ უფრო განიერი უნდა იყოს, ვიდრე ტილო. ზემოდან ბამბას ან თბილ ქსოვილს ადებენ და შემოახვევენ დოლბანდს. კომპრესი შრება 5—6 საათში და უნდა გამოიცვალოს.

კომფორტის ზონა — იხ. **ზონა კომფორტის.**

კონტინენტური კლიმატი — იხ. **ჰავა.**

კონტრასტული აბაზანა — იხ. **აბაზანა კონტრასტული.**

კორპუსკულური გამოსხივება — იხ. **გამოსხივება კორპუსკულური.**

კოჯორი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. თბილისიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1350 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —3°C. ზაფხული ზომიერად თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 875 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 74%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 სთ წელიწადში. სუფთა ჰაერი გაჯერებული წიწვოვანი აირებით, გამოიყენება კლიმატოთერაპიის სახით, სასუნთქი ორგანოების (მათ შორის ტუბერკულოზის), ნერვული სისტემის, ძვლების და სახსრების ტუბერკულოზის, ანემიების სამკურნალოდ.

კრიოთერაპია — (ბერძნ. krios — სიცივე, ყინვა, ყინული. therapeia — მკურნალობა) ფიზიოთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც ორგანიზმის გარკვეულ უბანზე, ორგანოზე ან მთელ სხეულზე, ზემოქმედებენ დაბალი ტემპერატურით, სამკურნალო მიზნით.

კუმისი — ბალნეოლოგიური კურორტი. თბილისიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 480 მ სიმაღლეზე. ჰავა მშრალი. ზამთარი ზომიერად რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 0°C. ზაფხული ცხელი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 550 მმ წელიწადში. კუმისის მლაშე ტბაში მოიპოვება სულფიდური ლამის ტალახი, რომელიც შეიცავს სილიციუმის, ალუმინის, რკინის ჟანგეულებს და სხვა ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებებს. ტალახის მარაგი 100 ათასს კუბურ მეტრს აღემატება. გამოიყენება პელოიდოთერაპიის სახით ძირითადათ თბილისის ბალნეოლოგიურ კურორტში ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიულ ნერვული სისტემის, კანის, გინეკოლოგიური და ზოგიერთი სხვა დაავადებების დროს. კუმისის ტბის წყალი მიეკუთვნება ქლორიდუ-სულფატურ მაგნიუმ-კალციუმ-ნატრიუმიან მინერალურ წყალს. მინერალიზაცია 15—25 გ/ლ.

კურორტი — (გერმ. kurort — სამკურნალო ადგილი) ბუნებრივი სამკურნალო ფაქტორებით (მინერალური წყლით, ტალახით, უნიკალური ჰავით, ზღვით და სხვ.) მდიდარი ადგილი, რომელსაც გააჩნია აუცილებელი შენობა-ნაგებობანი, სანიტარულ-ჰიგიენური და სამკურნალო-პროფილაქტიკური პირობები.

კურორტი ბალნეოკლიმატური — კურორტი, სადაც ძირითადი სამკურნალო ფაქტორებია ჰავა (კლიმატოთერაპიის სახით) და ბუნებ-

რივი მინერალური წყლები (ბალნეოთერაპია). მაგალითად: ბორჯომი, ზვარე, საირმე და სხვ.

კურორტი ბალნეოლოგიური — კურორტი, სადაც ძირითადი სამკურნალო ფაქტორი ბუნებრივი მინერალური წყალია. ბალნეოლოგიურ კურორტებს განასხვავებენ წყლის გამოყენების მიხედვით, გარეგანი (აბაზანების სახით მაგ.: მენჯი, წყალტუბო, უჯარმა და სხვ.) და შინაგანი (სასმელად მაგ.: საირმე, უწერა და სხვ.).

კურორტი ბალნეო-პელოიდური — კურორტი, სადაც ძირითადი სამკურნალო ფაქტორებია ბუნებრივი მინერალური წყლები და ტალახი (პელოიდი). ამ ტიპის კურორტზე შესაძლებელია წყლის და ტალახის როგორც ცალ-ცალკე, ისევე ერთობლივი გამოყენება (ბალნეოთერაპიის, პელოიდოთერაპიის და ბალნეოპელოიდოთერაპიის სახით).

კურორტი ზღვისპირა — კურორტი ზღვისპირეთში, რომლის რბილი ჰავა და ზღვა გამოიყენება სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნებისათვის (კლიმატოთალასოთერაპიის სახით). მაგ.: ბიჭვინთა, ბათუმი, გაგრა და სხვ.

კურორტი კლიმატური — ჰავის გამორჩეული თვისებების მქონე გეოგრაფიული ადგილმდებარეობა, რომელიც ხელსაყრელია დაავადებების პროფილაქტიკისათვის და სამკურნალოდ. გამოყოფენ მთის და ზღვისპირა კლიმატურ კურორტებს. იხ. აგრ. **კურორტი ზღვისპირა, კურორტი მთის.**

კურორტი მთის — ზღვის დონიდან 500 მ ზემოთ განლაგებული კურორტები. მიეკუთვნება კლიმატურ კურორტებს და ძირითადი სამკურნალო ფაქტორი მთის ჰავაა. გამოყოფენ დაბალმთიან (500—1000 მ-მდე), საშუალო სიმაღლის (1000—2000 მ) და მაღალმთიან კურორტებს (2000 მ ზემოთ).

კურორტი ტალახის — კურორტი, სადაც ძირითადი სამკურნალო ფაქტორია ტალახი (პელოიდი), რომელიც გამოიყენება აპლიკაციების და აბაზანების სახით. მაგ.: ახტალა, კუმისი.

კურორტოლოგია — მედიცინის დარგია, რომელიც შეისწავლის ბუნებრივი ფაქტორების ადამიანის ორგანიზმზე მოქმედების მექანიზმებს. პირველ რიგში სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით, აგრეთვე ადგენს სოციალურ და ჰიგიენურ ნორმებს საკურორტო დაწესებულებებისათვის. კურორტოლოგია მოიცავს: ბალნეოლოგიას, ბალნეოთერაპიას და ბალნეოტექნიკას, სწავლებას სამკურნალო

ტალახებზე, ტალახით მკურნალობას, სამკურნალო კლიმატოლოგიას და კლიმატოთერაპიას, კურორტების ორგანიზაციის, დაგეგმარების და მშენებლობის საკითხებს. კურორტოლოგია მჭიდროდაა დაკავშირებული ფიზიოთერაპიასთან, ფიზიოლოგიასთან, კლინიკურ დისციპლინებთან, ჰიგიენასთან.

კურორტოლოგიის და ფიზიოთერაპიის სამეცნიერო კვლევითი ინსტიტუტი დაარსდა თბილისში 1927 წ. პროფესორ ი. კონიაშვილის თაოსნობით. 1947 წ. სოხუმის და 1949 წ. წყალტუბოს ფილიალები. აგრეთვე ბათუმის, ბორჯომის და გაგრის სამეცნიერო განყოფილებები. ინსტიტუტი შეისწავლის ფიზიკური ფაქტორების სამკურნალო პროფილაქტიკური გამოყენების მეცნიერულად დასაბუთებას.

კურორტული ფაქტორები — ბუნებრივი ფაქტორების კომპლექსი, (კლიმატი, მინერალური წყლები, ტალახები და სხვ.), რომლებიც გამოიყენება სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით.

კურსები — დაბლობის ბალნეოკლიმატური კურორტი. ტყიბულიდან 24 კმ და ქუთაისიდან 12 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 350 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი, ზომიერად ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1700 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული), სულფიდური ჰიდროკარბონატულ ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 6 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.5 გ/ლ. ტემპერატურა 16°C. იყენებენ აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიულ ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

ლ

ლაგოდეხი — დაბალმთიანი ბალნეოლოგიური კურორტი. თბილისიდან 165 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 500 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ზომიერად ცივი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 1°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1080 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, გრილი (სუბთერმული), სულფიდური ქლორიდული ნატრიუმიანი, გოგირდწყალბადს 16 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 50—60 ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.44 გ/ლ. ტემპერატურა 23—25°C გამოიყენება. აბაზანების სახით, ძვალსახსროვანი სისტემის დაავადებების დროს.

ლაზერი — ელექტრომაგნიტური გამოსხივების წყარო, ინფრაწითელ, ხილულ და ულტრაიისფერ დიაპაზონში. მუშაობის პრინციპი ემყარება ატომების და მოლეკულების მიერ ინდუცირებულ ნაკადს. იხ. აგრ. **ლაზერით მკურნალობა, ლაზერული გამოსხივება.**

ლაზერით მკურნალობა — ფიზიოთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც ორგანიზმზე ზემოქმედებს **ლაზერული გამოსხივება** (იხ.). აუმჯობესებს მიკროცირკულაციას, იწვევს ქსოვილების შეშუპების განწოვას და ამაღლებს რეგენერაციის უნარს, აქვს ტკივილგამაყუჩებელი ეფექტი. ნაჩვენებია ადგილობრივი ანთებების დროს, ჭრილობების და ტროფიკული წყლულების დროს.

ლაზეროთერაპია — იხ. **ლაზერით მკურნალობა.**

ლაზეროპუნქტურა — ფიზიოთერაპიული მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს ბიოლოგიურად აქტიურ წერტილებზე **ლაზერული გამოსხივებით** (იხ.). ზემოქმედებას სამკურნალო მიზნით.

ლაზერული გამოსხივება — ფოკუსირებული ელექტრომაგნიტური ტალღების ნაკადია, შექმნილი ტექნიკური საშუალებებით. ხასიათდება მონოქრომატიზმით (ნაკადის სპექტრი შედგება მხოლოდ ერთი სიგრძის ტალღებისაგან), კოგერტენტობით (ელექტრომაგნიტური ტალღის ერთფაზიანობით), სხივში ტალღების ნაკადების პარალე-

ლურობით ან უმნიშვნელო გაშლით, რაც განაპირობებს დასხივების ადგილზე მაღალი სიმძლავრის ენერგიის კონცენტრაციას.

ლამის თიხოვანი ტალახი — იხ. **ტალახი თიხოვანი ლამის.**

ლამის სულფიდური ტალახი — იხ. **ტალახი ლამის სულფიდური.**

ლანდშაფტოთერაპია — კურორტი თერაპიის შემადგენელი ნაწილია, ემყარება ადამიანის ფსიქიკაზე პეიზაჟის (ლანდშაფტის) დადებით ფსიქოემოციურ გავლენას და ყოველთვის დაკავშირებულია აერო, ჰელიო, თალასო-თერაპიასთან.

ლაშიჭალა — დაბალმთიანი კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ცაგერიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 900 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 2°C. ზაფხული თბილი ზომიერად ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 2000 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული მაგნიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 20 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 1—5 გ/ლ. წყალს იყენებენ სასმელად და აბაზანების სახით, საჭმლის მომნელებელი, ძვალ-სახსროვანი და ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ლებარდე — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. მარტვილიდან 55 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1600 მ სიმაღლეზე. ზამთარი რბილი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული ზომიერად თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 16°C. ნალექების რაოდენობა 2000 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული 7°C), მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული კალიუმ-ნატრიუმიანი და ნატრიუმ-კალციუმიანი, რკინის შემცველი (26 მგ/ლ) მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.7\ M\ 0.4\ \frac{HCO_3\ 88\ \ SO_4\ 8}{Ca\ 48\ Mg\ 29\ Fe\ 19}\ T—7.5°C\ pH\ 4.8$$

დებიტი 41 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.4—1.0 გ/ლ. ჰავა ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების, ხოლო მინერალური წყალი — კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ.

ლესე — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური საკურორტო ადგილი. ჯავიდან 25 კმ დაშორებით. ზღვის

დონიდან 1100 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 1100 მმ წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება რბილი ჰავა და სასმელი სუსტი მინერალიზაციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი, რკინის შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 80 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 2.5—3.5 გ/ლ. ნაჩვენებია სუნთქვის და საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების დროს.

ლესელიძე — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. გაგრიდან 20 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1550 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 76%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 საათი წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 22—25°C. რბილი ჰავა და თბილი ზღვა ნაჩვენებია ბავშვთა ასაკში, გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების სამკურნალოდ.

ლეღვა — (ხრესილი) საკურორტო ადგილი. ქუთაისიდან 24 კმ და ტყიბულიდან 25 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 470 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი ზომიერად ცივი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული ზომიერად თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 1200 მმ წელიწადში. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 სთ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი, ჰიდროკარბონატული, ნატრიუმ-კალციუმიანი, გოგირდწყალბადის შემცველი (0.7 მგ/ლ) მინერალური წყალი. დებიტი 35 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.4 გ/ლ. ტემპერატურა 14°C. იყენებენ აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ლიკანი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ბორჯომიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1350 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად მშრალი. ზამთარი ზომიერად რბილი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 2°C. ზაფხული ზომიერად თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 16°C. ნალე-

ქების რაოდენობა 800 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 65–70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 საათი წელიწადში. ჰავა ნაჩვენებია ფილტვების ტუბერკულოზის (ძირითადათ აქტიური ფორმის) სამკურნალოდ. აგრეთვე სასმელად გამოიყენება, ბურღვითი წესით მოპოვებული, სუსტი მინერალიზაციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავის შემცველი (150 მგ/ლ), მცირე რაოდენობით დარიშხანის და ფოსფორის შენაერთების შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 20 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3.5–4.5 გ/ლ. ნაჩვენებია სასმელად საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

„ლუგელა“ – სასმელი სამკურნალო მინერალური წყალი. ბუნებრივი მედიკამენტია, კალციუმის ქლორიდის 9,5% ბუნებრივი ხსნარი. საბადო მდებარეობს სოფელ მუხურიდან 4 კმ დაშორებით (ჩხოროწყუდან 15 კმ). ზღვის დონიდან 290 მ სიმაღლეზე. ფიზიკურ-ქიმიური შემადგნელობა:

$$N_2\ Br\ 0.18\ M\ 50\ \frac{Cl\ 99\ SO_4\ 1}{Ca\ 92\ (Na+K)\ 8}\ T-12^\circ\quad pH\ 6.3$$

დებიტი 22 ათასი ლ/დღ-ღ. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით. გამოიყენება სასმელად ალერგიული მდგომარეობების, ტუბერკულოზის, პლევრიტების, ჰემორაგიული დიათეზის და სხვა დაავადებების დროს.

მ

მაგნიტოთერაპია — აპარატული ფიზიკოთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც ორგანიზმზე ზემოქმედებს მუდმივი ან ცვლადი, დაბალი სიხშირის **მაგნიტური ველი** (იხ.). ზემოქმედებისას ქსოვილებში იქმნება ელექტრომამოძრავებელი ძალა, ეს კი არჩევითად ცვლის სისხლის შედედებას, მიკროცირკულაციას და სისხლძარღვების გამტარუნარიანობას. ნაჩვენებია თავის ტვინის სისხლის მიმოქცევის მოშლის, ინსულტების, ტრავმული პარეზების, ნევრიტების, გულის იშემიური დაავადების, ენდარტერიტის, სისხლ-ძარღვების ათეროსკლეროზის, ჰიპერტონული დაავადების, ბრონქიალური ასთმის, წყლულოვანი დაავადების, ძვალ-სახსროვანი სისტემის დისტროფიული დაავადებების, გინეკოლოგიური, ყელ-ყურ-ცხვირის დაავადებების სამკურნალოდ.

მაიონიზირებელი გამოსხივება — იხ. **გამოსხივება მაიონიზირებელი.**

მალთაყვა — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ლანჩხუთიდან 25 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზღვის ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1650 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 78%. სამკურნალოდ ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების არატუბერკულოზური ხასიათის დაავადებები.

მანგლისი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. თბილისიდან 65 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1200 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ზომიერად ცივი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული ზომიერად თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 770 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 72%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ ნაჩვენებია სასუნთქი სისტემის დაავადებების (მათ შორის ტუბერკულოზი და ბრონქიალური ასთმა).

მანტელ-შხაპი — იხ. **შხაპი ცირკულარული.**

მარილის აბაზანა — იხ. **აბაზანა მარილის.**

მასაჟი — სამკურნალო-პროფილაქტიკური მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს ადამიანის სხეულის სხვადასხვა ნაწილზე, მასაჟისტის ხელით ან სპეციალური ხელსაწყოებით, დოზირებული ილეთებით ზემოქმედებას. გამოყოფენ ზოგად მასაჟს, რომელიც ითვალისწინებს მთელი სხეულის დაზელვას და ადგილობრივ მასაჟს — იზილება სხეულის ნაწილი (სახე, კიდურები, მუცელი, ზურგი). დანიშნულების მიხედვით განასხვავებენ სამკურნალო, სპორტულ, კოსმეტიკურ და ჰიგიენურ მასაჟს. ხელის მასაჟის დროს ძირითადათ გამოიყენება შემდეგი ილეთები. ხელსმა, სრესვა და თელვა. ხელსაწყოების საშუალებით ატარებენ პნევმომასაჟს — დატუმბული ჰაერის ნაკადით ზემოქმედება; ჰიდრომასაჟი — წყლის ნაკადით ზემოქმედება (შხაპ-მასაჟი, ჰიდრომასაჟი) და ვიბრომასაჟი — მექანიკური ხელსაწყოს საშუალებით გამოწვეულ ვიბრაციით ზემოქმედება. მასაჟი, დაავადების სიმძიმის მიხედვით, შესაძლოა გაკეთდეს ყოველ დღე ან დღეგამოშვებით. მასაჟი აუმჯობესებს სისხლის და ლიმფის მიმოქცევას, კანის სუნთქვას, ნერვ-კუნთოვანი სისტემის ფუნქციონირებას. ხელს უწყობს ნაწიბურების და შეხორცებების განწოვას, აბრკოლებს მარილების დაგროვებას, აძლიერებს კუნთოვან ტონუსს. დადებითად მოქმედებს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის ფუნქციონირებაზე, იწვევს წნევის ნორმალიზაციას, აძლიერებს ჯირკვლების სეკრეციას, აქვს ტკივილგამაყუჩებელი მოქმედება. ნაჩვენებია ძვალ-სახსროვანი, გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული, სუნთქვის და საჭმლის მომნელებელი სისტემების დაავადებების დროს.

მაღლობის კლიმატი — იხ. **ჰავა.**

მახინჯაური — ზღვისპირა კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ბათუმიდან 6 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 26°C. ნალექების რაოდენობა 2750 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 81%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1890 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება ჰავა და ზღვაში ბანაობა. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, თბილი (38°C), სუსტად ტუტე რეაქციის, აზოტური ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატურ-კარბონატული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ M\ 0.4\ \frac{Cl\ 65\ (HCO_3+CO_3)\ 20}{(Na+K)\ 79\ Ca\ 4}\ T-38°C\ pH\ 8.3$$

გამოიყენება აბაზანების სახით და ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, სუნთქვის (ტუბერკულოზის და ბრონქიალური ასთმის გარდა), ძვალ-სახსროვანი და პერიფერიული ნერვული სისტემის, გინეკოლოგიური დაავადებების დროს.

მდოგვის აბაზანა — იხ. **აბაზანა მდოგვის.**

მედიკამენტური აეროზოლი — იხ. **აეროზოლი მედიკამენტური.**

მენჯი — ბალნეოლოგიური კურორტი სენაკის გარეუბანში. ზღვის დონიდან 29 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი ზომიერად ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 73%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2160 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება საშუალო მინერალიზაციის, გრილი (სუბთერმული 31°C), ნეიტრალური რეაქციის, სულფიდური ქლორიდულ-ნატრიუმიანი, გოგირდწყალბადის შემცველი (75 მგ/ლ) მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ CH_4\ (H_2S+HS)\ 0.075\ M\ 14.3\ \frac{Cl\ 9\ HCO_3\ 4}{(Na+K)\ 92\ Mg\ 4}$$

$$T-31°C\ pH\ 7.0$$

დებიტი 700 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 14.3 გ/ლ. წყლიდან გამოიყოფა აირები, რომლებიც შეიცავენ მეთანს და აზოტს. გამოიყენება აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი, გულ-სისხლძარღვთა, პერიფერიული ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

მეტეოლაბილობა — იხ. **მეტეოშგრძნობელობა.**

მეტეოშგრძნობელობა — არახელსაყრელი კლიმატური ფაქტორების ზემოქმედებით, ორგანიზმის მგრძნობელობის შეცვლა იწვევს **მეტეოტროპული რეაქციებ**-ს (იხ.) განვითარებას.

მეტეოპატიური (მეტეოტროპული) რეაქცია — ორგანიზმის პასუხი არასასურველ მეტეოროლოგიურ ცვლილებებზე, გამოვლინდება

უარყოფითი სუბიექტური შეგრძნობებიდან, ქრონიკული დაავადებების გამწვავებამდე ან ახალი დაავადებების გამოვლენამდე.

მეტეოპროფილაქტიკა სამედიცინო — ღონისძიებათა კომპლექსი, რომლის მიზანიცაა **მეტეოტროპული რეაქციების** (იხ.) თავიდან აცილება. ამ მიზნის მისაღწევად გამოიყენება გაკაჟების, ჰიდრო-, ბალნეო-, კლიმატოთერაპიის სხვადასხვა მეთოდები.

მეტეოროლოგიური ფაქტორები — ატმოსფერული ფაქტორების (იხ.) ნაწილია, შეიცავს ქიმიურ (ჰაერის შემადგენელ აირებს, მრავალგვარ მინარევებს) და ფიზიკურ **(ჰაერის ტემპერატურა, ატმოსფერული წნევა, ჰაერის ტენიანობა, ატმოსფერული მოვლენები: ღრუბლიანობა, ატმოსფერული ნალექები, ქარი)** ფაქტორებისაგან.

მეტეოტოლერანტობა — ორგანიზმის მდგრადობა არახელსაყრელი კლიმატური ფაქტორების მოქმედების მიმართ. მეტეოტოლერანტობა მეტეოლაბილობის საწინააღმდეგო მდგომარეობაა.

მეტეოტროპული რეაქცია — იხ. **მეტეოპათოლოგიური რეაქცია.**

მექანოთერაპია — სამკურნალო ფიზკულტურის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს, სპეციალურ მოწყობილობების საშუალებით, ფიზიკური ვარჯიშების რითმულ გამეორებას. იყენებენ სახსრებში მოძრაობების აღსადგენად, კუნთოვანი ტონუსის გასაძლიერებლად და ორგანიზმის შრომის უნარიანობის ასამაღლებლად.

მზეთამზე — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური საკურორტო ადგილი. ბორჯომიდან 16 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1200 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი ზომიერად ცივი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 670 მმ წელიწადში. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 საათი წელიწადში. ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების დაავადებების პროფილაქტიკისათვის და სამკურნალოდ, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში.

მზის აბაზანა — ჰელიოთერაპიის ძირითადი პროცედურაა, რომელიც ითვალისწინებს მზის მიერ გამოსხივებული ენერგიის სამკურნალო მიზნით გამოყენებას, გაშიშვლებულ სხეულზე ხანმოკლე სისტემატური დასხივებით. იხ. აგრ. **ჰელიოთერაპია.**

მზის აბაზანების ბიოდოზა — იხ. **ბიოდოზა მზის აბაზანის.**

მზის გამოსხივება — (მზის რადიაცია) წარმოადგენს ელექტრომაგნიტურ და კორპუსკულარულ გამოსხივების ნაკადს. სამკურნალო-

პროფილაქტიკური მიზნით გამოიყენება მზის პირდაპირი (მზიდან პირდაპირ მომავალი სხივები), გაფანტული (ცის თაღიდან არეკლილი გაფანტული სხივები) და არეკლილი (სხვადასხვა სხეულებისაგან არეკლილი სხივები) გამოსხივება. ამ სხივების ერთობა ჰორიზონტალურ ზედაპირზე ჰქმნის ჯამურ რადიაციას. იხ. აგრ. **ბიოდოზა, გამოსხივება მზის, მზის აბაზანა.**

მზის დაკვრა — ავადმყოფური მდგომარეობაა, რომელიც გამოწვეულია თავის ტვინის სხვადასხვა ფუნქციის მოშლით. ვითარდება შიშველ თავზე მზის სხივების ხანგრძლივი ზემოქმედების შედეგად. კლინიკურად აღინიშნება კანის სიწითლე და შეშუპება, უსიამოვნო შეგრძნება მთელ სხეულში, თავბრუსხვევა, თავის ტკივილი, ყურებში შუილი, ზოგჯერ გულისრევა, პირღებინება, ტემპერატურის მომატება, გულისცემის და სუნთქვის აჩქარება. მძიმე შემთხვევებში — მაღალი ტემპერატურა (40°C), მეტყველების მოშლა, კრუნჩხვები, ჰალუცინაციები, ცნობიერების დაკარგვა. ორგანიზმი კარგავს დიდი რაოდენობით სითხეს, რაც იწვევს სისხლის გასქელებას, ძნელდება სისხლის მიმოქცევა, ირღვევა კაპილარების მთლიანობა, ხოლო ტვინში და შინაგან ორგანოებში ჩნდება მრავლობითი წერტილოვანი სისხლჩაქცევები. პირველადი დახმარება ითვალისწინებს ავადმყოფის დაუყოვნებლივ გაყვანას **მზის სხივების** ზემოქმედების ადგილიდან (ჩრდილში), სხეულზე დაედოს სველი საფენები, თავზე ყინული, ცივი სასმელების მიღება. მძიმე შემთხვევებში სასურველია სისხლის ან ფიზიოლოგიური ხსნარის გადასხმა, საგულე საშუალებები. უკიდურეს შემთხვევებში ხელოვნური სუნთქვა.

მზით მკურნალობა — იხ. **ჰელიოთერაპია.**

მზის მოკიდება — ულტრაიისფერი ზემოქმედების შედეგად, კანის ზედა ფენებში ხდება პიგმენტ-მელანინის ჭარბი რაოდენობით დაგროვება. კანი ღებულობს მუქ შეფერილობას. ინტენსიურად მზის მოკიდება ხდება მზეზე ხანგრძლივად ყოფნისას, რასაც უარყოფითი ზეგავლენა აქვს ნერვულ, გულსისხლძარღვთა და სხვა სისტემების ფუნქციონირებაზე. იხ. აგრ. **ბიოდოზა მზის აბაზანის.**

მთის კლიმატი — იხ. **ჰავა.**

მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური.**

მინერალური წყლის ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა — მინერალური წყლის შემადგენლობის მოკლე აღწერილობა. ფორმულის დასა-

წყისში აღინიშნება სპეციფიკური ბიოლოგიურად აქტიური კომპონენტები (მათ შორის გაზები) გ/ლ და ნანოკიური/ლ. შემდგომ — წყლის მინერალიზაცია (M) გ/ლ. ამას მოსდევს პირობითი წილადი, რომლის მრიცხველში — უარყოფითი იონები (ანიონები) — წერია, ხოლო მნიშვნელში — დადებითი იონები (კათიონები). იონები ფორმულაში ხვდებიან თუ მისი რაოდენობა 20 ეკვივალენტ % აღემატება, თვითეული ჯგუფის ჯამისაგან (ანიონების ან კათიონების), რომლის ჯამური რაოდენობა მიღებულია 100 ეკვივალენტ %, ფორმულის ბოლოს — ტემპერატურა, წყლის რეაქცია (pH) და დებიტი.

მიკროკლიმატი — ბუნებრივი ფიზიკური ფაქტორების კომპლექსი, რომელიც წარმოიქმნება შემოფარგლულ გეოგრაფიულ ადგილას. მიკროკლიმატის ფიზიკური ფაქტორების სხვადასხვა შეფარდებებს გავლენა აქვს ორგანიზმის თერმორეგულაციაზე და სხვა პროცესებზე. ეს თვისებები გამოიყენება კლიმატოთერაპიის სახით. იხ. აგრ. **ჰავა.**

მიკროტალღოვანი თერაპია — ფიზიკოთერაპიის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს სამკურნალო მიზნით მიკროტალღების გამოყენებას. პირობითად ჰყოფენ, დეციმეტრული და სანტიმეტრული სიგრძის ტალღებით მკურნალობას. იხ. **დეციმეტრულტალღოვანი თერაპია, სანტიმეტრულტალღოვანი თერაპია.**

მილიბარი — ატმოსფერული წნევის საზომი ერთეულია. ერთი მილიბარი ბარის მეათასედია და ვერცხლის წყლის სვეტის 0.75 მმ უდრის. იხ. აგრ. **ბარომეტრული წნევა.**

„მიტარბი“ — სამკურნალო და სუფრის სასმელი, სუსტი მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირორჟანგიანი ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავას შემცველი (50 მგ/ლ) მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური შემადგენლობა:

$$CO_2\ 1.58\ H_2SiO_3\ 0.05M\ 2.4\frac{HCO_3\ 96\ \ Cl\ \ 3}{Ca\ \ 46\ (Na+K)\ 41}\ \ T-20^{\circ}C\ pH\ 6.2$$

დებიტი 100—110 ათასი ლ/დღ-ღ. მოიპოვება დიდი მიტარბის (იხ.) ტერიტორიაზე. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

მიუსერა — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ვუდაუთიდან 18 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 26°C. ნალექების რაოდენობა 1550 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75%. ზღვაში ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 24—26°C. რბილი ჰავა და თბილი ზღვა ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, სასუნთქი (ბრონქიალური ასთმის გარდა) და ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

მკურნალობა აეროზოლით — იხ. **აეროზოლთერაპია.**

მკურნალობა ალფა-სხივებით — იხ. **ალფა-თერაპია.**

მკურნალობა ბარომეტრული წნევის შეცვლით — იხ. **ბაროთერაპია.**

მკურნალობა გალვანური დენით — იხ. **გალვანიზაცია, გალვანოთერაპია.**

მკურნალობა გახურებული ქვიშით — იხ. **ფსამოთერაპია.**

მკურნალობა დეციმეტრული ტალღებით — იხ. **დეციმეტრულტალღოვანი თერაპია.**

მკურნალობა დიადინამიური დენებით — იხ. **დიადინამოთერაპია.**

მკურნალობა დოზირებული კვებით — იხ. **დიეტოთერაპია.**

მკურნალობა ზეტონალური დენებით — იხ. **ულტრატონთერაპია.**

მკურნალობა ზღვით — იხ. **თალასოთერაპია.**

მკურნალობა იმპულსური დენით — იხ. **ამპლიპულსთერაპია.**

მკურნალობა იონებით გამდიდრებული ჰაერით — იხ. **აეროიონოთერაპია.**

მკურნალობა ლაზერით — იხ. **ლაზეროთერაპია.**

მკურნალობა ლანდშაფტით — იხ. **ლანდშაფტოთერაპია.**

მკურნალობა მზის სხივებით — იხ. **ჰელიოთერაპია.**

მკურნალობა მზის მიკროტალღებით — იხ. **მიკროტალღოვანი თერაპია.**

მკურნალობა მინერალური წყლით — იხ. **ბალნეოთერაპია.**

მკურნალობა მცენარეული ეთერზეთებით მდიდარი ჰაერით — იხ. **აეროფიტოთერაპია.**

მკურნალობა ნემსით ჩხვლეტით — იხ. **აკუპუნქტურა.**

მკურნალობა ოზოკირიტით — იხ. **ოზოკირიტთერაპია.**

მკურნალობა პარაფინით — იხ. **პარაფინოთერაპია.**

მკურნალობა რადონით — იხ. **რადონოთერაპია.**

მკურნალობა რენტგენის სხივებით — იხ. **რენტგენოთერაპია.**

მკურნალობა სანტიმეტრული ტალღებით — იხ. **სანტიმეტრტალღოვანი თერაპია.**

მკურნალობა სინათლით — იხ. **სინათლით მკურნალობა.**

მკურნალობა სითბოთი — იხ. **სითბური მკურნალობა.**

მკურნალობა სუფთა ჰაერით — იხ. **აეროთერაპია.**

მკურნალობა სუფთა ჰაერით და მზის სხივებით — იხ. **აეროჰელიოთერაპია.**

მკურნალობა ტალახით — იხ. **პელოიდოთერაპია.**

მკურნალობა ულტრაბგერით — იხ. **ულტრაბგერით მკურნალობა.**

მკურნალობა ულტრამაღალი სიხშირის ელექტრომაგნიტური ველით — იხ. **ულტრამაღალი სიხშირის ელექტრომაგნიტური ველით მკურნალობა.**

მკურნალობა წყლით — იხ. **ჰიდროთერაპია.**

მუაში — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ლენტეხიდან 5 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1300 მ სიმაღლეზე. ჰავა ნოტიო. ზამთარი ცივი. ზაფხული ხანგრძლივი გრილი. მზის გამოსხივება ხასიათდება მაღალი აქტივობით. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა-ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 13 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 2.1 გ/ლ. ტემპერატურა 9°C. გამოიყენება სასმელად და აბაზანების სახით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, ძვალ-სახსროვანი და პერიფერული ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

„მუაში“ — სასმელი სამკურნალო სუსტი მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, კარბონატულ ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი მიერალური წყალი, ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.0\ M\ 2.2\ \frac{HCO_3\ 96\ SO_4\ 3}{Ca\ 48\ (Na+K)\ 33}\ T-9°C\quad pH\ 6.1$$

დებიტი 13 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3.2 გ/ლ. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ.

მწვანე კონცხი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი, ბათუმიდან 9 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 4°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 3000 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 80%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 1815 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ ნაჩვენებია სასუნთქი ორგანოების (ბრონქიალური ასთმის გარდა) და ნერვული სისტემის დაავადებები.

ნ

ნაბეღლავი — ბალნეოლოგიური კურორტი. ჩოხატაურიდან 35 კმ და სამტრედიიდან 50 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 470 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი თითქმის უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 14°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 1500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 74%. მოიპოვება მცირე მინერალიზაციის, ცივ (ჰიპოთერმული), სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავას, ბრომის და სხვა ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებების შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 600—700 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 7.5—8.0 გ/ლ. ტემპერატურა 14°C. გამოიყენება სასმელად და აბაზანების სახით. ჩამოისხმება ქარხნული წესით „ნაბეღლავი"-ს სახელწოდებით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლის, სანაღვლე და შარდგამტარი გზების დაავადებების, ნივთიერებათა ცვლის მოშლის დროს.

„ნაბეღლავი" — სამკურნალო და სუფრის სასმელი, მცირე მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირორჟანგიანი ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.4\ M\ 7.0\ \frac{HCO_3\ \ 92\ \ SO_4\ 4}{(Na+K)\ 79\ Mg\ 13}\ T-14^\circ C \qquad pH\ 6.3$$

მინერალიზაცია 7.5—8.0 გ/ლ. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, ღვიძლის, სანაღვლე და საშარდე გამტარი გზების დაავადებების სამკურნალოდ.

ნაგუთნები — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური საკურორტო ადგილი. ზნაურიდან 12 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1040 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 1000 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლი-

ური შეფარდებითი ტენიანობა 72%. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, ცივი (ჰიპოთერმული), სულფიდური ქლორიდული, კალციუმნატრიუმიანი, მეთანის შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 25 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0,5—0.7 გ/ლ. ტემპერატურა 17—18°C. იყენებენ აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ნავთობი ნაფტალინის სამკურნალო — იხ. **ნაფტალინის სამკურნალო ნავთობი.**

ნალექები ატმოსფერული — იხ. **ატმოსფერული ნალექები.**

ნასაკირალი — ბალნეოლოგიური კურორტი. ოზურგეთიდან 7 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 4°C. ზაფხული თბილი ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 2400 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75%. მოიპოვება ორი ტიპის წყალი: 1. მაღალი მინერალიზაციის, გრილი (სუბთერმული), სუსტად ტუტე რეაქციის, ქლორიდული ნატრიუმიან-კალციუმიანი მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$M\ 18.0\ \frac{Cl\ 96\ HCl_3\ 3}{(Na+K)\ 79\ Ca\ 20}\ T—25.3°C\ pH\ 7.7$$

დებიტი 285 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 18.0 გ/ლ; 2. სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული) სუსტად ტუტე რეაქციის, აზოტიანი, ქლორიდული ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ M\ 4.2\ \frac{Cl\ 98\ HCO_3\ 2}{(Na+K)\ 74\ Ca\ 23}\ T—17.5°C\ pH\ 7.6$$

დებიტი 11 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 4.2 გ/ლ; გამოიყენება სასმელად და აბაზანების სახით. ნაჩვენებია კუჭის, ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიულ ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ნაფტალანის სამკურნალო ნავთობი — (ნაფტალანი) ნავთობის ნაირსახეობა. მოიპოვება აზერბაიჯანში კურორტ ნაფტალანში. ნავთობი მოშავო-მორუხო ფერისაა. შედგება ზეთოვანი, ბენზინის და ნავ-

თის ფრაქციებისაგან. გამოიყენებენ აპლიკაციების, ადგილობრივი და ზოგადი აბაზანების სახით. აუმჯობესებს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის, ენდოკრინული ჯირკვლების ფუნქციონირებას, ნივთიერებათა ცვლას. აქვს ტკივილგამაყუჩებელი და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება. ნაჩვენებია ძვალ-სახსროვანი სისტემის ტრავმული დაზიანებების, სისხლძარღვების, პერიფერიული ნერვული სისტემის, კანის და გინეკოლოგიური დაავადებების დროს.

ნაქალაქევი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ასპინძიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1100 მ სიმაღლეზე. ჰავა ხასიათდება რბილი მცირეთოვლიანი ზამთრით. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი ზომიერად მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 400—600 მმ წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება რბილი კლიმატი და თერმული ნახშირმჟავა ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი, იოდის, ბრომის, რკინის და სხვა ბიოლოგიურად აქტიური მიკროელემენტების შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 2 მილიონი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 4—11 გ/ლ. ტემპერატურა 39—42°C. წყლის ზედაპირზე ამოსვლისას წარმოებს მარილების აქტიური კრისტალიზაცია. გამოიყენება სასმელად კუჭ-ნაწლავის დაავადებების და აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ. მინერალური წყალი ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით **„ვარძია“**-ს (იხ.) სახელწოდებით.

ნოქალაქევი — ბალნეოლოგიური კურორტი. სენაკიდან 17 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი ძალიან თბილი იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1600 მმ წელიწადში. მოიპოვება ცხელი (ჰიპერთერმული), სულფიდური სულფატო-ქლორიდული კალციუმ-ნატრიუმიანი, დაბალმინერალიზებული წყალი. ტემპერატურა 80°C. გამოიყენება აბაზანების სახით, ნაჩვენებია ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნურვული სისტემის, კანის, სისხლძარღვების და გინეკოლოგიური დაავადებების დროს.

„ნაქალაქევი“ — სამკურნალო და სუფრის სასმელი, მცირე მინერალიზაციის, ნეიტრალური რეაქციის, კარბონატულ ჰიდროკარბონატულ ქლორიდულ-ნატრიუმიანი, დარიშხანის (16 მგ/ლ) და ბორის

მჟავის (190 მგ/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 0.6\ AS\ 0.016\ H_3PO_3\ 0.19\ M\ 7.8\ \frac{HCO_3\ 57\ Cl\ 35}{(Na+K)\ 87\ Mg\ 7}$$

$$T - 43.5°C \quad pH\ 6.7$$

დებიტი 466 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 9.8 გ/ლ. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

ნახევარაბაზანა (გადავლებით და დაზელვით) — იხ. **აბაზანა გადავლებით და დაზელვით.**

ნაშირმჟავა მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური ნახშირმჟავა.**

ნემსით ჩხვლეტა — იხ. **აკუპუნქტურა.**

ნემსოთერაპია — იხ. **აკუპუნქტურა.**

ნუნისი — დაბალმთიანი კლიმატური კურორტი. ზღვის დონიდან 800 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 0°C. ზაფხული თბილი ზომიერად ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 1200 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, გრილი (სუბთერმული), სულფიდური, ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი, დიდი რაოდენობით კაჟოვანმჟავის შემცველი, მინერალური წყალი. დებიტი 800 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.2—0.3 გ/ლ. ტემპერატურა 27°C. ნაჩვენებია კანის დაავადებების დროს.

ო

ოზოკირიტი — ბუნებრივი ნავთობის პროდუქტია. შედგება პარაფინის, მინერალური ზეთების, ასფალტენების და ზოგიერთ, გაზოვან მდგომარეობაში მყოფ, ნახშირწყლებისაგან. ლღვობის ტემპერატურა 50—60°C. გამოირჩევა მაღალი თბოტევადობით. მოიპოვება უკრაინაში (ბორისლავა), უზბეკეთში (ფერგანა), თურქმენეთში. გამოიყენება აპლიკაციების, ადგილობრივი აბაზანების და ვაგინალურ ტამპონების სახით. ოზოკირიტს, გარდა სითბური ზემოქმედებისა, ახასიათებს გამაღიზიანებელი ეფექტი. აქვს ანთების საწინააღმდეგო ანტისპასტიკური და აღდგენითი პროცესების გამაძლიერებელი მოქმედება, ეფექტურია ქრონიკული ანთებითი პროცესების, კანის დაავადებების, ტრავმების, ნარჩენი მოვლენების დროს. იხ. აგრ. **ოზოკირიტოთერაპია.**

ოზოკირიტოთერაპია — მკურნალობის მეთოდია, რომლის დროსაც გამოიყენება ოზოკირიტის თვისებები: მაღალი თბოტევადობა, მცირე თბოგამტარიანობა და ასფალტენების ზეთების მინერალური შენაერთების გამაღიზიანებელი მოქმედება. იყენებენ აპლიკაციების სახით — სხეულის ნაწილზე, ფუნჯით უსვამენ 55°C ოზოკირიტს, შემდგომ კი უფრო ცხელ ფენას (70—80°C). აფარებენ ცელოფანს და საბანს. ასეთივე პრინციპით ტარდება ხელის მტევნის და ფეხის ტერფის აბაზანები. გინეკოლოგიურ პრაქტიკაში გამოიყენება 45—50°C ტემპერატურის ოზოკირიტის ტამპონები. პროცედურების ხანგრძლივობა 30—60 წუთი. ენიშნება დღეგამოშვებით ან ორდღეგამოშვებით. კურსზე 10—15 პროცედურა. იხ. აგრ. **ოზოკირიტი.**

ოთხსაკნიანი აბაზანა — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

ორსაკნიანი აბაზანა — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

ოქროს ნაპირი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. გუდაუთიდან 15 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი უოოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა

6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75%. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 23–25°C. რბილ, კლიმატი ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული, სასუნთქი სისტემის (ტუბერკულოზის და ბრონქიალური ასთმის გარდა) დაავადებების დროს.

ოქსიგენაცია ჰიპერბარული — იხ. **ჰიპერბარული ოქსიგენაცია.**

პ

პარაფინი — ნავთობის პროდუქტია. შედგება მაღალმოლეკულური ნახშირწყლებისაგან. მიიღება ნავთობის გამოხდის შედეგად. ხასიათდება მაღალი თბოტევადობით და მცირე თბოგამტარიანობით. ლღვობის ტემპერატურა 52—55°C. გამოიყენება სამკურნალო **პარაფინოთერაპიის** (იხ.) სახით.

პარაფინოთერაპია — მკურნალობის მეთოდია, რომლის დროსაც, თეთრი სამედიცინო პარაფინის თვისებები (მაღალი თბოტევადობა, მცირე თბოგამტარიანობა) გამოიყენება სამკურნალოდ. პარაფინს იყენებენ აპლიკაციების და ადგილობრივი აბაზანების სახით. პროცედურების ხანგრძლივობა 30—60 წუთი. კურსზე 12—20 პროცედურა.

პატარა მიტარბი — საშუალო სიმაღლის მთის საკურორტო ადგილი. ბორჯომიდან 29 კმ და წაღვერიდან 14 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1300 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ზომიერად რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 15°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. ნაჩვენებია სუნთქვის სისტემის დაავადებების დროს.

პატარა ცემი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ბორჯომიდან 27 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1370 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული ზომიერად თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 16°C. ნალექების რაოდენობა 700 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 77%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 საათი წელიწადში. სუფთა ჰაერი, გაჯერებული წიწვოვანი აირებით, ფართოდ გამოიყენება სუნთქვის ორგანოების არატუბერკულოზური დაავადებების სამკურნალოდ, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში.

პელოიდი — იხ. **ტალახი სამკურნალო.**

პელოიდინი — იხ. **ტალახის პრეპარატები.**

პელოიდოინდექტოთერმია პელოიდოინდუქტოფორეზი — ინდუქტოთერმიის ზემოქმედება და მისი საშუალებით ტალახის პრეპარატების ორგანიზმში შეყვანა, სამკურნალო მიზნით. იხ. აგრ. **ინდუქტოთერმია, ტალახის პრეპარატები.**

პელოიდოთერაპია — (ბერძნ. pelos — თიხა, ტალახი და თერაპია) სხვადასხვა სახის ტალახის გამოყენება ზოგადი აბაზანების, აპლიკაციების, საშოს და რექტალური ტამპონების, შერეული პროცედურების სახით, სამკურნალოდ. ფართოდ გამოიყენება მთელი რიგი ქრონიკული დაავადებების სამკურნალოდ. იხ. აგრ. **ტალახი სამკურნალო.**

პლაჟი სამკურნალო — (ფრანგ. plage — ზღვის დამრეცი, ნაპირი) ზღვის, ტბის ან მდინარის სანაპირო ზოლი, რომელიც კეთილმოწყობილია კლიმატოპროცედურების ჩასატარებლად და საბანაოდ, სამედიცინო პერსონალის მეთვალყურეობის ქვეშ.

pH მინერალური წყლის — იხ. **წყლის რეაქცია ან pH.**

რ

რადიოემანატორიუმი — (ემანატორიუმი) სათავსო, სადაც ტარდება ჰაერის რადიოაქტიული (რადონული) აბაზანებით და ინჰალაციებით მკურნალობა.

რადონი — (Rn) რადიოაქტიური ქიმიური ელემენტია, რომელიც ნორმალურ პირობებში უფერული, უსუნო აირია. სამკურნალოდ იყენებენ როგორც აირს, ისევე რადონის შემცველ მინერალურ წყალს. იხ. **რადონოთერაპია.**

რადონოთერაპია — ფიზიკური მკურნალობის მეთოდია, რომლის დროსაც სამკურნალოდ გამოიყენება რადიოაქტიური ელემენტი **რადონი** (იხ.), წყლის ან ჰაერის აბაზანების, შხაპების, მორწყვების, ინჰალაციების სახით, აგრეთვე სასმელად. ძირითადი მოქმედი ფაქტორია, რადონის ნახევარდაშლის შედეგად წარმოქმნილი პროდუქტები. სამკურნალოდ იყენებენ 1—100 ნანოკიური/ლ რადონის შემცველ წყლებს. რადონის პროცედურები აუმჯობესებენ ნივთიერებათა ცვლას, აწესრიგებს იმუნურ რეაქციებს, აქვს ტკივილგამაყუჩებელი, ქავილის და ანთების საწინააღმდეგო მოქმედება. ზოგადი აბაზანები თავდაპირველად ავიწროებს, შემდგომ კი აფართოებს კანის სისხლძარღვებს, არეგულირებს არტერიულ წნევას, ენდოკრინული ჯირკვლების ფუნქციონირებას, აწესრიგებს სისხლის სეროლოგიურ შედგენილობას. სასმელი რადონული წყლები აუმჯობესებენ საჭმლის მომნელებელი ტრაქტის ფუნქციას.

რადონული წყალი — იხ. **წყალი მინერალური რადიოაქტიური ან რადონული.**

რაპა — მლაშე ტბების, ლიმანების და ხელოვნური წყალსაცავების მარილიანი წყლის ნაჯერი ხსნარი. იყენებენ აბაზანების სახით, ზოგჯერ ტალახით მკურნალობასთან ერთად.

რაპის აბაზანა — იხ. **აბაზანა რაპის.**

რეაბილიტაცია — (ლათ. rehabilitatio — აღდგენა) მკურნალობის მეთოდების და ზემოქმედების კომპლექსი, რომელიც მიმართულია

ფსიქიკური დარღვევების, ჯანმრთელობის ან შრომის უნარიანობის აღსადგენად.

რეაქცია წყლის — იხ. **წყლის რეაქცია** ან **pH.**

რენტგენოთერაპია — სხივური თერაპიის მეთოდი, რომლის დროსაც გამოიყენება რენტგენის (კვანტური) სხივები. პროცედურების ჩასატარებლად გამოიყენება სპეციალური რენტგენოთერაპიული აპარატურა. ძირითადათ იყენებენ ონკოლოგიური და რიგი ანთებითი დაავადებების სამკურნალოდ. ფიზიოთერაპიულ პრაქტიკაში, უკანასკნელ წლებში, პრაქტიკულად არ გამოიყენება, ვინაიდან შემუშავებულია მაღალეფექტური და ნაკლებად საზიანო მეთოდები. იხ. **გამოსხივება რენტგენის.**

რითმი ბიოლოგიური — იხ. **ბიოლოგიური რითმი.**

რიწა — დაბალმთიანი კლიმატური კურორტი. გაგრიდან 60 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 884 მ სიმაღლეზე. კურორტი განლაგებულია რიწის ტბის გარშემო. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული თბილი, მზიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 2000 მმ წელიწადში. ჰაერი გამოირჩევა გამჭვირვალობით და გაჯერებულია წიწვოვანი აირებით. რბილი ჰავა ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების, ნერვული და გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

რკინისშემცველი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური რკინისშემცველი.**

ს

საგარაკო ადგილი — იხ. **აგარაკი.**

საირმე — დაბალმთიანი კლიმატურ-ბალნეოლოგიური კურორტი. ბაღდათიდან 25 კმ და ქუთაისიდან 55 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 950 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული თბილი, ზომიერად ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 900 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 75—80%. მოიპოვება სუსტი და მცირე მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული), ნეიტრალური რეაქციის, ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი (წყარო № 1, № 3) და ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი (წყარო № 4, № 5) მინერალური წყალი. დებიტი 700 ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3.6—9.4 გ/ლ. წყალი ჩამოისხმება ქარხნული წესით, „საირმეს"-ს სახელწოდებით. ნაჩვენებია საჭმლის მომნელებელი სისტემის და საშარდე გზების ქრონიკული დაავადებების სამკურნალოდ. საირმიდან 5 კმ დაშორებით, სოფ. **უდაბნოში** (იხ.), მოიპოვება თერმული სულფიდური მინერალური წყალი, რომელიც გამოიყენება აბაზანების სახით.

„საირმე" — სამკურნალო სასმელი სუფრის, მცირე მინერალიზაციის, ნეიტრალური რეაქციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი. ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.1\ H_2SiO_3\ 0{,}08\ H_3BO_3\ 0.11\ M\ 9.4\ \frac{HCO_3\ 79\ Cl\ 18}{(Na+K)\ 72\ Ca\ 14}$$

$$T-12°C \quad pH\ 6.7$$

იყენებენ კუჭ-ნაწლავის და საშარდე გზების ქრონიკული დაავადებების დროს.

საკნიანი აბაზანა — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

საკურორტო ადგილი — ბუნებრივი ფაქტორებით მდიდარი (რბილი კლიმატით, მინერალური წყლებით, სამკურნალო ტალახებით და სხვ.) გეოგრაფიული ადგილი, რომელიც გამოიყენება დასასვენებლად, დაავადებების პროფილაქტიკისათვის და სამკურნალოდ.

საკურორტო ზონა — იხ. **ზონა სამკურნალო.**

საკურორტო რეჟიმი — წესების და მეთოდების კომლექსი, რომელიც ითვალისწინებს დასვენებისათვის და სამკურნალოდ ხელსაყრელი პირობების შექმნას.

სამედიცინო გაჭიმვა — იხ. **გაჭიმვა სამედიცინო.**

სამკურნალო ადგილი — იხ. **საკურორტო ადგილი.**

სამკურნალო აუზი — იხ. **აუზი სამკურნალო.**

სამკურნალო ტალახი — იხ. **ტალახი სამკურნალო.**

სამკურნალო ფიზკულტურა — სამედიცინო რეაბილიტაციის და პროფილაქტიკის ეფექტური მეთოდია, რომლის მიზანია ავადმყოფის ჯანმრთელობის, შრომის უნარიანობის, მოძრაობების აღდგენა. სამკურნალო ფიზკულტურის საშუალებებს მიეკუთვნება მექანოთერაპია, შრომითი თერაპია, მასაჟი და სხვ. განარჩევენ ტანვარჯიშს, წყალქვეშა ვარჯიშებს, ცურვას, ტერენკურს, მოძრავ თამაშებს და მასობრივ ფიზკულტურულ ღონისძიებებს.

სამტრედია — ბალნეოლოგიური კურორტი. ქუთაისიდან 24 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 25 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1600 მმ წელიწადში. საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 81—85%. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცხელი (ჰიპერთერმული), სულფიდურ-ქლორიდული ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 3 მლ ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 2.5—3.0 გ/ლ. ტემპერატურა 65—67°C. იყენებენ აბაზანების სახით საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიული, ნერვული, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის, კანის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

სანტიმეტრულტალღოვანი თერაპია — მიეკუთვნება მიკროტალღოვან თერაპიას. ითვალისწინებს სანტიმეტრული სიგრძის ტალღების ზემოქმედებას ორგანიზმზე სამკურნალო მიზნით. ტალღების სიგრძე 12.6 და 12.2 სმ, სიხშირე 2375 და 2450 Hz შეადგენს შესაბამისად. სხივები აღწევენ 3—5 სმ სიღრმეზე. ზემოქმედებისას

ქსოვილებში წარმოიშვება სითბო, უმჯობესდება მეტაბოლიზმი, მიკროციირკულაცია, გამოიყოფა ბიოლოგიურად აქტიური ნივთიერებები. ღიზიანდება ქსოვილების რეცეპტორები, რაც იწვევს მეორად რეფლექტორულ რეაქციას. სანტიმეტრულტალღოვანი თერაპია აუმჯობესებს სისხლის მიმოქცევას, ტროფიკულ და ჟანგვა-აღდგენით პროცესებს, აქვს ანთების საწინააღმდეგო და გამწოვი მოქმედება. ნაჩვენებია მწვავე, ქვემწვავე და ქრონიკული ანთებითი პროცესების სამკურნალოდ.

საპროპელი — (ბერძნ. sapros — დამპალი, pelos — ლამი, ტალახი) მტკნარი წყალსაცავების ლამის დანალექი. დიდი რაოდენობით შეიცავს ორგანულ ნივთიერებებს. იყენებენ ტალახით მკურნალობისათვის.

საპროპელის ტალახი — იხ. **ტალახი საპროპელის.**

სასმელი მინერალური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური სასმელი.**

სასმელი წყალი — იხ. **წყალი სასმელი.**

საუნა — იხ. **აბანო.**

საწირე — კლიმატური საკურორტო ადგილი. ტყიბულიდან 6 კმ და ქუთაისიდან 30 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 550 მ სიმაღლეზე. სუფთა ჰაერი, მზიანი დღეების სიუხვე, ნაჩვენებია უმადობის, სისხლნაკლებობის, ნივთიერებათა ცვლის მოშლის, ბავშვთა დაავადებების სამკურნალოდ.

საჯდომი აბაზანა — იხ. **აბაზანა ადგილობრივი.**

სეზონური დაავადებები — რიგი ქრონიკულად მიმდინარე დაავადებების გამწვავება, რომელსაც იწვევს ამინდის სეზონური ცვალებადობა.

სითბური გამოსხივება — იხ. **გამოსხივება სითბური.**

სითბური დაკვრა — ორგანიზმის გადახურებით გამოწვეული ავადმყოფური მდგომარეობა. ხასიათდება ტემპერატურის მომატებით (40—42°C), თავის ტკივილებით, თავბრუსხვევით, გულის რევით, პირღებინებით, კრუნჩხვებით. ხშირი პულსით და სუნთქვით. ძირითადი მიზეზი — ორგანიზმის თერმორეგულაციის მოშლა და გარემოს ჭარბი სითბური რეჟიმი. პირველადი დახმარება — ავადმყოფის მოთავსება გრილ პირობებში, ცივი საფენები სხეულზე და სხვ.

სითბური მკურნალობა — იხ. **თერმოთერაპია.**

სიმონეთი — ბალნეოლოგიური კურორტი. ქუთაისიდან 20 კმ და-

შორებით. ზღვის დონიდან 360 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი, ზომიერად ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1800 მმ წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება თერმული სულფიდური სულფატურ-ჰიდროკარბონატული, კალციუმ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 100 ათასი ლ/დღ-ღ. ტემპერატურა 38°C. იყენებენ აბაზანების სახით საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიულ ნერვულ სისტემის, კანის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

სინათლე — იხ. **გამოსხივება ხილული.**

სინათლით მკურნალობა — **იხ. ფოტოთერაპია.**

სინოტივე ჰაერის — (ტენიანობა) წყლის ორთქლის რაოდენობა ჰაერში. ამინდის და ჰავის მნიშვნელოვანი მახასიათებელია. გამოყოფენ აბსოლუტურ, მაქსიმალურ და შეფარდებით ტენიანობას. აბსოლუტური ტენიანობა განსაზღვრავს წყლის ორთქლის რაოდენობას (გრამებში) ერთ კუბურ მეტრ ჰაერში. მაქსიმალური სინოტივე განსაზღვრავს წყლის ორთქლის რაოდენობას, რომელიც აჯერებს ერთ კუბურ მეტრ ჰაერს განსაზღვრულ ტემპერატურაზე. შეფარდებითი ტენიანობა პროცენტული შეფარდებაა აბსოლუტურ და მაქსიმალურ ტენიანობას შორის. ჰაერს თვლიან მშრალად, თუ შეფარდებითი ტენიანობა 55% ნაკლებია, ზომიერად მშრალი 56—70%, ზომიერად ნოტიო ან ტენიანი 71—85% და ძლიერ ნოტიო 85% ზემოთ. ჰაერის ტენიანობას მნიშვნელობა აქვს რიგი დაავადებების დროს, ვინაიდან არახელსაყრელი რეჟიმი ართულებს სუნთქვის, ცვლის პროცესებს, სითბოს გაცემს და სხვ. გარემოს მაღალი ან დაბალი ტემპერატურის აღქმა უფრო მძაფრია, მაღალი სინოტივის პირობებში.

სინუსოიდური მოდულირებული დენები — **იხ. იმპულსური დენები.**

სიონი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ყაზბეგიდან 8 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1890 მ სიმაღლეზე. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული ზომიერად თბილი. აგვიტოს საშუალო ტემპერატურა 15°C. ნალექების რაოდენობა 750 მმ წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება რბილი ჰავა და ნახშირმჟავა ქლო-

რიდულ-ჰიდროკარბონატული კალციუმ-ნატრიუმიანი, რკინის და კაჟოვანმჟავას შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 350 ათასი ლ/დღ-ღ. ჰავა ნაჩვენებია ფილტვების ტუბერკულოზის სამკურნალოდ და პროფილაქტიკისათვის, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში. მინერალური წყალი გამოიყენება სასმელად, საჭმლის მომნელებელი დაავადებების სამკურნალოდ.

სკალა ბოფორტის — იხ. **ბოფორტის სკალა.**

სკიპიდარის აბაზანა — იხ. **აბაზანა სკიპიდარის.**

სოლარიუმი — იხ. **აეროსოლარიუმი.**

სოპკის ტალახი — იხ. **ტალახი სოპკის.**

სორთუანი — ბალნეოლოგიური საკურორტო ადგილი ონის განაპირას. ზღვის დონიდან 780 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული ძალიან თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 1050 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 400 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3—4 გ/ლ. ტემპერატურა 13—16°C. იყენებენ აბაზანების სახით საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

სოჩხეთი — კლიმატური საკურორტო ადგილი. ტყიბულიდან 12 კმ და ორპირიდან 12 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 560 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. იყენებენ სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით.

სოხუმი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1550 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2120 სთ წელიწადში. ბანაობის სეზონი მაისიდან ნოემბრამდე. ზღვის წყლის ტემპერატურა ზაფხულში 26—27°C. სამკურნალოდ გამოიყენება რბილი კლიმატი, თბილი ზღვა კლიმატოთალასოთერაპიის სახით, გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული, სუნთქვის (ტუბერკულოზის და ბრონქიალური ასთმის გარდა), ძვალ-სახსროვანი სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ. სოხუმიდან 4 კმ დაშორებით **ბესლეთში** (იხ.), მოი-

პოვება ორი ტიპის თერმული მინერალური წყალი: სულფიდური ქლორიდული ნატრიუმიანი და აზოტიანი ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ-სულფიდური-ნატრიუმიან-კალციუმიანი. იყენებენ ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების დროს.

სპელეოთერაპია — კლიმატოთერაპიის სახეობაა, რომლის დროსაც სამკურნალოდ იყენებენ მღვიმეების მიკროკლიმატს (მუდმივი ტემპერატურა, სინოტივე, აქტიური იონების სიუხვე, ჰაერის სისუფთავე და სხვ.). ნაჩვენებია სასუნთქი (მათ შორის ბრონქიალური ასთმის), გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

სუბაქვალური აბაზანა — იხ. **აბაზანა სუბაქვალური.**

სუბტროპიკული ჰავა — იხ. **ჰავა სუბტროპიკული.**

სულორი — ბალნეოლოგიური კურორტი. ვანიდა 8 კმ და სამტრედიიდან 35 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 250 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი, ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1600 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუბთერმული (35°) და ჰიპერთერმული (97°C) სულფიდური სულფატურ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 0.3—0.4 გ/ლ. იყენებენ აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი, გულ-სისხლძარღვთა, პერიფერიულ-ნერვულ სისტემის, კანის, გინეკოლოგიური დაავადებების და ნივთიერებათა ცვლის მოშლის სამკურნალოდ.

სულფიდური ლამის ტალახი — იხ. **ტალახი ლამის სულფიდური.**

სულფიდური წყალი — იხ. **წყალი მინერალური გოგირდწყალბადიანი.**

სურამი — დაბალმთიანი კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ხაშურიდან 5 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 760 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 800 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 76%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2300 საათი წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, სუსტად სულფიდურ ჰიდროკარბონატული მაგნიუმ-კალციუმიანი, კაჟოვანმჟავას შემცველი (68 მგ/ლ) მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 0.6 გ/ლ.

იყენებენ აბაზანების სახით. კურორტზე სამკურნალოდ ნაჩვენებია სუნთქვის (არატუბერკულოზური ხასიათის), საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიულ ნერვული სისტემის დაავადებები.

სუფრის მარილის აბაზანა — იხ. **აბაზანა მარილის.**

სქური — ბალნეოლოგიური კურორტი. წალენჯიხიდან 18 კმ და ზუგდიდიდან 42 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 450 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1400—1800 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული), სულფატურ-ქლორიდული ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 70—80 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 1.7 გ/ლ. ტემპერატურა 17.2°C. ნაჩვენებია სასმელად კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით „სქური"-ს სახელწოდებით. აბაზანების სახით საყრდენ-მამოძრავებელი და პერიფერიულ ნერვულ სისტემის დროს.

„სქური" — სასმელი სამკურნალო, სუსტი მინერალიზაციის, სულფატურ-ქლორიდული ნატრიუმ-კალციუმიანი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$M\ 1.7\ \frac{Cl\ 72\ SO_4\ 26}{Ca\ 74\ Na\ 22}\ T-17.2^{\circ}C$$

ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ.

სხივური თერაპია — მკურნალობის მეთოდია, რომლის დროსაც გამოიყენება მაიონიზირებელი გამოსხივება. მათ მიეკუთვნება ელექტრომაგნიტური გამოსხივება (რენტგენის და გამა-სხივები) და კორპუსკულური (ალფა-, ნეიტრონული, პროტონული და სხვ. სხივები). სხივური თერაპია ძირითადად გამოიყენება ონკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

ტ

ტალახი ვულკანური — იხ. **ტალახი სოპკის.**

ტალახი ლამის — სქელი კონსისტენციის პლასტიური ნივთიერება, შეიცავს მინერალურ და ორგანულ შენაერთებს, გაზებს.

ტალახი ლამის თიხოვანი — თანამედროვე ან ძველი წყალსაცავების მინერალური წვრილდისპერსული ნალექია. ხასიათდება ორგანული ნივთიერებების მცირე შემცველობით, დაბალი კოლოიდურობით და სინოტივით, მაღალი წებოვნებით. იხ. აგრ. **ტალახი სამკურნალო.**

ტალახი ლამის სულფიდური — სქელი კონსისტენციის პლასტიური ნივთიერება. მინერალური შენაერთების რაოდენობა ჭარბობს ორგანულ ნივთიერებებზე. ხასიათდება მაღალი მინერალიზაციით, შეიცავს სულფიდებს (FeS) 0.05—0.50%, რაც განაპირობებს ტალახის მოშავო-მონაცისფრო, ხშირად შავ შეფერილობას და ტალახის პლასტიურობას. იხ. აგრ. **ტალახი სამკურნალო.**

ტალახი სამკურნალო — (პელოიდი) კოლოიდური ორგანო-მინერალური ბუნებრივი წარმონაქმნი. ხასიათდება მაღალი თბოტევადობით და თბოუნარიანობით (თერმული ფაქტორი). შეიცავს სამკურნალო ნივთიერებებს — მარილებს, გაზებს, ბიოსტიმულატორებს და სხვ. (ქიმიური ფაქტორი), ცოცხალ მიკროორგანიზმებს. სამკურნალო ტალახებს ყოფენ წარმოშობის მიხედვით: **ტორფის, საპროპელის, სულფიდური, თიხოვანი, ლამის, სოპკის, ჰიდროთერმული.** (იხ.). ტალახს იყენებენ ზოგადი აპლიკაციების და აბაზანების სახით, ადგილობრივი აპლიკაციების, კომპრესების და ტამპონების სახით. სამკურნალო ეფექტი განპირობებულია ტალახის ფიზიკურ-ქიმიური, მექანიკური, თერმული, ბიოლოგიური და სხვ. თვისებებით. ტალახის ზემოქმედება იწვევს სისხლძარღვების გაფართოებას, სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებას, ადგილობრივი ტემპერატურის მომატებას, ნივთიერებათა ცვლის, ნეიროჰუმორალური და ენდოკრინული სისტემის გააქტიურებას. ადგილობრივად აქვს ანთების საწინააღმდეგო, ტკივილგამაყუჩებელი, გამწოვი მოქმედება. ნაჩვე-

ნებია საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიულ ნერვული, კუჭ-ნაწლავის სისტემის, კანის და ზოგიერთი სისხლძარღვების დაავადების სამკურნალოდ.

ტალახი საპროპელის — მტკნარი წყლის ლამი. მდიდარია წყალმცენარეებით, ცხოველების გახრწნის შედეგად მიღებული ორგანული მაკრო და მიკრონაწილაკებით. მინერალური ნივთიერებები მცირე რაოდენობით. მდიდარია ორგანული ნივთიერებებით (10% და მეტი). იხ. აგრ. **ტალახი სამკურნალო.**

ტალახი სოპკის — (ვულკანური) ნახევრად თხიერი თიხოვანი წარმონაქმნი. წარმოიქმნება მთის ქანების დაშლის შედეგად, რომელიც ტექტონიკური ნაპრალებით გამოიდევნება გაზების და წყლის საშუალებით. შეიცავს ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ ნატრიუმის იონებს. მინერალიზაცია 10—20 გ/ლ, შეიცავს ბრომს, იოდს, ბორს და სხვ.

ტალახი ტორფის — სქელი, შავი ფერის პლასტიური მასა, ორგანული შემადგენლობის ჭაობის ნალექია. წარმოიშვება წყლით გაჯერებულ და ჟანგბადის ნაკლებობის პირობებში, ტორფის წარმომქნელი მცენარეების ნაწილობრივი ბაქტერიული დაშლის შედეგად. ჩვეულებრივ შეიცავს 50% მეტ ორგანულ ნივთიერებებს, ხოლო მათი ბაქტერიოლოგიური გადამუშავების (გახრწნის ხარისხი) შეადგენს 40% მეტს. ხასიათდება მაღალი თბოტევადობით.

ტალახი ჰიდროთერმული — თხიერი თიხოვანი მასა, რომელიც წარმოიშვება ვულკანური აქტივობის ზონაში. ახასიათებს მაღალი ტემპერატურა 95°C, ტუტე რეაქცია და დაბალი მინერალიზაცია 10 გ/ლ.

ტალახით მკურნალობა — იხ. **პელიოდოთერაპია.**

ტალახის აბაზანა — ბალნეოპროცედურაა, რომლის დროსაც ადამიანის სხეული (ზოგადი ტალახის აბაზანა) ან სხეულის ნაწილი (ადგილობრივი ტალახის აბაზანა) მოთავსებულია 35—38°C გაუნზავებელ ან განზავებულ ტალახის აბაზანაში. განზავების მიხედვით არჩევენ სქელ (2 : 1), საშუალო (1 : 1) და თხელ (1 : 2) ტალახის აბაზანას.

ტალახის აბაზანა ადგილობრივი — იხ. **ტალახის აბაზანა.**

ტალახის აბაზანა განზავებული — იხ. **ტალახის აბაზანა.**

ტალახის აპლიკაცია — ტალახით მკურნალობის მეთოდია, რომლის დროსაც 38—48°C ტემპერატურის, სქელი კონცენტრაციის,

ტალახი წაესმევა მთელ სხეულზე (იხ. **ტალახის აპლიკაცია ზოგადი**) ან სხეულის ნაწილზე (იხ. **ტალახის აპლიკაცია ადგილობრივი**).

ტალახის აპლიკაცია ადგილობრივი — პელოიდოთერაპიული პროცედურაა, რომლის დროსაც გარკვეული სახის, სქელი კონსისტენციის, თერმული ტალახის ფენა ედება ადამიანის სხეულის ნაწილზე. ხელის მტევანზე — ხელთათმანის სახით, ხელის მტევანზე და წინამხარზე — მაღალი ხელთათმანის სახით, ქვედა კიდურებზე — შარვლის, მოკლე შარვლის, ტრუსების სახით.

ტალახის აპლიკაცია ზოგადი — პროცედურაა, რომელიც იშვიათად გამოიყენება, ითვალისწინებს გარკვეული სახის, სქელი კონსისტენციის თერმული ტალახის დადებას მთელ სხეულზე. გამონაკლისია თავი, კისერი და გულმკერდის წინა ნაწილი.

ტალახის პრეპარატები — სამკურნალო ტალახებიდან არაფარმაკოლოგიური გზით (გამოხდით, ვამოწურვით, ცენტრიფუგირებით, ექსტრაგირებით, აქროლებით და სხვ.) და ფარმაკოლოგიური მეთოდებით მიღებული პრეპარატები (პელოიდისტილატი, პელოიდინი, გუმიზოლი და სხვ.).

ტბა — საშუალო სიმაღლის კლიმატური საკურორტო ადგილი. ბორჯომიდან 9 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1100 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული ზომიერად თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 670 მმ წელიწადში. სუფთა გამჭვირვალე მთის ჰაერი, გაჯერებული წიწვოვანი აირებით, მზიანი დღეების სიუხვე. ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების დაავადებების დროს, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში.

ტემპერატურა ეკვივალენტურ-ეფექტური — ადამიანის თბოშეგრძნების საზომი. განისაზღვრება ჰაერის ტემპერატურის, ჰაერის ტენიანობის და ჰაერის მოძრაობის სიჩქარის შეფარდებით. გამოიყენება კლიმატოთერაპიაში, კლიმატოპროცედურების ადეკვატურად შესარჩევად. გამოიხატება ცელსიუსის გრადუსებში.

ტემპერატურა ჰაერის — ფიზიკური სიდიდე, რომელიც ახასიათებს ჰაერის თერმოდინამიკურ მდგომარეობას. ატმოსფეროს თერმული რეჟიმის დასახასიათებლად სარგებლობენ: საშუალო სადღეღამისო, საშუალო თვიური, და საშუალო წლიური ტემპერატურით. აგრეთვე ამ მნიშვნელობების მაქსიმალური და მინიმალური მნიშვნე-

ლობებით. ჰაერის ტემპერატურის მნიშვნელობები გამოიყენება კლიმატოპროცედურების ჩატარების დროს.

ტერენკური — (ფრანგ. terrain — ადგილი, მხარე; გერმ. kuhr — მკურნალობა) სამკურნალო ფიზკულტურის მეთოდია, ითვალისწინებს მთაგორიან ლანდშაფტზე განლაგებული მარშრუტით დოზირებულ სიარულს (ტემპი 60—100 ნაბიჯი/წუთში). სიარულის ტემპი, მანძილი, მარშრუტის სირთულე შეირჩევა ინდივიდუალურად, ასაკის, სქესის, დაავადებების გათვალისწინებით. ტერენკურის გამოყენება იწვევს ორგანიზმის ტრენირებას და გაკაჟებას. უმჯობესდება ნივთიერებათა ცვლა, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის ფუნქციონირება, ნერვულ-ფსიქიკური მდგომარეობა, ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, სუნთქვის, საჭმლის მომნელებელი, ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების, ნივთიერებათა ცვლის დარღვევის დროს. აგრეთვე პოსტინფარქტური რეაბილიტაციისათვის.

ტრაქცია სამედიცინო — (ინგლ. tractio — გაჭიმვა) იხ. **გაჭიმვა სამედიცინო.**

ტუტიანი აბაზანა — იხ. **აბაზანა ტუტიანი.**

ტუტემარილიანი აბაზანა — იხ. **აბაზანა ტუტემარილიანი.**

ტყვარჩელი — ბალნეოლოგიური კურორტი. ოჩამჩირიდან 38 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 440 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 4°C. ზაფხული თბილი, ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 22°C. ნალექების რაოდენობა 2300 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 80%. მოიპოვება თბილი (თერმული), სუსტად მინერალიზებული, ქლორიდულ-სულფიდურ, კალციუმ-ნატრიუმიანი, კაჟოვანმჟავის (53—62 მგ/ლ) და რადონის (2—3 ნანოკიური/ლ) შემცველი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 0.3—0.5 გ/ლ. ტემპერატურა 38—39°C. იყენებენ აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

უ

უდაბნო — კლიმატური და ბალნეოლოგიური საკურორტო ადგილი. საირმიდან 5 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 950 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 950 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 76%. მოიპოვება სუსტად მინერალიზებული, ცხელი (ჰიპერთერმული), ტუტიანი რეაქციის, აზოტური სულფიდური ნატრიუმ კალციუმიანი, კაჟოვანმჟავას შემცველი (50 მგ/ლ-მდე) მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ H_2SiO_3 + HSiO_3\ 0.05\ M\ 0.3\ \frac{SO_4\ 70\ (HCO_3+CO_3)\ 18}{(Na+K)\ 80\ Ca\ 20}$$

$$T-43°C\ pH\ 9.5$$

დებიტი 500 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.3 გ/ლ. ტემპერატურა 40°C. ჟამოიყენება აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ულტრაბგერა — მაღალი სიხშირის ტალღები, 400—2500 kHz (ბგერით) დიაპაზონში, რომლებიც სცილდებიან ადამიანის სმენის აპარატის აღქმას. იხ. აგრ. **ულტრაბგერითი მკურნალობა.**

ულტრაბგერითი მკურნალობა — ფიზიოთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც ორგანიზმზე ულტრაბგერით სამკურნალო მიზნით ზემოქმედებენ. მედიცინაში ძირითადად გამოიყენება 800—900 kHz სიხშირის რხევები. ულტრაბგერის სამკურნალო მოქმედებას საფუძლად უდევს მექანიკური და სითბური ფაქტორები. ქსოვილების და ორგანოების რეაქცია დამოკიდებულია ულტრაბგერის გამოსხივების სიძლიერეზე (ინტენსივობა) და ხანგრძლივობაზე. იყენებენ ნევრალგიების, რადიკულარული სინდრომის, თვალის, სახსრების და კანის დაავადებების დროს.

ულტრაიისფერი გამოსხივება — იხ. **გამოსხივება ულტრაიისფერი.**

ულტრამაღალი სიხშირის ელექტრომაგნიტური ველი — გამოიყენება ფიზიოთერაპიაში სამკურნალო მიზნით, ველის სიხშირეები 300 MHz-დან 300 Hz-მდე. ზოგჯერ 30 MHz-დან 3 Hz-მდე. იხ. აგრ. **ულტრამაღალი სიხშირის ელექტრომაგნიტური ველით მკურნალობა.**

ულტრამაღალი სიხშირის ელექტრომაგნიტური ველით მკურნალობა — ელექტრომკურნალობის მეთოდია, რომლის დროსაც ადამიანის სხეულზე მოქმედებს იმპულსური ან უწყვეტი ულტრამაღალი სიხშირის ელექტრომაგნიტური ველი. სამკურნალო მოქმედებას საფუძვლად უდევს ველის გავლენა ქსოვილების დამუხტულ ნაწილაკებზე. იწვევს ქსოვილებში სითბოს გამოყოფას, ფიზიკურ-ქიმიური რეაქციების აქტივირებას და რეცეპტორების გაღიზიანების შედეგად ვითარდება მეორადი რეფლექტორული რეაქციები. ნაჩვენებია კანის და კანქვეშა ქსოვილის ანთების, ნევრალგიების, აბსცესების, ქოლეცისტიტის და სხვა დაავადებების სამკურნალოდ.

ულტრამაღალი სიხშირის ინდუქტოთერმია — ინდუქტოთერმიის ნაირსახეობაა, რომლის დროსაც სამკურნალო მიზნით იყენებენ ულტრამაღალი სიხშირის მაგნიტურ ველს, რის გამოც სითბური კომპონენტი, უფრო გამოხატულია ინდუქტოთერმიასთან შედარებით. იხ. აგრ. **ინდუქტოთერმია.**

ულტრატონთერაპია — ანუ ზეტონალური დენებით მკურნალობა. ითვალისწინებს მაღალი სიხშირის (22 kHz), მაღალი ძაბვის (4—5 kV) და მაქსიმალური სიმძლავრის (10 Wt-მდე) ცვლადი სინუსური დენით ორგანიზმზე, სამკურნალო მიზნით, ზემოქმედებას. დარსონვალიზაციის მსგავსი მოქმედება აქვს. იხ. აგრ. **დარსონვალიზაცია.**

ურალელი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატურ-ბალნეოლოგიური საკურორტო ადგილი. ახალციხიდან 16 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1200 მ სიმაღლეზე. ჰავა კონტინენტური, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული ზომიერად თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 69%. მოიპოვება მცირე მინერალიზაციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმ-კალციუმ-მაგნიუმიანი, ნახშირმჟავას (1.2 გ/ლ), კაჟონმჟავის (90 მგ/ლ), ორვალენტიანი რკინის (10 მგ/ლ) შემცველი

მინერალური წყალი. დებიტი 70 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3 გ/ლ. იყენებენ აბაზანების სახით საყრდენ-მამოძრავებელი და პერიფერიულ-ნერვულ სისტემის დაავადებების დროს, სასმელად — კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ.

ურეკი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ფოთიდან 20 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ძალიან რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 2000 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 78%. სამკურნალოდ გამოიყენება რბილი ჰავა, ზღვაში ბანაობა, მაგნიტიტის შემცველი ქვიშა. ნაჩვენებია გულ-სისხლძარღვთა, სუნთქვის და ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

უწერა — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ონიდან 13 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1050 მ სიმაღლეზე, ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი ზომიერად თბილი თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 1400 მმ წელიწადში. მოიპოვება ორი ტიპის მინერალური წყალი: 1. მცირე და საშუალო მინერალიზაციის, ცივი, სუსტად ტუტე რეაქციის, ჰიდროკარბონატული, ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 50 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 5—12 გ/ლ. იყენებენ სასმელად საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების დროს; 2. საშუალო მინერალიზაციის, ცივი, სუსტად ტუტე რეაქციის, ჰიდროკარბონატულ კალციუმიან (ნატრიუმ-კალციუმიან), რკინის შემცველ (15—17 მგ/ლ), მინერალური წყალი. დებიტი 500 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 9—10 გ/ლ. იყენებენ სასმელად და აბაზანების სახით. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით „უწერა"-ს სახელწოდებით.

„უწერა" — სამკურნალო და სუფრის სასმელი, საშუალო მინერალიზაციის, ცივი, სუსტად ტუტე რეაქციის, კარბონატული ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი, ბორის შემცველი (1.3 გ/ლ) მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 2.5\ H_2BO_3\ 1.3\ M\ 9.9\ \frac{HCO_3\ 96\ Cl\ 4}{(Na+K)\ 81\ Ca\ 12}\ T-11°C\ pH\ 6.8$$

დებიტი 109 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 9.9 გ/ლ. ჩამ-ისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით. იყენებენ საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

უჯარმა — დაბალმთიანი კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. საგარეჯოდან 22 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 770 მ სიმაღლეზე. ჰავა კონტინენტური, ზომიერად მშრალი. ზამთარი რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 0°C. ზაფხული თბილი, ზომიერად მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 22°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 63%. მოიპოვება საშუალო მინერალიზაციის, ცხელი (ჰიპერთერმული), სუსტად ტუტე რეაქციის, კარბონატულ-ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდული ნატრიუმიანი, მეთანის, ბრომის, იოდის და სხვ. მიკროელემენტების შემცველი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CH_4\ H_3BO_3\ 0.125\ H_2SiO_3 +$$

$$+HSiO_3\ 0.070\ M\ 6.2\ \frac{Cl\ 69\ (HCO_3+CO_2)\ 30}{(Na+K)\ 98\ Ca\ 1}\ T-44^\circ C\ pH\ 8.0$$

დებიტი 180 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 8.2—10.0 გ/ლ. ტემპერატურა 44—47°C. იყენებენ აბაზანების სახით საყრდენ-მაძრავებელი, გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადების დროს.

ფ

ფარადიზაცია — სამკურნალო-დიაგნოსტიკური მეთოდი, რომლის დროსაც ზემოქმედებენ დაბალი სიხშირის (30—150 Hz), ასიმეტრიული ცვლადი დენით. მეთოდი მოძველებულია და მედიცინაში აღარ გამოიყენება.

ფასანაური — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. თბილისიდან 88 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1050 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 1000 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 72%. სამკურნალოდ გამოიყენება ჰავა, სუნთქვის ორგანოების დაავადებების დროს. სასმელად და აბაზანების სახით — ნახშირმჟავა ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატულ ნატრიუმიან, მინერალურ წყალს. დებიტი 100 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3—15 გ/ლ. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების დროს.

ფაქტორები მეტეოროლოგიური — ატმოსფერული ფაქტორებია, რომლებიც ადამიანის ორგანიზმზე ზემოქმედებისას იწვევს ცვლილებებს. გამოყოფენ ქიმიურ ფაქტორებს — ჰაერის აირები და სხვადასხვა მინარევები. ფიზიკურ ფაქტორებს — ჰაერის ტემპერატურა, ატმოსფერული წნევა, ჰაერის სინოტივე (ტენიანობა), აგრეთვე ატმოსფერული მოვლენები: ღრუბლიანობა, ნალექები, ქარი.

ფაქტორები ტელურული — დედამიწის ფიზიკურ-ქიმიური თვისებები, რომლებსაც გავლენა აქვს ადამიანის ორგანიზმზე (გეომაგნიტური ველი, გამოსხივება და სხვ.).

ფიზიოთერაპია — მეცნიერებაა, რომელიც აერთიანებს ხელოვნური ფიზიკური ფაქტორებით მკურნალობისა და მოქმედების მექანიზმების შესწავლას, ოპტიმალური მეთოდიკების შემუშავებას. ხელოვნური (პრეფორმირებული) ფაქტორები, რომლებიც წარმოიქმნება აპარატურის საშუალებით, იყოფიან ათ ჯგუფად: 1. ზემოქ-

მედება დაბალი ძაბვის მუდმივი დენებით **(გალვანიზაცია, ელექტროფორეზი, ელექტროპუნქტურა** და სხვ.). 2. მუდმივი და ცვლადი მიმართულების იმპულსური დენები **(ელექტროსტიმულაცია, ფლუქტუორიზაცია** და სხვ.). 3. მაღალი ძაბვის და სიხშირის ელექტრული დენებით ზემოქმედება **(დარსონვალიზაცია, ინდუქტოთერაპია,)**. 4. მაღალი ძაბვის ელექტრომაგნიტური ველებით ზემოქმედება, **(ფრანკლინიზაცია, აეროიონოთერაპია)**. 5. მაგნიტური ველებით ზემოქმედება **(მაგნიტოთერაპია)** — მუდმივი მაგნიტებით, მაგნიტოფორებით: ცვლადი დაბალსიხშირის მაგნიტური ველით; დაბალი და საშუალო სიხშირის იმპულსური მაგნიტური ველით). 6. მაღალი და ზემაღალი სიხშირის ელექტრომაგნიტური ველებით ზემოქმედება (ინდუქტოთერაპია, იმპულსური ულტრამაღალი სიხშირის მაგნიტური ველით, ინდუქტოთერმია ულტრამაღალი სიხშირის მაგნიტური ველით, მიკროტალღოვანი — დეციმეტრულტალღოვანი და სანტიმეტრულტალღოვანი თერაპია). 7. ხილული დიაპაზონის ელექტრომაგნიტური ტალღებით ზემოქმედება (ინფრაწითელი გამოსხივება, სინათლის სპექტრის წითელი და ლურჯი გამოსხივება, ლაზერის გამოსხივება). 8. აეროიონური ზემოქმედება (აეროიონოთერაპია, ჰიდროაეროიონოთერაპია, ელექტროაეროზოლოთერაპია). 9. გარემოს მექანიკური რხევით ზემოქმედება (ვიბრომასაჟი, ულტრაბგერა, ფონოფორეზი). 10. ბარომეტრული წნევის ცვალებადობით ზემოქმედება (ჰიპო- ან ჰიპერბაროთერაპია, ჰიპერბარული ოქსიგენაცია).

ფიზიკური ვარჯიში — ფიზიკური კულტურის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს სხეულის მიზანდასახულ მოძრაობების კომპლექსს. იყენებენ გაკაჟების, ტრენირების, პროფილაქტიკურ და სამკურნალო მიზნით.

ფიზიკური კულტურა სამკურნალო — (ანუ აღდგენითი ფიზკულტურა, კინეზოთერაპია) სამედიცინო რეაბილიტაციის შემადგენელი ნაწილია და ითვალისწინებს ფიზიკური ვარჯიშების გამოყენებას ავადმყოფის შრომისუნარიანობის შესანარჩუნებლად, შინაგანი რეაქციების სტიმულირებისათვის და ავადმყოფობით გამოწვეული იძულებითი ჰიპოდინამიის პროფილაქტიკისათვის და სამკურნალოდ. იხ. აგრ. **ფიზიკური ვარჯიში.**

ფიზიოთერაპია — (ბერძნ. physis — ბუნება; therapia — მკურნალობა) მეცნიერება, რომელიც შეისწავლის ბუნებრივი და ხელოვნური ფიზიკური ფაქტორების სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზ-

ნით გამოყენებას. ბუნებრივი ფიზიკური ფაქტორების ზემოქმედებას შეისწავლის **კურორტოლოგია** (იხ.), ხოლო ხელოვნურის — პრეფორმირებული ფიზიკური ფაქტორების **ფიზიკოთერაპია** (იხ.).

ფლუიდოთერაპია — იხ. **ჰიდროპუნქტურა ან ფლუიდოპუნქტურა.**

ფლუქტუორიზაცია — ელექტროთერაპიის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს სამკურნალო მიზნით, ადამიანის ორგანიზმზე, დაბალი ძაბვის მცირე ძალის სინუსური ცვლადი დენით ზემოქმედებას. დენი ქაოტურად იცვლის ამპლიტუდას და სიხშირეს 100-დან 2000 Hz-მდე. იწვევს ნერვული სისტემის სინქრონულ იმპულსაციას. გამოიყენება პერიფერიული ნერვების დაზიანების და კუნთოვანი სისტემის დისტროფიების დროს.

ფოთი — ზღვისპირა ქალაქი. ჰავა სუბტროპიკული ზღვის ნოტიო. ზამთარი თბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1960 მმ წელიწადში. შესაძლოა რბილი ჰავის და თბილი ზღვის სამკურნალოდ გამოყენება.

ფონოფორეზი — (ბერძ. phone — ბგერა, phoresis — გადატანა) ფიზიკოთერაპიის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს ულტრაბგერის საშუალებით დაუზიანებელი კანიდან, ორგანიზმში მედიკამენტური და სამკურნალო საშუალებების შეყვანას. ულტრაბგერის და მედიკამენტების კომპლექსური გამოყენება ამაღლებს ეფექტურობას, ამცირებს მედიკამენტების ხარჯვას. იხ. აგრ. **ულტრაბგერა.**

ფორმულა მინერალური წყლის ფიზიკურ-ქიმიური — იხ. **მინერალური წყლის ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა.**

ფოტოთერაპია — სინათლით მკურნალობა. ოპტიკური გამოსხივების (ინფრაწითელი, ხილული, ულტრაიისფერი) გამოყენება სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით. სინათლით ზემოქმედებისას დასხივების ადგილზე მატულობს ტემპერატურა, უმჯობესდება სისხლის მიმოქცევა და ჟანგვა-აღდგენითი პროცესები, ძლიერდება ოფლის გამოყოფა. ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების, კანის, თირკმელების, ძვალ-სახსროვანი და პერიფერიულ ნერვულ სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ფრანკლინიზაცია — მიეკუთვნება მაღალი ძაბვის მუდმივი ელექტრომაგნიტური ველით მკურნალობას. გამოყოფენ ზოგად და ადგილობრივ პროცედურებს. ზოგადი ფრანკლინიზაცია (ელექტროსტატიკური შხაპი) მოქმედებს მთელ ორგანიზმზე, რომლის დროსაც

წარმოიშობა უარყოფითი იონები და ოზონი. კანის ზედაპირის ელექ-ტრიზაცია განაპირობებს ორგანიზმში ფიზიკურ-ქიმიური პროცესებ-ის აქტივირებას, მატულობს ქსოვილების ოქსიგენაცია და ნახშირ-ორჟანგის გამოყოფა, იწვევს არტერიული წნევის და სისხლის შეგ-ლედების დაქვეითებას. აუმჯობესებს ძილს, ფიზიკურ და გონებრივ ტონუსს, შრომისუნარიანობას. ადგილობრივი ფარადიზაცია აქვეი-თებს კანის მგრძნობელობას, აქვს ტკივილგამაყუჩებელი და ქავილ-საწინააღმდეგო მოქმედება. ხელს უწყობს ჭრილობების და წყლუ-ლების შეხორცებას.

ფსამოთერაპია — (ბერძნ. phsamos — ქვიშა, therapia — მკურ-ნალობა) თერმოთერაპიული მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს გა-ხურებული ქვიშით ზემოქმედებას, ადამიანის სხეულზე, ზოგადი ან ადგილობრივი აბაზანების სახით. 40—50°C გახურებული ქვიშა, თანაბრად გადასცემს სითბოს. პროცედურის მიღების დროს მატუ-ლობს ტემპერატურის და ოფლის გამოყოფა. ძლიერდება ჟანგვა-აღდგენითი პროცესები და თირკმელების გამომყოფი ფუნქცია. ქვი-შის მექანიკური ზემოქმედება კანის სისხლძარღვებზე იწვევს სისხ-ლის და ლიმფის მიმოქცვის გაუმჯობესებას. ახასიათებს ტკივილგა-მაყუჩებელი მოქმედება. ფსამოთერაპია გამოიყენება როგორც და-მოუკიდებელი მეთოდი, ასევე სხვა ფიზიო-ბალნეო მეთოდებთან ერთად. ნაჩვენებია საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიულ ნერვუ-ლი სისტემის, სუნთქვის და შარდის გამოყოფის ორგანოების, გი-ნეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

ქ

ქარი — ჰაერის ნაკადი, რომელსაც აქვს მოძრაობის გარკვეული მიმართულება და სიჩქარე. ქარის სახელწოდებას განსაზღვრავენ მისი საწყისი მიმართულების მიხედვით (ჩრდილოეთის, სამხრეთის, დასავლეთის და აღმოსავლეთის), აგრეთვე გამოყოფენ შუალედურ მიმართულებებს (ჩრდილო-აღმოსავლეთის, ჩრდილო-დასავლეთის და სხვ.). ქარის სიძლიერეს აფასებენ, ნაკადის სიჩქარით (მ/წამში), 13 ბალიანი სკალის მიხედვით (ბოფორტის სკალა), სადაც 0 შტილს უდრის (ნაკადის სიჩქარე 0—0.5 მ/წმ), ხოლო 13 — ქარიშხალია (30 მ/სეკ და მეტი). დაბალი ტემპერატურის დროს ქარი აძლიერებს ორგანიზმის თბოგაცემას და იწვევს გაცივებას. ცხელ ამინდში აძლიერებს ოფლის აორთქლებას, აგრილებს სხეულს და აუმჯობესებს თბოშეგრძნებას. სუსტ ქარს მატონიზირებელი მასტიმულირებელი მოქმედება აქვს, ხოლო ძლიერი ქარი აღიზიანებს ნერვულ სისტემას და აძნელებს სუნთქვას.

ქვიშით მკურნალობა — იხ. **ფასამოთერაპია.**

ქვიშხეთი — დაბალმთიანი კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ბორჯომიდან 26 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 750 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 70%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 საათი წელიწადში. ბურღილებიდან მიღებულია სუსტი მინერალიზაციის, გრილი (სუბთერმული), სულფიდური კარბონატული ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 50 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.14 გ/ლ. ტემპერატურა 30°C.

ქობულეთი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ბათუმიდან 32 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზამთარი ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა

2500 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 81%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 საათი წელიწადში. სანაპიროს აქვს უნიკალური ქვიშის პლაჟი და მიკროკლიმატი. ნაჩვენებია ნერვული და გულ-სისხლძარღვთა სისტემის, სასუნთქი ორგანოების არატუბერკულოზური დაავადებების, სისხლნაკლებობის და რაქიტის დროს.

ღ

ღრუბლიანობა — მიეკუთვნება ატმოსფერულ ფაქტორებს. წარმოადგენს წყლის ორთქლის კონდენსატს ატმოსფეროში. ზეგავლენას ახდენს განათების რეჟიმზე, განაპირობებს ატმოსფერულ ნალექებს.

ყ

ყაზბეგი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური საკურორტო ადგილი. თბილისიდან 165 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1744 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —5°C. ზაფხული გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 14°C. ნალექების რაოდენობა 800 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 72%. სამკურნალოდ გამოიყენება სუფთა მთის ჰაერი, მზის ნათების ხანგრძლივი პერიოდი. ნაჩვენებია ფილტვების არატუბერკულოზური ხასიათის დაავადებების დროს. ყაზბეგიდან 2 კმ დაშორებით მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული), სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა და ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ ნატრიუმ-კალციუმიანი, კაჟოვანმჟავის შემცველი მინერალური წყალი. დებიტი 190 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 1,5—2.5 გ/ლ. ტემპერატურა 15°C. ჩამოისხმება ბოთლებში ქარხნული წესით, „ყაზბეგი"-ს სახელწოდებით. ნაჩვენებია სასმელად კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

„ყაზბეგი" — სამკურნალო სასმელი, სუსტი მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა და ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ ნატრიუმ-კალციუმიანი, კაჟოვანმჟავის შემცველი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური შემადგენლობა:

$$CO_2\ 1.8\ H_2SiO_3\ 0.06\text{–}0.08\ M\ 2.5\frac{HCO_3(65\text{–}67)\ Cl(29\text{–}32)}{(Na+K)\ 51\ Ca\ 28\ Mg\ 21}$$

$$T\text{–}14°C\ pH\ 6.1$$

ქარხნული წესით ჩამოისხმება ჭაბურღილებიდან მიღებული წყალი. დებიტი 190 ათასი ლ/დღ-ღ. ნაჩვენებია საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

შ

შეფუთვა მშრალი — სითბური პროცედურაა, რომლის დროსაც გაშიშვლებულ ავადმყოფს ახვევენ წინასწარ გამთბარ ზეწარში და საბანში. აქვს დამამშვიდებელი და ოფლმდენი მოქმედება. იხ. აგრ. **შეფუთვა სველი.**

შეფუთვა სველი — ჰიდროთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც გაშიშვლებულ ავადმყოფს ახვევენ, ჯერ 25—30°C წყალში დასველებულ ზეწარში, შემდგომ კი საბანში. დასაწყისში, პირველ ფაზაში, პროცედურას აღმგზნები და სიცხის დამწევი მოქმედება აქვს (პირველი 10—15 წუთი). შემდგომ, მეორე ფაზაში (30—40 წუთზე) — დამამშვიდებელი მოქმედება აქვს. მესამე ფაზაში (თუ პროცედურის ხანგრძლივობა 40 წუთზე მეტია), ორგანიზმში იწვევს სითბოს წარმოქმნას და ოფლის გამოყოფას. იხ. აგრ. **შეფუთვა მშრალი.**

შოვი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ონიდან 30 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1600 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად მშრალი. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 6°C. ზაფხული გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 16°C. ნალექების რაოდენობა 1100 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 65%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2000 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება სუფთა ჰაერი და მაღალი ინტენსივობის მზის ულტრაიისფერი გამოსხივება. მოიპოვება ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმ-კალციუმიანი. რკინის შემცველი მინერალური წყალი. ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების, კუჭ-ნაწლავის, სანაღვლე და საშარდე გზების დაავადებების, ლიმფადენიტის, მეორადი სისხლნაკლებობის დროს.

შხაპი — ჰიდროთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც ორგანიზმზე მოქმედებს დოზირებული წნევის და ტემპერატურის, ერთი ან მრავალი წყლის ნაკადი. იყენებენ ჰიგიენურ და სამკურნალო მიზნით,

შხაპის სამკურნალო-პროფილაქტიკურ ეფექტს საფუძვლად უდევს ტემპერატურული და მექანიკური გაღიზიანება. გამოყოფენ: 1. მუდმივი ტემპერატურის შხაპებს: ცივი — 20°C; გრილი — 20—30°C; ინდიფერენტული — 34—36°C; თბილი — 37—39°C; ცხელი — 40°C და მეტი. 2. ცვლადი ტემპერატურის (კონტრასტული) შხაპი. 3. შხაპი დაბალ, საშუალო და მაღალწნევიანი. ტემპერატურული და მექანიკური ზემოქმედების სიდიდეების ვარირება შესაძლოა როგორც მატონიზირებელი, ასევე დამამშვიდებელი ეფექტის მიღება. წყლის ნაკადის დიამეტრის მიხედვით გამოყოფენ: **მტვრისებრ, ნეშსისებრ, წვიმისებრ, შარკოს, მარაოსებრ, კასკადურ შხაპებს** (იხ)); წყლის ნაკადის მიმართულების მიხედვით: **აღმავალ, ცირკულარულ, შარკოს;** კომბინირებულ შხაპებს; **შოტლანდიურ, შხაპ-მასაჟს** და **წყალქვეშა შხაპ-მასაჟს** (იხ). შხაპებს წარმატებით იყენებენ ნერვული სისტემის ფუნქციური დაავადებების, ნივთიერებათა ცვლის მოშლის და სხვ. დაავადებების სამკურნალოდ. აგრეთვე შხაპის ტემპერატურის თანდათანობითი დაქვეითება ხელსაყრელია ორგანიზმის გასაკაჟებლად.

შხაპი აღმავალი — (ან შორისის შხაპი) დამჯდარ მდგომარეობაში მყოფ ადამიანის შორისზე, ქვემოდან ზემოქმედებს განსაზღვრული ტემპერატურის აღმავალი წვიმისებრი ნაკადი.

შხაპი მარაოსებრი — სათანადო ტემპერატურის წყლის ნაკადი, რომელიც სპეციალური ნაპრალისებრი ბუნიკის საშუალებით იშლება მარაოსებურად და მოქმედებს ადამიანის სხეულზე.

შხაპი მტვერისებრი — ორგანიზმზე ზემოქმედებს განსაზღვრული ტემპერატურის მტვრისებრი წყლის ნაკადი. წარმოიქმნება სფეროსებრ ბუნიკით, რომლისგანაც, მართი კუთხით, გამოდის ოთხი ყანწისებურად მოხრილი და ბოლოსკენ გაფართოებული მილი. სფეროდან მილებში გადასვლის ადგილი დაცხრილულია ძალიან წვრილი ნახვრეტებით, რომლებიც წარმოქმნიან მტვერისებრ ნაკადს.

შხაპი ნემსისებრი — იქმნება წყლის ნაკადის გავლისას წვიმის ბადეში 0.5 მმ დიამეტრის. ეშვება ვერტიკალურად და მოქმედებს ადამიანის სხეულზე.

შხაპი ორთქლის — იხ. **აბაზანა ორთქლის.**

შხაპი კასკადური — ჰიდროთერაპიული პროცედურაა, რომლის დროსაც ხელოვნურად შექმნილი, 1.5—2.0 მ სიმაღლის და 12—22°C ტემპერატურის, წყლის ჩანჩქერი ეცემა ადამიანის სხეულს. პროცედურის თერმული და მექანიკური ფაქტორების მოქმედება განაპირობებს ზოგადგამაჯანსაღებელ და გამაკაჟებელ მოქმედებას. იწ-

ვევს დადებით ძვრებს ნერვულ სისტემაში, აუმჯობესებს ორგანიზმის ტონუსს და ნივთიერებათა ცვლას.

შხაპი შარკოს — ადამიანის ორგანიზმზე მოქმედებს ჰორიზონტალური მსხვილი წყლის ნაკადი, რომელიც წარმოიქმნება სპეციალური მეტალის ბუნიკში, მაღალი წნევის ქვეშ, წყლის გავლით. მოქმედებენ სხეულის სხვადასხვა ნაწილზე მონაცვლეობით. შხაპს იყენებენ წონის დასაკლებად.

შხაპი შორისის — იხ. **შხაპი აღმავალი.**

შხაპი შოტლანდიური — ადამიანის სხეულზე მონაცვლეობით მოქმედებენ, ცივი და ცხელი წყლის მაღალი წნევით წარმოქმნილი მსხვილი ჰორიზონტალური ნაკადით.

შხაპი ცირკულარული — (ან მანტელ-შხაპი) ადამიანის სხეულზე ზემოქმედებს, ყველა მხრიდან, ჰორიზონტალურად მიმართული, სპეციალური დანადგარის საშუალებით მრავალრიცხოვანი წვრილი წყლის ნაკადი.

შხაპი წვიმისებრი — ორგანიზმზე მოქმედებს დახვრეტილ დისკოში, წყლის ნაკადის გავლის შედეგად წარმოქმნილი წვიმისებრი ნაკადი.

შხაპ-მასაჟი — კომპლექსური ჰიდროპროცედურის ნაირსახეობაა, რომლის დროსაც შხაპქვეშ აწარმოებენ ხელით დაზელვას. შხაპ-მასაჟი პრაქტიკულად არ გამოიყენება.

შხაპ-მასაჟი წყალქვეშა — კომპლექსური ჰიდროპროცედურაა, რომლის დროსაც აბაზანაში, წყალქვეშ, აწარმოებენ მაღალი წნევის ნაკადით, ადამიანის სხეულის დაზელვას.

ჩ

ჩაბანვა — ჰიდროპროცედურაა, რომლის დროსაც ავადმყოფს აყენებენ თბილი წყლის აბაზანაში. სხეულის წინა და უკანა ზედაპირზე (ზოგადი ჩაბანვა) ან სხეულის ნაწილზე (ადგილობრივი ჩაბანვა) რიგრიგობით მრავალჯერ აწურავენ წყალში დასველებულ ღრუბელს ან ჰიდროფილურ ქსოვილს, შემდგომი პირსახოცით დაზელვით შეწითლებამდე და სითბოს შეგრძნებამდე.

ჩითახევი — დაბალმთიანი კლიმატური კურორტი. ბორჯომიდან 18 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 870 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემერატურა —3°C. ზაფხული რბილი, ზომიერად ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 77%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება ხელსაყრელი ჰავა, რომელიც ნაჩვენებია ძვალ-სახსროვანი სისტემის ტუბერკულოზის სამკურნალოდ.

ჩენცხიუთერაპია — იხ. **აკუპუნქტურა.**

ცა

ცაიში — ბალნეოლოგიური კურორტი. ზუგდიდიდან 10 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი, ნოტიო. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 1600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 76%. მოიპოვება ორი ტიპის მინერალური წყალი: 1. სუსტი მინერალიზაციის, იზოთერმული, სუსტად ტუტე რეაქციის, სულფიდური ქლორიდულ-ნატრიუმიანი, გოგირდწყალბადის შემცველი (20—26 მგ/ლ), მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ CH_4\ CO_2\ H_2S+HS\ 0.024\ M\ 2.5\ \frac{Cl\ 82\ HCO_3\ 16}{(Na+K)\ 80\ Mg\ 13}$$

$$T\ -34^\circ C\ pH\ 7.4$$

დებიტი 80 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 2.5 გ/ლ. ტემპერატურა 34°C; 2. სუსტი მინერალიზაციის, ცხელი (ჰიპერთერმული), სუსტად მჟავე რეაქციის, აზოტურ სულფატურ-ქლორიდული კალციუმ-ნატრიუმ-მაგნიუმიანი, კაჟოვანმჟავის შემცველი (50—70 მგ/ლ), მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$N_2\ H_2SiO_3\ 0.050\ M\ 1.5\ \frac{SO_4\ 55\ Cl\ 32}{Ca\ 54\ (Na+K)\ 20\ Mg\ 2}$$

$$T-81^\circ C\quad pH\ 6.5$$

დებიტი 2 მილიონი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 1.5—2.0 გ/ლ. ტემპერატურა 81°C. ორივე ტიპის წყალი გამოიყენება აბაზანების სახით ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიული ნერვული სისტემის, გინეკოლოგიური და კანის დაავადებების სამკურნალოდ.

ცემი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ბორჯომიდან 18 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1120 მ სიმაღლეზე.

ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ზომიერად რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა — 4°C. ზაფხული ზომიერად თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 550 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 77%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ გამოიყენება მთის ჰავა, რომელიც ხელსაყრელია სუნთქვის ორგანოების ქრონიკული დაავადებების სამკურნალოდ, მათ შორის ფილტვების ტუბერკულოზი.

ცივი კოდა — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. საგარეჯოდან 12 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1500 მ სიმაღლეზე. ჰავა ზომიერად ნოტიო. ზამთარი რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული ზომიერად თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 17°C. ნალექების რაოდენობა 800 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 78%. სამკურნალოდ გამოიყენება რბილი ჰავა სუნთქვის ორგანოების დაავადებების სამკურნალოდ და პროფილაქტიკისათვის.

ციხისძირი — ზღვისპირა კლიმატური კურორტი. ქობულეთიდან 9 კმ დაშორებით. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი თბილი, უთოვლო. იანვრის საშუალო ტემპერატურა 6°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 23°C. ნალექების რაოდენობა 2700 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 78%. სამკურნალოდ ნაჩვენებია ზღვის ჰავა სასუნთქი გზების არატუბერკულოზური დაავადებები, გულ-სისხლძარღვთა და ნერვული სისტემის ფუნქციური დაავადებები.

ციხისჯვარი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ბორჯომიდან 30 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1800 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი ზომიერად ცივი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —7°C. ზაფხული გრილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 13°C. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 საათი წელიწადში. მაღალი ულტრაიისფერი დასხივება, სუფთა, მშრალი ჰაერი, უქარო ამინდები ნაჩვენებია სასუნთქი ორგანოების (მათ შორის ბრონქიალური ასთმა) დაავადებების სამკურნალოდ, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში. აგრეთვე მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, გრილი (სუბთერმულ), სუბსულფიდურ ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი მინერალურ წყალს. დებიტი 300 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.1—0.2 გ/ლ. ტემპერა-

ტურა 31.5°C. ნაჩვენებია საყრდენ-მამოძრავებელი, პერიფერიულ ნერვული სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ცხელსაფენი — თერმოთერაპიის მეთოდია, რომლის დროსაც კანზე, ღრმად მდებარე ქსოვილებზე და ორგანოებზე ზემოქმედებენ სითბოთი, ცხელსაფენის სახით. მოსამზადებლად იყენებენ ლორწოვანი თვისებების მქონე, მცენარეული წარმოშობის ნივთიერებებს (სელის თესლი). მასას აქუცმაცებენ, ასხამენ მდუღარე წყალს და ზელენ ცომის მსგავსად. მზა ნივთიერებას ადებენ სხეულის დაავადებულ ნაწილს. ცხელსაფენისათვის აგრეთვე იყენებენ მშრალ ცხელ ნაცარს, ტორფს, სელის თესლს და სხვ. გამოიყენება იშვიათად, ვინაიდან პარაფინით, ტორფით და სხვა სითბური მეთოდებით მკურნალობა ეფექტურობით აღემატება ცხელსაფენების გამოყენებას.

ცხვარიჭამია — კლიმატური საკურორტო ადგილი. მცხეთიდან 30 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1160 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროიკული, მშრალი. იყენებენ დასასვენებლად და პროფილაქტიკური მიზნებისათვის, განსაკუთრებით ბავშვთა ასაკში.

წ

წაღვერი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. ბორჯომიდან 14 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1020—1050 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი ზომიერად რბილი, თოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —3°C. ზაფხული თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 77%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2000 სთ. წელიწადში. სამკურნალოდ იყენებენ მთის ჰავას, რომელიც ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების დაავადებების დროს. აგრეთვე მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული), სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული მაგნიუმ-კალციუმ-ნატრიუმიანი (ან კალციუმ-ნატრიუმიანი), რკინის შემცველი (45 მგ/ლ), მინერალური წყალი. დებიტი 34 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3—5 გ/ლ. იყენებენ სასმელად, კუჭ-ნაწლავის დაავადებების და ზოგიერთი ანემიების დროს.

„წაღვერი“ — სამკურნალო და სუფრის სასმელი, სუსტი მინერალიზაციის, სუსტად მჟავე რეაქციის, ნახშირმჟავა ჰიდროკარბონატული ნატრიუმ-მაგნიუმ-კალციუმიანი, რკინის შემცველი, მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.9\ H_2SiO_3\ 0.110\ M\ 5.3\ \frac{HCO_3\ 83\ Cl\ 16}{(Na+K)\ 35\ Mg\ 33\ Ca\ 32}$$

$$T - 13^\circ C\ pH\ 6.2$$

დებიტი 34 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 3—5 გ/ლ. ნაჩვენებია კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

წიწვის აბაზანა — იხ. **აბაზანა წიწვის.**

წყალი თერმული — მიეკუთვნება წყლების ჯგუფი, რომლის ტემპერატურა 34°C და მეტია. თერმული წყლები, ტემპერატურის მი-

ხედვით იყოფა: 34–37°C – ინდიფერენტული; 37–39°C – თბილი; 39–45°C – ცხელი. სითბური ეფექტის გამო გამოიყენება სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით.

წყალი მინერალური – ბუნებრივი ან ხელოვნურად მომზადებული წყლების ჯგუფი, რომლების ფიზიკურ-ქიმიური თვისებები (მინერალური და ორგანული კომპონენტები, გაზები, რადიოაქტიური შენაერთები, ტუტე ან მჟავე რეაქცია, ტემპერატურა და სხვ.) დადებითად მოქმედებს ადამიანის სისტემების ფუნქციონირებაზე. მინერალური წყლის ძირითადი მახასიათებელი მინერალიზაციაა – მარილების შემცველობა. წყალი ითვლება სუსტად მინერალიზებული, თუ მარილების საერთო რაოდენობა 1–5 გ/ლ; მცირე მინერალიზებული – 5–10 გ/ლ; საშუალოდ მინერალიზებული – 10–15 გ/ლ; მაღალმინერალიზებული – 15–35 გ/ლ; სუსტი მარილწყალი (ან წათხი) – 35–70 გ/ლ; მარილწყალი – 70–150 გ/ლ; ძლიერი მარილწყალი – 150 გ/ლ; მინერალური წყალი ითვლება მარტივი, თუ შეიცავს ერთი ტიპის იონებს 20 ეკვივალენტ % და რთული – თუ იონების ნაირსახეობა ორს აღემატება. გამოყოფენ დადებითად დამუხტულ იონებს – ანიონებს: ნატრიუმ-კალიუმის (Na+K), კალციუმის (Ca), მაგნიუმის (Mg). უარყოფითად დამუხტულ იონებს – კათიონებს: ქლორის (Cl), ჰიდროკარბონატის (HCO_3) სულფატის (SO_4). მინერალური წყალი შესაძლოა შეიცავდეს გაზებს: მეთანს, აზოტს, ნახშირორჟანგს და გოგირდწყალბადს. აგრეთვე რადიოაქტიულ ნივთიერებებს – რადონს და მიკროელემენტებს – დარიშხანს, რკინას, იოდს, ბრომს, ბორს, კაჟოვანმჟავას. წყლის შემადგენლობის გამოსახატავად იყენებენ **მინერალური წყლის ფიზიკურ-ქიმიურ ფორმულას** (იხ.). მინერალური წყლის შემადგენლობის მიხედვით გამოყოფენ: აზოტიან-კაჟოვან, ბორის შემცველ, გოგირდწყალბადიან, დარიშხანოვან, იოდობრომიან, მეთანის შემცველი, ნახშირმჟავა, რადიოაქტიული (რადონის), რკინის შემცველს და სხვ. არანაკლები მნიშვნელობა აქვს წყლის ტემპერატურას (იხ. **წყალი თერმული**) და რეაქციას (იხ. **წყლის რეაქცია ან pH**). მინერალური წყლები გამოიყენება სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით მთელი რიგი დაავადებების დროს.

წყალი მინერალური აზოტიანი – კაჟოვანი, თერმული – მიეკუთვნება მინერალური წყლების დიდი ჯგუფი, რომლებიც შეიცავს 50 მგ/ლ კაჟოვანმჟავას. დიდი რაოდენობით აზოტს 20–25 მგ/ლ.

წყლის ტემპერატურა 36—39°C. ძირითადად გამოიყენება აბაზანების სახით.

წყალი მინერალური ბორის შემცველი — მოიპოვება ბუნებრივად და შეიცავს მეტაბორმჟავას არანაკლებ 50 მგ/ლ რაოდენობით. გამოიყენება აბაზანების სახით და სასმელად.

წყალი მინერალური გოგირდწყალბადიანი — (სულფიდური) მიეკუთვნება ბუნებრივი წყლების დიდი ჯგუფი, რომელშიც გამოყოფენ: 1. სუსტი კონცენტრაციის გოგირდწყალბადიანი მინერალური წყლები — გოგირდწყალბადის შემცველობით 10—50 მგ/ლ; 2. საშუალო კონცენტრაციის გოგირდწყალბადიანი წყლები, გოგირდწყალბადის შემცველობით 50—100 მგ/ლ; 3. ძლიერი კონცენტრაციის გოგირდწყალბადიანი წყლები, გოგირდწყალბადის შემცველობით 200—500 მგ/ლ; არაიშვიათად ძალიან ძლიერი კონცენტრაციის 1000—2000 მგ/ლ. გოგირდწყალბადიანი მინერალური წყალი გამოიყენება მხოლოდ აბაზანების სახით მთელი რიგი დაავადებების სამკურნალოდ.

წყალი მინერალური დარიშხანოვანი — ბუნებრივი მინერალური წყლები, რომლებიც შეიცავენ დარიშხანს 0.7 მგ/ლ და მეტს. დარიშხანის შემცველობის მიხედვით გამოყოფენ: 1. დარიშხანოვან მინერალურ წყლებს, დარიშხანის რაოდენობა 0.7—5.0 მგ/ლ; 2. ძლიერდარიშხანოვანი წყლები, დარიშხანის რაოდენობა 5.0—10.0 მგ/ლ; 3. ძალიან ძლიერ დარიშხანოვანი წყლები, დარიშხანის რაოდენობა 10—100 მგ/ლ. გამოიყენება სასმელად და აბაზანების სახით.

წყალი მინერალური იოდობრომიანი, იოდიანი, ბრომიანი — როული შემადგენლობის ბუნებრივი წყლები, რომელიც შეიცავენ იოდს არანაკლებ 5—10 მგ/ლ და ბრომს არანაკლებ 25 მგ/ლ. გამოიყენება აბაზანების სახით, სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით.

წყალი მინერალური კაჟოვანი — იხ. **წყალი მინერალური აზოტიანი კაჟოვანი, თერმული.**

წყალი მინერალური კაჟოვანი, თერმული — იხ. **წყალი მინერალური აზოტიანი-კაჟოვანი, თერმული.**

წყალი მინერალური მეთანის — ბუნებრივი წყლები, რომლებიც შეიცავენ გაზურ ფრაქციებს, მეთანის სახით, მოცულობით 10% მეტს. როგორც წესი, წყლები აზოტურ-მეთანის ტიპისაა.

წყალი მინერალური ნახშირმჟავა — ბუნებრივი მინერალური

წყლების დიდი ჯგუფი, რომლებიც შეიცავენ 0.5 გ/ლ და მეტ ნახშირმჟავას. ძირითადად გამოიყენება სასმელად.

წყალი მინერალური რკინისშემცველი — მინერალური წყლების ჯგუფია, რომლებიც შეიცავენ ორ და სამ ვალენტოვან რკინას 10 მგ/ლ მეტი რაოდენობით. ძირითადად გამოიყენება სასმელად.

წყალი მინერალური სასმელი — მინერალური წყლების დიდი ჯგუფია, რომლებიც ვარგისია შიგნით მისაღებად. გამოყოფენ შემდეგი ტიპის მინერალურ წყლებს: 1. სამკურნალო სასმელი მინერალური წყალი, მინერალიზაცია 8—12 გ/ლ (გამონაკლისი — „ლუგელა", მინერალიზაციით 52 გ/ლ); 2. სუფრის და სამკურნალო მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 2—8 გ/ლ; 3. სუფრის მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 1—2 გ/ლ; 4. სუფრის წყალი. მინერალიზაცია 1 გ/ლ-მდე. გამოიყენება სასმელად და საჭმლის მომნელებელი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

წყალი მინერალური სილიციუმიანი — იხ. **წყალი მინერალური აზოტიან-კაჟოვანი, თერმული.**

წყალი მინერალური სულფიდური — იხ. **წყალი მინერალური გოგირდწყალბადიანი.**

წყალი რადიოაქტიური — (ან რადონული) რადიოაქტიური ნივთიერებების შემცველი მინერალური წყლები, ძირითადად რადონის და რადიუმის შემცველი 5 ნანიკიური/ლ და მეტი. გამოყოფენ 1. ძალზე სუსტი რადიოაქტიურ წყლებს 5—20 ნანოკიური/ლ; 2. სუსტი რადიოაქტიური 20—40 ნანოკიური/ლ; 3. საშუალოდ რადიოაქტიური 80—120 ნანოკიური/ლ; 4. მაღალრადიოაქტიური 120—200 ნანოკიური/ლ; 5. ზემაღალრადიოაქტიური 200 ნანოკიური/ლ მეტი. შემცველობის მიხედვით გამოყოფენ: მარტივ რადონულ წყლებს, რომლის მოქმედება განპირობებულია მხოლოდ რადონის ნახევარდაშლის პროდუქტები; და რთული რადონული წყლები, რომლის მოქმედების მექანიზმი დამოკიდებულია წყლის რთულ შემადგენლობაზე. გამოიყენება აბაზანების სახით, სასმელად, ინგალაციებისათვის და სხვ.

წყალი რადონული — იხ. **წყალი რადიოაქტიური.**

წყალი სასმელი — რომელშიც მარილების შემცველობა 1 გ/ლ ნაკლებია და ვარგისია შიგნით მისაღებად.

წყალტუბო — ბალნეოლოგიური კურორტი. ქუთაისიდან 12 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 100—120 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო, ზამთარი რბილი, თბილი. იანვრის

საშუალო ტემპერატურა 5°C. ზაფხული ცხელი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 24°C. ნალექების რაოდენობა 1820 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 73%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2000 საათი წელიწადში. მოიპოვება უნიკალური სუსტი მინერალიზაციის, იზოთერმული, სუსტად ტუტე რეაქციის, სუსტად რადონული, აზოტის, ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული-სულფატური, ნატრიუმ-კალციუმ-მაგნიუმიანი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$Rn\ 1.9\ N_2\ 0.022\ M\ 0.8\ \frac{SO_4\ 41\ HCO_3\ 34\ Cl\ 25}{Ca\ 55\ Mg\ 24\ (Na+K)\ 21}$$

$$T\ 34.6°C\quad pH\ 7.3$$

დებიტი 18—20 მლ ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.7—0.8 გ/ლ. ტემპერატურა 33—35°C. იყენებენ აბაზანების ინჰალაციების სახით, მორწყვებისათვის და ჰიდროპროცედურებისათვის წყალტუბოს მინერალური აბაზანებით მკურნალობას ფართო ჩვენებები აქვს: ძვალ-სახსროვანი, ცენტრალურ და პერიფერიულ ნერვულ სისტემის, გულ-სისხლძარღვთა, კანის, გინეკოლოგიური დაავადებების, დროს. კურორტის ტერიტორიაზე მდებარეობს კარსტული „თეთრი მღვიმე", რომლის მიკროკლიმატი გამოიყენება ჰიპერტონული დაავადების, ჰიპოტონიის, ბრონქიალური ასთმის, ნევროზების და სხვა დაავადებების სამკურნალოდ.

წყალტუბოს ფილიალი კურორტოლოგიის და ფიზიოთერაპიის სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტის — (ი. კონიაშვილის სახელობის) დაარსებულია 1949 წელს, სადაც მუშავდება და იხვეწება ბალნეო, ფიზიო და სპელეოთერაპიის მეთოდები.

წყლით მკურნალობა — (ჰიდროთერაპია) მტკნარი წყლის პროცედურების გამოყენება სამკურნალო-პროფილაქტიკური და რეაბილიტაციური მიზნით. მინერალური წყლით მკურნალობას **ბალნეოთერაპია** (იხ.) შეისწავლის. ჰიდროთერაპიის დროს ადამიანის სხეულზე ზემოქმედებს წყლის თერმული, ქიმიური და მექანიკური ფაქტორები. ტემპერატურის მიხედვით განასხვავებენ ჰიდროპროცედურებს: ცივი 20°C ქვემოთ; გრილი 20—22°C; ინდიფერენტული 34—36°C; თბილი 37—39°C; ცხელი 40°C ზემოთ. ცივ და გრილ ჰიდროპროცედურებს იყენებენ გულ-სისხლძარღვთა და ნერვული სის-

ტემის სტიმულირებისათვის, ორგანიზმის გასაკაჟებლად, ნივთიერებათა ცვლის მოსაწესრიგებლად, სიმსუქნის დროს, კუნთოვანი ტონუსის ასამაღლებლად და სხვ. ინდიფერენტული ტემპერატურის პროცედურები ნაჩვენებია ნერვული და გულ-სისხლძარღვთა სისტემის მომატებული აღგზნებადობის და სისხლძარღვოვანი ტონუსის სამკურნალოდ. ცხელი წყლის პროცედურები — თირკმელების დაავადებების დროს.

წყლის რეაქცია ან **pH** — განისაზღვრება ტუტე-მჟავე მარილების შეფარდებით. თუ pH 3.5-ზე ნაკლებია, წყალი ძლიერ მჟავეა, 3.5—5.5 — მჟავე, 5.5—6.8 — სუსტად მჟავე, 6.8—7.2 — ნეიტრალური, 7.2—8.5 — სუსტად ტუტიანი და 8.5-ზე მეტი — ტუტიანი.

წყარო — მიწისქვეშა წყლის ბუნებრივი გამოსავალი დედამიწის ზედაპირზე.

წყნეთი — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტი. თბილისიდან 8 კმ დაშორებით. ჰავა ზომიერად მშრალი. ზამთარი ზომიერად რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი, მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 20°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 68%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2100 საათი წელიწადში. სამკურნალოდ ნაჩვენებია სუნთქვის ორგანოების, არატუბერკულოზური ხასიათის დაავადებები

ხ

ხარისვარდას აბაზანა — იხ. **აბაზანა ხარისვარდას.**

ხიდიკარი — დაბალმთიანი კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. ამბროლაურიდან 4 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 680 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული. ზამთარი თბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —1°C. ზაფხული ძალიან თბილი, ზომიერად ტენიანი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 22°C. ნალექების რაოდენობა 1000 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, სუსტად სულფიდური, ჰიდროკარბონატული (ან სულფიდურ-ჰიდროკარბონატული), კალციუმ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. დებიტი 50 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 0.7—0.8 გ/ლ. გამოიყენება აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ხილული გამოსხივება — იხ. **გამოსხივება ხილული.**

ხმელეთის კლიმატი — იხ. **ჰავა.**

ხოვლე — დაბალმთიანი ბალნეოლოგიური კურორტი. კასპიდან 20 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 780 მ სიმაღლეზე. ზამთარი რბილი, მცირეთოვლიანი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —2°C. ზაფხული თბილი, ზომიერად მშრალი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 21°C. ნალექების რაოდენობა 600 მმ წელიწადში. მოიპოვება სუსტი მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული)), სუსტად სულფიდური სულფატურ-ჰიდროკარბონატულ ნატრიუმიანი მინერალური წყალი. მინერალიზაცია 0.8 გ/ლ. ტემპერატურა 14°C. გამოიყენება აბაზანების სახით, ძვალ-სახსროვანი სისტემის დაავადებების სამკურნალოდ.

ჯ

ჯავა — საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური და ბალნეოლოგიური კურორტი. თბილისიდან 133 კმ დაშორებით. ზღვის დონიდან 1120 მ სიმაღლეზე. ჰავა სუბტროპიკული, ზომიერად ნოტიო. ზამთარი თოვლიანი, ზომიერად ცივი. იანვრის საშუალო ტემპერატურა —4°C. ზაფხული თბილი. აგვისტოს საშუალო ტემპერატურა 18°C. ნალექების რაოდენობა 950 მმ წელიწადში. ჰაერის საშუალო წლიური შეფარდებითი ტენიანობა 72%. მზის ნათების ხანგრძლივობა 2200 სთ წელიწადში. მოიპოვება მცირე მინერალიზაციის, ცივი (ჰიპოთერმული), ნეიტრალური რეაქციის, ნახშირმჟავა ქლორიდულ-ჰიდროკარბონატული ნატრიუმიანი, იოდის (2 მგ/ლ) და ბრომის (8 მგ/ლ) შემცველი, მინერალური წყალი. დებიტი 20 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 5—7 გ/ლ. ტემპერატურა 11°C. იყენებენ სასმელად, კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ. ჩამოისხმება ქარხნული წესით „ჯავა"-ს სახელწოდებით. კლიმატობალნეოთერაპიასთან ერთად გამოიყენება ტალახით მკურნალობა, მინერალური წყლით ინჰალაცია და სხვ.

„ჯავა" — სამკურნალო და სუფრის სასმელი, მცირე მინერალიზაციის, ნეიტრალური რეაქციის, კარბონატულ ჰიდროკარბონატულ-ქლორიდულ-ნატრიუმიანი მინერალური წყალი.

ფიზიკურ-ქიმიური ფორმულა:

$$CO_2\ 1.5\ M\ 5.3\ \frac{HCO_3\ 75\ Cl\ 24}{(Na+K)\ 88\ Ca\ 10}\ T-11^\circ C\ pH\ 7.0$$

დებიტი 71,4 ათასი ლ/დღ-ღ. მინერალიზაცია 5.3 გ/ლ. იყენებენ კუჭ-ნაწლავის დაავადებების სამკურნალოდ.

ჰ

ჰაერი — დედამიწის ირგვლივ გარსშემორტყმული, ატმოსფეროს სახით, აირების ბუნებრივი ნარევი, რომელიც ძირითადად შედგება აზოტის, ჟანგბადის და სხვა ინერტული გაზებისაგან. მშრალი ჰაერი შედგება შემდეგი აირებისაგან (მოცულობითი %): აზოტი (N_2) — 78.09%, ჟანგბადი (O_2) — 20.95%, არგონი (Ar) — 0,93%, ნახშირორჟანგი (CO_2) — 0.03%. უმნიშვნელო რაოდენობით წყალბადი (H_3), ოზონი (O_3), აზოტის ჟანგეულები, ამიაკი (NH_3), მეთანი (CH_4), გოგირდოვანი ანჰიდრიდი (SO_4) და სხვ.

ჰაერის აბაზანა — სუფთა ჰაერზე, განსაზღვრული დროით, ნაწილობრივ ან სრულიად გაშიშვლებული ადამიანის ყოფნა — გაკაჟების, დაავადებების პროფილაქტიკის, ან მკურნალობის მიზნით. პროცედურები ტარდება **აერარიუმში** (იხ.). იწვევს ნივთიერებათა ცვლის პროცესების და სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებას, ორგანიზმის რეზისტენტობის ამაღლებას.

ჰაერის ტემპერატურა — იხ. **ტემპერატურა ჰაერის.**

ჰაერის ტენიანობა — იხ. **სინოტივე ჰაერის.**

ჰავა — (ანუ კლიმატი) გეოგრაფიულ ადგილისათვის დამახასიათებელი მეტეოროლოგიური ფაქტორების ერთობლიობა, რომელიც განაპირობებს ამ ტერიტორიის ამინდის განსაზღვრულ ტიპს. დედამიწის განედების მიხედვით განასხვავებენ ჰავის შემდეგ ძირითად სახეობებს: ეკვატორული, ტროპიკული, სუბტროპიკული, ზომიერი განედების, ხმელთაშუა ზღვის, მუსონურ და სხვ. განედების ჰავაზე გავლენა აქვს ლანდშაფტს (მაღლობის, მთის, ხმელეთის ან კონტინენტური, ზღვისპირა ჰავა). საქართველოში ჰავა ხასიათდება ზღვის ნოტიო სუბტროპიკული (დასავლეთ საქართველოში), ზომიერად ნოტიო სუბტროპიკულიდან (აღმოსავლეთ საქართველოში) მშრალ კონტინენტურში გარდამავალი ჰავით (სამხრეთ საქართველოში).

ჰავა სუბტროპიკული — კლიმატის ნაირსახეობა. ხასიათდება ზამთრის ყველაზე ცივი თვის ტემპერატურა მერყეობს 2—18°C. ზაფხულის ყველაზე ცხელი თვის ტემპერატურა 20—50°C. ნალექების

რაოდენობა 100 მმ (მშრალი სუბტროპიკული) — 4000 მმ (ნოტიო სუბტროპიკული) წელიწადში.

ჰიდროაეროიონიზაცია — hydro — წყალი, air — გაზი, ჰაერი, და იონი). ხელოვნური ელექტრო-მეტეო-აკუსტიკური ზემოქმედების შედეგად წარმოქმნილი იონები, რომლებიც გვხვდება ბუნებრივ პირობებში წყლის გაფრქვევისას. ჰიდროაეროიონიზაცია ტარდება სპეციალური ხელსაწყოს, ჰიდროაეროიონიზატორის საშუალებით. ორგანიზმზე ზემოქმედებისას უმჯობესდება ჟანგვა-აღდგენითი რეაქციები, ნივთიერებათა ცვლა, ჰემოდინამიკა, სისხლძარღვოვანი ტონუსი, ნერვული სისტემის ფუნქციური მდგომარეობა. იყენებენ ჰიპერტონიული დაავადების და ათეროსკლეროზის დაწყებითი სტადიების, რევმატიზმის (არააქტიურ ფაზაში) სამკურნალოდ.

ჰიდროთერაპია — (ბერძნ. hydro — წყალი, ლათ. therapiae — მკურნალობა) იხ. **წყლით მკურნალობა.**

ჰიდროთერმული ტალახი — იხ. **ტალახი ჰიდროთერმული.**

ჰიდროპუნქტურა ან ფლუიდოპუნქტურა — (ლათ. hydro — წყალი, puncturae — ჩხვლეტა) წყლით მკურნალობის მეთოდია, რომელიც ითვალისწინებს აკუპუნქტურის წერტილების სტიმულირებას წყლის ნაკადით, აქვს მატონიზირებელ-მასტიმულირებელი მოქმედება.

ჰიპერბარული ოქსიგენაცია — (ლათ. hiper — მაღალი; ბერძნ. baros — სიმძიმე, წნევა და ლათ. oxygenum — ჟანგბადი) ხელოვნურად შექმნილ, ატმოსფეროზე მაღალი წნევის პირობებში (იხ. **ბაროკამერა**), სუფთა ჟანგბადის ზემოქმედება ორგანიზმზე, სამკურნალო-პროფილაქტიკური მიზნით. ჰიპერბარული ოქსიგენაციის დროს მატულობს სისხლის გაჯერება ჟანგბადით, მისი მატება ატმოსფერულთან შედარებით პარციალულია წნევის მატების. იწვევს სისხლის ოქსიგენაციას, ქსოვილების ჟანგვა-აღდგენითი პროცესების აქტივირებას, სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებას, კოლატერალების გახსნას. იყენებენ ზოგიერთი დაავადების დროს, რომელსაც თან ერთვის ჰიპოქსია.

ჰელიოთერაპია — (ბერძნ. helios — მზე; therapiae — მკურნალობა) კლიმატოთერაპიის ნაირსახეობაა, რომელიც ითვალისწინებს მზის სხივების დოზირებულად გამოყენებას, დაავადებების სამკურნალოდ და პროფილაქტიკისათვის. ძირითადი მოქმედი ფაქტორია მზის ელექტრო-მაგნიტური გამოსხივების ენერგია. ორგანიზმზე

მოქმედებს მზის ხილული (სინათლის) და უხილავი (ძირითადად — ინფრაწითელი და ულტრაიისფერი) სხივები, პირდაპირი, არეკლილი და გაფანტული რადიაციის სახით (ჯამური რადიაცია). ინფრაწითელ გამოსხივებას აქვს სითბური მოქმედება, ულტრაიისფერს კი ფიზიკურ-ქიმიური. მათი მოქმედება იწვევს კანის შეწითლება (იხ.) **ერითემა** შემდგომი პიგმენტაციით. უმჯობესდება კანის დაცვის უნარიანობა, წარმოიქმნება ვიტამინი D, აქტიურდება ნივთიერებათა ცვლა, იმატებს ორგანიზმის რეზისტენტობა, უმჯობესდება სისხლის მიმოქცევა, ძილი, მადა, ზოგადი მდგომარეობა. ჰელიოთერაპიის ძირითადი პროცედურაა მზის ადგილობრივი აბაზანა, რომელიც ტარდება სპეციალურად მოწყობილ მოედანზე (აეროსოლარიუმი, პლაჟი და ა. შ.). განასხვავებენ ჰელიოთერაპიის მცირე, ზომიერ და გამოხატულ ზემოქმედების რეჟიმს. დოზირება ხდება მზის რადიაციის ინტენსივობის განსაზღვრით, გრამ-კალორიებში და ბიოდოზებში. ნაჩვენებია ჰიპოვიტამინოზის, ნევრიტების, სასუნთქი ორგანოების და სხვ. დაავადებების სამკურნალოდ. აგრეთვე ქრონიკული დაავადებების პროფილაქტიკისათვის და ჯანსაღი ორგანიზმის გასაკაჟებლად.

ჰელიოთერმები — ტბები, რომლებიც შევსებულია მინერალური წყლით და თბება ბუნებრივად, მზის სხივებით. ჰელიოთერმების წყლის ტემპერატურა და მინერალიზაცია სიღრმესთან ერთად მნიშვნელოვნად იცვლება. ოსმოსური წნევის და ტემპერატურის სხვაობა წყლის ფენის სხვადასხვა დონეზე (ადამიანის სხეულის ვერტიკალურ მდგომარეობაში ყოფნისას) ჰელიოთერმებში ბანაობისას, განაპირობებს სამკურნალო ეფექტს. იწვევს გულ-სისხლძარღვთა, ძვალ-სახსროვანი, პერიფერიულ ნერვულ სისტემის ფუნქციონალური მდგომარეობის გაუმჯობესებას, ნივთიერებათა ცვლის გაძლიერებას, ორგანიზმის გაკაჟებას.

საგნობრივი სარჩევი

ა

ბ

გ

ზ

თ

ი

კ

ლ

მ

ნ

ო

პ

რ

ს

ტ

უ

ფ

ქ

ღ

ყ

შ

ჩ

ც

წ

ხ

ჯ

ჰ

სარჩევი

საქართველოს კურორტები და საკურორტო ადგილები

ბალნეოლოგიური კურორტები

პელოიდური კურორტები

კლიმატური კურორტები

ზღვისპირა კლიმატური კურორტები

მთის კლიმატური კურორტები

ა) დაბალმთიანი კლიმატური კურორტები

ბ) საშუალო სიმაღლის მთის კლიმატური კურორტები

გ) მაღალმთიანი კლიმატური კურორტები

ჩამოსასხმელი მინერალური წყლები

გულ-სისხლძარღვთა სისტემის სამკურნალო კურორტები

სასუნთქი სისტემის სამკურნალო კურორტები

საჭმლის მომნელებელი სისტემის სამკურნალო კურორტები

ნერვული სისტემის სამკურნალო კურორტები

ძვალ-სახსროვანი სისტემის სამკურნალო კურორტები

შარდგამომყოფი სისტემის სამკურნალო კურორტები

გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალო კურორტები

კანის დაავადებების სამკურნალო კურორტები

ტუბერკულოზის სამკურნალო კურორტები

ნივთიერებათა ცვლის მოშლის სამკურნალო კურორტები

სისხლნაკლეგოგეგის სამკურნალო კურორტები

გავშვთა კურორტები

ძირითადი ლიტერატურა

ქართული საბჭოთა ენციკლოპედია — ტ. 1—11 თბილისი. 1975—1987.

მ. ვადაჭკორია, გ. უშვერიძე, ვ. ჯალიაშვილი — საქართველოს სსრ კურორტები. თბილისი. — 1987. — 382 გვ.

П. А. Чиквиладзе — Курорты местного значения Грузинской ССР — Тбилиси: Сабчота Сакартвело.— 1961, 270 с.

Курорты: Энциклопедический словарь.
(Под ред. Е. И. Чазов) — М. «Советская энциклопедия» 1983. 592 с.

Большая медицинская энциклопедия» (Под ред. Б. В. Петровского), изд. «Советская энциклопедия» М. — 1974—1988. т. 1—29.

Курортология и физиотерапия. Под ред. В. М. Боголюбова: в 2 томах; Т. I. — М.: Медицина, 1985. 560 с.

Лечебная физическая культура: Справочник (Епифанов Б. А., Мошков В. Н., Антуфьева Р. И. и др.; Под ред. Б. А. Епифанова. М.; Медицина, 1987. 528 с: ил.

Кадастр минеральных вод СССР — М., 1987, с. 80—87.

ბოლოსიტყვაობა

„ნუ შეგაშინებსთ, არ გავნებსთ
მთიდან ყვირილი ხარისა“

ვაჟა

„ცნობარში“ ამდაგვარი ბოლოთქმა ეთიკური რომ არაა, ვიცი. გაგებული მკითხველი მიხვდება, რომ ეს იძულებითია. ისტორიას ხომ უნდა დარჩეს მართალი სინამდვილე. ჩემმა მეგობრებმა გაზეთებიდან „წყალტუბო“ (კანკაძე), „ქუთაისი“ (შენგელია), „საქართველოს რესპუბლიკა“ (გოგიაშვილი) უარი მითხრეს წერილების გამოქვეყნებაზე.

„ცნობარი“ იწერებოდა იმ დროს, როცა წყალტუბოში შინაური თუ ლტოლვილი ზვიადისტები ბობოქრობდნენ და ამ წიგნის ავტორებს აწიოკებით ემუქრებოდნენ, ჩვენ მაინც ვიჯექით ჩვენს სადარაჯოზე, ზოგიერთივით არ გავქცეულვართ, არც დავმალულვართ და ველოდებოდით უარესზე უარესს, შემდეგ მოხდა ეს უარესი, დაირბა წყალტუბო, დაარბიეს ისევ ლტოლვილმა ზვიადისტებმა, რომელთა შემოსვლასა და განთავსებას არავინ ხელმძღვანელობდა. დაირბა კურორტოლოგიის ინსტიტუტის ფილიალი — წყალტუბოს **ტვინი** და **გული** და ამაში ბრალი ისევ პულტთან მოკალათებულ და „ფშვიტინა“ წყალტუბოელებს მიუძღვით.

ასაწიოკებელთა სიაში იყო ოტია იოსელიანიც. ამ თითქმის უშიშარ კაცსაც შეეშინდა, აბა არ შეეშინდებოდა? ემუქრებოდნენ წლების მანძილზე რუდუნებით აგებულ სასახლეს ნაცარ-ტუტად გიქცევთო, ამ შიშს, დანაშაულებრივი, უზნეო ქცევისთვის წყალტუბოდან გაძევებული, ლტოლვილთა საბჭოს თავმჯდომარე, გოგრიჭიანი თესავდა.

მე რომ მჯეროდეს, ოტია იოსელიანი რაიმეს დაწერს, აღარ ვიჯახირებდი, მაგრამ ამაში ეჭვი მეპარება. ამ დიდმა მწერალმა და მართლაც ბრძენკაცმა ყველაფერი იცის; იცის, ვინ უგზავნიდა ღომს და საცივს ზვიადისტებს ცხუნკურის ტყეში, იცის ვინ აქეზებდა ლტოლვილებს შედით სანატორიუმებში და თუ დაკეტილი

ოთახები და კაბინეტები ნახოთ, გატეხეთო, მოკლედ: „იცის, როგორ დავრჩით ობლად, როგორ ვევნეთ და ვეწამეთ“.

უსასოდ რომ ვიგრძენი თავი, ოტია იოსელიანს დავურეკე. ძეგრონა, ამ სამეცნიერო დაწესებულების მოვალედ რაცხდა თავს.

არ მოვიდა. შემდეგ საყვედური ვაკადრე.

— რას გაგიკეთებდიო. — მიპასუხა.

შეეძლო სამძიმარი ეთქვა...

ისინი კი, ვინც უნდა შებრძოლებოდნენ თავდამსხმელებს, თავი შეაფარეს. ერთს მოუსმენია ზუგდიდიდან ტელეფონით საუბარი — „ჩვენ ხომ შევთანხმდით, რომ ქობალიას წინააღმდეგობის გარეშე შემოუშვებდითო წყალტუბოში“, — „ბოლოს და ბოლოს, მამუკა ბენიძემ აგვირიაო ყველაფერი“, — იყო პასუხი.

ამდაგვარი ცენზურის და კიდევ უფრო უმკაცრესი „უცენზურო ცენზურის“ პირობების გამო, როცა ჩემს ინფორმაციას სახელმწიფო მეთაურს არ უგზავნიდა კ/გ, გაზეთები კი არ მიბეჭდავდა, იძულებული ვარ, ზოგიერთი, აქ, ამ წიგნში მოვათავსო. ცენზურა მძვინვარებდა, როგორც რესპუბლიკურ, ისე ადგილობრივ პრესაში. აქ დიდ როლს ასრულებდა წინა ეპოქის ფუნქციონერი ჟურნალისტები.

ამ წიგნის დაბეჭდვასთან დაკავშირებით უზნეობას ვერ აცდნენ წყალტუბოს „აღორძინების“ ფონდის თანამშრომლები. წერილის, რომლის გამოქვეყნებაც რედაქციამ ვერ გაბედა, ძირითად დებულებებს აქ ვაქვეყნებ.

წყალტუბო, წლობით ნაგები კურორტი, დავკარგეთ! დავკარგეთ ისე, რომ თვალი არ დაგვიხამხამებია; **დავკარგეთ მისი წყალი, შენობები.** შენობებს ეშველება, ის ფენიქსივით ფერფლიდანაც შეიძლება აღდგეს, მაგრამ რა ეშველება წყალს?

შეიძლება ითქვას, **წყალტუბოს წყლის დაკარგვა აფხაზეთის დაკარგვის ტოლფასია. წყალტუბოს დაკარგვა უფრო მეტია, ვიდრე ოსეთში მომხდარი ამბები.** ამას გაითავისებს ქართველი ინტელიგენციის მომავალი თაობა და ჩვენ წყევლა-კრულვით მოგვიხსენებს! იქნებ ღმერთმა ინებოს და წყალიც შემობრუნდეს. იქნებ წყალის ქიმიური შემადგენლობაც აღსდგეს!

საქართველოს პარლამენტი
სახელმწიფო მეთაურს ბატონ ედუარდ შევარდნაძეს

საპატრიარქოსათვის გადასაცემი კურორტოლოგიის სამეცნიერო ინსტიტუტის ფილიალის შენობა ლტოლვილებმა დაარბიეს; ლაბორატორიები, კაბინეტები, ბიბლიოთეკა გაანადგურეს; თანამშრომლებს აფეთქებით ემუქრებიან; უარესს გვპირდებიან უკან დაბრუნებისას. პოლიცია უძლურია. გამოვაცხადეთ გაფიცვა, გვიშველეთ!

დირექტორი, შეთავსებით გელათის
სასულიერო აკადემიის ლექტორი
ოთარ შავიანიძე

ეს დეპეშა გამოგზავნილი იყო 20 იანვარს, თქვენს რომელიმე თანაშემწეს მიღების ფაქტი მაინც რომ ეცნობებინა, ჩვენც გვეშველებოდა, ვითომ სულდგმული ვართ!

ქორქაშვილს რომ ვუთხარი, დეპეშას ვაგზავნი-თქო, მიპასუხა: **„მაგას შევარდნაძეს მაინც არ აჩვენებენო“.**

დირექტორი
მედ. მეცნ. კანდიდატი **ოთ. შავიანიძე**
21.02.94

საქართველოს რესპუბლიკის თავდაცვის მინისტრს
ბ-ნ ედუარდ შევარდნაძეს

წყალტუბოს კურორტოლოგიის სამეცნიერო ინსტიტუტში 70 საწოლზე 300 ლტოლვილი ქაოსურად შემოცვივდა. ყველაფერი სამეცნიერო განადგურებულია.

სამხედრო სამინისტროს 500 ადგილიანი სანატორიუმი ცარიელია და გაძლიერებული დაცვა ყავს.

გთხოვთ 200 კაცი მაინც გადმოიყვანოთ და ჩვენ მათი დაცვაც გაგვიყოთ.

დირექტორი **ოთ. შავიანიძე**
21.02.94

საქართველოს რესპუბლიკის პარლამენტის თავმჯდომარეს
ბ-ნ ე. შევარდნაძეს

ბატონო ედუარდ!

მე ამიხსნეს, რომ თქვენ არ გცალიათ და არც კითხულობთ ამ-დაგვარ განცხადებებს. მჯერა, მაგრამ როცა საქმე ეხება ისეთ კუ-რორტს, როგორიც წყალტუბოა, იქნებ ვინმემ მოგახსენოთ მაინც, არც წაგართმევდით დროს, ვინმეს რომ აწუხებდეს წყალტუბოს დღევანდე-ლობა.

1994 წ 20 იანვარს გამგებლის ნებართვით მე დეპეშა გამოვაგ-ზავნე თქვენს სახელზე. მე კი გამოვგზავნე, მაგრამ მას ბლოკირება გაუკეთეს.

შემდეგ, 23 თებერვალს სხვა გზით გამოვაგზავნე იგივე დეპეშა. მას აქვს მენაღარიშვილის რეზოლუცია: „ვაშაკიძეს, გთხოვთ დაინ-ტერესდეთ და მოაწესრიგოთ დაყენებული საკითხი.“

მოკლედ გწერდით, რომ წყალტუბოს კურორტოლოგიის სამეც-ნიერო დაწესებულება მთლიანად ნადგურდება. არადა, **ეს დაწეს-ებულება წყალტუბოს ტვინი და გული იყო და იგი მთლიანად ასახავს წყალტუბოს დღევანდელ /მდგომარეობას;** უფრო მეტიც — ამბობენ, რომ **წყალტუბოს წყალი დაიკარგაო,** ჯერჯერობით ძებნა არავის და-უწყია.

რაც შეეხება ჩვენს ინსტიტუტს, მას აღარაფერი ეშველება. მხო-ლოდ ერთს გთხოვთ, **დაგვეხმაროთ;**

1. განადგურებული კაბინეტ-ლაბორატორიების აღდგენაში, სათა-ნადო თანადროული აპარატურის გამოყოფით,

2. დაგვიბრუნოთ რამდენიმე კაბინეტი მაინც, ამ აპარატურის გან-სათავსებლად და ასამუშავებლად;

3. დაუყოვნებლივ დაგვიბრუნოთ ბიბლიოთეკა, რათა წიგნადი ფონდის ნაწილი მაინც გადავარჩინოთ (უკვე განადგურებულია)!

დიდი პატივისცემით
დირექტორი **ოთარ შავიანიძე**

იქნებ გაჭრას ამ ხერხმა და შეძლოთ ჩემი დახმარება.

თქვენ, დიდი ხნის წინათ, ორჯერ შეეცადეთ ჩემი დახმარება გაგეწიათ.

ახლა მესამედ გაწუხებთ, მე არავის ვუჩივი, მხოლოდ გული მტკივა, რომ ჩემი თითქმის ნახევარსაუკუნოვანი მოღვაწეობა წყალტუბოში წვიმის წყალს გაატანეს, წყალტუბოს წყლისთვის რომ გაეტნიათ, მაშინ ეს წერილი არ დაიწერებოდა. **წყალტუბოს წყალი აღარაა, დაიკარგა. იქნებ დავიწყოთ ძებნა და ვიპოვოთ,** ამიტომაც გწერთ.

დიდი, იმ ძველებური (ახალგაზრდული) სიყვარულით და უფრო მეტი იმედებით.

ოთარ შავიანიძე
ტელ: 2-28-28

თბილისი, გერგეთის ვ. „საქკურორტის“ პრეზიდენტს ღულუნიშვილს

ბატონო ზეზვა! ინსტიტუტის ავარიულ შენობაში სამასი ლტოლვილია. გათბობისთვის ჩართულია სამასი ელექტროქურა, შენობას ემუქრება ხანძარი, დანგრევა, ადამიანის მსხვერპლი. აქვე სამხედრო სანატორიუმი ცარიელია, შეიძლება იქ გადაყვანა ლტოლვილებისა.

დირექტორი ო. შავიანიძე

თბილისი. გერგეთის, ვ. „საქკურორტის“ პრეზიდენტს ღულუნიშვილს

ლტოლვილებმა კაბინეტები დაარბიეს, ძვირფასი აპარატურა გაანადგურეს, ხეებს ჭრიან, გევედრებით, გვიშველეთ!

ფილიალის დირექტორი ო. შავიანიძე

ასეთივე თხოვნა თავდაცვის მინისტრს (?!) ყარყარაშვილსაც გავუგზავნეთ, მაგრამ როგორც მოსალოდნელი იყო, არ უპასუხნია.

ყარყარაშვილი აფხაზეთში კი დამარცხდა, მაგრამ ღირსეულად დაიცვა წყალტუბოს სამხედრო სანატორიუმი, აღნიშნა კიდეც — ლტოლვილები რომ შეუშვა, ამ შენობასაც სხვა სანატორიუმივით დაანგრევენო(!).

ამბობენ, ამ სანატორიუმს ღამის გასათევად და პურობისთვისაც იყენებს სარდლობა. მე რამდენჯერმე შევაწუხე ყარყარაშვილი და შევარდნაძეც კი, სამეცნიერო დაწესებულება განეტვირთათ და თუ, ლტოლვილებისთვის იყო საჭირო, სამეცნიერო დაწესებულება კი არ უნდა დაენგრიათ, სამხედრო სანატორიუმი უნდა გამოეყენებინათ.

თბილისი, ზინაგან საქმეთა მინისტრს — კვირაიას

ბატონო შოთა!

პოლიცია აქეზებს ლტოლვილებს ჩვენს წინააღმდეგ! თითქოს მოსვენებას არ ვაძლევთ პოლიციას, სისტემატურად ვაბეზღებთ ლტოლვილებს. მომივარდნენ სახლში, დამიმტვრიეს კარები, გვემუქრებიან.

უმორჩილესად გთხოვთ გადაამოწმოთ.

კურორტოლოგიის ინსტიტუტის წყალტუბოს ფილიალი

დირექტორი	**შავიანიძე**
მთავარი ექიმი	**ფხაკაძე**
	31/9—94 წ.

საგაფიცვო კომიტეტის მოთხოვნა

მიმდინარე წლის ოქტომბერში გამგეობამ კურორტოლოგიის ინსტიტუტის ავარიულ შენობაში ორგანიზებულად შემოიყვანა ლტოლვილები, 60 კაცი, რამდენის მიღებაც შესაძლებელი იყო. ამას წინ უძღოდა კომისიის გამოყოფა დასკვნისათვის, რომ შენობა ავარიული არ არის. ამის შემდეგ მოხდა გაუგონარი ამბავი. როგორც ჩანს, წყალტუბოს მოაწყდა, თუ მოწვეული იქნა, ლტოლვილთა ისეთი რაოდენობა, რომლებიც წყალტუბოში ვერ განთავსდებოდნენ. ლტოლვილებმა თავისი ინიციატივით და ჩვენი მონაცემებით, ზოგიერთი გამგეობის წევრების წაქეზებითაც, შემოიჭრნენ შენობაში, გატეხეს და დაიკავეს ავარიული პალატები. პალატები რომ არ ეყოთ, შემდეგ დაარბიეს სამკურნალო-დიაგნოსტიკური-სამეცნიერო კაბინეტები, გამოყარეს იქედან ძვირფასი აპარატები, რომლებიც განადგურდა და უვარგისი გახდა, ამასთანავე გალანძღეს, აგინეს, შეურაცხყოფა მიაყენეს, იარაღითაც კი ემუქრებოდნენ თანამშრომლებს. პოლიციამ ვერაფერი მოიმოქმედა, პროკურატურაც დახმარებას ვერ დაგვპირდა,

არც გამგეობა დაინტერესდა, უფრო მეტიც, შეურაცხყოფილი თანამშრომლები არ შეუშვეს გამგებელთან.

საგაფიცვო კომიტეტი მოითხოვს:

1. დაუყოვნებლივ გაყვანილი იქნას ყველა ისინი, ვინც თვითნებურად შემოიჭრა და დაიკავა ავარიული პალატები. პირველ რიგში უსიტყვოდ გასახლებული იქნან ისინი, ვინც დაარბია სამეცნიერო კაბინეტები.

2. გასახლებული იქნან ყველა ისინი, ვინც შეურაცხყო თანამშრომლები.

3. დადგინდეს და დაისაჯონ წამქეზებელნი.

4. ნატურით ანაზღაურებული იქნას ის ზარალი, რაც დაწესებულებამ განიცადა, პირველ რიგში, სამეცნიერო-სადიაგნოზო აპარატურის განადგურების შედეგად.

5. ჩვენ ვწყვეტთ მომსახურებას მანამ, სანამ ჩვენი მოთხოვნები არ იქნება დაკმაყოფილებული.

6. უკეთუ ამ აქციამ არ გამოიღო შედეგი. უფლებას ვიტოვებთ მივმართოთ აქციის უკიდურეს საშუალებას.

ხელს აწერს ყველა თანამშრომელი 19/II–93 წწ.

ქორქაშვილის რეზოლუცია ჩვენს საგაფიცვო მოთხოვნებზე.

პოლიციის უფროსს პოლკოვნიკ ბ-ნ გ. ყურაშვილს

პირადად მიიღეთ ზომები ყოველგვარი თვითნებობის აღსაკვეთად და დაზიანებული ან დაკარგული აპარატურის, თუ სხვა ნივთების დამტაცებლების მიმართ, განახორციელეთ კანონით გათვალისწინებული ზომები.

გამგეობის თავმჯდომარე **ქორქაშვილი**
20.II.93 წ.

სამწუხაროა, რომ ვერ გაიგეს მიზეზი ჩვენი გაფიცვისა, ან გაიგეს ისე, როგორც აწყობდათ, ჩვენ გამოვდივართ არაგონივრული პოლიტიკის წინააღმდეგ, კურორტის სამეცნიერო დაწესებულების დაკნინებით, კურორტი უტვინოდ და უგულოდ რჩება, ახლა ძნელი არა-

იმის წარმოდგენა, რომ გაუჭირდება აღორძინება კურორტის ჩონჩხს, რომელიც მძორად იქცა, პოლიციისათვის ჩვენი გაფიცვის მოთხოვნების გადაცემის მიზეზი სწორედ ისაა, რომ არავინ იკითხა გაფიცვის მიზეზები, არავინ მოვიდა თანამშრომლებთან და ლტოლვილებთან დამტვრეული აპარატურისა და განადგურებული კაბინეტების სანახავად.

წაიბილწა კურორტის წმიდათა წმიდა — სამეცნიერო დაწესებულება.

აი, რატომ გავიფიცეთ. ამ უგნური პოლიტიკის სავალალო შედეგებს პოლიცია ვეღარ გაასწორებს. ამ შედეგებზე პასუხისმგებლობა ჩვენ ყველას გვეკისრება.

ჩვენი წერილი გამგებლისადმი 25.07.94 რენტგენის კაბინეტის გატეხვის გამო გადაეგზავნა კურორტის საქმეთა სამმართველოს.

აი, რას წერს საკურორტო საქმეთა სამმართველოს უფროსი თ. ვაშაკიძე... იგი ფაქტიურად ლტოლვილთა მომსახურებას განაგებდა, მისი წყალობით მთელი ორი წლის განმავლობაში ლტოლვილები შეუფერხებლად იღებდნენ პროდუქტებსა და ფულად დახმარებას. ასე, რომ მისი აზრი არა მარტო კომპეტენტურია, არამედ უაღრესად სარწმუნო და სანდოც. აქ ყველაფერია ნათქვამი.

ჟ. წყალტუბოს გამგებელს გ-ნ მ. ქორქაშვილს

დავალების შესაბამისად, შესწავლილი იქნა კურორტოლოგიის და ფიზიოთერაპიის კვლევითი ინსტიტუტის წყალტუბოს ფილიალში შექმნილი მდგომარეობა.

როგორც თქვენთვის ცნობილია, გასული წლის ოქტომბრის თვეში, ჭუბერიდან ლტოლვილთა მასიური შემოსვლის დროს ფილიალის სამედიცინო კაბინეტებში და ლაბორატორიებში თვითნებურად შეიჭრნენ ლტოლვილები, იმის გამო, რომ სხვაგან მათი მოთავსება შეუძლებელი იყო და ამასთან კატეგორიული უარი განაცხადეს სხვა რაიონში გადასვლაზე, ისინი აყვანილი იქნა აღრიცხვაზე და მიეცათ ლტოლვილთა სტატუსი. ფაქტია ისიც, რომ დარბეულია და ფაქტიურად აღარ არსებობს კლინიკა-დიაგნოსტიკური ლაბორატორია, ბიოქიმიური, ფიზიოთერაპიული კაბინეტების მოწყობილობები და დანადგარები მთლიანად განადგურებულია ვივარიუმი, დარჩენილი

რენტგენის კაბინეტი გატეხილი და გაძარცული იქნა 20–25 დღის წინათ, ღამის საათებში, ფილიალში არარეგისტრირებული და გაურკვეველი საქმიანობის ლტოლვილების მიერ, რომლებიც ჩვეულებრივ ათევენ ღამეს დაკავებულ ოთახებში, ამასთან, იქვე იკრიბებიან სხვა საეჭვო პირები დამნაშავეთა სამყაროს წრიდან, ზოგჯერ ადგილობრივიც კი, რომლებიც ადმინისტრაციის მოთხოვნებს არ ითვალისწინებენ და პირიქით, ემუქრებიან მათ. საგულისხმოა ისიც, რომ არაოფიციალურ საუბრებში ლტოლვილების ერთი ნაწილი აღნიშნავენ იმასაც, რომ ფილიალში მცხოვრებ ლტოლვილების გარკვეულ ნაწილს გააჩნია ცეცხლსასროლი იარაღი, ეს კიდევ უფრო ართულებს მდგომარეობას, ხალხი დაშინებულია, ადმინისტრაცია პარალიზებულია, მოსალოდნელია არასასურველი პროცესების განვითარება.

გთხოვთ დაავალოთ ადმინისტრაციულ ორგანოებს სათანადო ზომების გატარება.

კურორტის საქმეთა სამმართველოს უფროსი **თ. ვაშაკიძე**
16.08.1994 წელი

ჭირს არ უნდა დამალვა

„არა არს დაფარული, რომელი არა
გამოჩნდეს, და არცა საიდუმლო, რომელი
არა გამიცხადნეს“ მათე, 10.26.

ამას წინათ, „ლიტ. საქართველოში“ (№ 18) ოსიკო გვარიშვილის წერილი დაიბეჭდა აჭარიდან. მასში იმდენი სიმართლეა, რომლის ცოდნაც აუცილებელია. წერილს არც სითბო და ობიექტურობა აკლია. როცა ლტოლვილთა ნაკადი მოასკდა აფხაზეთიდან, მაშინ არავინ აღმოჩნდა არც გამწესრიგებელი, არც განმკარგულებელი, მხოლოდ ერთი ადამიანი თავისი დიდი ავტორიტეტით, ცდილობდა როგორმე ლტოლვილთა გამოყვანას უბედურების ზონიდან, სხვები, რომლებსაც ეს ხალხი სამხედრო დისციპლინით უნდა განეთავსებინა, ვერ აღმოჩნდნენ მოწოდების სიმაღლეზე, რის გამოც განუკითხაობამ დაისადგურა ყველა სავალალო შედეგებით: ლტოლვილთათვის საჭირო იყო, ნორმალურ პირობებში მოთავსების გარდა, მათი სტატუსის მოფიქრებაც, რისი ფიზიკური და მორალური უფლება და მოვალეობა აქვთ, ამის გამო იყო გამოუსწორებელი ამბები რომ მოხდა.

მხოლოდ ასლან აბაშიძე აღმოჩნდა თავის სიმაღლეზე და შეძლო ყველას და ყველაფრისთვის თავის ადგილი მიეჩინა. ასლან აბაშიძემ იხსნა, გადაარჩინა აჭარა, ომის უკანონო კანონებს თუ გავიხსენებთ, 40 ათასი, აფხაზეთიდან უმართავი, ოტებული, ეს მცირე ძალა არ არის. გვიშტიბის ომი, თუნდაც ქობალიას ბრბო-რაზმები შემოჭრილიყვნენ, იმდენ ზიანს ვერ მიაყენებდა წყალტუბოს, რაც იმ ადამიანებმა მიაყენეს, დიდი ჯაფისა და ძალისხმევის შედეგად რომ გამოსტაცეს სიკვდილს, დარბევას, განადგურებას; სამაგალითოდ აი რას წერს აჭარის ლტოლვილთა და განსახლების შტაბის თავმჯდომარე ოსიკო გვარიშვილი, „ბევრია ლტოლვილთა შორის დამსახურებული და პატივსაცემი პიროვნება: პედაგოგი, იურისტი. ექიმი, მეცნიერი. ისინი დღესაც იღვწიან და შრომობენ (თავდაპირველად ისინი აჭარაში 40 ათასამდე ყოფილან, ახლა 10 ათასამდე ლტოლვილი შემორჩა). მაგრამ უღირსსა და უზნეოს რა გამოლევს? უნდა ითქვას, ბევრი „ლტოლვილი“ საეჭვო ფუთებითა და ტომრებით ჩამოვიდა, ზოგს მსუბუქი მანქანაც კი „უშოვიათ“, ზოგსაც ავტომატები, ხელყუმბარები და ასაფეთქებელი მასალაც, ცხადია, აჭარაში არსებული სტაბილური მდგომარეობა და დისციპლინა ხელს არ აძლევდა ასეთებს. გაჩნდნენ უკმაყოფილონიც.

მახსოვს, ბატონმა **ლორიკ მარშანიამ** ამასთან დაკავშირებით საყვედურის წერილიც კი მოიწერა — უპატივცემულოდ ექცევით გადმოხვეწილთო, აჭარის მთავრობის საპასუხო წერილში აღნიშნული იყო ცალკეულ ლტოლვილთა დანაშაულებრივი ქმედებანი. ბანდიტური ჯგუფების შექმნა, თავდასხმების მოწყობა, ადგილობრივი მოსახლეობისადმი უპატივცემულობისა და უდიერების გამოვლინებები, რამაც აიძულა აჭარის უმაღლესი საბჭო მიეღო რადიკალური ზომები ამ ქმედებათა აღსაკვეთად და აჭარაში სიმშვიდის შესანარჩუნებლად“.

ზუსტად ანალოგიური მდგომარეობა განმეორდა წყალტუბოშიც, სადაც მდგომარეობას ამძიმებდა ის, რომ ყოველგვარი გეგმისა და ორგანიზაციის გარეშე „15 ათასამდე ლტოლვილი მოულოდნელად შემოესია ქალაქს. თითქმის იმდენივე, რამდენი მცხოვრებიცაა წყალტუბოში, ამიტომ აქაურობას არც აჭარული სტაბილური მდგომარეობა უწყობდა ხელს და არც აჭარის გონიერი მმართველის მსგავსი გონიერი სამთავრობო კომისია წარმართავდა ლტოლვილთა განთავსებას, სამართალდამცავი ორგანოები, ინტელიგენციაც კი პარალიზებულ მდგომარეობაში აღმოჩნდნენ.

აქ ხაზგასმით უნდა აღინიშნოს თავდაცვის მინისტრის გია ყარ-ყარაშვილის „გამჭრიახობა“: მან საიმედოდ დაიცვა წყალტუბოს სამხედრო სანატორიუმი, სადაც 1000 კაცი მოთავსდებოდა, გა-ჭირვებისას 2000-იც დაეტეოდა, ჩემს კატეგორიულ მოთხოვნაზე, ჩვენი ინსტიტუტი ნაწილობრივ განეტვირთათ და ნაწილი ლტოლვი-ლებისა სამხედრო „სანატორიუმში მოეთავსებინა, გამგებელმა გად-მომცა ყარყარაშვილის ნათქვამი, „ჩვენს (სამხედრო) სანატორიუმში რომ ლტოლვილები შემოვუშვათ, მასაც სხვა სანატორიუმებს დაამს-გავსებენო“.

არსებობდა შანსი ინსტიტუტის ფილიალის გადარჩენისაც, შენო-ბა მიწისძვრების შედეგად დაზიანებული იყო და ზავრიევის სახ. ინსტიტუტის დასკვნით ავარიულ და საცხოვრებლად საშიშად იყო მიჩნეული. მაგრამ მოინახა ადამიანები გამგეობაში (სამწუ-ხაროდ: მთავარი ექიმები: გორდელაძე, გოგიაძე, რომლებმაც არ დააყოვნეს იუდას ამბორი. უფრო მეტიც, აღმოჩნდნენ ადამიანები (უგლავა, კიკვიძე, ცხაკაია), რომლებმაც ოფიციალურად განაცხადეს, რომ შენობაში დროებით ცხოვრება შეიძლებაო, საბედნიეროდ, დღევანდლამდე დგას ეს შენობა და 70-ის ნაცვლად, 300-მდე ხიზანს იფარავს, თუმცა მას შენობა შეიძლება პირობითაც ეწოდოს, რადგან მისი ავარიული მდგომარეობა, დანგრევის საშიშროება, ძალაშია.

ლტოლვილთა საბჭოები რომ თავის ადგილზე ყოფილიყვნენ და ქაოსი არ დაემკვიდრებინათ, ყველგან წესიერად და კარგად იქნებო-და საქმე, რა თქმა უნდა, ლომის წილი ბრალდება მთავრობასაც აძევს.

არც ასლან აბაშიძეს და არც გია ყარყარაშვილს თავისი საკუ-თარი არაფერი გადაურჩენიათ, მათ გადაურჩინეს საქართველოს გა-ნადგურებული აფხაზეთის სანაცვლოდ, აბაშიძემ — აჭარის კურორ-ტები, და მთლიანი აჭარაც, ყარყარაშვილმა — წყალტუბოს ერთი სა-ნატორიუმი, ამ ადამიანებს სიცოცხლეშივე უნდა აუგოთ ძეგლი, ვის, ვის და აბაშიძესაც და ყარყარაშვილსაც სხვებზე ნაკლებად **როდი** შესტკივათ გული ლტოლვილებისთვის, მაგრამ **იმ სხვებს, არც სი-დინჯე ეყოთ და არც ორგანიზაციის უნარი ქვეყნის გადარჩენისა.** დღეს ეს ადგილები ნაომარს უფრო გავს... ამგვარი განუკითხაობის ქაოსში მხოლოდ ბატონები — ასლან აბაშიძე და გია ყარყა-რაშვილი აღმოჩნდნენ მოწოდების სიმაღლეზე. სახელი და დიდება მათ, ასეთივე ადამიანების ხელში რომ ყოფილიყო ლტოლვილ-

თა განთავსება, ამდენი უკმაყოფილო დევნილიც არ გვეყოლებოდა დღეს, კარგი ორგანიზაციის პირობებში ყველაფერი ექნებოდათ მათ, ექნებოდათ სტატუსიც, რომელსაც ისინი თვითონ დაიცავდნენ.

ნიჭი და უნარი, თუნდაც პასუხისმგებლობა, სამწუხაროდ, არავის — არც ლტოლვილთა განთავსების, არც ხელისუფლებისა და არც სამართალდამცავი ორგანოების წარმომადგენლებს არ აღმოაჩნდათ, რომ დროულად აღეკვეთათ, როგორც ოსიკო გვარიშვილი წერს: „უდიერების, უპატივცემულობისა და დანაშაულებრივი ქმედებანი“.

ჩვენ რა ვიღონეთ: ვიყვირეთ (!), მაგრამ ჩვენი ყვირილი არავინ შეისმინა.

წერილი სახელმწიფოს მეთაურს

იქნებ ჩემი წერილების კითხვის დრო არც კი გაქვთ, ალბათ, ამის გამო არ გიგზავნიდათ წყალტუბოს კ/გ ჩემს დეპეშებს; იქნებ ამიტომაც არ გეუბნებიან, რა მოხდა წყალტუბოში.

მე განმეორებით აღარ შეგაწუხებთ რა მოხდა წყალტუბოში. მე დამნაშავედ არ ვგრძნობ თავს, რადგან ბევრი ვეცადე, რომ ჩემი ხმა მომეწვდინა, თქვენი ბრალია, რომ არ გაიგონეთ. თქვენი თანამდებობა მოითხოვს, ხალხს მიუყურადოთ, გაიგონოთ, დაინახოთ. ზოგჯერ სიბრიყვეც უნდა მოისმინოთ. ესეც ტვინის თავისებური საკვებია. ისეთი შთაბეჭდილება მრჩება, რომ თითქოს ქვეშევრდომნი გაფრთხილებული გყავდეთ — თქვენამდე არ მოიტანონ ინფორმაცია. თუ ეს ასეა, თქვენი ბრალია!

თქვენ ერთადერთი ხართ, რომ უნდა გაიგონოთ, ახლა მაინც. იქნებ რაიმე ეშველოს ქვეყანას. რა მაწუხებს? ვისი ტიკიტომარა ვარ?! ამბობენ, რატომ იწუხებს თავსო: თანამდებობა და არც სხვა რაიმე არ გააჩნიაო. ჩემთვის მთავარია არა ჩემი თანამდებობა, ჩინმედლები, რომელსაც მე არ ვწყალობდი და არც თვითონ მწყალობდა. ჩემი დღევანდელი ბრძოლა არის ბრძოლა წყალტუბოს გადარჩენისა და აღორძინებისათვის. ეს აუცილებელია და რაკი აუცილებელია, ამაზე საპატიო საქმე არა მაქვს, ვიბრძოლებთ უკანასკნელ სისხლის წვეთამდე. ჩემი ასაკის კაცს სიკვდილის არ ეშინია. ამის შესანიშნავი მაგალითი თქვენ ხართ.

წყალტუბოს გადარჩენა და აღორძინება საქართველოს გადარჩენას და აღორძინებას ნიშნავს.

როგორ მესახება ეს მე დღეს:

1. უნდა აღდგეს სამეცნიერო დაწესებულება, რომელიც 1949 წლის 5 დეკემბერს სტალინის განკარგულებით დაარსდა და რომელმაც ძალიან დიდი საქმე გააკეთა.

2. პირველ რიგში უნდა გადავარჩინოთ თითქმის გავერანებული ბიბლიოთეკა.

3. განადგურებული კაბინეტ-ლაბორატორიებისათვის უნდა გამოიძებნოს ჰუმანიტარული გზით ე. ი. უფასოდ, მეცნიერული აპარატურის მინიმუმი (კომპიუტერული დანადგარები, ფუნქციონალური მეთოდები გამოკვლევებისათვის, პირველ რიგში ეხოსკოპი, ბიორადიოტელემეტრია, ტელერენტგენოგრაფია, ბიოქიმიური, კლინიკური, იმუნოლოგიის კაბინეტი). ის რაც ჩვენ გვქონდა და აღარა გვაქვს.

ეს საშუალებას მოგვცემს დავიწყოთ ჯერ ფიქრი და შემდეგ საქმე წყალტუბოს წყაროების მოსაძებნად. მე ვკისრულობ ამ რთულ საქმეს. რთულს იმიტომ, რომ დღეისათვის **წყალტუბოს უდიდესი დებიტის წყაროები დამშრალია 220 ლიტრიდან 20 ლიტრამდე** სეკუნდში! უკეთუ წყაროები მოიძებნა (შეიძლება არც მოიძებნოს!) შემდეგ ქვეყნის სასიკეთოდ მათი გზა ხსნილი იქნება...

ამ „ცნობარის“ გამოცემის ისტორია და სინამდვილე*

კამეჩი წევს და იცოხნის
თავის ამინდი ჰგონია,
ლაფში ჩაფლული ურემი
შინ მიტანილი ჰგონია.

(ხალხური)

იმ „ფშვიტინა“ კლაკიორების, ქალაქკომის ბოლო პლენუმზე რომ სტვენდნენ, დუმილი კურორტის დღევანდელ მდგომარეობაზე, გასაგებია; გაუგებარია იმათი დუმილი, რომლებსაც ეთიკურადაც და თანამდებობრივადაც ევალებათ ამ მდგომარეობის შეფასება — გამგეობიდან, საკურორტო დაწესებულებებიდან, უბრალოდ იმათთაგან, ვინც აზროვნებს, არ სტვენს და სინდისიც ქენჯნის; ვინც სიმდიდრეს იძენს და ვინაც უნდა შეიძინოს, ან უბრალოდ, იარსებოს, ხალხის არსებობა კი დამოკიდებულია იმაზე, იარსებებს თუ არა კურორტი.

მე იმედს მაძლევს (კურორტის?!) აღორძინების ფონდი — ეს მარტო შთამბეჭდავი სახელწოდება არ არის, მთავარი მაინც ისაა, რომ ამ ფონდს ალბათ კეთილშობილი ადამიანები წარმართავენ. სწორედ ამის იმედი გვაქვს ჩვენც. ამიტომ გვსურს ვუპასუხოთ ლენინურ ლოზუნგს „რით დავიწყოთ“ (კარგი, თუნდაც ლენინური იყოს, იგი უნდა მოვიხმაროთ). პირველ რიგში გაზეთი უნდა დაუდგეს გვერდით ფონდს და ატეხოს განგაში, რათა „სასთუმალზე ერთხელაც არ დაგვაძინოს“ (ლ. ასათიანი). ჩვენ თავის დროზე ვაყენებდით საკითხს, რომ გაზეთ „წყალტუბოს“ საკურორტო გაზეთის სახელწოდება ჰქონოდა, (მას ახლაც ვაყენებთ). ეს ხელს არ შეუშლიდა გაზეთს არსებობისათვის, სამგლოვიარო და მისალოცი განცხადებებიც რომ გამოექვეყნებინა, მაგრამ, უპირველეს ყოვლისა, გაზეთმა საკურორტო წერილები უნდა გამოაქვეყნოს.

პირველი კითხვა მინერალური წყლის მდგომარეობას უნდა მიუძღვნას და ამას გაზეთის საშუალებით პასუხი უნდა გასცენ ადამიანებმა გამგეობიდან, საკურორტო სამმართველოებიდან, (ასეთი ორია) საკურორტო დაწესებულებებიდან (ასეთი ძალიან ბევრია), პასუხი უნდა გასცენ იმათაც, ვინც სტვენით შეხვდა ქალაქკომის ბოლო პლენუმზე განცხადებას იმის შესახებ, რომ წყალტუბოს წყალი

* ეს წერილი გაზეთმა „წყალტუბომ“ არ(გამოაქვეყნა. ესეც შენი დემოკრატია.

ჰკარგავს (თუ უკვე არ დაუკარგავს) თავის ფიზიკურ-რაოდენობრივ და ქიმიურ (ე. ი. სამკურნალო) თვისებებსო.

ეს საჭირბოროტო კითხვა პასუხს მოითხოვს. იქნებ ფონდმა და მისმა გონიერმა მმართველებმა შეძლონ გააცემინონ პასუხი ამ კითხვაზე იმ ხალხს, ვინც დღეს საკურორტო დაწესებულებებში მოღვაწეობენ.

ო. შ. 5.10.94 წ.

ჩემი წერილი აქ მთავრდებოდა. ამის შემდეგ:

ეს უწყინარი წერილი გაზეთისათვის იყო განკუთვნილი, მაგრამ ფონდის თავმჯდომარემ თქვა, რომ ფონდის წევრებს გავაცნობო (რაც შეთანხმებას ნიშნავს). მე პირადად არავისთან არაფერი მაქვს შესათანხმებელი, სადაო თუ რაიმეა, ის შეიძლება ხმამაღლა ითქვას, მაგრამ მავანი და მავანი ხმამაღლა აზრს ვერ გამოთქვამს, რადგან ეს სიმართლის თქმას, უფრო ხატოვნად, ტანზე გახდას ნიშნავს და სხეულის ნაკვთების გამოჩენას ერიდება. ამ დროს ყველაფერი ნათლად ჩანს, განსაკუთრებით კი სიმახინჯე.

რაკი თითქმის თვეები გავიდა და პასუხი ვერ მივიღე, ეს ჩავთვალე მის დაუსაბუთებელ უარყოფად, თორემ დასაბუთებულ რამეს ვინ გაექცევა და მას სარგებლობის მეტი არაფერი მოაქვს, ეს ფონდის კომპეტენტურობას ოდნავ ჩრდილს აყენებს.

თავის დროზე მე ვურჩიე ქალაქის ხელმძღვანელობას ორშაბათის თათბირისათვის დაერქმია კურორტის გადარჩენის და აღორძინების თათბირი (ხომ არსებობს ევროპის თათბირი) მაგრამ მაშინ ყურად არ იღეს, იქნება ნაადრევადაც კი ჩათვალეს, ამით ამ თათბირს, რომლებიც მთავარი ექიმებით იქნებოდა წარმოდგენილი, სხვა რეზონანსი მიეცემოდა და იქნებ საქმეც წინ წაწეულიყო, თორემ პროდუქტებზე მნიშვნელოვანი საკითხი (ამას ყველა თათბირი ეძღვნებოდა), არც ჩვენთვის და არც ლტოლვილებისთვის რომ არაა, ამას ფიცი და მტკიცი არ უნდა — ჭამა ყველას გვინდა.

არის კითხვები, რომლებიც დღეს თუ არა, ხვალ დაისმება. პასუხის გაცემა რომ ძნელია, ამიტომაა საჭირო „გონების ჭყლეტა“.

უმძიმესი კითხვაა — არსებობს დღეს კურორტი?.. ეს კითხვა „ბებერ გულში ლახვრად მაჩნია“ (მ. ლებანიძე). მე დღეს ვიცი ამ კითხვის პასუხი. ხვალ?! „მაგრამ თუ ერთხელ სოფელსაც ბოლო უნდა მოეღოს, მაშინ ვიღამ სთქვას მათი საქმე, ვინ სადღა იყოს“... (ნ. ბარათაშვილი).

ამან მიმიყვანა ფონდის წარმომადგენლებთან, ამან და კიდევ იმან, ღირსებების ნაპერწკალი ოდნავ რომ ბჟუტავდა. რამ მაფიქრებინა... რისი იმედით? და აი, რისი! ამ საშინელ დროს, როცა შეუფეობს „დაცემა, გახრწნა, გადაგვარება“ (გალაკტიონი), შეურაცხყოფა და დამცირება, სიტყვით და საქმით, ღრღნის სულსა და ხორცს, როცა პურისთვის ხელგაწვდილი მათხოვრობა უცხო არ არის, მაინც შევძელი და შვიდ ფორმიანი „კურორტოლოგიის ცნობარი“ დავწერე, (თანამშრომლებთან ერთად), რომელიც ხვალ ყველა კურორტზე, კურორტის ყველა მომუშავესთვის და სხვათათვისაც იქნება საჭირო. (ეს ბ-ნ ემზარ მორგოშიას მეტმა ვერავინ შეამჩნია). კიდევ კარგი, ხელნაწერი დარბევასა და დაწვას გადავარჩინე, მაგრამ რად გინდა, მის გამოსაცემად 125 მილიონი კუპონი იყო საჭირო, ქალაქის და კურორტის ხელმძღვანელობამ იმედი არ მომცა. „საქკურორტიდან“ მითხრეს დასტური, მაგრამ პრობლემა: ასე სასწრაფოდ ვერ გადარიცხავდნენ. ჯერ თბილისიდან წყალტუბოში ჩემს ანგარიშზე და შემდეგ ქუთაისში, სტამბაში თანხის მოხვედრა შეზღუდულ დროში შეუძლებელი ჩანდა. არადა, ინფლაციის პირობებში, ერთ დილით ეს თანხა ნეხვის ტოლფასად შეიძლებოდა ქცეულიყო, ამიტომ, დროის ცვალებადობის შიშით, ვჩქარობდი. ჩემს ანგარიშზე იყო ფული, რომელიც შეიძლებოდა სტამბისთვის გადამერიცხა სანამ თბილისიდან ჩამოაღწევდა. ბანკის მმართველმა სასტიკი უარი განაცხადა, ფული პროდუქტებისთვის არის და სხვა მიზნით, თუნდაც დროებით, თუნდაც სესხის სახით, საკურორტო საქმეთა სამმართველომ ამიკრძალაო; იქნებ გადასცეთ რომ მე მჭირდება ამ მიზნისთვის-თქო, ამაზედაც უარი. აქ ერთი მომენტია და ეს უნდა ითქვას. იყო ადამიანი, რომელმაც ამ საქმის მოგვარება აღმითქვა, მაგრამ ეს უკვე შეურაცხყოფად ჩავთვალე;

მართლაც, ყველაფერი დაგვიანდა და ის, რაც 125 მილიონ კუპონად და თანაც ერთ თვეში შეიძლებოდა გაკეთებულიყო, ახლა 600 მილიონი კუპონი, თუ უფრო მეტი, ჯდება.

და აი, აქ გამოჩნდა აღორძინების ფონდი; იმედიანი, მაგრამ როგორც ჩანს, შეზღუდული, იმდენად შეზღუდული, რომ ჩემი თხოვნისადმი დამოკიდებულების შედეგები რომ ეტნობებინა მაინც, ხელმძღვანელებმა ისიც კი ვერ შეძლეს, არც ვემდური: „კაცთა მოდგმა გულმავიწყია“ (კ. გამსახურდია). ეტყობა უფრო მეტ კეთილ საქმეებს ახმარენ სახსრებს. ეს კია, რომ სისტემატურად ქვეყნდება შე-

მოსავლები ფონდში და ჯერ არ მინახავს ანგარიში მიზნობრივ ხარჯვისა. მე მათ კომპეტენტურობაში, მითუმეტეს პატიოსნებაში, ეჭვი არ მეპარება, მაგრამ დავძენ, რომ ლიტერატურა კურორტზე ისეთივე საშურია, ვითარცა ძიება დაკარგული მინერალური წყლისა, მართალია, ფონდს კი ჰქვია „აღორძინების“, მაგრამ იქნებ კურორტის აღორძინებისათვის არაა იგი შექმნილი! ეს კი ვეღარ გავითვალისწინე?

დაიკარგა წყალტუბოს წყალი!!!

(გოდების წყალი)

ჩვენთან, წყალტუბოში მინერალური წყალი უხვად ამოდიოდა და თავზეც გადაგვდიოდა. ამის ცოცხალი (ჯერჯერობით) მოწმე ვარ, თუმცა არასოდეს არ დამიჯერებია, რომ წყალტუბოს წყლის დებიტი 220 მილიონი ლიტრი იყო სეკუნდში.

პირველი ნიშნები წყალტუბოს წყაროების შერყვნისა, მას შემდეგ გამოჩნდა, რაც კურორტის ღირსეული დირექტორი ვარდენ ჩიქოვანი წავიდა. კაცი, რომელიც ღვიძლი შვილივით უფრთხილდებოდა წყაროებს. მძიმე მდგომარეობა შეიქმნა, როცა ხრუშჩოვმა უკანონობა დააკანონა და 60-იან წლებში კურორტები პროფკავშირულ საკუთრებად გამოაცხადა, ამ პერიოდისათვის დამახასიათებელია და ამის შესახებ „პრავდაშიც“ ვწერდი: კურორტზე რომ ხელის გული გაშალო, პროფკავშირები საწოლს დადგამენ და საგზურს გაყიდიან-თქო.

რაღაც საშინელი ხდებოდა. დროდადრო ვყვიროდი, მაგრამ ჩემი ხმა არავის ესმოდა. შოვნის დრო იყო და კურორტის მთავარმა ექიმმა დიმიტრი ჩახნაშვილმა ასე დაახასიათა ეს პერიოდი: „ეს ცხოვრება დუმაა, თუ შნო გაქვს, თალე და ჭამე. და თუ არა, სხვას მაინც დაანებე თავიო და მეც დავანებე. ეს პროცესები 80-იანი წლების არეულობის შემდეგ კიდევ უფრო გაძლიერდა და დღევანდლამდე გრძელდება.

უკანასკნელად, ხუთიოდე წლის წინათ, როცა რიგით მეთვრამეტე მდივანს უკანასკნელად ვირჩევდით, ხმამაღლა ვთქვი — „წყალტუბოს წყალი კარგავს თავის ფიზიკურ და ქიმიურ ბუნებას და შესაბამის სამკურნალო თვისებებს-მეთქი“.

ამ მოვლენებს წინ უძღოდა ასეთი ფაქტი. კურორტის უფროსად დანიშნეს ადამიანი, რომელიც კორუპციაში იყო მხილებული*. ამის შესახებ ხმამაღლა ადრევე მქონდა ნათქვამი სხვათა თანდასწრებით. ამ კონფერენციაზე დამნიშნავმაც მოახერხა დასწრება. მან ორგანიზაცია გაუკეთა კლაკიორების დასწრებასაც. წყალტუბოს წყლის მდგომარეობის შეფასებას უნდა მოყოლოდა იმ პირთა დასახელება, ვისი მიზეზითაც მოხდა ეს. კლაკიორებს პრეზიდიუმიდან მისცა მან ნიშანი, ატყდა გნიასი, სტვენა და ერთი სიტყვით, ისეთი ხმაური, ჭოტების სამყაროში რომ ხდება, როცა იქ შუქი შეაქვთ.

ამ კონფერენციას პეტრე ჩხეიძეც ესწრებოდა ოფიციალურად, მან ვერ გაიგო რა ხდებოდა, არც იკითხა. საოცარი ისაა, რომ ეს კაცი ელჩად დაინიშნა ამერიკაში. სამწუხარო მხოლოდ ის არის, რომ ადამიანები, რომლებიც იმ კონფერენციას ესწრებოდნენ და სტვენდნენ, დღეს წარმართავენ წყალტუბოს ცხოვრებას.

ვინ იქნება პირველი, ვინც კურორტის პრიმატს თავის ადგილს მიუჩენს!

მე ბრალს ვდებ!

ვფიქრობ და ვწერ, ვიღაცას ბრალს ვდებ, თანაც მიჭირს, ძალიან მიჭირს, მაგრამ თავს ვერ ეაღწევ ბრალდებებისგან. იყო ბრალმდებელი, წესიერი კაცისთვის უფრო ძნელია. იოლი არ უნდა იყოს, იყო ბრალდებული, ბრალმდებელი საკუთარი თავისა, თავისი თავის დამნაშავეს რანგში ამყვანი; ყოველ შემთხვევაში, მე რაც ვიცი, ამდაგვარი პიროვნება ჩემთვის არაა ცნობილი, საინტერესოა კაცს გქონდეს იურისდიქციის უფლება და საკუთარ თავს ადანაშაულებდე. ეს მარტო ხერხი არაა, ეს არც მეთოდია, რომ ამით გაიიოლო სხვათა გადანაშაულება, ეს არცაა ჩემი მიზანი, ჩემი მიზანია ამ პერიოდზე, მძიმე, შერყვნილ პერიოდზე, რომ ჯერ კიდევ ცოცხალმა ადამიანებმა თქვან რა მოხდა, ან როგორ მოხდა?

როგორ მოხდა, რომ სიკეთის წილ ბოროტება მოიმოქმედეს ადამიანებმა, რომლებსაც ამის უფლება არ ჰქონდათ, იქნებ მოიძებნოს ისეთი ვინმე, რომელიც ეცდება ჩემს გამართლებას, ჩემი მთავარი ბრალდება ესაა, ბრალი ედება არა იმას, ვინც ეს მოიმოქმედა, არამედ იმასაც, ვინც ხელი ჰკრა, ევალებოდა და წინ არ აღუდგა ამ ბორო-

* ამ ნიშნის ქვეშ ფვარები იგულისხმება.

ტებას. იყვნენ კი ისინი, რომლებიც ლტოლვილთა განთავსებას ხელმძღვანელობდნენ და პასუხისმგებლობაც ევალებოდათ მათ მოქცევაზე. დღევანდლამდე არ ვიცი, ვინ იყვნენ ისინი ფიზიკურად. ერთხელ „გავრისკე“ და ბ-ნ თემურ შაშიაშვილს დავურეკე, რომ ამ ბონიერი და წესიერი კაცისაგან უშუალოდ გამეგო, რატომ მოხდა ლტოლვილთა ქაოსური, დეზორგანიზებული შემოსევა, რასაც შედეგად დარბევა და განადგურება მოჰყვა. მაინტერესებდა, რატომ არ შეუშვა, თუ გამოყარა ასლან აბაშიძემ ლტოლვილები აჭარიდან, მაგრამ აქ შაშიაშვილმა ულალატა შაშიაშვილს: მინდა მასთან ჩემი სატელეფონო საუბარი მოგასმენინოთ.

— ბატონი თემური მინდოდა, ვთხოვ პირად მდივანს, მე წყალტუბოდან ვრეკავ.

— მირზა ბრძანდებით? — მეკითხება მდივანი.

ვპასუხობ ვინცა ვარ. ეხლა მდივანი ქალის ტონი იცვლება და მეუბნება — დაკავებულიაო.

— გთხოვთ გადასცეთ, რომ წყალტუბოდან ოთარ შავიანიძემ დარეკა, და თუ საჭიროდ დაინახავს, თვითონ დამირეკავს-თქო.

როგორც სჩანს, შაშიაშვილმა არ ჩათვალა საჭიროდ ჩემთვის დარეკვა, ან მდივანმა არ გადასცა ჩემი სატელეფონო საუბარი.

დღევანდლამდე ჩემთვის აუხსნელია, შევარდნაძემ, რომელიც სასწაულებრივ გადაურჩა სიკვდილს და ამაში, მხოლოდ ამაში, მისთვის პოპულისტობაში არ დაუდვიათ ბრალი, სხვას ყველაფერს მას აბრალებენ, ომში დამარცხებასაც და იმასაც, რომ აფხაზეთის 250 ათასიანი მოსახლეობა გამოიქცა ბრძოლის ველიდან, რომ მათ იარაღი არ ჰქონდათ, რომ ისინი „ვოლგებს“ და სხვა საგნებს იძენდნენ, როცა მ თ ცხვირწინ აფხაზები იარაღდებოდნენ, უფრო მეტიც, რომ შევარდნაძე არა, გამოდევნილები ალბათ ცოცხლებიც ვერ გადარჩებოდნენ. ამის ნაცვლად ისინი მეხუთე კოლონიის სახით ჩაასახლეს წყალტუბოსა და დანარჩენ საქართველოში. რა დააშავა შევარდნაძემ? ამაზე ითქმის: „დამიჭირეს, მკლავი მომჭრეს, რატომ კარგი აგიგიაო“. დაუშავეს მხოლოდ იმართ, ვისაც მათი მოწყობა ევალებოდა, ვისაც უნდა განემარტა, ვინც მუშაობდა მათთან. ლტოლვილებთან მუშაობდა კი ვინმე? მე მათ ვდებ ბრალს. სამწუხაროდ, გვარები არ ვიცი, თორემ მოურიდებლად დავასახელებდი. ამ წერილის მიზანიც ისაა, რომ გამოეხმაურონ ისინი, ვინც პულტთან იყვნენ. ამ გამოხმაურებაში უთვალავ რამეს ამოიკითხავს გაგებული

ადამიანი. ლტოლვილთა განსახლების არაორგანიზებულობამ გამოიწვია ის შედეგები, რომელიც შემდეგ ბუმერანგივით დაუბრუნდა წყალტუბოს, ალბათ ქუთაისსაც და სხვებსაც. ამათ რომ ეტყვა სითბო და ადამიანობა გამოეჩინათ, წინასწარ შეხვედრები და მზადება ყოფილიყო იმ დაწესებულების ხელმძღვანელებთან საცა ლტოლვილთა განთავსება ხდებოდა, შედეგებიც სხვაგვარი იქნებოდა. უფრო მეტიც ისინი იქნებოდნენ ერთგული რეზერვი საქართველოს დღევანდელი ხელისუფლებისათვის; თორემ დღეს კაცმა არ იცის როგორ მოიქცევიან დღევანდელი ხიზნები უკანდაბრუნებისას, როგორ მოექცევიან იმ ადამიანებს, რომლებიც მათთვის იღვწოდნენ, როგორ მოექცევიან იმ ნაგებობებს, რომელშიც ცხოვრობდნენ, როგორ მოექცევიან იმ ინვენტარს, რაც გადარჩა: „უკან დაბრუნების სინდრომი", უფრო საჭირბოროტოდ გვესახება. ახლავე უნდა გაირკვეს, უკან დაბრუნებული ეს სამასიათასი ადამიანი ვის გვერდით დადგებიან, ვის მისცემენ ხმას და ეს კითხვები ისევ იმალება იმ კომისიის საქმიანობაში, რომელსაც ლტოლვილთა განთავსება ჰქვია. იქნებ იყო დარღვევები, უგულობაც, უფრო მეტიც, იქნებ იყო არაადამიანური დამოკიდებულების ფაქტები; უკეთუ იყო, ახლავე უნდა მოიხადო ბოდიში. უფრო მეტიც, ის ფაქტი, რაც ჩვენს დაწესებულებაში მოხდა, იმის სასარგებლოდ მეტყველებს, რომ ადგილი ჰქონდა მიუტევებელ დარღვევებს.

კურორტოლოგიის ინსტიტუტის წყალტუბოს ფილიალი საცხოვრებლად დაწუნებული და ავარიული შენობა იყო, ამაზე სათანადო დასკვნა ჰქონდა გაცემული ზავრიევის სახელობის სეისმომედეგობის ინსტიტუტს. მოხდა ის, რაც ძველ სისტემაში ჩვეულებრივი ამბავი იყო. ადგილობრივი ხელისუფლების უავტორიტეტო კომისიის დასკვნით აქ განათავსეს ადამიანები.

წამებას არაადამიანურს, ლოგიკურად უნდა მოჰყოლოდა სითბო და ადამიანური განთავსება. მაგრამ ასე არ მოხდა, მოხდა პირუკუ და შედეგებმაც არ დააყოვნა.

შევარდნაძემ ყველაფერი გააკეთა ლტოლვილთა გადასარჩენად, იმ დროს, როცა ჩვენ ჩვენი ვეტმფრენები თითქმის არ გვყავდა, მეგობარი ადამიანების დახმარებით ვერტმფრენებიც მოეშველა, ბანქანებიც და ბევრი სხვაც და უმოკლეს დროში თითქმის უდანაკარგოდ გადმოყვანილი იქნენ ადამიანები, ასეთ კაცს სიცოცხლეში ეკუთვნის ძეგლის დადგმა და თუ ამას არ იზამ, ტალახს მაინც ნუ

ესვრი. გზააბნეულ ადამიანებს როცა არ წარუძღვები და პირიქით, ასწავლი*, სადაც ნახოთ ოთახი, კაბინეტი, გატეხეთ და შედით. და ისინიც ამტვრევდნენ ექიმის კაბინეტებს, ლაბორატორიებს. გარეთ ყრიდნენ უძვირფასეს აპარატებს. ოტია იოსელიანიც ადასტურებს, რომ ასეთი რამეები სხვა სანატორიუმებშიც ხდებოდა. ეს რომ არა, ამდაგვარი შედეგებიც არ გვექნებოდა.*

სახელდახელოდ შექმნილმა კომისიამ* დაასკვნა, რომ შენობა „ჯერ არ დაინგრევაო". მათ შორის, მხოლოდ ერთი ადამიანი აღმოჩნდა, ინჟინერი ჩიხლაძე, რომელმაც თქვა: „ეს შენობა ისეთი დაწესებულების მიერაა შეფასებული, რომ მე ამ დასკვნას ვერ შევცვლიო". ამ კომისიის ერთმა წევრმა* ისიც თქვა: მთავარმა ექიმებმა ატეხეს ერთი ამბავი, ინსტიტუტი ცარიელია და იქ შეიძლება ლტოლვილების მოთავსებაო.

აფსუა აფხაზებმა შესანიშნავად გამოიყენეს გამოდევნილთა უკმაყოფილება და გალის რაიონში დაბრუნება შესთავაზეს მეგრელებს და მეგრულ ენაზე სწავლას დაპირდნენ.

დაუდევრობის, უპასუხისმგებლობის, განურჩევლობის მაგალითია ისიც, რომ წყალტუბოს 1000 ადგილიანი სამხედრო სანატორიუმი ყრუდ დახშული აღმოჩნდა ლტოლვილთათვის. როცა ეს დაწესებულება უნდა ყოფილიყო ხიზნებისათვის პირველ რიგში გახსნილი, მაგრამ რეგვენმა ხალხმა ისეთი დაცვა დაუყენეს მას, რომ ამგვარად რომ აფხაზეთი დაეცვათ, ალბათ აფხაზებს კუდით ქვას ასროლილებდნენ. ყარყარაშვილმა იცოდა წყალტუბოს მდგომარეობა, ხიზნების ჩასახლების შემდეგ და გამგებელთა საუბარში უთქვამს: „აქაც რომ შემოუშვათ ლტოლვილები, ეს სანატორიუმიც გავერანდება, როგორც სხვებიო". რისთვის იყენებდნენ სამხედრო სანატორიუმს, ეს მხოლოდ ზოგიერთმა იცის და ეს ლტოლვილთა ფსიქიკაზე ისევე უარყოფითად იმოქმედებდა.

ეს კი არადა, თხოვნით მივმართე თავდაცვის მინისტრს, ჩვენი სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტი განადგურებულია და თქვენი სანატორიუმის ექვსი სართულიდან ერთი დაგვითმეთ, რომ თქვენ ბაზაზე სამეცნიერო გამოკვლევები გავაგრძელოთქო. პასუხი არ მიმიღია.

რამ დაამუნჯა ეს ხალხი!

შევარდნაძეს შეეძლო, რომ ლტოლვილთა განთავსებისათვის მკაცრი კონტროლი გაეწია, თუნდაც ისე, როგორც ასლან აბაშიძემ გაუწია.

შემდეგ, როცა გაუგონარი ამბები დატრიალდა, როგორც დასაწყისში ვწერ, ყველაზე დიდი ბრალი მე მედება. იმდაგვარად ვერ ვიყვირე, იმდაგვარად ვერ მოვიმოქმედე, რომ მსოფლიოს გაეგო, შევარდნაძესაც გაეგო. შევარდნაძეს ბრალი ის არის, რომ ჩემი ხმა მან არ გაიგონა, არ შეისმინა, და ფაქტიურად უღმერთოდ გაწირა წყალტუბო. ეს ხალხი შეიძლებოდა კოპიტნარის სამხედრო ნაწილში მოეთავსებინათ;

დროდადრო წყალტუბოში და ალბათ სხვაგანაც, ჩამოდიოდნენ თაშაზ ნადარეიშვილი, ზურაბ ერქვანია, აფხაზეთის პროკურორი, ვალ. ვაშაკიძე, ფრუიძე და მათ ედებათ ბრალი, რომ არ დაინტერესდნენ ლტოლვილებით, მათი პირობებით და საქციელით. ისინი გამგეობებში მიდიოდნენ, პურობდნენ, შემდეგ ლეჩკომისიაში იძინებდნენ. შთაბეჭდილება იქმნებოდა დასასვენებლად ჩამოსულებისა. არც დაინტერესებულან სამეცნიერო-კვლევითი დაწესებულებით, ცალი თვალითაც არ გამოუხედიათ იქითკენ. ეს კი არა და, მენაღარაშვილის დავალება, რომ არ შეასრულა ვალ. ვაშაკიძემ. მასაც ედება ბრალი. აქ ყველანი არიან, ვისაც ბრალს ვდებ. მათ შორის არ უნდა გამოვტოვოთ პარლამენტის წევრები წყალტუბოდან — რ. ლორთქიფანიძე, დ. აბესაძე.

მთავარი ისაა, რომ მე პირველი ვდგევარ ბარიერთან, ბრალდებულთა ამ სიაში. ჩემთვის ბარიერთან დგომა ძლიერ დაგვიანებულია. მე უნდა დავხვრეტილიყავ, როცა, ჩემი დასჯილი ძმის მოსაგონებლად, 18 წლის ჭაბუკმა დავწერე: „ჩვენი ცხოვრება ხომ საპყრობილეა, საპყრობილეში საპყრობილე რაღა იქნება“?! ჩემი მცირერიცხოვანი გვარისათვის ალბათ ძალიან ძნელი უნდა ყოფილიყო ორი ადამიანის თავგანწირვა, რომელთაგანაც ერთი 26 წლისაც არ იყო შესრულებული და მეორე 70-ისაა.

შევარდნაძის ღვთიური მადლი

მოკვდავთა თვალით შევარდნაძე დიდ თამაშს (პოლიტიკას) თამაშობს, რაც უფრო ადრე დაამთავრებს ამ თამაშს მისთვის და ჩვენთვისაც უმჯობესია.

სტალინს ერთხელ სოფო ვაჩნაძისათვის (ქავთარაძის მეუღლე) უთქვამს: „პოლიტიკა ბინძური საქმეაო". როგორც არ უნდა გააპატიოსნო ეს ბინძური საქმე, მეძავი ქალწულად ვერ გადაიქცევა, პლასტიკური ოპერაციაც რომ გაუკეთოს დახელოვნებულმა დასტაქარმა.

ის თამაში, რომელიც შევარდნაძემ წამოიწყო, არ დამთავრდა მისი მოგებით, დეტალებში, უკეთუ ოპერაციის აზრს გავითვალისწინებთ, წაგებულიც კია.

მე ისიც მგონია, შევარდნაძე ელოდება თავისი თამაშის დამთავრებას, ამ თამაშში საერთაშორისო მოღვაწეთა ჩარევას, რაც მის გამარჯვებას ნიშნავს. საკმარისია, რომ მას შესთავაზონ რომელიმე აღიარებული საერთაშორისო თანამდებობა, ვთქვათ ბუტროს გალის დონის შესატყვისი თანამდებობა, რომ ის უმალ დათანხმდება. თუ ეს ასეა, მაშინ სჯობს ვეძებოთ მისი შემცვლელი.

შევარდნაძის ლაინერი გაუმდნარ ტბაში ცურავს და ოკეანეში გასვლას ელოდება. იგი უკიდეგანო პოლიტიკოსია, მისი თვალსაწიერი ფაქტიურად უსაზღვროა. (ასე შეიძლება შევაფასოთ მისი საქართველოში მოღვაწეობა).

იგი დაჯილდოებულია წინასწარმეტყველის მადლით. ის არა მარტო აანალიზებს მომხდარ ფაქტებს, არამედ ამ ფაქტების განვითარების გზებსაც. უფრო მეტიც, შეიძლება მან იწინასწარმეტყველოს მიწისძვრაც, მზის დაბნელებაც (გადატანითი მნიშვნელობით) და შეაფასოს მისი შედეგები მსოფლიოსათვის. რაც შეეხება მსოფლიოში მომხდარ ბანალურ ფაქტებს: ლტოლვილთა დაბრუნება, ან ჩეჩნეთის და ავღანეთის ამბები, მისი შეფასება მისთვის დიდ სირთულეს არ წარმოადგენს და შეიძლება ცხვირის დაცემინებას შევადაროთ. ეს იცის მსოფლიომ. ასეთი კაცი ჭირდება დღეს მსოფლიოს.

მას უკვე მოფიქრებული აქვს ძირმომპალი გაეროს რეორგანიზაციის იმდაგვარი ვარიანტი, რომ შეიძლება სამყაროს პრეზიდენტობაც კი შესთავაზონ.

რამდენად დიდია შევარდნაძე საერთაშორისო პოლიტიკაში, იმ-
დენად მოუცლელია საშინაო პოლიტიკაში, აქ მან სრული მარცხი
განიცადა. დამარცხდა ლტოლვილთა საკითხის ყველა მუხლში, ეს
ხალხი რომ დაებრუნებინა წინაპართა ეთნიკურ რეგიონებში გაცი-
ლებით მოგებული იქნებოდა. მას რომ თვითონ შეერჩია გონიერი კა-
ცი, საშინაო პოლიტიკის წარმართავი, სრული დამოუკიდებლობის
უფლებით და პასუხისმგებლობით, მოგებული იქნებოდა. მის მიერ
მოყვანილი ზოგიერთი მოღვაწე, შეიძლება ბაცაცებს შევადაროთ,
რომლებიც სახელს უტეხენ მას და ხალხს.

უნდა ვიფიქროთ, რომ შევარდნაძეს დიდი მადლი ახლავს.

ლუციფერსაც აქვს ზოგჯერ ნაბოძები ღვთიური მადლი!

. . . . . .

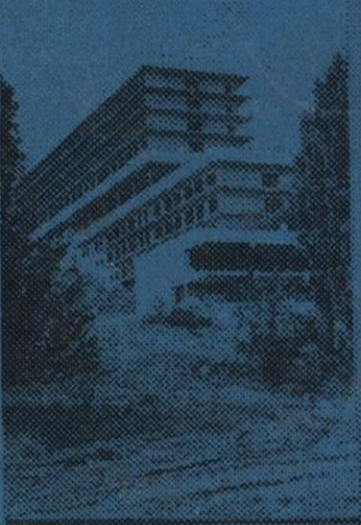
. . . . . .

. . . . . .

შინაარსი

ტექნიკური რედაქტორი ირა ნაცვლიშვილი
კორექტორი ლია შერგელაშვილი

გადაეცა წარმოებას 10.03.95. ხელმოწერილია დასაბეჭდად 15.06.95. საბეჭდი ქაღალდი 60×84 1/16. პირობითი ნაბეჭდი თაბახი 11.
შეკვეთა № 299. ტირაჟი 2000.



კურორტი წყალტუბო