

Купчик Н.И.

Курорт - Анапа

Как лечиться солнцем в Анапе

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 82-3
ББК 84-4
Н11

Н11 **Н.И. К.**
Куорт - Анапа: Как лечиться солнцем в Анапе / Купчик Н.И. – М.: Книга по Требованию, 2023. – 38 с.

ISBN 978-5-519-91842-8

ISBN 978-5-519-91842-8

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2023

© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2023

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первоизданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.



терапии, определяются те заболевания, которые наиболее пригодны для этого рода лечения, причем большинство врачей сходятся в мнении, что наилучший результат получается при заболеваниях костей, суставов, всяких равах, при малокровии, особенно в детском и юношеском возрасте. Исследование различных свойств луча и их влияния на микроорганизмы, и ткани животных приводят ученых к интересным выводам и практическим результатам. За последние десятки лет широкое распространение получила гелиотерапия в применении к костному и лимфатическому туберкулезу, результатом чего явилось резкое сужение поля деятельности хирургического ножа, ибо оказалось, что благотворная целебная сила солнца делает чудеса без применения операций. Недаром профессор Менар, директор знаменитой санатории во Франции Ветск-сюр-Мег говорит, что в большинстве случаев при туберкулезе суставов первая операция является первой ступенью в могилу.—Я не привожу здесь длинного перечня научных сообщений о разительных результатах применения солнечного лечения при туберкулезе костей, они слишком очевидны и для врача, практикующего на климатических станциях, а также и тому ряду тяжелых больных, которые получили исцеление и являются лучшим доказательством полезного воздействия целебных сил природы.

Сеть климатических солнцелечебных станций растет с каждым днем, как за границей, так и у нас в России; доверие к этому естественному методу лечения все больше и больше укрепляется, а вместе с тем расширяются и горизонты научного понимания тех сложных процессов, которые производит солнечный луч в полном объеме своих составных частей на больной организм.

Действие солнечных лучей на организм человека.

Самые поверхностные наблюдения дают нам богатый материал и убеждают на каждом шагу, на сколько необходима солнечная энергия в растительном

мире для полной окраски цветов, красоты и обилия их; как листья растений располагают свою наибольшую поверхность по направлению к солнечным лучам. В животном мире это стремление к солнцу происходит еще резче и нагляднее для наблюдения, ибо в этом стремлении уже участвует волевой инстинкт. Мы уже видели, что человек на самой низкой ступени своего развития пользовался солнцем, как одним из могущественных средств в борьбе с болезнями за благосостояние своего организма. Пещерный человек располагал свои жилища так, чтобы солнечные лучи, как можно больше освещали их изнутри; и в этом кроется глубокий смысл, научно доказанный в настоящее время: лучистая энергия солнца способна задерживать рост, ослаблять силу и даже убивать болезнетворные бактерии, а солнце, являясь с одной стороны источником жизни, в то же время может быть врагом нашего общего врага—болезнетворного возбудителя (бактерицидное действие луча). Ученые естествоиспытатели и врачи далекого от нас времени посвящали свои силы изучению влияния солнечных лучей и были убеждены в их укрепляющем организм человека влиянии. Интерес к солнцелечению неослабно рос и привел в результате к открытию в 1855 году около Триеста первой научной организации Института—Санатория для лечения солнцем больных; в этой санатории больных подвергали действию солнечных лучей при всякой погоде, закаляя организм, и достигали крайне благоприятных результатов. Большую долю знаний в изучение гелиотерапии внесли русские врачи: Профес. Вельяминов, Годнев, Минин, Шенк и др. дали ряд ценных работ, принесших большую практическую пользу прогрессу этого вопроса. За последнее время особенно подвинулся вопрос изучения воздействия солнечного луча на человеческий организм. Изучаются подробно те или другие части луча (тепловые и химические), качество луча, его наилучшее применение и воздействие, измеряется он также и условиями местности, климатическими данными ее, временем года для применения луча, вырабатывается правильная техника

солнцелечения и определяется строго тот круг болезней, при которых особенно полезно данное лечение. Одним словом гелиотерапия в настоящий момент является полным достоянием медицины и, как лечебный фактор, в руках опытного врача представляет собой определенный, научно обоснованный и требующий точной дозировки метод лечения.

Возвращаясь к вопросу о влиянии солнца на организм человека, можно прийти к определенному положению, что красные, т. е. тепловые лучи спектра, не проникая глубоко в ткани, действуют на всю сеть кожных мелких кровеносных сосудов (капилляров), способствуют расширению их просвета, увеличивая поглощение и отдачу тепла телом и повышая обмен веществ; вместе с тем, расширяя площадь сосудистой сети на поверхности тела, они тем самым усиливают возможность воздействия химических (синих и ультрафиолетовых) лучей, несущих с собою те или иные целебные бактерицидные свойства. Под влиянием солнца происходит столь желаемое больными изменение цвета кожи—загар, и этот загар стоит в зависимости как от количества и качества луча, так и от состояния самого организма человека. Чисто эмпирически (по опыту) больной считает этот загар эффектом лечебной силы солнца, воспринимая степень загара, как наилучший показатель результата лечения,—и он прав. Факт этот имеет определенное научное толкование, и физиологический способ возникновения этого загара является в настоящее время предметом научных исследований. Профессор Иосионек, большой знаток гелиотерапии, говорит, что под влиянием солнечных лучей происходит более быстрое развитие кожной сосудистой сети, как predisposing момент к усиленной окраске (пигментации) кожи, что и считается наилучшим обстоятельством приспособления к восприятию лучей. По теории того же Иосионек образования пигмента (красящего вещества при загаре) высоко полезно, ибо он есть целебный продукт воздействия лучей и является тем гормоном (защитное тело), который, будучи вовлечен в кровь, влия-

яет на болезненный процесс и тем способствует общему укреплению организма. В соответствии с этим взглядом стоит и тот факт, что максимальная польза от солнечных лучей зависит от определенного взаимоотношения климатических условий той или другой местности (равнина, горы, прибрежное и морское пространство), усиливающих или ослабляющих действие солнечных лучей на тело человека; с глубоких времен преимущество единогласно отдавалось в этом отношении горным и прибрежно-морским пространствам. Вопросом изучения физиологического воздействия луча в различных климато-топографических условиях занимается в данный момент ряд крупнейших климатологов (Иосионек, Ридель и др.), в результате чего мы имеем более или менее точное представление о видоизменении лечебной силы луча в зависимости от местности, подходим к правильной и индивидуальной дозировке луча и, что особенно важно, к точной классификации конституции (строения) организма, нуждающегося в солнцелечении.

Сочетание солнца, моря и воздушных течений представляют то могущественное лечебное богатство, которое доставляет исцеление больным с костно-лимфатическим туберкулезом и способствует укреплению детского организма, особенно при рахите, общем лимфатизме, скрофулезе, малокровии и др.

Значение морской поверхности, а равно снежного покрова в горах, при удивительной чистоте воздуха играет колоссальную роль в отражении наиболее действительных в лечебном отношении (как бактериоубивающих) синих и фиолетовых лучей, при чем тепловые лучи морем поглощаются. Под влиянием солнечных лучей на организм наступает ослабление жизнедеятельности и уменьшение вредоносности безвредных бактерий, что позволяет организму с большей силой бороться с ними. Интересно в этом отношении простое наблюдение: у людей, в значительной степени получивших солнечный загар, редко наблюдается появление угрей и фурункулов (нарывов), и например, при ветрен-

ной оспе высыпание на местах загара вичтожно; у больных, у которых имелись почему либо гипсовые повязки, как раз высыпание было более обильно под ними, а на местах загара выражено было крайне слабо (пр. Шенк). Под влиянием действия солнечных лучей благодаря обильному притоку крови к коже и усилению улучшения местного и общего кровообращения, зависящего от расширения сосудов, повышается жизнеспособность тканей, усиливаются процессы питания, секреция и проч.

Под влиянием той же лучистой энергии усиливается образование в крови наших защитников в борьбе с болезнями-фагоцитов (белых кровяных шариков), что чрезвычайно способствует рассасыванию выпотов в суставах, плевре и других полостях, исчезновению скоплений патологических жидкостей и, особенно, суставных бугорчатых (туберкулезных) разражений с последующим рубцеванием и заживлением ран и свищей.

Солнечный свет является хорошим болеутоляющим средством. Повседневные наблюдения дают громадный материал в подтверждение этого явления, нагляднее всего проявляемого у тяжелых больных туберкулезом костей позвоночника, тазобедренных и др. суставов.

Там, где только неподвижная повязка могла успокоить постоянные и невыносимые боли, солнечный свет с каждым сеансом уменьшает их до полного исчезновения.

Это подтверждение удостоверяется рядом авторитетных авторов. На общем самочувствии действие солнечной ванны проявляется чрезвычайно благотворно, что имеет очень важное моральное значение, в особенности для тяжелого костно-туберкулезного больного, прикованного недугом к постели на долгое время. Под влиянием резкой смены угнетенного, часто безисходного состояния, он благодаря улучшению общего самочувствия, прекращению боли и иногда падения температуры тела до нормы быстро переходит к состоянию полной надежды

на излечение, к вере в целительные силы природы, проявляется жизненная энергия, улучшается аппетит. Этот под"ем жизненной энергии служит доказательством невидимых полезных процессов, которые совершаются под влиянием солнца в тканях и крови больного. Недаром Монтени приравнивает действие солнца к истинному питанию через кожу, а быстрое наступление загара считает драгоценным признаком предсказания для последующего излечения больного. Для детского врача признак этот особенно показателен и важен, ибо ни в какой другой практике так наглядно и эффектно не проявляется благотворное влияние солнцелечения, как в детском возрасте; действительно попадаетея группа больных детей рыхлых, пастозных (упитанных), бледных, лимфатиков, на которых солнечный свет действует чрезвычайно мало, загар не пристает, результаты лечения проявляются медленно и требуется много времени, терпения и повторения сезонного лечения, чтобы добиться полного эффекта. С другой стороны имеется ряд случаев быстрого излечения тяжелых болезней, особенно рахита, под влиянием солнца. Не скрою, что лично я, имея опыт в 25 лет над обширным количеством больных детей, впадал в ошибку в смысле предсказания в некоторых случаях, видя пред собой в начале лета больных детей, для которых казалось не могло быть излечения, и раскаивался в своих сомнениях, когда повторно приходилось видеть этих же детей чрез 2—3 месяца после пребывания на Анапском пляже на пути к полному выздоровлению и такие случаи не единичны; таковой же резкий результат благотворного влияния солнца наблюдается на массе больных костных и лимфатических.

Анапа, как солнцелечебная станция.

Анапа, не смотря на свое южное положение, типичная летняя, климатическая, приморская станция, на зимний период мало пригодная и еще менее приспособленная; за то весна, лето и осень могут быть использованы для

солнечно—климатической терапии в широком масштабе. В сравнении с другими курортами Черноморского побережья по характеру сезонного периода Анапа стоит в особенно выгодных условиях. Солнечных дней за год в Анапе 279, и большинство их падает на лечебный сезон. В Ялте таких дней 251, в Сочи и Сухуме 230; но если принять во внимание, что последние два пункта, главным образом, являются курортами для зимнего пребывания, когда количество солнечных дней не так обильно, (и если Ялта, пригодна и для лета, за исключением знойных летних 1—2 месяцев), то ясно, что Анапа по количеству полезных солнечных дней приобретает еще большее значение. Особенно интересны данные наблюдений над количеством выпадающих за год атмосферных осадков: в Анапе 382, в Ялте 531, в Сочи 942 и в Сухуме 2000, м. м. причем минимальное количество их в Анапе опять таки падает на летнеосенний период. В Анапе бывает, что в течении июля, августа и сентября дожди являются редким гостем, небо хмурится изредка и для солнцелечения природа предоставляет большой простор по времени больному. Топографические условия местности, представляющей море, окаймленное полосой горнотепного пространства, чрезвычайно благоприятны. Не высокий и удаленный от линии моря на 3—4 версты горный



Пристань в Бимлюке.

кряж не ограничивает доступа лучей с восхода и до захода солнца в любой уголок пляжа и города. Постоянные смены бризов и долинных воздушных течений представляют чрезвычайно благоприятные условия для вентиляции всего прибрежного пространства. Спертости воздуха, парникового, влажного климата прибрежных, ограниченных высокими горами пунктов с обилием влаги или горных плато с рано наступающими сумерками, здесь нет. Обилие света, масса воздуха и бодрящая, освещающая прохлада моря благодаря частой смене ветров делает все лето, даже в знойный июль и август, легко переносимым даже для лиц, чутких к жаре. Это обстоятельство представляет большое значение для нуждающихся в длительном пребывании на солнце с лечебными целями (дети и костнолимфатические туберкулезные). В то время, как на прочих южных климатических станциях летом (Сочи, Ялта, Аббатия, Аркапов) в период дня от 1 ч. до 3—4 час. все прячется от зноя в тень, в Анапе на пляже в самые жаркие дни жизнь кипит полным темпом—море сплошь усеяно детишками, а пляж берущими солнечные ванны. Стоит сказать несколько слов о великолепных утрах на пляже, когда с моря тянет приятный, ласкающий бриз. Воздух чист и прозрачен, открываются красивые четкие дали береговых очертаний, море ослепительно отражает всю массу солнечных лучей, золотой пояс прибрежного песка, ровного по составу и мягкого, как бархат, быстро нагреваясь на солнце, совершенно не дает ощущения неприятной сырости, иногда так вредной для больных. Вот что пишет профессор Воейков в своей статье о Черноморском побережье Кавказа: "Полезное влияние солнечных ванн в значительной мере усиливается благодаря существующим здесь бризам. Омовение тела током текущего все время воздуха совместно с лучами солнца действует на организм удивительно благотворно. Этим, вероятно, и объясняется то обстоятельство, что всякий живущий при море невольно стремится побыть на берегу под морским бризом, который, как воздушный душ, укрепляет и освежает орга-

низм, давая ему силу и бодрость“.

Обилие солнца в присутствии моря усиливается в своем значении еще в большей степени наличием редкого по своим достоинствам широкого и безконечного анапского песчаного пляжа, наиболее ценного в той части, которая расположена в районе Бимлюка (в 4 в. от города). Для солнцелечения вообще и комбинированного с морскими купаниями в особенности, для детей песчаный пляж по многим причинам имеет колоссальное значение.

Все лучшие приморские курорты наиболее ценны в том случае, когда имеется хороший песчаный пляж с равномерно углубляющимся дном в сторону моря (для детей).

Какие болезни лечатся солнцем?

Было бы проще перечислить все те болезни, которые с успехом лечатся солнцем, если бы мы не знали, что известные климатические условия, не смотря на обилие солнца, все таки могут быть вредны или в лучшем случае бесполезны для некоторых групп заболеваний. Каждый климатический курорт имеет свои положительные и отрицательные особенности и их нам необходимо знать, чтобы избежать тех ошибок, которые возможны при неправильной посылке больного на тот или иной курорт. Оценивая до сих пор целебные достоинства анапского климата в положительном смысле, бросим беглый взгляд на те его отрицательные свойства, установление которых закрывает или ограничивает доступ некоторой части больных в Анапу.

Курорт Анапа, располагая мощной лечебной триадой (солнце, море и пляж) для целого ряда больных мало доступна, а в большинстве случаев и бесполезна для некоторых болезней, на первом месте среди которых стоят легочные туберкулезные больные (чахотка) в активной стадии. Причиной этому является присутствие частого северо-восточного ветра (нордоста). Все северо-восточное

побережье Черного моря от Анапы почти до Туапсе находится под влиянием этого ветра, с наибольшей силой всегда проявляющегося в Новороссийске, как в центре его влияния. К северу и югу от Новороссийска сила его ослабляется. Ветер этот появляется периодически, ослабляясь в силе в летние месяцы и усиливаясь зимой, дует иногда по несколько дней. Для детей с явлениями рахита, анемии, скрофулеза, лимфатиков (железистый туберкулез) для костных больных он не только не вреден, а даже полезен, будучи хорошим моментом для общего укрепления, способствующим закаливанию организма и как массирующий всю поверхность тела фактор. Другое дело для больных с туберкулезными поражениями легких: nordost усиливает, будучи сухим, явления бронхита у чахоточных и без того склонных при легких колебаниях атмосферных явлений к нему; будучи резким, он повышает давление в бронхах, способствует усилению кашля и, наконец, появляясь на продолжительные периоды времени, заставляет быть больных крайне осторожными с пребыванием на воздухе, особенно на пляже, угнетая их общее настроение. В особенности он неприятен больным с повышениями t^0 и с склонностью к кровохарканию на почве туберкулеза легких и общем истощении. Лишь при начальных стадиях туберкулеза, без кровохаркания и с нормальной температурой больные могут спокойно оставаться в Анапе и пользоваться солнцелечением и воздушными ваннами.

Не входя в дальнейший подробный разбор показаний и противопоказаний к климатическому лечению в Анапе, я перечислю в порядке последовательности те главные группы болезней, которые подлежат лечению здесь, а также и те, которые противопоказаны для лечения солнцем.

I. Болезни, подлежащие солнцелечению в Анапе.

Болезни детского возраста: рахит во всех его проявлениях и формах и со