

ФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕКРЕАЦІЙНИХ ЛІКУВАЛЬНО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ПОСЛУГ

Організація ефективної рекреації, оздоровлення та відпочинку, профілактики, запобігання і зниження захворюваності та рівня інвалідності, зміцнення здоров'я населення всіх вікових груп на разі набуває особливого значення на тлі напруженої соціально-економічної та екологічної ситуації, погіршення стану здоров'я населення та залежить від якості надання рекреаційних лікувально-профілактичних послуг.

Як свідчать дослідження, реальною загрозою національній безпеці в даний час є низький рівень народжуваності, висока захворюваність і смертність населення. Найважливішими критеріями, що характеризують здоров'я населення є: 1) частота вперше виявлених випадків захворювань за рік та 2) поширеність захворювань (тобто всі випадки хвороб, виявлених у населення за рік, у тому числі вперше виявлені і хронічні, що існували раніше).

Розвиток лікувально-оздоровчого туризму безпосередньо пов'язаний з раціональним використанням природних лікувальних ресурсів на територіях оздоровчого призначення та наданням рекреаційних лікувально-профілактичних послуг високого рівня. Адже, послуги відіграють велику роль у житті сучасної людини, так як вони сприяють збереженню здоров'я, покращенню фізичної підготовленості, підвищенню рівня працездатності, зростанню соціальної активності та заповненню дозвілля людей, використовуючи лікувальні природні ресурси.

Лікувальні природні ресурси поділяються залежно від їх розповсюдження на два види:

– особливо цінні, унікальні природні лікувальні ресурси (зустрічаються

на території України рідко (не часто), мають обмежене поширення або невеликі запаси в родовищах і є особливо сприятливими і ефективними для використання з метою лікування, медичної реабілітації та профілактики захворювань);

– загальнопоширені природні лікувальні ресурси (зустрічаються в різних регіонах України, мають значні запаси і придатні для використання з метою лікування, медичної реабілітації та профілактики захворювань).

Рекреаційні лікувально-профілактичні послуги розглядаються як вид діяльності, своєрідна медична допомога, яка включає комплекс заходів, спрямованих на оздоровлення та лікування пацієнтів у стані, що на момент її надання загрожує життю, здоров'ю і працездатності, їх здійснюють професійно підготовлені працівники, які мають на це право.

Останнім часом ринок лікувально-профілактичних послуг зазнає змін. Традиційні курорти стають все більш поліфункціональними оздоровчими центрами, розрахованими на широке коло споживачів. В світі росте кількість людей, які хочуть підтримувати добру фізичну форму і потребують відновлювальних антистресових програм. В основному це люди середнього віку, не байдужі до активного фізичного відпочинку. В умовах курорту для цих категорій рекреантів можливе проведення дуже широкого спектру рекреаційних програм та послуг, серед них - оздоровча ходьба, різноманітні спортивно-рекреаційні вправи, ігри та ін.

В рекреаційних закладах організуються різні за характером і видом лікувально-профілактичні послуги. Найпоширенішим видом є фітнес – спеціальний комплекс вправ, що дозуються, за допомогою спеціальних тренажерів для розвитку і зміцнення різних м'язових груп, а також корекції ваги. Під час занять фітнесом активуються функції дихання, кровообіг, збільшуються глибина дихання, знижується вміст жирової тканини в організмі і збільшується м'язова маса з одночасною корекцією фігури. Також широко використовуються різні види бігу і стрибків, такі як гімнастичний із перешкодами, стрибки у висоту, у довжину, у глибину і підскоки. У порівнянні

з ходьбою біг і стрибки відрізняються більш активними рухами, які дають тривале навантаження на нервово-м'язову, серцево-судинну і дихальну системи та підвищують метаболізм.

Плавання і вправи у воді (гідрокінезотерапія – це засіб фізичної реабілітації, який полягає у виконанні фізичної терапії у водному середовищі) характерні сполученим впливом рухів і середовища, у якому їх виконують. В період перебування людини у воді значно підвищується тепловіддача та обмін речовин, що у свою чергу допомагає системі зовнішнього дихання. За рахунок чого відбуваються умови для полегшення рухів різко ослабленими атрофічними або патетичними м'язами, виправлення деформацій хребта, організм людини відновлюється, до навантажень різної інтенсивності, а також відновлення та підвищення загальної витривалості і загартованості організму [1].

Сьогодні розрізняють нові види гідрокінезотерапії, а саме такі як :

– аква-аеробіка – тренувальний комплекс фізичних навантажень, а саме ті які виконуються виключно у воді, проводяться в умовах максимального споживання та збільшення процесів які можуть існувати в організмі при наявності вільного кисню;

– аквастеп і акваджогинг– спортивна ходьба і біг у воді за допомогою аквапојасу, що дозволяє утримувати тіло у вертикальному положенні так, щоб ноги не торкалися дна басейну, а голова знаходилася над поверхнею води;

– аквафітнес – спеціальний комплекс вправ, що дозуються, у воді за допомогою спеціальних тренажерів для розвитку і зміцнення різних м'язових груп, а також корекції ваги [2].

Спортивні ігри посідають значне місце і користуються незмінною привабливістю. Ігри виховують і розвивають уважність, витривалість, спритність, швидкість, силу, позитивні емоції (що є дуже цінним у рекреаційно-лікувальному процесі). Розрізняють наступні форми ігор залежно від навантаження: ігри на місці (настільні) не мають значної дії на серцево-судинну і дихальну системи, але, викликаючи позитивні емоції, відвертають увагу від хворобливих почуттів і переживань; малорухливі ігри (злегка тонізують

серцево-судинну, дихальну і нервову системи і помірно підвищують обмін речовин); фізкультурні атракціони (помірно тонізують вегетативні функції, викликаючи позитивні емоції); рухливі ігри (впливають на вегетативні функції, викликаючи позитивні емоції); ігри на місцевості (значно підвищують психофізичний тонус і мають загартовуючий і оздоровчий ефект); спортивні ігри (за спрощеними правилами) дають значне навантаження на весь організм і тому їх застосовують у період одужання [2].

Як бачимо спектр лікувально-профілактичних послуг різноманітний. У сучасному світі відпочинок, рекреація, туризм, оздоровлення – що врешті-решт означає здоров'я – є найвищою соціальною цінністю. Тому за останні кілька десятиріч у світі поступово зростає значення туризму і рекреації.

Індустріальний розвиток цивілізації, забруднення екологічних систем навколо великих промислових районів, збільшення психологічного навантаження на людину через прискорення темпу життя, змушує все більшу кількість людей шукати відпочинок та оздоровлення. Таким чином, у багатьох державах обслуговування рекреантів стало не лише самостійною галуззю економіки, але й життєво необхідною формою задоволення потреб людини.

Список використаних джерел:

1. Величко В. В. Організація рекреаційних послуг: навч. посібник / В. В. Величко // Харк. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. – Х.: ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2013. – 202 с.
2. Стафійчук В.І Рекреалогія / В.І. Стафійчук – Київ «Альтерпрес» 2006р. – С. 8-11



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>