**Лечение**

**Ампелотерапия** (от греч. *-* виноград) — лечение виноградом, викоградолечение. Применяется на южных курортах России - Кавминводах и курортах Черномрского побережья.

**Энотерапия** (греч.- *отоз* -вино; *Жегарга* — лечение) - винотерапия. Экстракты винограда и виноградной лозы, продукты ферментации винограда способствуют производству коллагена, повышают эластичность коже, освобождая ее от свободных радикалов, препятствуют старению. Улучшая кровообращение и повышая количество кммуиокомпетеитиых клеток, возвращают ей сияние молодости.

**Гелиотерапия** – лечение теплом, солнечным теплом. Побережье морей.

**Грязелечение** - Лечебными грязями озера Чокрак, расположенного на севере Керченского полуострова, лечились раненые воины Александра Македонского, а крымские ханы использовала грязи для лечения, для умножения мужской силы. Грязелечение на **Кавказских** Минеральных Водах начинает развиваться в конце XIX века. Ещё Тамерлан принимал лечебные ванны, и грел больную йогу волшебной грязью. В 1386 г. грязь Тембуканского озера стали применять для лечения в виде «болтушек», т.е. определенное количество грязи разводилось в минеральной ванне. В 1915 г. в Ессентуках возведена самая большая грязелечебница в Европе.

**Грязелечение или пелоидотерапия** метод лечения с использованием лечебных грязей (пелоидов) . Лечебные грязи делятся на шесть типов: торфяные грязи, сапропели, сульфатные иловые грязи, глинистые илы, сопочные и гидротермальные грязи.

**Ландшафотерапия** (пейзаж, вид) — лечение заболеваний воздействием природной красоты, шума леса, моря. Этот психоэкологический факт имеет первостепенное значение в выборе места отдыха.

**Лечебными минеральными** водами – **бальнеология.** Называются природные воды, которые содержат в повышенных концентрациях те или другие минеральные (реже органические) компоненты и газы и (или) обладают какими-нибудь физическими свойствами (радиоактивность, реакция среды и др.)- Важную роль з изучении лечебных минеральных вод сыграло основание в 1863 г. Русского бальнеологического общества на Кавказе по инициативе директора управления курортов Кавказских Минеральных Вод, профессора С.А. Смирнова. После 1917г. (после национализации курортов) началось интенсивное развитие бальнеологии. В 192! г был' создан Бальнеологический институт на Кавказских Минеральных Водах (в Пятигорске),

**Акклиматизация** - период адаптации.

**Талассотерапия** — (море; лечение) - лечения морской водой и другими дарами моря (водорослями). Местоположение: непосредственно на берегу моря (не далее 1000 м от берега). Основной лечебный фактор -талассотерапии - морской климат. У нас это побережье. Анапа, Геленджик, Сочи.