

ӘОЖ 574.5(574.5)

К.Ш. Бакирова\*, Г.З. Шаймерденова, А.К. Козыбаев, С.Е. Икрамова

Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Қазақстан, Алматы қ.

Магистратура және PhD докторантура институты, Қазақстан, Алматы қ.

«Көктерек» шипажайы, Қазақстан, Сарыағаш қ.

\*e-mail: Bakirova59@mail.ru

### Оңтүстік Қазақстандағы сарыағаш емдік суының тұрғындар денсаулығына кешенді әсері

Бұл мақалада Қазақстан Республикасы Оңтүстік Қазақстан облысының «Көктерек» шипажайындағы әлемге танымал Сарыағаш минералды суының әсері қарастырылады. ҚР тұрғындарының денсаулығы үшін терапиялық және фито-емдеудің синергиялық ықпалы зерттелді.

**Түйін сөздер:** Сарыағаш минералды суы, әсер етудің қолайлы факторлары, Көктерек шипажайы.

К.Ш. Бакирова, Г.З. Шаймерденова, А.К. Козыбаев, С.Е. Икрамова

**Комплексное воздействие лечебных вод сарыағаша**

**Южного Казахстана на здоровье населения**

В статье рассматривается воздействие всемирно известных минеральных вод Сарыағаш в Южно-Казахстанской области Республики Казахстан, в частности санатория «Коктерек». Проведено изучение синергического влияния терапевтического и фито-лечения на здоровье населения РК

**Ключевые слова:** минеральные воды Сарыағаша, оптимальные факторы воздействия, санаторий Коктерек.

K. Bakirova, G. Shaimerdenova, A.K. Kozybaev, S.E. Ikramova

**The combined effect of the healing waters**

**in Southern Kazakhstan saryagach healthier populations**

The article examines the impact of the world-famous mineral waters Saryagash in the South Kazakhstan region, vchastnosti sanatorium "Kokterek." A study of the synergistic effect of phytotherapy and treatment on the health of the population of Kazakhstan

**Key words:** mineral water Saryagash, optimal impact factors, sanatorium Kokterek

1953 жылы Оңтүстік Қазақстан облысының денсаулық сақтау бөлімі Сарыағашта бальнеологиялық емханасын ашқан болатын. Бұл минералды судың емдік қасиетін зерттеуге мүмкіндік берді. 1953-1958 жылдар аралығында Қазақ ССР Ғылым Академиясының шипажай ресурстарын іздеуші аймақтық патология Институтының қызметкерлері минералды судың тірек-қозғалтқыш аппараты, периферикалық жүйке жүйесі, ас қорыту жүйесінің сырқаты мен тері ауруларының кезінде болатын әрекет механизмін зерттеу бойынша ғылыми жұмыстарын жүргізді. Әр түрлі ауруларға қарсы Сарыағаш минералды суының емдік факторын (әсері) зертте-

уде үлкен жұмысты энтузиаст-зерттеушілер Е.К. Ключникова, А.С. Соколова, Л.Н. Доброниченко, М.К. Қайрақбаев, Ж.А. Молдағұлова, С.И.Замятин, И.Г. Железников атқарды [1]. Сол уақыттан бастап сансыз көп жаңа шипажайлар мен минералды су өндірісі салынды.

«Сарыағаш» сөзін сауда-саттық маркасында қолдануға тек атаулары бір «Сарыағаш» шипажайы орналасқан Ташкентаралық артезиан алабындағы су цехы өндірушілерінің құқығы бар. «Сарыағаш» алабының суын Денсаулық сақтау министрлігінің қазақ ұлттық зерттеу институты кардиология және курортология бөлімі ұсынған.

Біздің зерттеуіміздің нысаны ретінде 2010 жылы жоғары талапқа сай салынған қазіргі заманғы «Көктерек» шипажайы алынды. Мұндағы минералды су – тазартылған жасанды су мен кәдімгі зиянды коспалардан тазартылған судан гөрі шығу тегі табиғи пайдалы су болып табылады. «Көктерек» шипажайының бас дәрігері, тәжірибелі эндоскопист А.К.Қозыбаев тұрғындардың денсаулығына минералды судың кешенді әсерін зерттеуге арналған ғылыми зерттеуді жүргізуге келісімін берді.

«Көктерек» Қазақстан Республикасы Оңтүстік Қазақстан облысындағы әлемге әйгілі «Сарыағаш» шипажайының орталығында орналасқан. Су қазіргі заманғы әлемдік стандарт талаптарының барлығына жауап береді. Шипажайдың басты дәулеті әлемде теңдесі жоқ, өзінің емдік қасиетімен Карлов Вар, Трусковец пен «Боржоми» деп аталатын Кавказ минералды суынан асып түсетін «Сары-Ағаш» минералды суы болып табылады. «Көктерек» шипажай кешенінде судың табиғи температурасы +51°C және қалаулылар үшін су температурасы + 45°C мен +35°C болатын Бювет салынған.

Г.З.Шаймерденованың докторлық диссертациясы тақырыбының («Оңтүстік Қазақстан су экожүйелеріне антропогендік әсерлер және оның биоэкологиялық білім берудегі оқу үрдісімен байланысы») аясында минералды суды қолдана отырып кешенді терапиялық және фито-емдеу үшін, сондай-ақ «Көктерек» шипажайындағы демалушылардың ағзасына синергиялық әсерін білу үшін әлеуметтік зерттеу жүргіздік. Сонымен қатар, «Көктерек» шипажайындағы демалушылардың денсаулық жағдайына Сарыағаш суының әсерін зерттеу бойынша ғылыми-зерттеу жұмыстары, медициналық персонал үшін Абай атындағы ҚазҰПУ профессоры К.Ш.Бакирова семинар-тренинг пен мастер-класс өткізіп және де медициналық персонал жұмысын оңтайландыру мен өрістету мақсатында шипажай демалушылары арасында әлеуметтік сауалнама жүргізілді. «Көктерек» шипажайында Сарыағаш суымен фито-емдеудің синергиялық әсері» тақырыбында өткізілген мастер-класс шипажайдың бас дәрігері А.К.Қозыбаев пен медициналық персоналдың жетекшілігімен жүргізілген сауалнама нәтижелері мен зерттеу кезеңіндегі демалушылардың сырқат тарихына сүйендік. Шипажайда минералды сумен

сауығу тиімділігін көтеру мақсатында әр түрлі ауруларға қарсы кешенді емдеу түрлерінің басқа әсерін зерттеу жоғары деңгейге қойылған. Әлеуметтік сауалнама нәтижесі бойынша келешекте шипажайдың емдік-сауықтыру жұмысының тиімді жетілу факторы мен оларды жүзеге асырудағы ұсыныстар анықталды.

Шипажайдың негізгі емдеу факторы – минералды су. Ол жоғары термалы, әлсіз минералданған, сілтсіз аз, натрий гидрокарбонатты минералды суына жатады. Өз құрамында минералды су үлкен көлемде органикалық, нафтен қышқылы мен микроэлементтерден: калий, натрий, кальций, магний, темір, хлор, ванадийдан құралады. Сарыағаш минералды суының бірқатар емдік құндылығынан басқа бастысы – асқазан, ішек, өт қабындағы қабыну процессін тоқтатып, асқазан жарасы, ішектің қара қотырлануына мүмкіндік беріп, асқазан қышқылын реттеуші қатты, несеп айдағыш, өт айдағыш қасиеттерге ие болады. Бұл функциялардың фитотерапиямен қоса алғандағы барлығының орындалуы аталып өткен аурулардың тиімді емделуіне жағдай жасайды. Жүйке жүйесі мен ішкі секреция темірінің функционалды жағдайына игі әсерін тигізіп, иммунитеттің қалпына келуіне мүмкіндік беріп, зат айналымын жақсартады.

Қазақстандағы шөлмек суға барлау жасасақ, «қазақстандықтар құрғатылған су туралы немесе сусыз» екені ересек адамның ағзасы 75% судан құралатынын мәлімдейді. Ең үлкен қандағы суға қанықтық – 92%, бас миының ұлпалары мен бұлшық етте – 75 % дейін, сондай-ақ сүйектің 22 % судан тұрады. Ағза жас болған сайын оның құрамындағы судың меншікті салмағы ұлғаяды. Балалық шақта бала суға қанық болады, ал қартайған кезде жасуша суының жоғалып, су ресурстарының жасушааралық сұйықтығының таусылуына әкеледі. Біз «кебеміз», «былжырап кетеміз» және «өлеміз».

Көптеген зерттеулердің көрсетуінше, Қазақстанға қарағанда Еуропа тұрғындары шөлмек суды 10 есе көп пайдаланады екен. Біздің отандастарымыздың суды пайдалану статистикасы көңіл көншітерлік емес: қазақстандық жылына 168 литр сұйықтық ішеді. Жалпы, бұл жеткілікті дәрежедегі жақсы көрсеткіш, бірақ соның ішіндегі 126 литр пакетте оралған шыр, сусын, кофе, шай мен энергетиктерден құралады. Осыдан, кәдімгі шөлмек су жылына

42 литр пайдаланылса, оның 12 литрі минералды су болып табылады [3].

Суды қолданар кезде біз заттаңбаға сирек қараймыз, сол немесе басқа брендтің пайдасына өз ықыласымызды саналы түрде сирек көрсетеміз. Барлық сулар: түрге; минералдылығына; мақсатқа қарай жүйеленеді. Ескеретін бір жай, минералды судың ресми түрде тіркелген жерасты көзінен алынған, алғашқы құрамындағы минералды заттар сақталған сұйықтық деп аталуына құқығы бар. Ауыз суға қарағанда ерекше ықылас адамға пайдалы элементтерден құралған минералды суға бөлінуі керек. Минералды заттардың ақуыз, май, көмірсу секілді энергетикалық құндылығы болмайды, алайда оларсыз адамның өмір сүруі мүмкін емес. Минералды заттар ағзаның маңызды зат алмасу процесстеріне қатысады, сүйек ұлпасының құрылуына маңызды рөл атқарады. Ағзадағы көптеген ферментативті процесстердің минералды заттарсыз болуы мүмкін емес. Таза табиғи минералды судың емдік әрекеті жасуша суының біртіндеп бұзылған құрылымы дербес құралған суға алмастырылады, бұл дегеніміз өмір уақытын ұзартып, адам жасушаларының түгелдей дерлік тиімді жұмысына, сонымен қоса барлық тұтас ағзаға пайдалы кешенді әсер етуге жағдай жасайды.

Әлеуметтік сауалнама арқылы төмендегі қорытынды шығарылды:

- Қазақстандық тұтынушы ауыз суды минералды су деп жаңсақ пікірде болады және минералды суды таңдау кезінде осы пікірді ұстанады (сұралғандардың 22%);

- Жас ұрпақ минералды судың пайдалы қасиеттерін естен шығарған;

- Қысқы мерзімде сұралған қазақстандықтардың 40 %-ы шөлмек суды аптасына 1-2 реттен жиі емес сатып алады;

- Тұтынушылардың жартысынан астамы, ең алдымен минералды суды шөлді қандыру үшін пайдаланады, тек содан кейін ғана оның шипалы қасиеттері мен судың дәмінен хабардар болады.

Сауалнамаға жауап берушілердің Сарыағаш минералды суы кең түрде әлсіз минералданған, бірегей микроэлементтерден құралып 1033 метр тереңдіктегі қайнардан алынған «Асем Ай Сарыағаш» өнімінен хабардар болуы оны күнделікті пайдалануда таптырмайтын өнім және ағзаның сауығуына ықпал етуші екенін білдіреді.

2010 жылдың маусым айында «Асем Ай Сарыағаш» 7-ші Қысқы Азиада олимпиада ойындарының ресми суы атанды, ол тек Қазақстанда ғана емес, Ресей мен Моңғолияда да сатылады [4].

Жасалған зерттеулер шынайы және 6M011300 мамандығындағы магистранттар үшін оқу процесіндегі «Су ресурстарының биологиясы», сондай-ақ сәйкесінше 6M011600 мамандығының «Студенттердің экологиялық мәдениетін қалыптастыру» пәндері үшін жаңа ғылыми дереккөз болып табылады. Бұл Оңтүстік Қазақстанның шипалы суына студенттердің қызығушылықтарын арттырып, ЖШС «DREAM TECHNOLOGY KZ» компаниясы дайындаған шолушы инфографиканы қолдана отырып, валеология, фитотерапия аймағында және сауықтыру медицинасының басқа да әдістерін ғылыми жетістіктері ретінде дәріптейді. Осы арқылы біз «ҚР тұрғындарының денсаулығын сауықтыру» деп аталатын ҚР тұрақты дамуының басым бағыттарының бірін орындадық.

### Әдебиеттер

- 1 Жусупов Ж. «Сарыағаш» емдік суы [www.zzk.kz/52-lechebnye-vody-saryagash.html](http://www.zzk.kz/52-lechebnye-vody-saryagash.html)
- 2 Минеральная вода «Сарыағаш Элит» оптом от производителя в ... [www.optoviki.kz/2078](http://www.optoviki.kz/2078)
- 3 Первая серия инфографик о воде в Казахстане [yvision.kz/post/244350](http://yvision.kz/post/244350)
- 4 Серия инфографик, аналитические данные и материалы подготовлены Агентством GOOD! «Асем Ай Сарыағаш» ресми қауымдастығы В контакте: <http://vk.com/clubasemai>

### Reference

- 1 Zhusupov Zh. «Saryagash» emdik suyi [www.zzk.kz/52-lechebnye-vody-saryagash.html](http://www.zzk.kz/52-lechebnye-vody-saryagash.html)
- 2 Mineralnaya voda Saryagash Elit optom ot proizvoditelya v ... [www.optoviki.kz/2078](http://www.optoviki.kz/2078)
- 3 Pervaya seriya infografik o vode v Kazahstane [yvision.kz/post/244350](http://yvision.kz/post/244350)
- 4 Seriya infografik, analiticheskie dannye i materialyi podgotovlenyi Agentstvom GOOD! «Asem Ay Saryagash» resmi