

Аржаан Ала-Тайга

Аржаан находится на высоте более 2300 м над уровнем моря. В связи с этим не рекомендуется посещать данный аржаан людям с постоянным повышенным артериальным давлением.

Источник «Верхний, сердечный»

Формула Курлова: $M 0,17 \frac{HCO_3 87 Cl 9 SO_4 4}{Ca 90 Mg 8 Na 1 K 1}$ T 10° pH 9,4

Это холодный источник с температурой 10 °С.

Состав гидрокарбонатный кальциевый, вода ультрапресная, общая минерализация – 0,17 г/л, имеет слабощелочную реакцию (рН 8,2).

Общая жесткость равна 2,5 мг-экв/л, т.е. вода мягкая.

Воду источника можно отнести к **природным столовым водам**.

Использование: воды данного источника в народной практике используются для питьевых лечебных целей.

Рекомендации при питьевом использовании: пить по 200 граммов 3 раза в день до еды. В связи с низкой температурой воды во избежание воспалительных процессов пить воду желательнее мелкими глотками и не торопясь.

Общие противопоказания при питьевом использовании природных вод: обострения воспалительного процесса в желудке или кишечнике, сопровождающиеся рвотой, поносом, кровотечением, резким болевым синдромом; желчекаменная болезнь и острый холецистит, требующие хирургического лечения; нарушения прохождения пищевых масс по желудочно-кишечному тракту (сужение пищевода и привратника, резкое опущение желудка); резко выраженная недостаточность кровообращения.

ООО «Лаборатория аржаанологии и туризма»,
НИИ медико-социальных проблем и управления Республики Тыва