

## Озеро Бай-Холь

Озеро находится на высоте около 1000 м над уровнем моря, в сухой, жаркой пустынно-полупустынной зоне Тувы. Людям с постоянным повышенным давлением необходимо предостерегаться от перегрева на солнце.

Формула Курлова:  $M 40 \frac{Cl 59 SO_4 38 HCO_3 2 CO_3 1}{Na 73 Mg 24 K 2 Ca 1}$  T 28° pH 8,8

Это соленое озеро, имеющее сероводородно-сульфидные грязи. Состав сульфатно-хлоридный магниевно-натриевый, вода соленая, общая минерализация – 40 г/л, имеет щелочную реакцию (pH 8,8).

**Использование:** воды данного озера в народной практике используются для лечебного купания (ванн), грязи – для аппликаций.

**Лечебный фактор – химический состав воды и грязи озера, основной компонент – хлорид натрия**

**Общие показания при принятии хлоридных натриевых ванн:**

- болезни костно-мышечной системы.
- болезни нервной системы.
- болезни периферических сосудов.
- гинекологические заболевания.
- урологические болезни.
- болезни органов пищеварения.
- болезни кожи.

**Общие противопоказания:** острые фазы воспалительного процесса или обострение хронических воспалительных заболеваний, острый период травм, системные заболевания крови, злокачественные и доброкачественные новообразования, кровотечения и предрасположенность к кровотечениям, гипертоническая болезнь III ст., недостаточность кровообращения II—III ст., легочно-сердечная, почечная и печеночная недостаточность, ишемическая болезнь сердца со стенокардией и нарушением ритма, лихорадочные состояния и инфекционные заболевания, туберкулез любой локализации, эндокринопатии, фибромиома матки, эндометриоз, гиперэстрогения.

**Радиологическая обстановка** на территории озера Бай-Холь – нормальная, доза жесткого гамма-излучения не превышает 14 мкР/час.

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