**Лечебные грязи Палкиной губы**

**1 слайд - Титульный**

**2 слайд**

**Есть такие места на Кольском полуострове, которые еще совсем недавно были известны на весь Русский Север, но сейчас незаслуженно забыты. Одно из них — Палкина губа Белого моря.**

**3 слайд**

**Располагается эта уютная лагуна чуть южнее Кандалакши.** К ней ведет грунтовая дорога от н. п. Белое море.

**4 слайд**

**По соседству — морской порт Витино.**

**5 слайд**

**Рядом детский оздоровительный лагерь «Гандвиг». Когда-то на его базе работала флотилия юных моряков «Альбатрос».**

**6 слайд**

А на берегу Белого моря и в его мелководье можно найти лечебные грязи Палкиной губы.

В наши дни этот уголок Кольского полуострова охраняется законом и носит статус памятника природы регионального значения.

О целебных свойствах грязи Палкиной губы было известно издавна. Сюда съезжались паломники из разных уголков Руси. В годы Великой Отечественной войны этой грязью лечили раны пострадавшим солдатам.

Но только в 1978 году сотрудниками Полярного научно-исследовательского института были подтверждены лечебные свойства грязи. А в 1980-м эти места получили статус памятника природы.

**7 слайд**

Площадь памятника природы «Лечебные грязи Палкиной губы» — 400 гектаров. Это и прибрежная полоса, и литораль — зона отлива.

Здесь разрешено добывать грязи в медицинских целях. Все остальное запрещено: хозяйственная деятельность, рубка деревьев, постройка домов на берегу.

**8 слайд**

Как же появилось такое райское тихое местечко?

Земная поверхность нашего полуострова постепенно, очень медленно, но поднимается. В результате море — миллиметр за миллиметром — отступает. Причем замечено, что западная часть Кольского залива поднимается с большей скоростью, чем восточная.

Палкина губа, по примерным подсчетам, образовалась пять-шесть тысяч лет назад, берег продолжает подниматься, море отступать, и, кто знает, когда-нибудь лагуна превратится в реликтовое озеро.

**9 слайд**

Никто не знает, каковы запасы этой грязи в Палкиной губе, находится она вдоль всей литорали или только в нескольких местах, насколько глубоко залегает.

Промышленной добычи здесь нет давно. Хотя местами можно встретить ямки — видно кто-то копал, забирал грязь. В небольших количествах делать это разрешено. Но были годы, когда для оздоровительных процедур тут добывали до 120 тонн грязи. Грязь тёмно-серая, мягкая, слабощелочная (pH=8) с запахом сероводорода. Смесь гниющих водорослей, живущих тут микроорганизмов и соленой морской воды.

**10 слайд**

Грязи Палкиной губы с удовольствием используют медучреждения области.

Есть официальное заключение Центрального научно-исследовательского института курортологии и физиотерапии в Москве, что грязи Палкиной губы обладают высоким лечебным эффектом. И не уступают по своим лечебным свойствам грязям лиманов Черноморского побережья.

Специалисты давали заключение, что эти грязи эффективны при лечении неврологических заболеваний, суставов, желудочно-кишечного тракта.

**11 слайд**

Грязелечение разрешено как взрослым, так и детям, но есть и противопоказания. Например, противопоказаны процедуры с грязью

при эпилепсии,

при наличии онкологии,

циррозе печени,

при заболеваниях крови в стадии обострения,

при крайней степени истощения организма,

часто повторяющихся кровотечениях.

Особую осторожность следует проявлять при назначении грязелечебных процедур пациентам с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Кроме того, проходить курс грязелечения можно только вне острых стадий любого заболевания, в период, когда болезнь затихает.

**12 слайд**

Кому грязи не нужны, может найти тут много еще чего интересного.

Например, прогуляться по плантациям водорослей. Во время отлива вода отступает на сотни метров, обнажая дно, покрытое густыми полями водорослей.

Ноги скользят, того и гляди упадешь на круглые скользкие камни, под ногами хрустит фукус. Его, кстати, запросто можно есть — водоросли богаты йодом и многими другими микроэлементами и витаминами. Как и ламинария — морская капуста. Ее тут тоже целый огород — собирай — не хочу!

**13 слайд**

Ну а те, кому не по вкусу водоросли, кому целебная грязь не нужна, могут окунуться в атмосферу удивительного спокойствия, тишины, нарушаемой лишь шелестом волн, и вдохнуть чистейший воздух, пропитанный морской свежестью.