

УДК 338.48-6:614.215(476)

**П.Г. СОЛТАН**

старший преподаватель  
кафедры физического воспитания и спорта<sup>1</sup>



**А.В. ШЕВЕЛЬ**

преподаватель  
кафедры физического воспитания и спорта<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Белорусский государственный университет  
г. Минск, Республика Беларусь



*Статья поступила 15 апреля 2019г.*

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В БЕЛАРУСИ**

*В статье представлены данные по Республике Беларусь в сфере оздоровительного туризма. Проведен анализ основных тенденций развития современного оздоровительного туризма. Выявлены актуальные проблемы развития оздоровительного туризма в Беларуси.*

**Ключевые слова:** оздоровительный туризм, велнес, Беларусь.

**SOLTAN P.G.**, senior lecturer<sup>1</sup>

**SHEVEL A.V.**, lecturer

<sup>1</sup>Department of Physical Education and Sports of Belarusian State University  
Minsk, Republic of Belarus

**CURRENT PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF HEALTH TOURISM IN BELARUS**

*The article presents data for the Republic of Belarus in the field of health tourism. The analysis of the main trends in the development of modern health tourism is conducted. The current problems in the development of health tourism in Belarus are identified.*

**Keywords:** health tourism, wellness, Belarus.

Устойчивое развитие оздоровительного туризма является одной из ключевых задач, необходимых для эффективного функционирования современного общества. Данная статья посвящена анализу данных по Республике Беларусь в сфере оздоровительного туризма. Основной целью исследования является выявление актуальных проблем развития оздоровительного туризма в Республике Беларусь.

Среди определений видов туристической деятельности часто наблюдается путаница понятий. Так, лечебно-оздоровительным туризмом часто обозначают посещение всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, как оздоровительных и лечебных, так медицинских и даже спортивных. Однако здесь требуется ввести разграничение терминов.

Авторы данного исследования понимают под оздоровлением комплекс мер, приводящих к улучшению физического и психического самочувствия человека, укреплению здоровья и повышению иммунитета, а также способствующих усилению работоспособности. Все это в целом повышает качество и продолжительность жизни. Данные меры не имеют ничего общего с лечением и медицинским вмешательством, поэтому корректнее использовать термины «оздоровление», «оздоровительный туризм» (health tourism). Под лечебно-оздоровительным туризмом принято подразумевать отдых в санаториях и санаторно-курортных организациях [1].

В определенной мере это справедливо, однако здесь доминирует лечебный фактор, так же как и обращение за медицинской помощью в медицинском туризме (medical tourism). Здесь необходимым является, как правило, нахождение в специализированном учреждении (санаторий, больница, медицинский центр) и общение с квалифицированными специалистами (врачи, медперсонал). Тогда как оздоровление может предполагать отсутствие всего вышеперечисленного. Прогулка на свежем воздухе укрепит здоровье и не требует никаких документов. Именно поэтому оздоровительный туризм становится все более популярным во всем мире, так как сегодня туристы стремятся сочетать отдых с посещением профессиональных, событийных либо оздоровительных мероприятий.

Актуальность темы данного исследования состоит в том, что здоровье является главным ресурсом современного человека. Более того, на протяжении последних десятилетий эта

проблема звучит все чаще. В 2016 г. по инициативе Всемирной организации здравоохранения в Беларуси впервые было проведено первое общенациональное исследование (STEPS 2016) для изучения распространенности основных факторов риска неинфекционных заболеваний (НИЗ) среди репрезентативной группы населения в возрасте 18–69 лет. Было выявлено, что наиболее распространенными факторами риска НИЗ в Беларуси являются:

- употребление табака;
- употребление алкоголя;
- употребление менее 5 порций овощей и/или фруктов в сутки;
- недостаточная физическая активность;
- лишний вес и ожирение;
- повышенное артериальное давление;
- повышенный уровень сахара и холестерина в крови;
- высокий уровень суточного потребления соли.

Было установлено, 40,5% взрослых в Беларуси имеют 3 или более факторов риска НИЗ. 72,9% взрослых не едят рекомендуемые 5 порций фруктов и/или овощей в сутки, при этом распространенность данного фактора риска выше среди мужчин. Средний уровень потребления соли более чем в два раза превышает рекомендуемый ВОЗ показатель 5 г в сутки. 60,6% взрослых страдают лишним весом или ожирением, 25,4% из них страдают ожирением, при этом распространенность данного фактора риска выше среди женщин. 44,9% взрослых обладают высоким артериальным давлением, и только половина из тех, кто страдает от высокого артериального давления, сообщили о приеме гипотензивных препаратов. 38,2% и 3,6% взрослых имеют повышенный уровень холестерина и сахара в крови соответственно. Таким образом, НИЗ остаются главной причиной заболеваемости, инвалидности и преждевременной смертности в Беларуси: на них приходится 86% смертей и 77% случаев в структуре общей заболеваемости [2].

Главным фактором риска, которые увеличивают вероятность развития диабета, рака и болезни сердца, является недостаточная физическая активность. Поэтому ВОЗ обозначила глобальную цель: снизить физическую неактивность на 15 процентов к 2030 году. Этот процесс реализуется и в достижении Целей устойчивого развития, а именно Цели № 3 «Обеспечение здорового образа жизни и

содействие благополучию для всех в любом возрасте» [3]. В Беларуси реализуется Государственная программа «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2016–2020 годы» [4]. На Интернет-портале «Здоровые люди» создана Карта здоровья Беларуси, на которой все желающие могут найти объекты, связанные с оздоровлением, – не только медицинские учреждения и санатории, но и спортивные секции, тренажерные залы, бассейны и сауны, оздоровительные центры и комплексы, фитнес-центры и студии и т.д. [5].

Данные шаги помогают жителям и гостям страны в процессе совершения путешествия (будь то внутренний или въездной туризм) не отступать от привычного здорового образа жизни, или приобрести эту полезную привычку. Кроме того, повсеместная популяризация спортивного туризма способствует активным массовым занятиям спортом, что также увеличивает количество совершаемых путешествий с целью оздоровления (в последние 5 лет более чем на 20%) [6]. Таким образом, данное исследование посвящено современному состоянию развития оздоровительного туризма в Беларуси и выявлению наиболее актуальных проблем в этом процессе.

Внутренний и въездной туризм в Беларуси с целью оздоровления могут иметь элементы экологического, спортивного и лечебного видов туристической деятельности. Значительная часть туристов (около 50%) выбирают отдых в санаториях Беларуси. Специализация многих крупных туроператоров «Беларустурист», «Центркурорт», «Автоматизированные технологии туризма» и других связана с продажей услуг санаториев и спортивно-оздоровительных центров, а также баз отдыха и т.д. Так, на интернет-портале Sanatorii.by представлена подробная информация о большом количестве (более 100) санаторно-курортных организаций: описание, фотографии, видео, медицинский профиль, инфраструктура и т.д. На интернет-портале BelTur.by можно найти более 150 баз отдыха, туристических оздоровительных комплексов, кемпингов, расположенных в естественных ландшафтах белорусской природы.

Следует отметить, что при всей популярности санаторно-курортного сектора туристической Беларуси, в последние годы намечается тенденции к изменению в организации оздоровительного отдыха. Во-первых, жители Беларуси постепенно переходят на самостоятельную организацию отдыха, понимая

собственную ответственность за оздоровление себя и своей семьи и ощущая необходимость выбора. Во-вторых, санаторный режим устраивает не всех туристов. Зачастую за довольно высокую плату в санаториях отдыхающий получает турпродукт советского образца. Поэтому, учитывая необходимость нахождения на природе и наличие довольно свободного режима, белорусы выбирают отдых в агроэкоусадебках, расположенных недалеко от санатория, так как в случае необходимости получения оздоровительных процедур на базе санаторно-курортного учреждения они спокойно могут дойти до него пешком или доехать на велосипеде и получить эти услуги в удобное для себя время.

Городским жителям часто для оздоровления становится достаточно замедления ритма жизни, который они получают в агроусадебке. Это отвечает основным принципам популярной во всем мире концепции здорового образа жизни (wellness). Эта концепция основана на сочетании физического и ментального здоровья, правильного питания, разумных физических нагрузок и отказа от вредных привычек. Оздоровление в такой ситуации осуществляется, как правило, практически здоровыми людьми для сохранения и поддержания их здоровья. Здесь не требуется лечение от болезней, восстановление после травм и тем более медицинское вмешательство. Основная цель подобного оздоровления – усиление двигательной активности, которое приводит к продолжительной активности и эволюции сознания. В этом состоянии человек выглядит, чувствует себя и действует оптимальным образом и поэтому получает удовольствие от насыщенной жизни, а также достигает максимального долголетия.

#### **ПРИНЦИПЫ WELLNESS**

- движение;
- умственная активность;
- расслабление и гармония;
- красота и уход за телом;
- сбалансированное питание.

В 2019 году в Беларуси зарегистрировано более 2 400 сельских усадеб. 90% отдыхающих – граждане Беларуси. Многие усадьбы («Комаришки», «Узлянка», «Рыбацкая пульва» и др.) предлагают спортивно-оздоровительные услуги (байдарки, велосипеды и т.д.). Некоторые усадьбы предлагают уникальные оздоровительные услуги. Например, усадьбы «Припятский плёс», «Бяседы» и др. предлагают сон на ульях. Лечебный эффект данной процедуры достигается от близкого контакта пациентов с пчели-

ными семьями, микровибрации от работы пчел в улье и мощного биополя насекомых. Кроме того, пчелы поддерживают в своих домиках комфортную для человека температуру – 36-37 градусов. Этот комплекс дает возможность расслабиться мышцам спины, улучшает кровообращение, обмен веществ, повышает иммунитет, снимает стрессы. Контакт с пчелами исключен, в комплексе туристам также предлагается дегустация меда, чай на травах, ароматерапия, домашнее питание. В усадьбе «Вяселая хата» предлагается обертывание сеном – паренье на сене, собранном из клевера, мяты, полевицы, луговой герани, тысячелистника и клубники. Комплексная оздоровительная процедура включает скрабы с медом, солью и травами; фитотерапию, чай на травах; обертывание травами или медом (по желанию); массаж лица и тела. Хозяйка усадьбы – профессиональный косметолог, одновременно туристы знакомятся с народной культурой белорусов, узнают традиционные секреты и рецепты красоты, которые передаются из поколения в поколение. Желающим предлагается 2-дневная программа, направленная на оздоровление, омоложение и борьбу с лишним весом. Она включает в себя рациональный режим питания, в основе которого меню из свежих овощей и фруктов, выращенных на собственном подворье, а также соков и квасов, приготовленных по традиционным рецептам.

Комплекс мероприятий, направленных на релаксацию, восстановление утраченных ресурсов организма, а также знакомство с региональной культурой, предлагается в туристических кластерах. Например, «Муховецкая кумора» (Кобринский район Брестской области Беларуси): утренние прогулки босиком по росе с занятиями гимнастикой на свежем воздухе, пешие прогулки в лес с элементами аудиотерапии и бёрдвотчинга, традиционная белорусская кухня, специальные веломаршруты, фотоохота, водные походы на драккаре и т.д. [7].

Таким образом, привычные лечебные санаторные мероприятия – лечение минеральными водами и лечебными грязями, строгий режим под наблюдением врача, питание в столовой, массовый отдых, «советский» турпродукт за высокую стоимость – легко заменяются уникальными оздоровительными услугами, предоставляемыми агроэкоусадьбами (сон на ульях, обертывание сеном), свободой выбора и передвижения, индивидуальным подходом, экологически чистыми про-

дуктами, традиционной региональной кухней, знакомством с этнографическими особенностями региона, тишиной, комфортом и свежим воздухом. Кроме того, в случае посещения усадеб в оздоровительных целях отмечается значительное влияние туризма на развитие региона и его экономику. Таким образом, сегодня в Беларуси оздоровление на агроэкоусадьбе, в отличие от лечебного санаторного туризма, снимает зависимость от медицинского персонала и риск для здоровья от некачественного лечения и повышает качество, разнообразие и эффективность оздоровительных услуг.

### Список литературы

1. Лечебно-оздоровительный туризм. Министерство спорта и туризма Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://mst.by/ru/lechebny-ru>. – Дата доступа: 11.10.2018.
2. Всемирная организация здравоохранения. Европейское региональное бюро [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.euro.who.int/ru/countries/belarus/news/news/2017/09/survey-reveals-high-prevalence-of-ncd-risk-factors-in-belarus>. – Дата доступа: 26.09.2018.
3. Цели устойчивого развития. ООН в Беларуси [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://un.by/oon/globalnaya-povestka/tseli-ustojchivogo-razvitiya>. – Дата доступа: 14.12.2018.
4. Государственная программа “Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь“ на 2016 – 2020 годы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://minzdrav.gov.by/ru/ministerstvo/gosudarstvennye-programmy>. – Дата доступа: 22.11.2018.
5. Здоровые люди [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://24health.by/karta-zdorovya>. – Дата доступа: 17.08.2018.
6. Национальный статистический комитет Республики Беларусь. Туризм и туристические ресурсы Беларуси, 2018 [Электронный ресурс]. – Режим доступа [http://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/solialnaya-sfera/turizm/publikatsii\\_9/index\\_9293/](http://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/solialnaya-sfera/turizm/publikatsii_9/index_9293/) – Дата доступа: 17.08.2018.
7. Олюнина, И.В. Туристический кластер как средство развития региона: проблемы и возможности [Электронный ресурс] / И.В. Олюнина // София: электронный научно-просветительский журнал. – 2018. – № 1. –

С.107. – Режим доступа:  
<http://elib.bsu.by/handle/123456789/195998>.  
 – Дата доступа: 12.01.2019.

## References

1. *Lechebno-ozdorovitelnyj turizm. Ministerstvo sporta i turizma Respubliki Belarus* [Medical and health tourism]. (In Russian). Available at: <http://mst.by/ru/lechebny-ru>. (accessed: 11.10.2018).
2. *Vsemirnaya organizatsiya zdavookhraneniya. Evropeyskoye regionalnoye buro* [World Health Organization. European Regional Office]. (In Russian). Available at: <http://www.euro.who.int/ru/countries/belarus/news/news/2017/09/survey-reveals-high-prevalence-of-ncd-risk-factors-in-belarus>. – (accessed: 26.09.2018).
3. *Tseli ustoychivogo razvitiya. OON v Belarusi*. [Goals for sustainable development]. (In Russian). Available at: <http://un.by/oon/globalnaya-povestka/tseli-ustojchivogo-razvitiya>. (accessed: 14.12.2018).
4. *Gosudarstvennaya programma «Zdorovye naroda i demograficheskaya bezopasnost Respubliki Belarus» na 2016 – 2020 gody*. [State program “Public Health and Demographic Security of the Republic of Belarus” for 2016–2020](In Russian). Available at: <http://minzdrav.gov.by/ru/ministerstvo/gosudarstvennyye-programmy>. (accessed: 22.11.2018).
5. *Zdorovyje lyudi* [Healthy people]. Available at: <https://24health.by/karta-zdorovya>. (accessed: 17.08.2018).
6. *Natsionalnyj statisticheskiy komitet Respubliki Belarus. Turizm i turisticheskiye resursy Belarusi, 2018*. Available at: [http://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/solialnaya-sfera/turizm/publikatsii\\_9/index\\_9293/](http://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/solialnaya-sfera/turizm/publikatsii_9/index_9293/) – (accessed: 17.08.2018).
7. Olunina I.V. Turisticheskiy klaster kak sredstvo razvitiya regiona: problemy i vozmozhnosti. *Sofiya: elektronnyj nauchno-prosvetitel'skiy zhurnal* [Sofia: electronic scientific and educational journal]. 2018, no 1, 107 p. Available at: <http://elib.bsu.by/handle/123456789/195998>. (accessed: 12.01.2019).

Received 15 April 2019