



**PÄRNŪ
KUIRORT**
1838-1958

Arh. eks.

2/42817

A-21890

A. RAIK

11111 11 11111111 111111

PÄRNU KUURORT

(1838 – 1958)

41824

EESTI RIIKLIK KIRJASTUS
TALLINN 1958

Kaane kujundanud H. Mitt

PARINIL KUIROBT
(1887. 1888)

2

Tartu Riikliku Oikeoli
Raamatukogu

42817

SISSEJUHATUS

Nõukogude ühiskonnas on inimene suurim väärtus. Kommunistlik partei ja Nõukogude valitsus pööravad palju tähelepanu rahva ainelise heaolu, kultuuritaseme tõusu ja tervishoiu kindlustamisele. Nõukogude Liidu tervishoiusüsteemis on kuurortide, sanatooriumide ja puhkekodude võrk suure tähtsusega; kuurordiravi moodustab paljude haiguste puhul haige ravimise üldise plaani lahutamatu koostisosa.

Kuurortide võrgu väljaarendamisele on nõukogude võimu perioodil suurt tähelepanu pööratud. Juba raskeil kodusõja päevil 1919. aasta märtsis andis Tööliste ja Talupoegade Valitsus V. I. Lenini poolt allakirjutatud dekree, mille alusel kõik ravipaikkonnad, «kus nad VNFSV territooriumil ka asuksid ja kellele nad koos kõigi ehitiste ja sisseseadetega ka kuuluksid, on vabariigi omand ning kasutatakse ravi eesmärgil»¹. Dekree, tähtsaimaks printsiibiks on kuurortide andmine rahva teenistusse.

Aastal 1955 oli Nõukogude Liidus 295 balneoloogilist, mudaravi- ja kliimaatilist kuurorti, 2178 sanatooriumi nii kuurortides kui ka väljaspool neid ning 939 puhkekodu. Igal aastal viibib kuurortides, sanatooriumides ja puhkekodudes ravil ning puhkusel viis miljonit inimest.

Suurt tähelepanu tervishoiu edasise arendamise küsimustele, seejuures ka kuurortide ja sanatooriumide võrgu laiendamisele pööras NLKP XX kongress. Kongressi direktiivid kuuenda viie aasta plaani kohta panevad ette tõsta tervishoiuorganite profülaktilise tegevuse taset, seejuures suurendada 1960. aastaks 1955. aastaga võrreldes «kohtade arvu sanatooriumides — 10 protsendi ja puhkekodudes — 13 protsendi võrra»². Esmakordselt on kongressi otsustes fik-

¹ Большая Советская . Энциклопедия, т. 24, стр. 106.

² NLKP XX kongressi direktiivid, Tallinn 1956, lk. 56.

seeritud sanatooriumide ja puhkekodude arengu suund: pöörata peamine tähelepanu sanatooriumide ja puhkekodude rajamisele maa nendes piirkondades, kus ravipaikkondi seni on vähe — NSV Liidu Euroopa-osa kesk- ja põhjapiirkondades, Uraalis, Lääne- ja Ida-Siberis, Kaug-Idas, Kesk-Aasias ja Kasahstanis. Kohalike ravipaikkondade väljarendamine kaotab kuurordiravi vajajate tungi lõunasse, Musta mere Kaukaasia-ranniku ja Krimmi kuurortidesse, mis on seotud pikkade, kulukate, aegaviitvate sõitudega. Tuleb silmas pidada, et haigele või väsinud organismile on sellised sõidud kurnavad ning võivad kogu kuurordiravi tulemuse nullini viia.

Suure tähtsusega on NSV Liidu Ministrite Nõukogu määrus «Sanatooriumide ja puhkekodude töö parandamisest». Tähtsaimaks momendiks on siin kõikide sanatooriumide ja puhkekodude koondamine ühtsesse süsteemi, vabariiklike teravishoiuministriteeriumide alluvusse; sellega täidetakse Lenini üht põhilist juhendit nõukogude kuurortide organisatsioonis.

Kuni viimase ajani valitses olukord, kus peaaegu iga ministriteeriumi juures oli oma kuurordivalitsus, -büroo või -sektor, kus kõrvuti asetsevad sanatooriumid kuulusid eri ministriteeriumidele; see tingis, eriti väikeste sanatooriumide juures, suuri kulutusi administratiivsele ja teenindavale personalile, paralleelselt tegutsevate kabinettide ja laboratooriumide tööd pooliku koormusega jne. Seoses üleminekuiga ühtsele süsteemile on sellised puhkajate tasku arvel toimunud liialdused likvideeritud. Tuusikute jaotamine on ÜAÜKN ülesandeks; sellega on tagatud, et kõikide kutsealade töötajad saavad tuusikuid proportsionaalselt vastava ministriteeriumi süsteemist teravishoiuministriteeriumi süsteemi ülevõttud sanatooriumide arvule.

Määruse alusel on tuusikute hinnad diferentseeritud, olenevalt sanatooriumi tüübist, heakorrastusest ja mugavustest, mida seal ravil viibijaile pakutakse. On kavatsusel alandada tuusikute hindu sügis- ja talveperioodiks. Ambulatoorsete haigete paremaks teenindamiseks näeb määrus ette võõrastemajade ja panstionide võrgu laiendamise kuurortides. Kõikide nende abinõude eesmärgiks on teha kuurordiravi nõukogude töötajatele veelgi kättesaadavamaks.

Suure tähelepanu osutamine kuurordiravile seab nõukogude teaduse ette vastutusrikka ülesande: uurida igakülgset meie kodumaa kuurordilisi ressursse — kliimat, tervisvett,

tervismuda jne., selgitada eri paikkondade ravifaktorite mõju terve ja haige inimese organismile, avastada uusi sobivaid paiku sanatooriumide ja puhkekodude rajamiseks.

Nõukogude kurortoloogia ongi kuurordiliste ressursside uurimisel silmapaistvat edu saavutanud. Laialdast uurimistööd teostavad Krimmis ja Ukraina muudes osades, Musta mere Kaukaasia-rannikul, Taga-Kaukaasia liiduvabariikides, Usbekistanis, Uraalis ja Siberis asuvad kurortoloogia-instituudid. Juba üksnes Moskoas asub Kurortoloogia Keskinstituut on korraldanud enam kui 400 ekspeditsiooni kuurordiliste ressursside uurimiseks.

Kuurortide teadusliku uurimise ja nende töö igakülgsel parandamise kõrval on tarvilik ka kuurortide laialdane tutvustamine. Tunneb ju iga kuurordis viibija loomulikku huvi kõige vastu, mis on seotud antud paiga mineviku ja olevikuga, kuurordi ravifaktorite ja nende mõjuga jne. Seoses rahva heaolu pideva kasvuga suureneb iga aastaga töötajate arv, kes veedavad oma puhkuse kuurortides väljaspool sanatooriume ja puhkekodusid. Et sõidu sihtkoht määrataks sellisel juhul kindlaks nii öelda omal käel, on kuurorte tutvustavad trükised eriti tarvilikud.

Käesoleva brošüüri ülesandeks on anda populaarne ülevaade Eesti NSV tuntuma kuurordi — Pärnu kuurordi ajaloo ja tänapäevast, looduslikest ravifaktoritest ja kasutatavatest ravimeetoditest. Ühtlasi olgu ta ilmumine Pärnu kuurordi 120 aasta juubeli tagasihoidlikuks tähistuseks.

Pärnu kuurordi ajalugu käsitlevas osas kasutatud materjalidest annab ülevaate brošüüri lõpus esitatud kirjanduse loetelu. Tervismuda iseloomustamisel on kasutatud V. Vadi tööd «Eesti tervismuda», Tartu, 1947, ja Kurortoloogia Keskinstituudi poolt aastal 1947 Eestisse korraldatud ekspeditsiooni aruannet. Kuurordi tänapäeva kirjeldus on antud isiklike tähelepanekute ja ametlike statistiliste andmete põhjal, Rannapargi kohta on andmed võetud põhiliselt A. Eriku tööst «Pärnu linna haljasalade dendroloogiline koosseis ja nende vastavus ülesannetele», Tartu, 1955 (käsikiri). Kliimatiliste ravifaktorite iseloomustamise osas on autor tuginenud põhiliselt oma uurimistele.

Peatüki «Ravi Pärnu kuurordis» on kirjutanud Pärnu kuurordi sanatooriumi nr. 1 peaarst dr. L. Vernik.

I. PÄRNU KUURORDI ASEND, TEKE JA ARENEMINE

1. ASEND

Pärnu linn (koordinaadid 58°23' põhjalaiust ja 24°30' idapikkust) asetseb Eesti NSV madalikulises edelaosas Pärnu lahe põhjarannikul, samanimelise jõe suudmes; kuurort paikneb linna mereäärses osas Pärnu jõe suubumiskohast ida pool.

Pärnu jõgi, mis on Eesti NSV pikim jõgi (145 km), voolab kogu oma ulatuses kirde-edela suunas. Viimased 20 km Torist alates voolab ta üsna sirgjooneliselt mere suunas ja ongi varem suibunud merre praeguse Merimetsa kohal. Jõe suudmealal levinud tuiskliiv ning merehoovustest kantav liiv sulgesid jõe suudme ja jõgi oli sunnitud otsima uut vooluteed. Umbes poolteist kilomeetrit allpool Reiu jõe suubumiskohta pöördubki jõgi peaaegu täisnurkselt loodesse, jäädes selles kohas merest ainult kilomeetri kaugusele. Edasi voolab jõgi rööbiti Pärnu lahe rannajoonega, teeb siis pöörde edelasse ja suubub merre umbes 5 km endisest suubumiskohast lääne pool. Nõnda moodustub jõe alamjooksu ja mere vahel 5 km pikkune ja 1—2 km laiune poolsaaretaoline ala, millel paiknevad Pärnu kesklinn ja kuurordirajoon. Nii rongi kui ka bussiga Pärnu saabunud leiavad end kesklinnas, mis on hästi korrastatud ja jätab saabujaile meeldiva mulje. Pärnu linna jõeäärse, üle jõe asetseva ja Riia maantee suunas välja ulatuva osaga on kuurort ja kuurordis viibijad nõrgalt seotud.

Linna keskosast, kus on mitmeid mitte küll suuri, kuid meeldivaid parke ja haljasalasi, suundub kuurordirajooni rida puiesteid. Kesklinna ja kuurordirajooni vahel oleval alal on puiesteid tunduvalt rohkem kui linna teistes osades. Tähtsaimaks kuurordirajooni viivaks magistraaliks on Nõukogude tänav, üks Pärnu vanimaid puiesteid, mis algab

Barbaruse ja Komsomoli tänava ristumise kohalt ning lõpeb rannas mudaravila ees. Esimesed 350 m on tänav hoonestatud, puud (peaaegu eranditult kased) kasvavad mõlemal pool sõiduteed. Puiestee rohelist täiendavad majade aiad. Viimane veerand kilomeetrit, mille ulatuses puid on juba neljalt realt, kulgeb kuurordi territooriumil.

Pärnu kaugus Eesti NSV pealinnast Tallinnast on maanteel 140 km, ühendus pealinnaga on käesoleval ajal aga hea. Bussid, osa neist mugavad ja kiired ЗИЛ-127, väljuvad ja saavad Tallinnast kuus korda ööpäevas. Tallinna—Pärnu vahemaa läbimiseks kulub neil 3—4 tundi. Umbes neli tundi kulub Tallinnast Pärnu jõudmiseks ka kitsarööpmelisel raudteel sõites; seda vahendit kasutavad peaaegu kõik väljastpoolt Eesti NSV-d kuurorti saabujad. Alates 1957. aasta suvest on rongiühendus Pärnuga muutunud hoopis mugavamaks. Endised palju tahma tekitanud «suslad» on asendatud soojusveduritega, reisijate veoks ümberehitatud kaubavagunid mugavate täismetallist vagunitega. Reisirongid kurseerivad ka Pärnu—Mõisaküla—Viljandi—Tallinna liinil. Lõunapoolsetesse vennasvabariikidesse sõitjatele on meeldivaks uuenduseks rongiühendus Ikla kaudu Läti NSV linna Valmieraga, kus on võimalik ümber istuda Riia rongidele. Riiaga toimub kaks korda ööpäevas ka bussiühendus (Tallinna—Riia liin); sõit kestab ligi 6,5 tundi. Kaks korda ööpäevas toimub bussiühendus Kilingi-Nõmme ja Tõrva kaudu Tartuga (6,5 tundi), Lihula kaudu Haapsaluga (5 tundi), Vändra ja Türi kaudu Paidega (4 tundi), Suure-Jaani kaudu Viljandiga (4 tundi). Et Lihulast toimub bussiühendus Virtsuga, Tõrvast Valgaga, Tartust Ida- ja Kagu-Eesti ning Paidest Põhja-Eesti rajoonidega, siis on Pärnu bussiliinide abil seotud kogu vabariigiga (vt. lisa 1 raamatu lõpus).

Suveperioodil on kõige mugavamaks sidevahendiks 2 korda päevas Tallinna ja Pärnu vahel kurseeriv väike reisilennuk ЯК-12, mis jõuab pealinnast Pärnu 50 minutiga.

2. KUURORDI AJALOOST

Pärnu linn, mille territooriumil asetseb Pärnu kuurort, on Eesti NSV vanimaid linlikke asulaid. Esimesed kindlad andmed Pärnu ajaloo kohta pärinevad XIII sajandist. XIII sajandi keskpaiku oli Pärnu ümbrus Lääne-Saare piiskop-

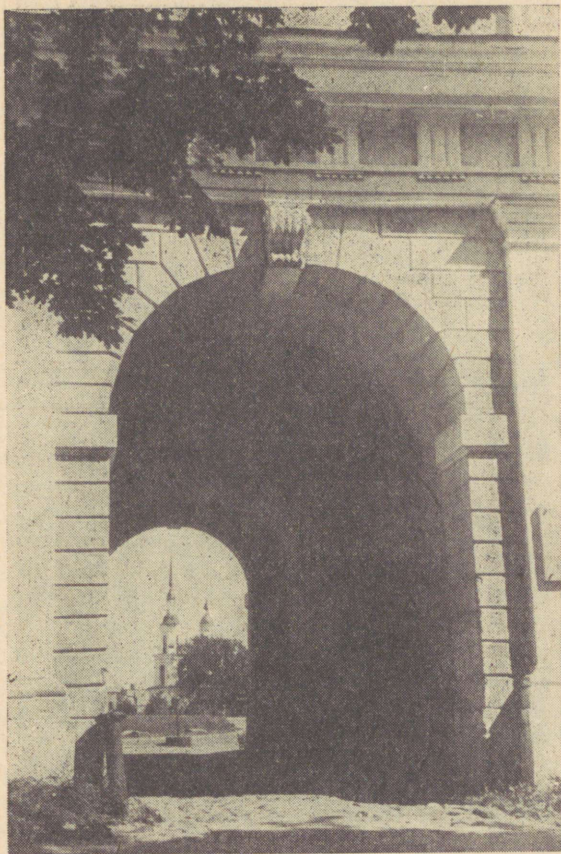
konna ja ordu valduste piirialaks. Piir kulges mööda Sauga jõe, mis muide kandis tol ajal Pärnu (Perona) jõe nime; praegust Pärnu jõe nimetati aga Emajõeeks (Embecke). Pärnu jõe suue osutus sobivaks sadamapaigaks ja ühtlasi ka Loode-Eestist Edela-Eestisse kulgevate teede võtmepositsiooniks, Pärnu jõgi koos lisajõgedega töötas aga head sidepidamist sisemaaga ning Võrtsjärve ja Emajõe kaudu veeteed Peipsile. Seega oli siin väga sobiv paik asula rajamiseks. XIII sajandi esimese poole lõpul tekkiski Pärnu jõe paremal kaldal, Sauga jõe ja mere vahel, nn. Vana-Pärnu linn. Selle asendi soodus oli sedavõrd silmanähtav, et aastal 1251 kuulutas piiskop uue linna kiriku Saare-Lääne piiskopkonna peakirikuks.

Et ka ordu oli huvitatud Pärnu jõe suudmest kui soodsast sadamapaigast ja teede sõlmpunktist, rajati Pärnu jõe vasakul kaldal peagi ordu linn, nn. Uus-Pärnu. Uus-Pärnu hakkas elavalt tegelema kaubandusega, majanduslik raskuspunkt kaldus jõe paremalt kaldalt vasakule kaldale ning Vana-Pärnu areng pidurdus. Siiski püsis Vana-Pärnu XVI sajandi lõpuni üsna silmapaistva asulana. Siis aga alustas Uus-Pärnu süstemaatilist võitlust konkurendi lõplikuks hävitamiseks ja saavutati esmalt Poola, XVII sajandi algul aga Rootsi võimude abiga Vana-Pärnu asula likvideerimise. Uus-Pärnu kujunes kiiresti Lääne-Eesti tähtsamaks kaubalinnaks ja astus XIV sajandi keskpaiku Hansa liitu. Pärnu osaks langes olla vahemeheks Saksa maal ja Venemaal asuvate hansalinnade vahel; viimastega sidepidamiseks kasutati veeteed Tartu kaudu.

Pärnu majanduslikus arengus on olnud palju tõuse ja mõõnu, linn on käinud sõdades käest kätte, saanud korduvalt rüüstata ja tulekahjude läbi kannatada. Näiteks ainult ajavahemikus 1488—1533, ühe inimpõlve kestel, laastas tuli Pärnut neljal korral. Soodus asend on aga iga kord kindlustanud linna taasehitamise.

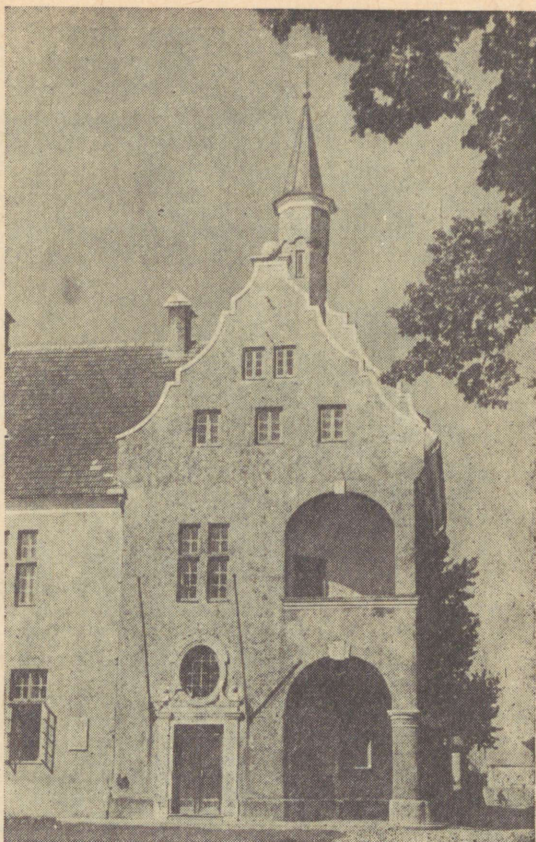
On huvitav märkida, et Pärnu on olnud ka ülikoolilinn; siin hingitses aastail 1699—1710 ja lõpetas oma olemasolu Tartust Põhjasõja eest pakku tulnud rootslaste «Academia Gustaviana Carolina». Pärast ordu, Poola, Taani ja Rootsi võimude vaheldumist, mis kestis sajandeid, ühendati Pärnu aastal 1710 Venemaaga; see kindlustas pikaajalise rahu- perioodi ning majandusliku tõusu.

XIX sajandi 40-ndatel aastatel oli Pärnu umbes 6000 elanikuga linnake. Linna majanduses valitses järjekordne



Joon. 1. Tallinna värav. V. Vahi foto.

kriis ning otsiti uusi teid majanduse elustamiseks. Tol perioodil algas Baltimaadel intensiivne kuurortide rajamine — loodi raviasutused Riia rannikul, Haapsalus, Kuressaares (nüüd Kingissepp). Sama otsustati teha ka Pärnus, kus kuurordi loomiseks olid küllaltki head looduslikud eeldused — meeldiv liivarand, madalaveeline mere-laht, suur liiklusteedest kõrval seisev ning seni kasutamata maa-ala mere ääres.



Joon. 2. Pärnu linna TSN Täitevkomitee hoone (end. raekoda).
V. Vahi foto.

SUPELASUTUS PÄRNUS AASTAIL 1838—1889

Pärnu kuurordi asutamise ajaks loetakse aastat 1838, mil mererannas asuvas kõrtsihoones pärast vajalikke ümber-ehitusi alustas tööd supelasutus. Kuigi teolud Lääne-Eestis olid väga halvad ja ühendus Pärnu linnaga nõrk, toimus Pärnu kui kuurordi areng esimestel aastatel päris kiiresti. Pärnu tolleaegsetest oludest annab ülevaate Tartu

üliskooli korraline keemiaprofessor C. Goebel, kes viibis seal ravil, oma raamatus «Das Seebad bei Pernau an der Ostsee. Dorpat und Leipzig, 1845». Pärnusse tuli supelvõraid Moskvast ja Peterburist, Tartust ja Tallinnast, Riist ja Valmierast, Valgast ja Viljandist. Goebel nimetab Pärnu kuurorti Venemaa üheks külastatavamaks supelasutuseks Balti mere ääres. Supelasutuses oli tol ajal kuus hästi varustatud vannituba ja neli korterit sissesõitnutele. Ravi-eesmärke taotles mainitud asutus ainult suveperioodil, talvel aga kasutati vanniruumi saunana. Laialdase populaarsuse omandasid suplused tasase, liivase põhjaga Pärnu lahe suhteliselt soojas vees. Soovi korral viidi suplejad hoburakendiga paraja sügavusega veeni, kus kaetud vankrist oli hea otse merre minna. Paremaste suplustingimuste loomiseks olid selleks ajaks juba asetatud merre postidele supelonid, kust viis trepp merre. Et tugevate meretuulte puhul veepind tunduvalt tõuseb ja meri kaugele tungib, oli ehitatud supelonide juurest rannale viiv kõrge «150 sammu pikkune» käsipuuga varustatud kitsas sild. Meestele ja naistele olid supelonid eraldi, umbes versta kaugusel teineteisest. Supelonide hooldamist ja suplejate teenindamist, samuti ka pääsmete müüki teostas selleks organiseeritud komitee. Aastal 1831 oli äärelinnas viljaltule ja soisele maatükile rajatud park (praegune Vana park), mis tolleks ajaks pakkus juba silmarõõmu ja varjugi. Park ja selles asuv «Badesalon» olid nii supelvõrastele kui ka linna kodanikele peamiseks kogunemis- ja meelelahutuskohaks. Siin mängiti piljardit ja ajaviitemänge ning loeti ajalehti. Salongis oli ka puhvet. Öhtuti mängis pargis orkester, mille saatel ka tantsiti. Suvehooajal esinesid väike teatritrupp ja läbisõidul Pärnusse viibivad kunstnikud.

Et Pärnu supelasutus piirdus aga ainult lihtsate soojade vannide andmisega, jäi ta areng edaspidi peatuma. Ka ei täitnud sissetulekud lootusi ning kaubanduse elavnemine 60-ndail ja 70-ndail aastail tõmbas tähelepanu supelrajooni arendamiselt kõrvale. Kuressaare ja Haapsalu olid tolleks ajaks kujunenud tunnustatud kuurortideks ning suplusi Pärnu lahes ja siin ammutatavat muda kasutasid 70-ndatel aastatel ainult vähesed terviseotsijad.

Alles 1880. aasta paiku hakati seoses kaubanduse järjekordse mõõnaga jällegi pöörama suuremat tähelepanu mereäärsele rajoonile. Aastal 1882 istutati ulatuslik Ranna-

park ning rajati rida puiesteid. Linnavalitsus koondas linna kätte Rannapargi ümbruses asuvad eraisikutele kuuluvad heinamaatükid, mis võisid olla sobivad pargi-istandikeks või suvilakruntideks. Endistele omanikele anti mujalt linna maast heinamaad asemele. Et merelähedase rajooni hoonestamine algas sel perioodil, siis ehitati sinna peamiselt ajakohaseid suvilaid.

PÄRNU KUJUNEMINE KUURORDIKS AASTAIL 1889—1914

Aastal 1889, mil endine eraühing tegevuse täielikult lõpetas, võttis linnavalitsus supelrajooni arendamise enda kätte; see tähistas uue etapi algust kuurordi ajaloos. Linnavalitsus moodustas kuurordikomisjoni, mille juhid käisid tutvumas tuntumate kuurortide tööga. «Supelmaja» asemel otsustati luua tõeline raviasutus. Alustati ettevalmistusi Audru tervismuda kasutuselevõtuks, sest peamine tähelepanu otsustati nüüd suunata mudaravile.

Aastal 1890 valmis uus mudaravila hoone. Selles oli 8 vannituba, päevas võidi anda umbes 90 vanni. Pärnu kui ravikuurordi tutvustamiseks paigutati kuulutused ka Moskva, Peterburi ja Poola ajalehtedesse. Aastal 1890 võeti Pärnu Venemaa kuurortide ametlikku nimistusse.

Hooaeg kuurordis kestis 20. maist 31. augustini. Et juba esimesel uue supelasutuse tegutsemise aastal ei suudetud kõiki ravi soovijaid rahuldada, siis täiendati mudaravilal veel 8 vannitoaga, nii et päevas saadi anda juba umbes 300 vanni.

Esikohale tõusis mudaravi. Mudavanne võeti lahjendatud täiskümblusena. Vanni kohta määrati 20—60 toopi muda; tugevama nahaärrituse saavutamiseks lisati vette paar naela soola. Vanni temperatuur oli 38—40°, vannis viibiti kuni kolmveerand tundi.

Mudavannide kõrval anti mitmesuguseid mineraal- ja rabavanne. Aastal 1891 sai kuurort täieliku komplekti moodsamaid aparate elektriravi teostamiseks.

Esiargu arvati, et Pärnul ei ole perspektiive saada suvitajaid kokkutõmbavaks lõbustuskohaks; seepärast pöörati tähelepanu ainult ravila arendamisele, supelranna heakorramist aga peeti teisejärguliseks ülesandeks. Esimestel aastatel pärast kuurordi taaselustamist veeti supelda soovijad kaetud vankrites merre, 90-ndate aastate keskpaiku ehitati aga merre jälle supelsillad, meestele ja naistele

eraldi, kokku 72 supeloniga. Päikese- ja õhuvannide võtmine oli tundmatu.

Mudaravi arendamisele pöörasid kuurordi arstid küll vajalikkude tähelepanu, kuid takistuseks osutus tol ajal levinud arvamus, nagu ei oleks Pärnus kasutataval mudal küllaldaselt tervistavat mõju. Selle arvamuse kummutasid aga Riia ja Peterburi keemialaboratooriumides tehtud analüüsid, millest selgus, et Pärnu muda on omadustelt lähedane Haapsalus ja Kuressaares kasutatava mudaga. Analüüside tulemused avaldati ka ajalehtedes.

Kõige tõsisemaks takistuseks Pärnu kuurordi arenemisele oli aga halb juurdepääs. Raudteeühendust ei olnud. Pärnusse tuli sõita posthobustel Tallinna, Valga või Valmiera kaudu. Mugavamaks sidevahendiks oli kaks korda nädalas toimuv laevaühendus Riiga. Riia lähedal olid aga, tänu paremale ühendusele, kujunenud headeks kuurortideks Maiori ja Kemeru, milledega Pärnu ei suutnud tol ajal võistelda.

Kuurordi olukord paranes pärast seda, kui Pärnu 1896. aasta sügisel ühendati Mõisaküla kaudu Riia—Pihkva raudteega. Nüüd oli võimalik jõuda raudteel Riist Pärnu 12—14 tunniga, Moskvast Bologoje ja Pihkva kaudu 1½ ööpäevaga. Ka laevaühendus Riiga muutus tihedamaks. Kõik see peegeldus otsekohe kuurordi elus: kui 1890. aastal anti 3339 mitmesugust vanni, 1895. aastal — 5790, siis 1898. aastaks suurenes nende arv 10 965-le. Meresuplusi kasutati 1890. aastal 17 226 korral, 1897. aastal aga juba 30 673 korral.

Sajandivahetusel ehitati juurde rida suvilaid. Ehituskrunte anti odavalt, kuid ehituse juures tuli arvestada kuurordikomisjoni soove. Tehti soodustusi ka neile, kes oma majadele ehitasid juurde verandasid.

Käesoleva sajandi algul avati mudaravilas uus eeskujulik vesiraviosakond ning muretseti aparatuur süsihappevannide valmistamiseks. Mudaravila lähedal eri hoones avati «ortopeediline instituut», mis töötas kogu aasta läbi. Populaarseks raviasutuseks oli dr. Koppe erahaigla, kus heade tulemustega raviti mitmesuguseid haigusi.

Tähtsad muutused toimusid ka rannaelus. Sajandi algul kaotati lõplikult hobustega merresõitmine. Aastal 1904 piirati supelasutuse lähedal osa liivaranda kõrge plankaiaga ning hakati eraldatud ala kasutama päikese- ja õhuvannide võtmiseks. Samas olid üles seatud dušid. Vannide

võtmine toimus arstliku kontrolli all. Uus raviviis leidis puhkajate poolt laialdast kasutamist. Hoolitseti ka nende meelelahutuse eest. Rannapargis mängis õhtuti muusika, samas laenutati ka lugemismaterjali. Keskseks lõbustuskohaks oli rannasalong. Sportlikus elus etendas tähtsat osa praeguse staadioni kohal asunud velodroom, kus peale jalgrattatee olid veel tenniseväljakud ja muud sportimisvõimalused. Rannapargis asetses ka keeglihoone.

Pärnu kujunes populaarseks kuurordiks; enne Esimest maailmasõda tõusis külastajate arv kolme tuhandeni aastas.

Esimese maailmasõja ajal põles ravila hoone maha; kuurordi park rikuti kaitsekraavide, kindlustuste ja traat-tõketega. Pärnu kuurort vajus varjusurma.

PÄRNU KUI EESTI JA VÄLISMAA KODANLUSE LÕBUSTUSKOHT AASTAIL 1920—1940

Kodanliku võimu periood Eestis on omaette etapiks ka Pärnu kuurordi ajaloos. Et kuurort oli saanud sõjas tõsiselt kahjustada, oleks tulnud kogu tööd alustada üsna algusest. Pärnu linnavalitsus taotleski aastal 1921 krediiti ravila ehitamiseks, kuid riigikogu keeldus — polnud ju rahva tervise eest hoolitsemine kodanlikule valitsusele selliseks ülesandeks, millele oleks maksnud kulutada suuri summasid.

Pärnu kuurort oli aga enne sõda saavutanud laialdase kuulsuse ning peagi hakkas välismaalt, eriti Rootsist ja Soomest, saabuma hulgaliselt järelepärimisi suvitusvõimaluste kohta Pärnus.

Et see lõhnas sissetulekute järele, siis tekkis ka teatav elevus. Aastal 1924 korrastati mererand ning loodi mees-tele ja naistele ühine supelrajoon. Samal aastal oli Pärnus juba ligi tuhat välismaist suvitajat, peamiselt soomlased.

Välismaalaste huvi Pärnu vastu aitas kaasa ka krediitide avamisele ning 1927. aastaks valmis uus ajakohane mudaravila. Sellega oli jälle loodud alus Pärnu kui ravikuurordi taaselustamiseks.

Pärnu kuurordi arenemise põhiline küsimus, ühendusteede probleem, paranes tunduvalt 1928. aastal, mil avati Pärnu—Lelle raudtee. Kuni selle ajani kestis sõit raudteel Tallinnast Viljandi ja Mõisaküla kaudu Pärnu 14 tundi!



Joon. 3. Sanatooriumi nr. 1 peakorpus (end. Rannahotell). V. Vahi foto.

Aastal 1929 loeti Pärnut juba sedavõrd heakorrastatud kuurordiks, et seati sisse suvitusmaks. Sellest saadavaid sissetulekuid kasutati suvemuusika organiseerimiseks, kuurordi ametnike palkadeks, reklaamiks jms. Ühtlasi jätkati kuurordi väljaehitamist. Aastal 1930 valmis mudaravila vanniosakond, aastal 1936 dušiosakond.

Kuurordi väljaarendamist võimaldas asjaolu, et riigipea Päts suhtus Pärnusse kui ühte oma suveresidentsi erilise armulisusega ja võimaldas odavat laenu.

Pärnu kuurordi kodanliku perioodi hiilgeaeg oli aastail 1937—1938. Suvel 1937 avati Rannahotell, mis oli üks luksuslikumaid hotelle Baltimaadel ja Skandinaavias ning suurendas tunduvalt Pärnu kuulsust. Aastal 1938 valmis eelmisest mitte palju maha jääv hotell-pansion «Vasa», järgmisel aastal lisandus neile kuurordirajooni esinduslikumaid hooneid — Rannakohvik. On huvitav märkida, et

«Vasa» ehitaja H. D. Schmidti kaubakontor omas muude ettevõtete kõrval ka laevu ning oli Eesti ja Rootsi vahel ühenduse organiseerijaks. Kontor tegi Rootsis laialdast reklaami, vedas siis soovijad oma laevadega Pärnu ja paigutas siin ka oma hotell-pansioni. Tüüpilise kapitalistliku ettevõtte väike, kuid ilmekas näide!

Pärnu kujutas endast tol perioodil rohkem lõbustuskohta kui ravikuurorti. Tähtsamate asutuste nimistu sisaldab ainult kaks raviasutust (mudaravila kõrval veel linna haigla), meelelahutus- ja lõbustusasutusi, millest on märgitud ainult kõige silmapaistvamad, aga tervelt kaheksa (lokaalid, kasiinod, kabareed jne.)¹. Kesksel kohal nende hulgas oli suvekasiino kabareega ja muu ülemkihile lõbutsemiseks vajalikuga Merepuiestee ääres asetsevas endises Amende villas.

Tolleaegset Pärnu kuurorti kui raviasutust vaadeldes näeme, et kuigi kuurordis viibis tema parimail aastail üle 6000 külastaja, oli neist ravil vaid väike osa, keskmiselt 800—850 inimest.² Supelasutus oli võimeline andma tol ajal kuni 320 tervisvanni päevas, keskmine vannide arv hooajal oli aga siiski ainult 14 000.³

Et nii mudaravila kui ka Rannahotell olid suvetüüpi ehitised, siis töötas kuurort ainult soojal aastaajal, umbes 15. maist 15. septembrini. Oli nimelt juurdunud väärarvamus, nagu poleks mudaravi teostamine talvel Pärnus võimalik.

Negatiivset mõju ravi tulemustele avaldas ka asjaolu, et kuurordis polnud ühtegi sanatoorset asutust; seetõttu oli meditsiiniline kontroll ja järelevalve ravitavate suhtes vähene.

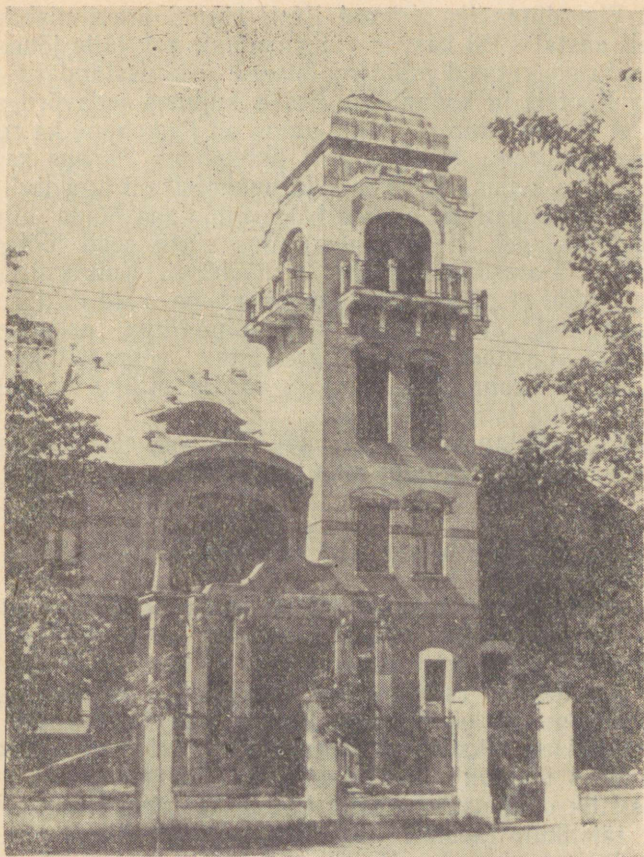
Pärnu kuurordis töötas kodanlikul perioodil mitmeid oma ala hästi tundvaid arste ning ravialased tulemused polnud sugugi halvad. Eesti töötaval rahval oli aga sellest vähe kasu, kuna tasu ravi eest oli kuurordis väga kõrge. Kuurordi peamiseks eesmärgiks kujunes, nagu kuurordi juhid seda avameelselt tunnistasid, «võõrasteäri ajamine».

Kodanliku Pärnu kuurordi külastajate hulgas kuulus pidevalt tähtis koht välismaalastele. Näiteks 1938. aastal kuurordis viibinud 6634 inimesest olid 3756 välismaalased. Algul olid väliskülastajate hulgas ülekaalus soomlased.

¹ Pärnu ja ta kuurort. Pärnu, 1939, lk. 27.

² Sealsamas, lk. 26.

³ Sealsamas, lk. 26.



Joon. 4. Sanatooriumi nr. 3 ravi-diagnostiline korpus ja klubi (end. Amende villa). V. Vahi foto.

Pärnu kuurort oli Soomes hästi tuntud, sest seal tehti rohkesti reklaami, soome arhitektid võtsid osa mudaravila projekti konkursist. Samuti oli rahakurss soomlastele soodus. Pärnut nimetatigi juba «soome kuurordiks». Aastast 1930 hakkas aga soomlaste arv Soome marga languse tõttu vähenema. Aastal 1932 oli Pärnus üldse ainult 497 väliskülast; selle vähesuse põhjuseks oli rahakursi langus

«
e
i
i
|
kogu Skandinaavias. Pärast Eesti krooni äraviimist kulla aluselt aastal 1933 kasvas välismaalaste arv jälle jõudsalt. Ülekaalu saavutasid nüüd rootslased. Elatusstandardi erinevus Rootsis ja kodanlikus Eestis kujunes sedavõrd suureks, et Pärnu kuurordi kasutamine oli jõukohane ka rootsi väikekodanlusele. Neile polnud puhkamine Pärnus kallim kui elamine kodus. Luksuslik Rannahotell oli aga ligitõmbav ka suurkodanlusele. See kõik võimaldas hoida hinnad kuurordis kõrgel (Eesti suhtes) ning võttis eesti töötavalt rahvalt võimaluse kuurordiravile mõeldagi. Kuurordi tolaeagsed juhid ei püüdnudki luua illusioone, vaid deklareerisid avalikult, et «Pärnu kuurordipoliitika orienteerub Skandinaaviamaadele»¹, et arendatav võõrasteliikumine toob rohkesti raha sisse ning et võetud stiilist ei tohi ka edaspidi välja langeda².

Stiilist väljalangemine tuli aga õige pea, sest töörahvas tegi rahameeste plaanides oma korrektiivid.

PÄRNU KUURORT KUI TÖÖRAHVA RAVILA

1940. aasta suvi kujunes Pärnu kuurordi ajaloos suuri maks pöördepunktiks. Nüüd viidi ka Eesti NSV-s ellu 1919. aasta 20. märtsi dekreet (vt. lk. 3), kuurordi juhtimine läks töötava rahva organi, Üleliidulise Ametiühingute Kesknõukogu kätte. Esimest korda kogu tema enam kui sajandipikkuse eksisteerimisperioodi vältel sai kuurordi ülesandeks töötava rahva tervise eest hoolitsemine.

Fašistlik okupatsioon andis kuurordile raske löögi. Pea-aegu täielikult laastati kuurordist ida poole mereranda rajatud nn. Uus park, rüüstati mitmed suvilad, mudaravila ebaperemeheliku kasutamiseega muudeti suur osa seadmetest kasutamiskõlbmatuks. Vaevu pääses õhkulaskmisest suurim ravikorpus — endine Rannahotell.

Pärast Eesti NSV vabastamist algas kuurordi kiire areng. Toimus viivitamatu üleminek statsionaarsele sanatoorsele ravile ning juba 1946. aastal oli kuurordis ravil 3849 haiget, kellele tehti 70 626 balneoprotseduuri. Kuurordi kollektiivi ühiste jõupingutuste tulemusena suudeti mudaravila aastail 1946/47 tööle rakendada ka talvetingimustes. Lükati ümber väärarvamus, nagu poleks mudaravi

¹ Pärnu ja ta kuurort. Pärnu, 1939, lk. 41.

² Sealsamas, lk. 43.

Pärnus talvetingimustes võimalik. Mudaravilat täiendati mitmete uute ravikabinettidega.

Tehti laialdast tööd kuurordi territooriumi heakorrastamiseks. Täiendati oluliselt ravimeetodeid, viies need pavlovliku õpetuse kindlale alusele.

1947. aasta augustini eksisteeris Pärnu kuurort ühtse sanatooriumina, mille koosseisus oli 16 suurel territooriumil hajusalt asuvat korpust. Nüüd moodustati neli iseseisvat sanatooriumi, mis võimaldas ravi otsustavalt parandada.

Aastal 1948 viidi sanatooriumi nr. 1 peakorpus (end. Rannahotell) üle keskküttele. Kuurort lõpetas sesooniti töötamise ja hakkas 1948. aastal lõplikult töötama kogu aasta läbi. 1948. aastal oli kuurordis ravil 6295 inimest, kellele tehti 126 579 balneoprotseduuri.

Pärnu kuurort saavutas üldjoontes ilme, mis tal on käesoleval ajal, oma eksisteerimise 120. aastal.

II. PÄRNU KUURORDI LOODUSLIKUD RAVIFAKTORID

1. TERVISMUDA

Efektiivsete raviomadustega tervismuda on Eesti NSV looduse silmapaistev rikkus. Et tervismudasid kasutatakse selliste haiguste raviks, mis kõige sagedamini tabavad tootval tööl töötajaid ja põhjustavad väga suurt töövõime langust, nagu väga mitmekesised liigete, lihaste, kõõluste ja piirdenärvisüsteemi haigused, kuulub mudaravile töötajate tervise eest hoolitsemisel eriti tähtis koht.

Eesti NSV tervismuda leiukohad paiknevad peamiselt Lääne-Eesti mandriosa rannikul ja saartel. Põhjalikumalt uuritud ja rohkem kasutatud leiukohtadeks on Haapsalu laht, Haapsalu Väike-Viik, Virtsu-Puhtu, Kingissepa Suurlaht, Kihelkonna laht, Audru-Saulepa. Raviks kasutada sobivat muda leidub ka Eesti järvedes, näiteks Pühajärves.

Tekke poolest kuuluvad meie tervismudad orgaaniliste settemudade (sapropeelide) hulka. Seejuures on sapropeelidele kõige lähedam Kingissepa Suurlahe muda, kuna Haapsalu ja Pärnu lahe mudade mõned füüsikalised ja termilised omadused on lähedad mineraalsete settemudade (limaanide mudade) omadustele.

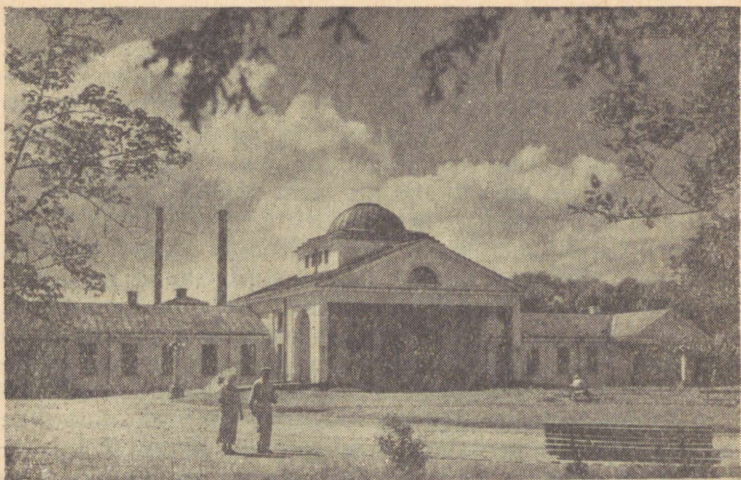
Tervismuda leidub peamiselt madalates, sügavalt maismaasse tungivates lahtedes või endistes merelahtedes, mis on merega ühenduses veel ainult kitsa voolusoone abil. Harvemini ja vähemas ulatuses esinevad mudad lahtiste randade läheduses, kuid ka sel juhul enam varjatud kohtades (näiteks Pärnu lahes). Sellistes enam-vähem seisva veega basseinides on mudade tekkimiseks järgmised soodsad tingimused: 1) veekogus leiduvad või temasse väljastpoolt kanduvad saue-, liiva- ja muud mineraalsed osakesed, 2) veekogus endas elutsevate, peamiselt taimsete organismide põhjasettivad jäänused, 3) vastav anaeroobne ja aeroobne mikrofloora ühes sulfaate redutseerivate bakteri-

tega, mille kaasabil toimub keerukate orgaaniliste ainete täielik lagunemine, kusjuures tekib rohkesti väävelvesinikku. Tervismuda tekkimisele kui keerukale bioloogilisele protsessile avaldavad muidugi mõju ka veekogu enese omadused, nagu vee soolsus, temperatuur, voolude ja lainetuse olemasolu ning tugevus, jäätumine jne. Mudalasundi ja selle peal asuva veekihi paksus meie mudaleiukohtades on tavaliselt paarkümmend sentimeetrit kuni paar meetrit.

Eestis hakati meremuda ravivahendina laiaulatuslikult kasutama möödunud sajandi algusaastail. Samuti nagu paljud teised looduslikud ravivahendid, leidis ka tervismuda tee arstlikku ravipraktikasse rahvameditsiinist, kus teda juba palju varem kasutati mitmesuguste liigese- ja nahahaiguste raviks. Seoses mudaravi laiema kasutuselevõtuga ja raviautuste loomisega algas ka meie mudade uurimine. Eesti tervismuda uurijatest on kõige enam tuntud S. Loewe, K. Schlossmann ja V. Vadi. Ühe laiaulatuslikumaid uurimisi teostas aastail 1947—1948 Kurortoloogia Keskinstituudi ekspeditsioon. Tuleb aga mainida, et isegi käesoleva ajani ei ole meie vabariigi tervismudavarud täielikult välja selgitatud ning ka mudade omaduste uurimisel on veel palju teha.

Pärnu kuurordis on varematel aegadel kasutatud Pärnu lahes paiknevate Audru, Saulepa ja Valgeranna ning Virtsu leiukohtade muda. Audrus ja Saulepas on aga leiukohad raskesti ligipääsetavad, mudakihi paksus väga ebaühtlane ja muda paiguti segunenud liivaga, mis teeb nende mudade kasutamise ebaotstarbekaks. Sõjaeelsel perioodil kasutati Pärnus Virtsu poolsaare põhjapoolses lahes leiduvat muda, mida veeti kohale vastava laevaga. Seoses sadama ehitamisega ja laevaliikluse intensiivistumisega on aga Virtsu muda kiviõetuhaga jms. tugevasti prügistunud, mistõttu tema kasutamine katkestati. Esimestel sõjajärgsetel aastatel kasutati Valgerannas leiduvat muda, kuid sealsed mudavarud on väikesed ega suuda kuurordi vajadusi rahuldada. Käesoleval ajal kasutatakse Pärnu kuurordis Haapsalu Väike-Viigi leiukoha muda.

Väike-Viigiks nimetatakse Haapsalu linna administratiivpiirides asetsevat siselahte, mis varem oli laiade väinade abil merega ühenduses. Pärast kunstlike muldkehade ehitamist, mis lahe loodeosas asetsevat saarekest maismaaga ühendavad, ahenesid väinad mõne meetri laiuste vooludeni. Setete kogunemine ja nende läbikasvamine taimestikuga on



Joon. 5. Vesi-mudaravila. V. Vahi foto.

põhjapoolse väina peaaegu sulgenud ja ühendus merega toimub peamiselt läänepoolse väina kaudu. Väike-Viigi pindala on 20 ha, tervismuda leidub loodepoolses osas ca 7 ha suurusel alal. Mudakihi paksus on keskmiselt 20 cm. Haapsalus ammutatav muda veetakse (umbes 1000 tonni aastas) Pärnu autodel.

Pärnus kasutatava muda lühikesel iseloomustamisel kasutame peamiselt Kurortoloogia Keskinstituudi ja V. Vadi andmeid.

Rauaühendite sisalduse tõttu on muda hallikasmust, õhu käes seismisel muutub aga raudhüdrosulfiidi oksüdeerumise tagajärjel pruunikashalliks. Muda lõhnab väävelvesiniku järele, mida 100 g-s looduslikus mudas leidub 23 mg. Konsistentsilt meenutab muda paksu koort. Käes pigistamisel tundub ta hästi kleepuvana, surumisel läheb kergesti sõrmede vahelt läbi, nahalt mahauhtmisel avaldab vastupanu. Toormuda plastilisus on sedavõrd suur, et mudamassist eraldatud tükk hoiab seismisel oma kuju teataval määral alal ega valgu laiali. Muda selline plastilisus on tingitud tema kolloidsest kompleksist, mis Väike-Viigi toormudas moodustab umbes 16%. Muda üldiselt homogeenses massis võib välisel vaatlusel märgata väheses

koguses taimejäänuseid, putukate kilprüüsid, mineraalosa-kesi. Sõrmede vahel hõõrumisel on tunda ka liivasõmeraid. Osakesed läbimõõduga üle 0,25 mm moodustavad looduslikust mudast 0,25%, mis on balneoloogilises mõttes väga hea näitaja.

Tahked osad mudas moodustavad 19,8%, millest orgaanilisi aineid on 13,4%. Muda kristalli-luustik koosneb peamiselt silikaatidest.

Väike-Viigi muda veesisaldus on suur — Kurortoloogia Keskinstituudi andmeil ligi 80%. Mudalahuses sisalduvad soolad moodustavad 0,6% kogu toormudast. Sooladest on tähtsamad kaalium-, naatrium- ja magneesiumkloriid, kaltsiumhüdrokarbonaat, magneesium- ja kaltsiumsulfaat.

Tuleb aga silmas pidada, et keemilise toime kõrval on mudaravi tähtsamaks raviteguriks termiline toime. Soojusmahtuvus, soojusjuhtivus ja soojuse konvektsioon on mudadel tunduvalt erinevad vee vastavatest omadustest. Muda eeltoodud termiliste omaduste omapärasuse tõttu toimuvad soojuse edasikandumine ja toime kehasse ühtlaselt ning aeglaselt. Soojuse halva konvektsiooni tõttu mudas kannatab nahk suhteliselt kõrgeid muda temperatuure. See võimaldab põletusohu kartmata juhtida haigetesse kudedesse suuremat soojushulka, mis mõnikord on ravi suhtes väga tähtis.

Mudaprotseduurid tekitavad haigetes kudedes aplikatsiooni kohal veresoonte laienemist, vereringe kiirenemist ja ainevahetuse suurenemist. See kutsub reflektorselt esile kesknärvisüsteemi erutuse, mis omakorda võib kogu keha reaktiivsust ja vastupanuvõimet soovitud suunas muuta. Tulemusena kaovad põletikulised paistetused ja valud, tõuseb keha kudede vastupanuvõime, väheneb kalduvus haiguste retsidiivideks. Seetõttu on mudaravi üks võimsamaid ravifaktoreid. Kahjuks ei ole aga mudaravi väga paljude haiguste puhul lubatav, sest paranemise asemel võib tema tagajärjeks olla tervise halvenemine. Seda silmas pidades tuleb muda-aplikatsioone määrata tihti ettevaatlikult, väikesele pinnale ja madalamal temperatuuril.

Meie tervismudade omadustest tuleks märkida veel nende radioaktiivsust. Haapsalu Väike-Viigi muda on radioaktiivsem kui teiste Eesti leiukohtade mudad (Kurortoloogia Keskinstituudi andmeil 0,002% U_{238} α -kiirgusest, F. Dreyeri ja M. Kandi andmeil 33,6 Mache'i ühikut). Selline nõrk radioaktiivsus küll vaevalt õigustab lugema meie

mudasid radioaktiivsete mudade hulka, kuid selliseigi radioaktiivsuse osatähtsust mudaravi toime ühe komponendina ei saa siiski täielikult eitada.

Viimastel aastatel on Eesti NSV Teaduste Akadeemia Eksperimentaalse ja Kliinilise Meditsiini Instituudi töötajad N. Derbentseva ja V. Fradkin oma uurimistega kindlaks teinud Haapsalu muda vesiekstraktide antibakteriaalse toime, mis avab uusi võimalusi meie tervismudade kasutamiseks.

Mudaravi praktilisel organiseerimisel on suure tähtsusega muda teistkordne kasutamine. See kehtib ka Pärnu kuurordi konkreetsetes tingimustes, kus muda veefakse kohale kauge maa tagant.

Muda ettevalmistav soojendamine ja protseduuri teostamine muudab muda füüsikalisi, keemilisi ja bioloogilisi omadusi. Pärast kasutamist paigutatakse aga muda vastavatesse basseinidesse, kus bioloogiliste protsesside tagajärjel tema endine füüsikalisk-keemiline koostis taastub ning protseduuride ajal mudasse sattunud patogeenne mikrofloora hävib. Haapsalust pärineva muda regeneratsiooni soodustab mikroorganismidele kergesti omastatavate orgaaniliste ainete olemasolu.

Pärnus kasutatava muda raviomaduste taastumiseks loetakse küllaldaseks kolmekuulist perioodi.

Pärnu kuurordil ei puudu ka perspektiiv oma ravifaktoreid laiendada — Eesti NSV Teaduste Akadeemia Geoloogia Instituudi töötaja A. Verte andmeil võib Pärnus alamkambriumi oudova liivakivi alumisest vettkandvast horisondist saada mineraalvett, mis on omadustelt lähedane Leningradi oblasti Sestroretski kuurordis kasutatavale tervisveele.

2. KLIMAATILISED RAVIFAKTORID

ILMASTU

Kuurorti ravile või puhkama sõitjale on üheks esimeseks küsimuseks, missugune on ilmastik sõidu sihtkohas antud perioodil. Sellest oleneb, millised rõivad tuleb kaasa võtta ning milliseid plaane võib septseda vaba aja veetmiseks. Samuti oleneb ilmastikust kliimaravi mitmesuguste liikide kasutamise võimalus.

Üldiselt võib Pärnu ja kogu Eesti NSV territooriumi kliima kohta öelda, et ta kuulub parasvöötme atlantilis-kontinentaalse metsaregiooni lääneossa. Kliima kujundamisest võtavad siin aktiivselt osa nii atlantilised kui ka kontinentaalsed õhumassid. Tsükloonaalse tegevuse intensiivsus põhjustab ilmastiku tingimuste väga sageda vaheldumise kogu aasta kestel, eriti aga talvel. Ilmastiku suurt vahelduvust tulebki lugeda Pärnu kuurordi kliima üheks kõige iseloomulikumaks jooneks. Pärnu kliimale on iseloomulik pehme talv (kõige külmema kuu — veebruari — keskmine temperatuur on $-5,5^{\circ}$) ja üsna soe suvi (juuli keskmine t° on $17,2^{\circ}$). Aasta keskmine temperatuur on $5,2^{\circ}$. Eriti tugev on Atlandi ookeani ja Euroopa looderannikut uhtva sooja Põhja-Atlandi hoovuse mõju Eesti kliimale talvel — talvekuude keskmised temperatuurid on meil umbes 30° võrra kõrgemad kui samadel laiustel Ida-Siberis. Balti mere vahetu läheduse tõttu väljendub Pärnus selgelt üks mere-lise kliima põhijoon — sügis on kevadest tunduvalt soojem. Nii on kuu keskmine temperatuur septembris $11,5^{\circ}$, mais $10,1^{\circ}$, oktoobris $6,2^{\circ}$, aprillis $3,5^{\circ}$ (vt. joonis 6). Atlantilise kliima tunnusteks on ka, et suurim sademete hulk langeb hilissuvele (augustis 83 mm), et sademete kestus ja sajuste päevade arv on suurim sügisel ning et kogu aasta läbi puhuvad tugevad tuuled.

Kliimat iseloomustatakse tavaliselt antud kohas esinevate meteoroloogiliste elementide ja nähtuste mitmesuguste keskmiste ja äärmiste näitajate abil. Inimene oma igapäevases tegevuses, samuti ka puhkusel või ravil viibides ei ole aga huvitatud mitte mingist eraldi võetud meteoroloogilisest elemendist või nähtusest, vaid nende looduslikust kompleksist — ilmast. Näiteks võib ju päev olla küll vajalikult soe, kuid seejuures pilves ja vihmane ning täiesti ilma päikesepaisteta. Või on päev küll päikesepaisteline, kuid vali tuul muudab mererannas viibimise ja suplemise siiski ebamõnusaks. «Üksikute elementide klimatoloogia» esitab küll meteoroloogiliste elementide kvantitatiivsed näitajad kuu või mingi lühema perioodi kohta, ei anna aga vastust küsimusele, kas nii öelda halvad ilmastikulised näitajad — madal temperatuur, tuul, pilvitus ja sademed — koonduvad mõnedele üksikutele päevadele või lühematele perioodidele või on nad jaotunud nii, et mõni neist «rikub ilma» kogu kuu jooksul. Seetõttu ei anna see meetod ka pilti konkreetset esinevast ilmastikust. Nende puuduste

vältimiseks töötas nõukogude teadlane akadeemik J. J. Fjodorov käesoleva sajandi 20-ndatel aastatel välja nn. kompleksse klimatoloogia meetodi, mille sisuks on kliima uurimine tegelikult esinevate ilmade kaudu. Seda meetodit on edukalt rakendanud kurortoloogias L. A. Tšubukov ja mitmed teised teadlased.

Järgnevalt iseloomustame ilmade režiimi analüüsi kaudu Pärnu kuurordi kliimat ja kliimaravi mitmesuguste protseduuride teostamise võimalusi. Juhime veel tähelepanu sellele, et mõiste «kliima» eestikeelne vaste «ilmastu» peegeldab hästi mõiste teaduslikku sisu, sest käesoleval ajal määratlevad nõukogude klimatoloogid üksmeelselt kliimat kui «ilmade paljuaastast režiimi».

Ilma all mõistetakse atmosfääri füüsikalist seisundit antud momendil ja teda iseloomustavad meteoroloogiliste elementide ja nähtuste mõõtmisel saadud arvulised näitajad: õhu temperatuur ja niiskus, päikesepaiste kestus, pilvitus, tuul, sademed jne. Kliima võrdleval iseloomustamisel kasutame nn. ööpäeva ilma mõistet, sest ööpäev on loomulikuks tsükliks nii looduses kui ka inimeste elus. Et ilmad on äärmiselt mitmekesised ja rangelt võttes ei ole ega saagi olla kahte teineteisega kõikides detailides sarnast ilma, on vajalik ühendada ilmad nende oluliste tunnuste alusel suhteliselt suurtesse gruppidesse — ilmaklassidesse.

Järgnevalt toome kasutatavate ilmaklasside iseloomustuse. Ühtlasi märgime numברי, millega neid kompleksses klimatoloogias tavaliselt tähistatakse.

Külmavabad ilmad ($t^{\circ} \text{ min} \geq 0^{\circ}$)

Päikesepaisteline kuum ja kuiv ilm (II ilmaklass). Ööpäevane keskmine õhutemperatuur üle $22,5^{\circ}$ ja keskmine relatiivne niiskus alla 60% või keskmine temperatuur üle $17,5^{\circ}$, niiskus alla 60% ja tuul päeval üle 3 m/sec.

Päikesepaisteline ilm (III ilmaklass). Päikesepaiste suur kestus ning vähene öine pilvitus (madalaid pilvi alla $\frac{6}{10}$).

Päikesepaisteline ilm öise pilvitusega (V ilmaklass). Päeval päikesepaisteline, öösi madalate pilvede hulk $\frac{6}{10}$ või rohkem.

Päeval pilves ilm (IV ilmaklass). Päeval päikesepaiste kestus väike, öösi madalate pilvede hulk alla $\frac{6}{10}$.

Pilves ilm (VI ilmaklass). Päeval päikesepaiste kestus väike, öösi pilves.

Vihmane ilm (VII ilmaklass). Pilvitus nii päeval kui öösi suur, sademeid üle 1 mm.

Ilmad temperatuuri käiguga läbi 0°
($t^{\circ} \max > 0^{\circ}$, $t^{\circ} \min < 0^{\circ}$)

Pilves ilm temperatuurikäiguga läbi 0°
(VIII ilmaklass).

Päikesepaisteline ilm temperatuurikäiguga läbi 0° (IX ilmaklass).

Külmad ilmad ($t^{\circ} \max \leq 0^{\circ}$)

Nõrk-külm ilm (X ilmaklass). Ööpäeva keskmine $t^{\circ} 0^{\circ}$ kuni $-2,5^{\circ}$.

Paras-külm ilm (XI ilmaklass). Ööpäeva keskmine $t^{\circ} -2,5^{\circ}$ kuni $-12,5^{\circ}$.

Kõva-külm ilm (XII ilmaklass). Ööpäeva keskmine $t^{\circ} -12,5^{\circ}$ kuni $-22,5^{\circ}$.

Käre-külm ilm (XIII ilmaklass). Ööpäeva keskmine t° alla $-22,5^{\circ}$.

Vaatleme ilmagruppide mõningaid kurortoloogilisest seisukohast tähtsaid jooni. Kül mavabadest ilmadest ($t^{\circ} \min \geq 0^{\circ}$, s. o. päevad, mil õhu temperatuur ei lange alla 0°) on kurortoloogiliselt sobivad II, III ja V ilmaklass. Kõikidele neile on iseloomulik päikesepaiste suur kestus, mis võimaldab vastavate termiliste tingimuste olemasolu korral päikesevannide võtmist. Et neile ilmadele on omane ka ere valgustatus, siis looduse kogu värviküllus lausa meelitab välja värskesse õhku. Öise pilvitusega päikesepaistelise ilma (V ilmaklass) eraldamine on tingitud taimekasvatuse huvidest, kurortoloogiliselt on ta sarnane päikesepaistelise ilmaga (III ilmaklass) ja ilmastu analüüsimisel vaatlemegi neid koos. Et kuiv ja kuum ilm (II ilmaklass) esineb meil tavaliselt tuulise ilma tingimustes, ei tekita ta ebameeldivat ülekuumenemistunnet ning on seetõttu kliimaraaviiks soodus. Päikesepaisteliste ilmade hulgas eristame veel ilmu sademetega üle 1 mm. Et aga sademed langevad kas öösi või äikesevihmana pärastlõunal, ei tee nad neid ilmu kurortoloogiliselt ebasobivaks.

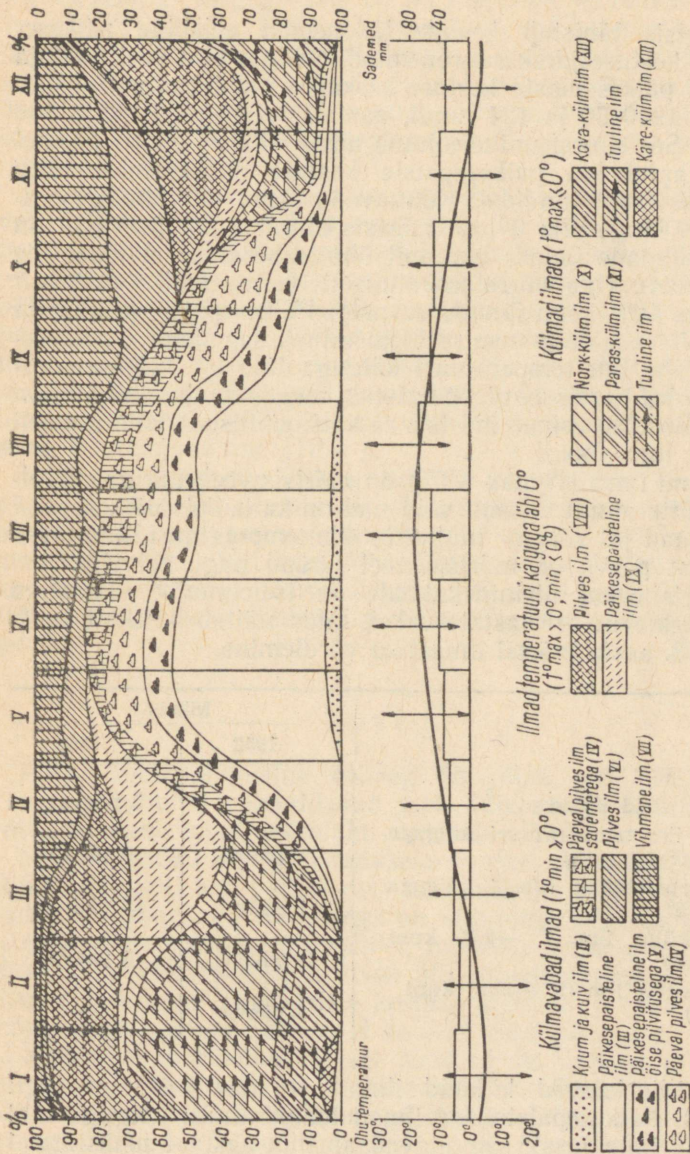
IV, VI ja VII ilmaklassile on iseloomulik vähene päikesepaiste, mille tõttu nad ei ole kliimaviks kuigi sobivad. Negatiivsete nähtustena kaasnevad tugevast pilvitusest tingitud nõrk loomulik valgustus ja sademed, mis pahatihti esinevad lausvihmana. Päeval pilves ilma (IV ilmaklass) eraldamisel on samuti aluseks taimekasvatuse huvid. Kurortoloogiliselt sarnaneb see ilm, olenevalt sademete esinemisest, pilves või vihmase ilmaga ning teda käsitletakse nendega koos.

Ilmadest temperatuuri käiguga läbi 0° (s. o. päevad, mil maksimaalne õhutemperatuur on üle 0° , minimaalne alla 0°) on päikesepaisteline (IX ilmaklass) sügisel ja eriti varakevadel (märts, aprill) üheks meeldivamaks ilmaklassiks, mis võimaldab pikemaajalist viibimist välisõhus. Vastav pilves ilm (VIII ilmaklass) oma nõrga loomuliku valgustuse, sula lume ja poriga pakub vähe rõõmustavat.

Külmad ilmad ($t^{\circ} \max \leq 0^{\circ}$, s. o. päevad, mil õhutemperatuur ei tõuse üle 0°) on jaotatud klassidesse ööpäevase keskmise temperatuuri alusel, mis ongi vahest kõige tähtsamaks objektiivseks näitajaks. Antud klasside piirides eraldame veel tuuliseid (tuul päeval üle 3 m/sec) ja vaikseid ning pilves ja päikesepaistelisi (päikesepaistet vähemalt 3 tundi päevas) ilmu. Nimelt on Pärnu tingimustes vinged tuuled ja tugevast pilvitusest tingitud nõrk loomulik valgustus niisama ebameeldivad momendid kui külmgid.

Kliima kõige kokkuvõtlikuma iseloomustusena esitame kliima struktuuri graafiku (joonis 6), mis peegeldab kohalike ilmade eri klasside esinemise sagedust. Iga ilmaklassile vastab graafikul teda tähistavate tingmärkide vöönd. Vööndi laius iga kuud tähistava vertikaalse tulba keskjoonel on proportsionaalne antud klassi ilmade keskmise arvuga antud kuul. Seega iseloomustab graafik näitlikult aasta eri kuude ilmastikku. Sama joonise alumises osas on toodud pideva joonena kuude keskmiste õhutemperatuuride aastane käik ning vertikaalsete noolekestega on näidatud kuude absoluutsed maksimum- ja keskmised absoluutsed miinimumtemperatuurid. Tulpdiagrammidena on esitatud kuude keskmised sademete hulgad millimeetrites.

Järgnevalt analüüsime Pärnu kuurordi ilmastut aastaegade kaupa.



Joon. 6. Pärnu ilmastu struktuuri graafik (aastail 1950—1954).

K e v a d

Märtsis tähistab kevade lähenemist eelkõige päikesepaiste kestuse järsk suurenemine. Näiteks olid veebruari ja märtsi päikesepaiste kestuse keskmised kuusummad aastail 1931—1940 66 ja 124 tundi, aastail 1950—1954 47 ja 130 tundi. See suurenemine toimub mitte niivõrd päeva pikene-mise arvel kui päikesepaiste kestuse suurenemise tõttu keskpäevastel tundidel. Kül mavabu ilmu, mil õhutempera-tuur ei lange alla 0° , on märtsis ainult 2—3. Seevastu on aga külmade ilmade arv, mil õhutemperatuur ei tõuse üle 0° , veebruariga võrreldes oluliselt kahanenud (vastavalt 68% ja 40% kogu ilmade arvust). Päikesepaiste kestuse ja intensiivsuse suurenemise tõttu esineb sagedamini päikesepaistelise ilm temperatuuri käiguga läbi 0° (27%, veebruaris 1%), mis ongi peamiseks kevade saabumise tunnu-seks. See ilm esineb märtsis radiatsioonilise sulana üldiselt külma ilma foonil.

Külmi ilmu ($t^{\circ} \max \leq 0^{\circ}$) on märtsis veebruariga võrrel-des mitte ainult vähem, vaid nad on ka hoopis päikesepais-telisemad ja vähem tuulised. Õhutemperatuuri muutused päevast päeva on märtsis veel järsud nagu talvelgi.

Märtsile kui üleminekukuule on iseloomulik ilmastiku suur erinevus eri aastate vahel, mida näitab ilmekalt 1952. ja 1953. aasta märtsi ilmastiku võrdlemine.

	Märts	
	1952	1953
Kül mavabad ilmad	—	2 päeva
Pilves ilm temperatuuri käiguga läbi 0°	3 päeva	9 päeva
Päikesepaistelise ilm t° käiguga läbi 0°	1 päev	15 päeva
Paras-külm ilm ($t^{\circ} -2,5^{\circ}$ kuni $-12,5^{\circ}$)	19 päeva	5 päeva
Kõva-külm ilm ($t^{\circ} -12,5^{\circ}$ kuni $-22,5^{\circ}$)	8 päeva	—

Aprillis kaovad külmad ilmad ($t^{\circ} \max \leq 0^{\circ}$) peaaegu täiesti. Päikesepaistelised ilmad temperatuuri käiguga läbi 0° (IX ilmaklass) saavutavad aprillis aastase maksimumi (31%), kusjuures nad kujunevad välja peamiselt öise tem-

peratuuri langemise tõttu alla 0° üldiselt sooja ilma foonil. Pilves ilmu t^o käiguga läbi 0° on märtsiga võrreldes vähe (vastavalt 25% ja 10%). Külma- ja päikesepaistelised ilmad moodustavad veerandi ilmade koguhulgast. Kuu teisel poolel võivad nad esineda juba 4—6-päevaste perioodidena. Päikesepaiste suure kestuse tõttu on keskpäeval soe, ööpäeva keskmine õhutemperatuur on öösise tugeva jahtumise tõttu tavaliselt alla $7,5^{\circ}$.

Mais on valdavaks ilmaklassiks päikesepaistelised külma- ja päikesepaistelised ilmad, mis võivad esineda juba 10—11-päevaste perioodidena. Et päikesepaisteliste ilmade rohkuse kõrval on sajaste ilmade arv mais minimaalne, tuleb maid ilmastiku struktuuri poolest lugeda parimaks kuuks aastas. Seejuures on mai ka nii öelda stabiilne — erinevused eri aastate ilmastiku vahel on siin väikesed. Suvekuudest eristab maid päikesepaisteliste, temperatuuri käiguga läbi 0° ilmade esinemine (4%) ja ka tunduvalt madalam kuu keskmine õhutemperatuur ($10,1^{\circ}$).

Ööpäeva keskmiste temperatuuride muutumine päevast päeva on mais juba tunduvalt väiksem kui varakevadel, ööpäevased õhutemperatuuri amplituudid on aga mais suuremad kui ühelgi teisel kuul. Mai viimast dekaadi, kus esinevad juba kõrgemad temperatuurid (20. mail läbib Pärnut 10° isoterm) oleks vahest õigem lugeda suveperioodi kuuluvaks.

S u v i

Pärnu kuurordi tõeline hooaeg on juuni, juuli, august. Temperatuuriolud võimaldavad juba päikese- ja õhuvanne võtta, madalaveeline merelaht soojeneb kiiresti.

Suve ilmastiku iseloomustamiseks on eriti tähtis selgitada kliimaraavi, eriti aga päikeseravi teostamiseks sobivate päevade arv. Otsustava tähtsusega on siinjuures päikesepaiste esinemine keskpäevastel tundidel, mil õhu temperatuur on kõrgem ja bioloogiliselt aktiivse ultraviolettkiirguse intensiivsus suurem. Päikesepaiste kestuse andmete üksikasjalisemal analüüsimisel selgub, et ka osal neist päevadest, mis päikesepaiste üldkestuse alusel satuvad nn. päeval pilves ilmade kategooriasse, on päikesevannide võtmine täiesti võimalik, sest neil on keskpäev päikesepaisteline. Mõnikord on aga keskpäev vahelduva pilvitusega, nii et päevitamiseks tuleb aega «varitseda». Toome järgnevalt selliste

päikeseravi võimaldavate päevade hulga eri kuudel protsentides kogu päevade arvust.

Kuud	V	VI	VII	VIII	IX
Pilvitu keskpäev	68%	69%	61%	64%	46%
Vahelduva pilvitusega keskpäev	9%	7%	7%	6%	8%

Ilmneb, et suve esimesel poolel on päikeseravi võimaldavate päevade hulk 75%, teisel poolel 70% ümber.

Pärnu kõige soojemaks kuuks on juuli, ilmastiku struktuuri poolest on aga juuni parem. Ka on juuni suvekuudest paljuaastases läbilõikes kõige ühtlasem, kuigi jääb selles suhtes maist mõnevõrra maha. Juulis ja eriti augustis on aga erinevused eri aastate vahel juba hoopis suuremad. Kõrvutame näiteks augustikuu aastatest 1951 ja 1954.

	August	
	1951	1954
Päikesepaistelised ilmad (III, V)	26 päeva	9 päeva
Pilves ilmad (IV, VI)	3 päeva	10 päeva
Vihmased ilmad (IV _{sad.} , VII)	2 päeva	12 päeva

Erinevus on järsk. Seejuures ei ole kumbki võetud näide augusti kohta harulduseks.

Päikesepaisteline ilm, mis on suvekuudel valitsevaks ilmaklassiks, on sel ajal ka suure püsivusega, esinedes sageli pikemate kui 10-päevaste katkestamatute seeriatena. Pilves ja vihmased ilmad moodustavad ainult harva 4—5-päevaseid perioode.

Kõige suuremad ööpäevased temperatuuri amplituudid esinevad suvel juunis. Samuti juunis esinevad suurimad kõikumised õhutemperatuuride käigus päevast päeva, mis suve jooksul vähenedes saavutavad miinimumi augustis, kus enam kui 90%-l juhtudest kahe kõrvuti asetseva päeva keskmise õhutemperatuuri vahe ei ole üle 2°. Ööpäeva keskiste temperatuuride teravaid muutusi (üle 4°) esineb Pärnus suve teisel poolel väga harva.



Joon. 7. Suvepäeval. V. Vahi foto.

S ü g i s

Septembrit loetakse juba sügiskuude hulka. Õhutemperatuur muutub madalamaks, päikesepaiste kestus tunduvalt väiksemaks. Järsult väheneb päikesepaisteliste sademeteta ilmade hulk ja suureneb pilves ning vihmaste ilmade osatähtsus.

September on tüüpiline üleminekukuu. Kuigi sajupäevade arv on suur ja päikesepaiste kestus väike, ei ole nn. järelsuvi — suhteliselt soe, päikesepaisteline ja kuiv september — sugugi haruldane. Selline oli näiteks 1951. aasta september. Võrreldes järgmise aasta sama kuuga olid näitajad järgmised: kuu keskmine temperatuur $13,2^{\circ}$ ja $10,2^{\circ}$, päikesepaiste kestus 287,3 ja 113,6 tundi, sajupäevade arv (sademeid üle 1 mm) 8 ja 15.

Kuigi päikesepaisteline ilm on septembris veel üsna tähtsal kohal, on ta püsivus väike. Sagedamini esinevad pikkade seeriatena pilves ja vihmased ilmad.

Oktoobris moodustavad päikesepaistelised ilmad vaevalt $\frac{1}{4}$, pilves ja vihmased ilmad aga $\frac{3}{4}$ päevade arvust. Sügise selgeks tundemärgiks on ilmad temperatuuri käiguga läbi 0° , mis moodustavad, tõsi küll, ainult 7%.

Novembris on aga pilves ilmad temperatuuri käiguga läbi 0° (VIII ilmaklass) juba valitseval kohal, moodustades umbes 30% kõikidest ilmadest. Päikesepaiste kestus väheneb järsult, tugeva pilvituse tõttu nõrgeneb loomulik valgustus. Novembris on keskmiselt ainult 4,4 päeva, mil päikesepaiste kestus on üle 3 tunni. Külmade ilmade (ilmad, mil õhutemperatuur ei tõuse üle 0°) osa on novembris juba üsna suur (17%), kusjuures nad võivad esineda pikkade, 10-päevaste perioodidena. Üldiselt on aga ilmaklasside vahelduvus sügisperioodil väga sage, ilmaklassi püsivus on keskmiselt ainult 1,8 päeva. Kliima struktuuri kõikumised on oktoobris-novembris paljuaastasest läbilõikes hoopis väiksemad kui näiteks augustis-septembris. Kui sajupäevade arv võib olla veel küllalt erinev, siis stabiilne ja nimelt stabiilselt halb on olukord päikesepaisteliste päevadega. Ööpäevaste keskmiste õhutemperatuuride muutumine päevast päeva on sügisel ühtlane, ka ööpäevased temperatuuri amplituudid langevad sügise lõpuks aastase miinimumini.

Talv

Talvekuudeks loetakse detsember, jaanuar, veebruar. Detsembrist lubab ilmastiku struktuuri poolest talvekuude hulka lugeda asjaolu, et üsna rohkesti on külmi ilmu, mil õhu temperatuur ei tõuse üle 0° . Nende hulk oli perioodil 1950—1954 27%, perioodil 1922—1935 aga üle 40%. Talve tunnuseks on ka kõva-külma ilma (keskmine t° $-12,5^{\circ}$ kuni $-22,5^{\circ}$) esinemine.

Pilves ilmad temperatuuri käiguga läbi 0° (VIII ilmaklass) saavutavad detsembris aastase maksimumi, moodustades enam kui $\frac{1}{3}$ kõikidest ilmadest, radiatsioonilise sulaga ilmade osa on päikesepaiste vähese kestuse ja nõrga intensiivsuse tõttu äärmiselt väike (3%). Kül mavabad ilmad (peamiselt pilves ja vihmased) moodustavad detsembris ligi 25%.

Detsembris võib külmade ja kül mavabade ilmade suhe olla vägagi erinev, nagu ilmneb alljärgnevast näitest.

	Detsember	
	1951	1953
Kül mavabad ilmad	16 päeva	6 päeva
Ilmad t° käiguga läbi 0°	14 päeva	4 päeva
Nõrk- ja paras-külmad ilmad	1 päev	4 päeva
Kõva-külmad ilmad	—	17 päeva

Rangelt iseloomulikuks jooneks on detsembrile aga äärmiselt väike päikesepaiste kestus ja nõrk loomulik valgustus. Nii oli ajavahemikus 1950—1954 detsembri keskmine päikesepaiste kestus 15,6 tundi (juunis 301 tundi). Päevi päikesepaiste kestusega üle 3 tunni oli aga kuu kohta keskmiselt ainult 2,2.

Tõelisteks talvekuudeks on jaanuar ja veebruar. Külmad ilmad (t° max $\leq 0^{\circ}$) moodustavad siin umbes 70%, kül mavabad (t° min $\geq 0^{\circ}$) aga ainult 5%. Keskmise temperatuuri poolest on kõige külmem kuu veebruar, jaanuar jääb temast pisut maha. Jaanuar võib aga samal aastal olla tunduvalt «talvisem» kui veebruar.

Ilmastiku struktuuri seisukohast võimaldavad veebruari kõige talvisemaks kuuks lugeda järgmised asjaolud: kül-

	1950	
	Jaanuvar	Veebruar
Külmavabad ilmad	—	1 päev
Ilmad t° käiguga läbi 0°	4 päeva	13 päeva
Nõrk- ja paras-külmad ilmad	13 päeva	13 päeva
Kõva- ja käre-külmad ilmad	14 päeva	1 päev

made ilmade protsent on veebruaris suurem, külmavabade protsent aga väiksem kui jaanuaris.

Sagedate külmade ja tugeva tuulega ilmade kõrval on jaanuari-veebruari ilmastiku oluliseks jooneks päikesepaisteliste päevade väike arv — jaanuaris 5,4, veebruaris 6,6.

Kuigi eri kuude vahel esinevad suured erinevused temperatuuris, päikesepaiste kestuses ja tuules, on halbade ilmade arv nendes siiski küllaltki ühtlane. Toome näite:

Aasta	Keskmine t°	Päikesepaiste kestus tundides	Päikesepaisteliste päevade arv	Külmade tuuliste päevade arv	Päevade arv, mille keskmine t° oli alla -12,5°
1950	I—11,9°	53,4	9	24	14
1950	II— 3,6°	24,7	4	12	1
1954	II—11,6°	114,8	15	16	12

Ilmneb, et madala keskmise temperatuuriga kaasneb suurem päikesepaiste kestus ja päikesepaisteliste päevade arv, ühtlasi aga ka suurem tugevate külmade ja külmade tuuliste päevade arv. Kõrgemate keskmiste õhutemperatuuride puhul on külmade tuuliste ilmade sagedus väiksem, kuid ka päikesepaisteliste päevade arv on samuti äärmiselt väike.

Lumikate tekib Pärnus tavaliselt novembri lõpus ja püsib märtsi esimese dekaadini. Pideva lumikatte perioodiks loetakse ajavahemikku umbes 20. detsembrist 20. märtsini.

Kuigi külmavabad ilmad (t° min ≥ 0°) esinevad jaanuaris-veebruaris tavaliselt üksikuhtudena, moodustavad nad koos VIII- ja IX ilmaklassiga sageli pikki seeriaid, mille kestel pole ühtegi tõeliselt külma (t° max ≤ 0°) ilma. Sellised pikad sulaperioodid mõjuvad aga lumikatele hävitavalt, mistõttu talispordi harrastamine Pärnus pahatihti kipub katkema.



Joon. 8. Talverõõmud. H. Krannhalsi foto.

Pärnu kuurordi õhu omadused on tingitud tema asendist mere ääres asuvas suures pargis. Mereõhk on puhas, sest pikka aega vee kohal viibides vabaneb õhk tolmuosakestest ning temas väheneb ka pisikute hulk. Mereõhk sisaldab soolaosakesi, mis avaldavad ülemistele hingamisteedele soodsat mõju. Soolaosakesed satuvad õhku tugeva lainetuse puhul pihustuvatest laineharjadest, nende hulk õhus on suurem tuulise ilma korral ning merele lähemal. Mereõhk on suhteliselt niiske. Relatiivse õhuniiskuse keskmine on Pärnus aastas 84%, juulis 78%. Suvekuude keskpäevastel tundidel on relatiivne õhuniiskus 70% ümber. Seoses merekaarte tuultega on Pärnus ülekaalus ka otse merelt tulev õhk. Arvestades Pärnu kuurordi asendit, tuleb arvata, et õhu ionisatsiooni tingimused on siin soodsad. Õhu ionisatsiooni loeb kaasaegne meditsiin aga tähtsaks tervendavaks teguriks.

Õhu koostise parandamisel etendab tähtsat osa ka ulatuslik park. Seoses tuule aeglustumisega pargis kaotavad tolmuosakesed kiiruse ja langevad taimkattetele, jäädes peatumata puuvõrades ja rohus ning klepudes puude vaigustele osadele. Park parandab ka õhu keemilist koostist, sest assimilatsiooni käigus neelavad taimed süsihappegaasi ja eritavad hapnikku. Õhu puhtust sanatooriumide rajoonis soodustab asjaolu, et kuival perioodil kastetakse tänavaid hoolikalt ning autoliiklus on vähene. Väga tähtis on ka see, et Pärnus ei ole suuri tööstusi, mis saastaksid õhku suitsu ja tahmaga või rikuksid õhu keemilist koostist.

Alatiste tuulte tõttu ei ole Pärnu kuurordi territooriumil tingimusi seisva õhu tekkimiseks. Vaikse ilma puhul «tuulutavad» rannaäärset ala kohalikud, maismaa ja mere temperatuuri erinevuse tagajärjel tekkivad tuuled — briisid.

Pärnu ilmastu analüüsimisel iseloomustasime nn. ööpäeva ilmade kaudu võimalusi kliimaraaviks laiemas mõttes (viibimine välisõhus). Järgnevalt vaatleme tingimusi kliimaraavi protseduuride, kõigepealt õhuvannide teostamiseks.

Õhuvannide doseerimine ja rakendamine oli kuni viimase ajani ühekülgne ja juhuslik. Õhuvannid liigitati efektiivsete temperatuuride¹ alusel lihtsalt «komfortseteks» ja «diskom-

¹ Efektiivne temperatuur on tinglik kompleksne karakteristika meteoroloogiliste faktorite (õhu t°, niiskus ja tuul) selliste tingimuste tähistamiseks, mis annavad sama soojusliku efekti kui lii-

fortseteks», ning kuna Pärnu tingimustes varjus (s. o. ilma otsese päikesekiirguse mõjuta) on õhu soojuslikud tingimused tõesti allpool efektiivsete temperatuuride skaala «komforditsooni» (ef. $t^{\circ} 20^{\circ} - 24^{\circ}$), loeti õhuvannide võtmist siin võimatuks. Jalta arst N. Z. Mihhailov on aga õhuvannide doseerimiseks töötanud välja otstarbeka süsteemi. Ta annab meteoroloogiliste tingimuste kompleksse iseloomustuse, mis arvestab efektiivsete temperatuuride kõrval ka aerodünaamilist ja hüdrograafilist faktorit, sest tuul ja niiskus avaldavad mõju mitte ainult soojusbilansi kaudu, vaid ka otseselt. Seejuures näitab N. Z. Mihhailov võimalused õhuvannide võtmiseks ka madalate efektiivsete temperatuuride juures; selleks tuleb õhuvannide võtmist siduda ravi-kehakultuuri ja veeprotseduuridega, doosid tuleb aga määrata seda lühemad, mida kaugemal on termilised näitajad «komforditsoonist».

Õhu soojusliku seisundi iseloomustamiseks rakendatavate efektiivsete temperatuuride leidmisel on kasutatud Kurortloogia Keskinstituudis ja lõuna kuurortides tarvitavat nn. põhiskaalat, mis näitab soojuslikke tingimusi riietamata inimesele.

Analüüsidest õhuvannide võtmise (s. o. viibimine supelrõivastes varjatuna päikese otsese kiirguse eest) tingimusi avatud plaazil juulikuus keskpäeval, selgus, et see pole jahedate tuulte tõttu võimalik, sest ligi 70% kõikidest päevadest kuulub N. Z. Mihhailovi järgi külma valdkonda (ef. $t^{\circ} \leq 7^{\circ}$), kusjuures 40%-l on efektiivne temperatuur isegi alla 1° (s. o. tugeva tuule tõttu on riietamata inimesel samasugune ja tugevamgi külmatunne kui 1° temperatuuriga täiesti tuulevaikses ja niiskusega küllastunud õhus viibides).

Hoopis erinevad on aga tingimused kuurordi aerosolaariumis, mis paikneb sanatooriumi nr. 1 peakorpuse ja meteoroloogiajaama hoone vahelisel alal. Aerosolaarium kujutab endast umbes 70 m pikkust ja 20 m laiust maa-ala, mis on mere poolt looduslikult eraldatud plaazi ja pargi piirile kuhjunud liivavalli ning sellel kasvavate pajudega, teistest külgedest aga piiratud riidest vaheseintega. Seegi üsna kit-

kumatu, 100%-lise niiskusega õhk kindlal temperatuuril. Näiteks tekitavad inimesel ühesuguse soojustunde järgmised tingimused: a) $t^{\circ} 17,7^{\circ}$, niiskus 100%, tuulevaikus, b) $t^{\circ} 22,4^{\circ}$, niiskus 20%, tuul 0,5 m/sec, c) $t^{\circ} 25,0^{\circ}$, niiskus 20%, tuul 2,5 m/sec. Kõiki neid seisundeid tähistatakse «ef. $t^{\circ} 17,7^{\circ}$ ».

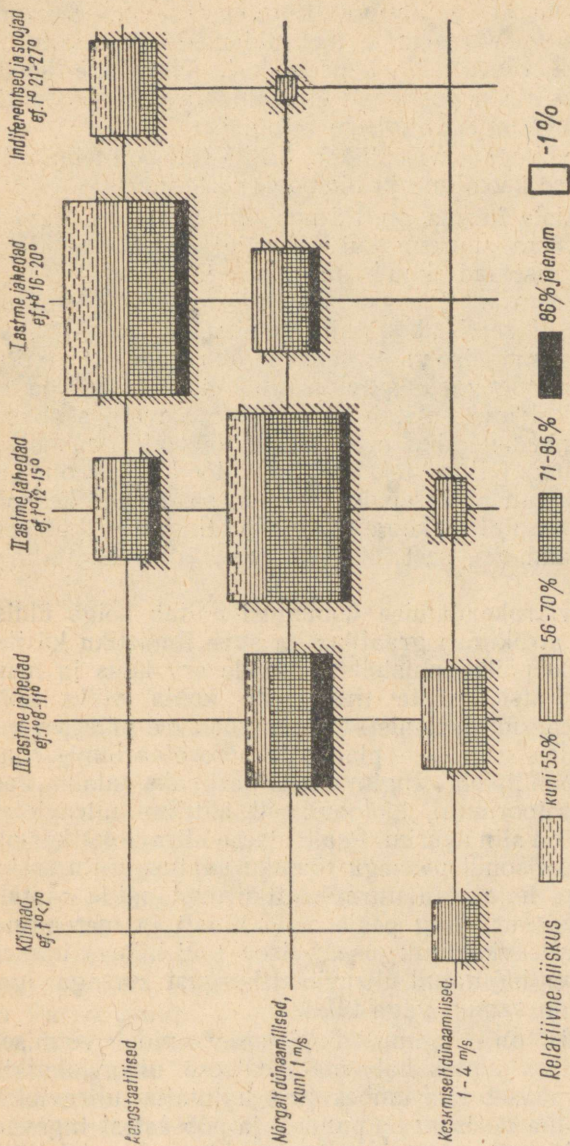


Joon. 9. Kuurordi aerosolaarium. V. Vahi foto.

sas ala jaguneb omakorda veel kaheks järsult erinevate omadustega vööndiks. Merepoolne vöönd on liivase pinnasega, avatud otsesele päikesekiirgusele, varustatud lamamisraamidega päevitamiseks. Pargipoolses vööndis on pinnas kaetud rohuga, varjatud puukroonidega otsese päikesekiirguse eest ning varustatud lamamistoolidega õhuvannide võtmiseks kui ka puhkamiseks pärast päikesevanne. Tuleb märkida, et Pärnu kuurordi aerosolaarium oma «looduslikkusega» on omapärasemaid ja paremaid Nõukogude Liidu kuurortides üldse.

Õhuvannide võtmise tingimuste iseloomustuseks aerosolaariumis N. Z. Mihhailovi meetodil esitame skeemi (joonis 10). Ristkülikud, mille pindalad on võrdelised antud meteoroloogiliste tingimuste esinemise juhtude arvuga, on koondatud vertikaalsetesse gruppidesse efektiivse temperatuuri, horisontaalsetesse tuule tingimuste alusel. Ristkülikutes on tingimärkidega antud õhuniiskuse iseloomustus.

Skeemi vaadeldes näeme, et «külma valdkonda» (ef. t° alla 7°) kuulub siin äärmiselt väike osa juhtudest. Et aga N. Z. Mihhailov näitab täiesti konkreetsed võimalused õhuvannide võtmiseks atmosfääri «jahedate seisundite» (ef. t° 8° — 20°) juures nende seostamise teel ravikehakultuuri ja



Märkus. Viirutusega äärmiselt alal on võrdeline päikesepaistliste ilmade hulga

Joon. 10. Kliimara vi protseduuri meteoroloogilised tingimused Pärnu aerosolaariumis juulis k. 13 aastail 1950—1954.

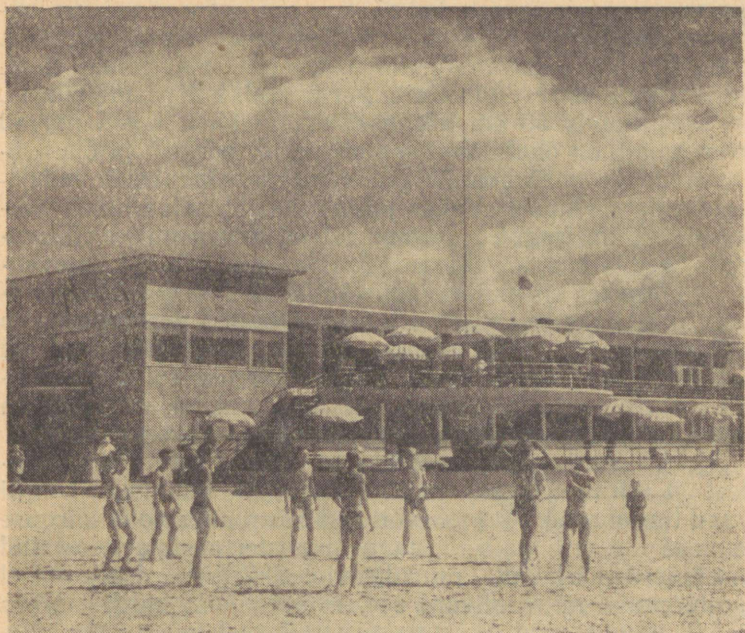
veeprotseduuridega koos vastava doseerimisega, siis ilmneb, et Pärnu aerosolaariumi tingimustes võib õhuvanne võtta iga päev. Varasemate tõekspidamiste juures aga oli see võimalik vaevalt $\frac{1}{10}$ -l päevadest. Õhuvanne kasutatakse Pärnus siiski peamiselt ettevalmistava protseduurina enne päikesevannide võtmisele asumist.

Päike on võimas terviseallikas, eriti soodus on tema ultraviolettkiirguse keemiline ja bioloogiline toime.

Päikesepaiste kestus on Pärnus üle 1700 tunni aastas, olles mõnevõrra suurem kui vabariigi siseosades. Kõige päikesepaistelised kuud on juuli ja juuni. Lõunast merega piirnevas Pärnus on päikesepaiste tingimused suvel eriti soodsad. Põhjas maismaa kohal tekivad maapinna soojenemise mõjul tõusvad õhuvoolud, mille tagajärjel areneb tugev rümpilvitus, mis katab suurema osa taevast. Samal ajal paistab aga päike pidevalt, sest mere suhteliselt jahedam pind ei soodusta tõusvate õhuvoolude, seega ka rümpilvituse tekkimist. Ülaltoodud asjaolu suurendab tunduvalt päikesepaiste kestust suvekuude keskpäevastel tundidel, mil on kõige sobivamad tingimused päikeseravi rakendamiseks, sest õhk on soe, ultraviolettkiirgus intensiivne.

Päikeseravi rakendamise võimalusi näitab kõige üldisemalt kliima struktuuri graafikus ja suve ilmastiku käsitlel juures toodud päikesepaisteliste ilmade arv kuus ja nende püsivus. Radiatsiooniliste tingimuste kohta võiks kõige üldisemalt märkida järgmist. Pärnus võetakse päikesevanne põhiliselt kahes paigas — plaažil ja aerosolaariumis. Plaaž on radiatsioonilistelt tingimustelt parimaks alaks kogu kuurordi territooriumil, bioloogiliselt aktiivse ultraviolettkiirguse osa on siin suurim. Peale otsese ultraviolettkiirguse saab plaaži horisondi peaaegu täieliku avatuse tõttu maksimaalse hulga hajutatud ultraviolettkiirgust, mille osatähtsus on väga suur, ning peale selle liivalt ja merepinnalt peegelduva ultraviolettkiirguse. Seisev (või liikuv) inimene saab seejuures hajutatud ultraviolettkiirgust korraka igast küljest, mis on samuti väga tähtis.

Solaariumis on tingimused päikesevannide võtmiseks radiatsioonilises suhtes halvemad. Otsese ultraviolettkiirguse kõrval pääseb siia umbes 40% hajutatud ultraviolettkiirgusest, kuna horisont on puudest ja põõsastest tugevasti varjatud. Liivalt ja merepinnalt peegelduv ultraviolettkiirgus siia aga ei ulatu.



Joon. 11. Plaažil. Tagaplaanil Rannakohvik. V. Vahi foto.

Järgnevalt vaatleme päikesevannide võtmise soojuslikke tingimusi.

Ohuvannide analüüsimisel selgus, et plaažil on efektiivne temperatuur 70%-l päevadest alla 7° , 40%-l isegi alla 1° . Uurimised on näidanud, et päikese otsese kiirguse mõjul muutub inimese soojustunne samuti kui ümbritseva õhu efektiivse temperatuuri tõusu puhul $6-8^{\circ}$ võrra. Seda arvestades lisame leitud efektiivsetele temperatuuridele $6-8^{\circ}$. Ilmneb aga, et plaažil ei ulatu valdaval osal päevadest soojuslik seisund komfortitsooni lähedalegi. Seetõttu on Pärnu plaažil päikesevannide võtmine võimalik ainult siis, kui jahtumist kompenseeritakse liikumisega, näiteks pallimänguga. Haigetele organismidele ei ole aga selline päikesevannide võtmine vastuvõetav.

Solaariumis on jahtumistingimused hoopis erinevad. Solaariumi meteoroloogiliste tingimuste skeemil (joonis 10) tähistavad riskülikute viirutusega ääristatud osad päikese-

paistega päevi; arvestades päikese soojendavat mõju, niहुतame ristkülikute need osad mõttes 6—8° võrra paremale. Selgub, et päikesevannide võtmisel on solaariumis komfordi tingimused kindlustatud, eriti veel, kui peame silmas, et solaariumis 50 cm kõrgusel maapinnast, kus lamavad päevitajad, on õhuliikumine alati veelgi nõrgem ja õhutemperatuur 2—3° kõrgem kui on arvestatud efektiivsete temperatuuride leidmisel. Vahel juhtub ka, et solaariumis päikese käes on isegi liiga kuum. «Ülekuumenemise» vältimiseks tarvitseb aga vaid «üle kolida» plaažile. Päikesevannide võtmisel on muide väga tähtis, et efektiivne temperatuur ei ületaks teatavat piiri, sest selle piiri ületamine võib põhjustada nn. soojuslööki. Lõuna kuurortides tulebki keskpäevaste liiga kõrgete temperatuuride tõttu päikesevanne võtta kas hommiku- või õhtutundidel, mil aga ka ultraviolettkiirguse intensiivsus on juba väiksem.

Kokku võttes tuleb mainida, et soojusliku režiimi poolest on Pärnu solaariumis päikesevannide võtmiseks kõigiti head tingimused. Ka mõnevõrra väiksem ultraviolettkiirguse hulk ei ole eriti halb — nagu viimastel aastatel teostatud uurimised näitavad, on ultraviolettkiirguse doseerimisel probleemiks mitte niivõrd see, et vajalikust hulgast võiks jääda puudu, vaid et ultraviolettkiirgust ei antaks üle-määra. Täiendusena tuleb märkida, et plaaži piiravate põsastike ääres lamamisel on soojuslikud tingimused umbes võrdsed aerosolaariumi tingimustega.

MERI

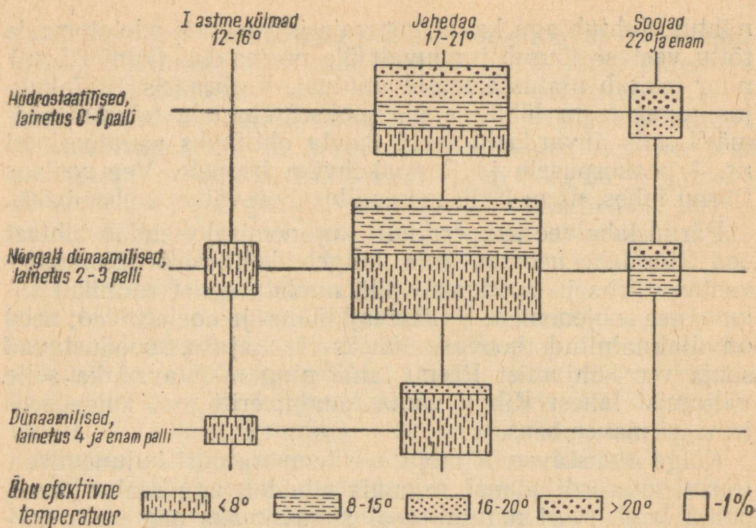
Pärnu on merekuurort. Pärnu laht, mille ääres kuurort asetseb, moodustab Riia lahe kirdepoolse osa, mis tungib hobuserauakujuliselt 25 km maismaasse. Kitsamas kohas, Tõstamaa poolsaare Liuküla ja Tahkuranna neeme joonel, on lahe laius 12 km, laiemas kohas aga 18 km. Pärnu laht on madal: keskmine sügavus 5—6 m, suurim sügavus 8 m. Tõusu-mõõna nähte Pärnu lahes ei esine. Nii ida- kui ka läänepoolset rannikut palistavad männimetsaga kaetud liivaluited. Pärnu kliimat ja õhu omadusi mõjutab meri olulisel määral. Meri — kord rahulik ja päikeses helkiv, kord raevukalt tormine, kord laudtasase jääväljana kaugusse ulatuv — köidab alati küllastaja tähelepanu. Meri valmistab aga ka ootamatusi. Rannapargi madalamate osade üleujutamine kevad- ja sügistormide tagajärjel on küllaltki sage

nähtus. Juhtub aga ka, et tugevate ja kestvate edelatornide tõttu veetase tõuseb tunduvalt üle normaalse (kuni 2,5 m) ning tekitab ulatuslikumaid uputusi. Veebruaris 1957 kuhjas tugev torm lühikese aja jooksul rannale tohutud jäämäed, mis ähvardasid isegi saada ohtlikuks sanatooriumi nr. 1 peakorpusele ja Rannakohviku hoonele. Vee soolsus Pärnu lahes, nagu Balti meres üldse, on väike, umbes 0,6%.

Pärnu lahe vee temperatuuri kujunemisel etendab tähtsat osa Riia lahe hoovus, mis kulgeb kellaosuti liikumisele vastassuunas ja soodustab piki madalaveelist rannikut liikuva vee soojenemist. Valitsevad lääne- ja edelatuuled; need on ülalmainitud hoovuse üheks tekitajaks, soodustavad sooja vee kuhjumist Pärnu lahte ning takistavad ka selle väljumist lahest Kihnu väina kaudu, eriti just kõige soojema pinnavee osas.

Kõige otsustavamalt mõju vee temperatuuri kujunemisele Pärnu kuurordi plaazi rajoonis avaldab aga sealne merepõhja laad. Meri muutub seal sügavamaks aeglaselt, normaalse veeseisu korral ulatub vesi «üle pea» alles 180—200 m kaugusel rannajoonest. Seejuures ei ole aga sügavamaks muutumine ühtlane, sest mere põhi on tugevasti laineline. Enne lõplikult sügavaks muutumist moodustub rida kuni 140 cm sügavusi, üksteisest üsna kõrgete liivaseljan-dikkudega eraldatud basseine. Põhja laineline reljeef ning suures ulatuses madal vesi tingivad, et merevee temperatuur Pärnus on äärmiselt sõltuv ilmastiku tingimustest. Suures ulatuses madal vesi soojeneb päikesepaistel kiiresti ning laineline põhjareljeef takistab mandrilt puhuvail tuultel sooja vee eemaletõrjumist ja selle asemele sügavamalt külmema vee valgumist. Nende asjaolude tõttu on Pärnus päikesepaistelisel suvepäevadel kindlustatud ka soe vesi. Selles suhtes on sooja, kuid rannikul sügava mere ääres asuvates kuurortides halvem olukord. Näiteks Musta mere kuurortides ajavad vahel tugevad maatuuled sooja pinnavee kaugele ulgumerele ning selle asemele tõusevad külmad veemassid. Võib mööduda nädal, enne kui vesi on uuesti soojenenud suplust võimaldava temperatuurini.

Pärnu jõe vesi ei mõjuta kuigi palju lahe vee temperatuuri ja koostist, vähemalt plaazi rajoonis. Pärnu jõgi on küll lai, kuid madal ja aeglasevooluline, mistõttu tema poolt merre saadetav veehulk ei ole suur. Jõe vesi juhitakse rannast eemale umbes 2 km pikkuste muulide abil, mis on ehitatud ligi 100 aastat tagasi. Jõevesi seguneb mereveega juba



Joon. 12. Meresupluste hüdro meteoroloogilised tingimused Pärnus juulis k. 13 aastail 1950—1952.

muulide vahel, püsiva meretuule puhul aga olevat vesi jões juba mitme kilomeetri kaugusel suudmest soolakas. Seetõttu ei erine jõevesi lahte jõudmisel mereveest kuigi oluliselt.

Näeme, et Pärnu rannas on soodsad tingimused merevee soojenemiseks. Suplemist soodustab ka mere põhi, mis on liivane, vaba kividest ja mudast. Sügavnemine toimub sujuvalt, mis võimaldab päris julgesti vette minna ka neil, kes ei oska ujuda.

Järgnevalt iseloomustame lühidalt tingimusi meresuplusteks. Meresuplus on mõjuv kliimaraivi protseduur, mille puhul inimorganismisse avaldavad toimet vee temperatuur, soolsus, lainetus, rõhk, takistus liikumise korral. Suplemisel on ka kokkupuutumine soolasisaldava mereõhuga kõgetihedam. Samuti tuleb silmas pidada, et päikese ultraviolettkiirgus avaldab mõju ka läbi vee; päikese kiirguse soojuslik efekt on vees küll juba 5 cm sügavusel 94 korda väiksem kui veepinnal, ultraviolettkiirgus aga kaotab samal ajal ainult väikese osa oma mõjujõust.

Ka meresupluste iseloomustamiseks on N. Z. Mihhailov välja töötanud kompleksse süsteemi, mis vee temperatuuri,

lainetuse ja soolsuse kõrval arvestab ka õhu termilist ja radiatsioonilist režiimi. Soolsuselt kuulub Pärnu lahe vesi N. Z. Mihhailovi järgi «väga nõrgalt soolaste» hulka (alla 12 g soola 1 liitris). Teiste tingimuste iseloomustuse toome skeemil (joomis 12), kus horisontaalsetel telgedel on antud vee temperatuur, vertikaalsetel lainetus, esinemise sagedusega võrdelise pindalaga ristkülikutes aga on tingimärki-dega antud õhu termiline seisund.

Efektiivsed temperatuurid on siin leitud samuti kui õhuvannide võtmisel plaazi tingimustes, kusjuures päikesepais-telistel ilmadel on veel lisatud 6—8° päikese soojendava mõju arvel. Näeme, et merevee temperatuur juulis on Pär-nus peaaegu alati 17—21° piirides (seejuures umbes 75%—1 päevadest 19—20°), mis on suplusteks täiesti sobiv. Sup-lusi segab aga pahasti õhu termiline seisund, sest vette minnes ja eriti veest väljudes põhjustab tuul keha tugevat jahtumist.

Juuni teisel ja augusti esimesel poolel on suplustingimu-sed peaaegu samasugused nagu juulis.

III. PÄRNU KUURORT TÄNAPÄEVAL

1. KUURORDI TERRITOORIUM

Pärnu kuurort paikneb Pärnu jõe suubumiskohast ida pool piki mereranda alal, mille pikkus on umbes 1,5 km, laius kuni 0,5 km. Kogu Pärnu linna asukoht ja selle lähem ümbrus on madal ning tasase reljeefiga. Pärnu jõe alamjooksu ja mere vahel oleval poolsaaretaolisel alal, kus paiknevad kesklinn ja kuurordirajoon, on absoluutsed kõrgused üldiselt vähem kui 5 m üle merepinna. Erandi moodustavad Pärnu ainuke «mägi» — nn. Munamägi — ja endine linnavall, mis on aga kunstlikud moodustised. Aluspõhjaks on siluri lubjakivi, linna äärmises lõunaosas mõnedel andmetel kesk-devoni punane liivakivi. Aluspõhja katab paks pinnakate, mille alumiseks kihiks on rähksavikas moreen, siis kuni 18 m paksuselt hilisjäajast pärinevad viirsavid ja seejärel kuni 6-meetrise kihina pärastjäaegsed mereliivad. Muld on linna territooriumil struktuuritu ja toiteainetevaene. Maapinna liivasuse tõttu imuvad sademed kiiresti sügavale pinnasesse ning mulda ähvardab suvel läbikuivamise oht. Et aga rannaäärsetel aladel on põhjavee tase kõrge, siis pärast mere kevadisi ja sügisei pealetunge võib maapind jääda pikemat aega niiskeks, eriti kui veetase lahes on kõrgem kui tavaliselt.

Kuurordi territoorium jaguneb selgelt järgmiseks neljaks merega rööbiti kulgevaks vööndiks.

1. Mere ja pargi vahel olev umbes 100 m laiune, ühtlase terasuurusega heleda liivaga plaaz, mis on suvel kuurordielu peamiseks tuiksoneks.

2. Kuurordi kõige esinduslikumad ja arhitektuurilist ilmet määravad hooned plaazi ja pargi piiril: sanatooriumide nr. 1 ja nr. 3 peakorpused (endised Rannahotell ja hotell «Vasa»), mudaravila ja kuurisaal. Seda ansamblit täiendavad Rannakohvik ja meteoroloogijaama hoone.



Joon. 13. Nurgake plaazil. V. Vahi foto.

3. Pidev pargi ja puisteede võõnd, mis kulgeb rööbiti merega kogu kuurordi territooriumi ulatuses.

4. Kuurordi üleminek linnaks Tammsaare tänava joonel ja selle ristumiskohal Nõukogude tänavaga. Ka siin on territoorium hästi korrastatud ning hoonestatud, kuid hoonete väline arhitektuuriline ilme ei kanna siin kuurordile omast pitserit.

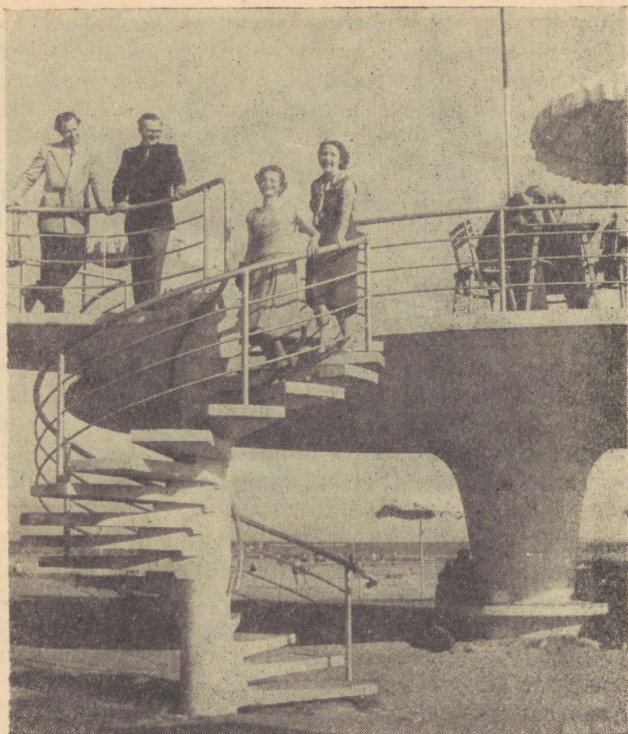
Nagu öeldud, etendab suveperioodil kuurordi elus tähtsat osa plaaz. Pärnu plaazi kogupikkus on umbes 2,5 km, sellest leiab käesoleval ajal intensiivsemat kasutamist läänepoolne, ligi 1 kilomeetri pikkune ala. Plaaz on küll lai, kuid madal ning kestvate tormide puhul ujutab meri plaazi suures ulatuses üle. Pärnu plaazi kiituseks tuleb öelda, et liiv on siin väga ühtlase terasuurusega ning puhas. Seetõttu langeb liiv kehalt kergesti maha ning pärast lamamist liival pole tingimata vajalik veel kord supelda. Riietusruumide ees on üles seatud dušid, mis võimaldavad enne riietumist end mageda veega üle loputada. Puuduseks on aga Pärnu plaazi teatav «liivavaesus». Nimelt on suur osa plaazist laudtasane, niiskevõitu pinnaga, mis loob küll head võimalused pallimänguks ja muuks sportimiseks, ei soodusta aga lamamist liival. Parem on selles suhtes Ranna-



Joon. 14. Pärnu meteoroloogiajaama hoone. V. Vahi foto.

kohvikust jõe pool asuv osa, kus liiva on rohkem ja mis leiab ka suvel hoopis intensiivsemat kasutamist.

Kuurordi raviplaaži rajoonis on «liivavaene» ning kergesti üleujutatav osa eriti lai, kuid plaaži ja pargi piirile kuhjunud liivavalli merepoolne, lõuna suunas kallak ning põõsastest hästi varjatud osa on kahtlemata meeldivamaid nurgakesi kogu rannal. Kliimaravi protseduuride teostamiseks rajatud aerosolaarium asub plaaži piiril sanatooriumi nr. 1 ja meteoroloogiajaama hoone vahelisel alal.



Joon. 15. Rannakohviku «seen». V. Vahi foto.

Kuurordi hoonestuse kohta olgu öeldud vaid seda, et paremad ravikorpused rahuldavad oma arhitektuurilise kujunduse maitsekuse, ruumide otstarbeka paigutuse, hea valgustatuse ja mugavuse osas ka kõige nõudlikumaid külalastajaid.

Kuurordirajoonis paiknevad ka mõned sellised asutused, mis ei ole just päris vahetult kuurordiga seotud. Siin asub Pärnu meteoroloogiajaam, mille hoone on sanatooriumi nr. 1 peakorpuse ja Rannakohviku vahel, vaatlusväljak aga peakorpusest idas. Meteoroloogiajaama paiknemine siin on positiivne nähtus, sest teostatavate vaatluste andmed on seetõttu kuurordi kliima iseloomustamiseks hästi kasutatavad.

TRÜ Raamatukogu

Sanatooriumi nr. 1 vahetus läheduses asub veel Pärnu VSÜ «Kalevi» staadion. Staadion ei ole aga kuurordile mingil viisil ebameeldivaks naabriks, vaid tema paiknemine raviasutuste läheduses on isegi sümboolne, sest nii ühe kui teise ülesandeks on hoolitseda nõukogude rahva tervise eest.

Kuurordirajoonis paikneb veel Rannakohvik, mis on kahtlemata vabariigi eeskujulikumaid suverestorane ja mille hoone kuurordi arhitektuurilist ansamblit meeldivalt täiendab.

Kuurordi territooriumi kogu pindala (arvestamata plaazi) on umbes 60 ha. Sellest hõlmab valdava osa Rannapark, mille esinduslikumaks ja käidavamaks osaks on Nõukogude, Taminsaare ja Lehe tänavaga ning Rannapiiestega piirnev nn. Peapark. Rannapark on Pärnu kuurordi suureks looduslikuks rikkuseks, tema vanus on juba ligi kolmveerand sajandit, pindala 45,9 ha, arvestamata parki läbivaid puiesteid ja sanatooriumide territooriume.

Rannapark on mitte ainult Pärnu suurim, vaid ka liigirikkaima taimestikuga park. Pärnu üldkasutatavate haljasalade dendroflooras esineb A. Eriku andmeil 20 liiki okaspuid, 34 liiki lehtpuid ja 53 liiki põõsaid. Välja arvatud ainult 7 liiki, on kõik need liigid Rannapargis esindatud. Pärnu parkide dendroflooras on nimetuste arvu poolest ülekaalus võõramaised aklimatiseeritud liigid. Pärnu kliima on Eestis looduslikult mittekasvatavatele liikidele vastuvõetav, sest pakane on siin nõrgem ja lühema kestusega kui sisemaal, päikesepaistet aga esineb ohtrasti. Soodsaks momentiks on ka kevade hilinemine, mis lükkab võõramaiste liikide vegetatsiooni alguse edasi ja väldib seega külma-kahjustusi. Et aga pinnas on toiteainetevaene ning vee-režiim halb, siis ei ole Pärnu haljasalad hoopiski nii liigirikkad kui nad soodsate kliimatingimuste tõttu võiksid olla. Selles on suuresti süüdi ka asjaolu, et huvitavate dekoratiivsete puu- ja põõsaliikide sissetoomisele pole pööratud küllaldast tähelepanu. Seetõttu puuduvad Pärnus ka eriti haruldased puuliigid. Eesti NSV-s harvemini esinevatest dekoratiivsetest puuliikidest võiks mainida järgmisi: okaspuudest — Kanada ehk valge kuusk (*Picea canadensis*), ilukuusk (*P. pungens* Engelm.), Engelmanni kuusk (*P. Engelmannii* Engelm.), palsamnulg (*Abies balsamea* Mill.), siberi nulg (*A. sibirica* Ledeb.), must mänd (*Pinus nigra* L.), lehtpuudest — lõhislehine vaher (*Acer platanoides* f. *dis-*



Joon. 16. Rannapark. H. Krannhalsi foto.

sectum Jacq.), hõbevaher (*Acer saccharinum* L.), lõhislehine lepp (*Alnus incana* f. *laciniata* Willd.), amuuri korgipuu (*Phellodendron amurense* Rupr.), hall pähklipuu (*Juglans cinerea*), lõhislehine kask (*Betula verrucosa* f. *dalecarlica* L.).

Kuigi selliseid puu- ja põõsaliike, millele Eesti NSV territoorium on looduslikuks levikualaks, leidub Pärnu haljasaladel ainult 43, moodustavad puude põhimassi just meil laialt levinud ja hästi kohanenud liigid, nagu mänd, kuusk, tamm, pärn, sanglepp jt. Võõramaise päritoluga liikidest on vastupidavate ja dekoratiivsete puudena laialdast kasutamist leidnud ilukuusk, lehis, seedermand, suurelehine pärn, ameerika saar. Rannapargis kasvab üldse ca 4500 puud ja üle 30 000 põõsa, mis on koondunud enam kui 300 põõsaspuhmastikku. Põõsastest on ülekaalus enelad, siis lumimari, paju, kurdlehine roos.

Rannapargi meeldivaks jooneks on tema looduslikkus, põetud puud ja põõsaid siin peaaegu ei leidu. Samuti nagu teiste Pärnu parkide ja puisteede, nii ka Rannapargi koostamisel on ohtrasti kasutatud ühte liiki puude grupeerimise võtet. Tuleb tunnistada, et grupid võra sarnase kujuga ning võra ja tüve sarnase värvusega puudest jätavad väga meel-



Joon. 17. Randa viiv puiestee. V. Vahi foto.

diva mulje. Võiks märkida mändide ja jässakate, meretuul-
test räsitud rannamändide gruppe nn. Peapargis ning
Rannakohviku ja mudaravila vahel, valgete kuuskede
grupe Rannakohviku juures ning sanatooriumi nr. 1 pea-
korpuse ees jne.

Rannapark, mille jalgteede kogupikkus moodustab umbes
8 km, on kuurordis viibijate armastatud jalutus- ja puhke-
kohaks. Tähelepanev on jalgteede kattematerjal — punane
šlakk (vaseläigu räbu), mida leidis suurtes kogustes endise
Waldhofi vabriku territooriumil, kust teda on väljagi vee-
tud, näiteks Tallinna spordiväljakute katteks.

Pargi rajamisel on arvestatud kõikide aastaegade nõu-
deid. Suvel pakuvad jalutajatele päikese eest varju laiavõ-
ralised paplid, pärnad, vahtrad ning jalakad. Kevadel lehis-
tuvad varakult kased, toomingad, pajud, pihlakad, sügisel
säilitavad kõige kauem lehti tammed, vahtrad, pajud, mus-

tad lepad, talvel aga pakuvad silmale rõõmu okaspuude rühmad.

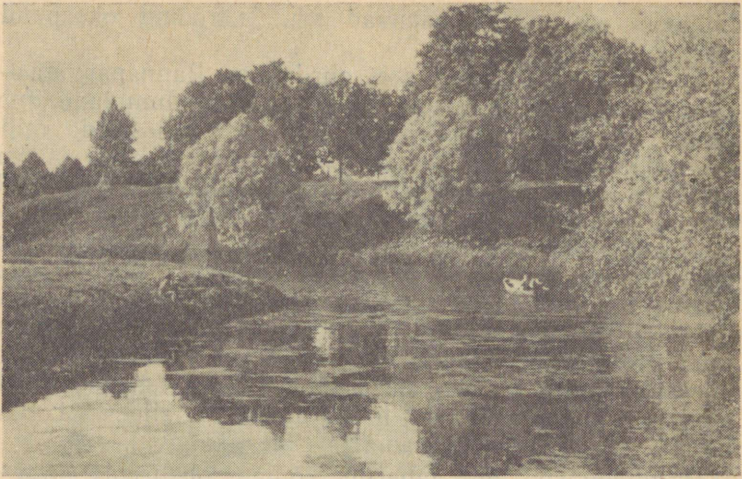
Kuurordirajooni rohelus ei piirdu aga Rannapargiga — puud kasvab siin kõikide sanatooriumide ja elumajade ümbruses. Kuurordi territooriumi läbib mitu puisteed, mille kogupikkus on ca 2,5 km, puude arv aga tuhande ümber. Pärnu puisteede rajamisel on samuti kui parkides laialdaselt kasutatud ühe liigi domineerimise võtet. Nii on kuurordirajoonis alleede koostises Rannapuisteel kuused, Lehe tänaval lehised, Papli tänaval paplid, Eha tänaval kased, Suvituse tänaval pihlakad, Seedri tänaval seeder-männid, Tammsaare tänaval tammed. Südalinnast nimetame veel pooppuu-alleesid Kalevi ja Vee tänaval, tamme-alleesid Ringi ja V. Kingissepa tänaval, suurelehiste pärnade alleed L. Koidula tänaval, harilike pärnade alleesid J. Barbaruse, Võidu, Aisa, Sadama ja Pärna tänaval.

Pärnu on vist küll vabariigi kõige «rohelisem» linn — üldkasutatavate parkide ja metsade kogupind on siin 261 ha, puisteede kogupikkus aga ligi 35 km. Pärnu linna nii ulatuslikul haljasalastamisel on suuri teeneid puukoolil, mille vanus on juba üle poole sajandi. Puukool paikneb Riia maantee ja Tammsaare, Suur-Kuke ning Laine tänava vahel 6 ha suurusel alal. Siin kasvab 118 mitmesugust puu- ja põõsaliiki. Pärnu puukooli tegevus ei piirdu kaugeltki ainult oma linna vajaduste rahuldamisega — sealt on läinud palju puud Tallinna ja Kohtla-Järve haljasalastamiseks ning tema kuulsus ulatub isegi üle vabariigi piiride — nimelt telliti Pärnu puukoolist pärni ja vahtraid Moskva ülikooli uue hoone ümbruse kaunistamiseks.

Peale Rannapargi on Pärnus veel 17 parki ja haljas-ala. Nende hulgas vanim on Revolutsiooni, Pargi, Suur-Sepa ja Karja tänava vahel asuv Vana park, rajatud 1831. aastal; kõige paremini korras hoitud ja kõige kaunim on Koidula skväär.

Linnaelanike poolt väga armastatud jalutuspaigaks on aga Munamäe haljasala ja nn. Vallipealne. Oieti satub Rannapargi jalutusmõnude nautija mainitud pargialadele Merepuisteed kaudu sedavõrd märkamatu, et neid võib teatavas mõttes lugeda kuurordi territooriumi loomulikuks jätkuks, liiati veel seetõttu, et eraldav ala on tõeline eeskujulik suvilalinnaosa.

Samuti nagu Rannapark on ka Munamäe park oma mitmete eriti dekoratiivsete puuliikidega Pärnu liigirikkamaid



Joon. 18. Vallikraav. H. Krannhalsi foto.

puistuid. Maaliline on ka Vallipealne, eriti seetõttu, et temaga kõrvuti kulgeb Talvesadamaks nimetatav endise kindlustuskraavi osa, mis ulatub kitsa lookleva lähena Pärnu jõe vasakult kaldalt ligi poole kilomeetri pikkuselt maismaasse. Vallilt avaneb vaade Pärnu jõe, sadamale ja uuele sillale. Jõgi on siin vallikraavi ja paremal kaldal suubuva lisajõe Sauga joonel kõige laiem — 400 m, jõe kitsam koht linna piirides on Papiniidu tänava kohal — 160 m. Pärnu jõgi voolab alamjooksul lamedaveerulises moldorus ning on väga aeglase vooluga — viimase 8 kilomeetri kohta on lang ainult 30 cm. Lai ja tasase vooluga jõgi loob head tingimused purje- ja sõudespordi harrastamiseks, millest nii pärnulased ise kui ka puhkajad oskavad lugu pidada.

Kokku võttes tuleb öelda, et eriti suvel jätab Pärnu kuurordi territoorium parkide roheluse, punakate jalgteede ja väljakute, helekollase liiva, sinetava mere ja meeldiva hoonestusega värviküllase ning rõõmsa mulje.

2. KUURORDI PROFIIL JA STRUKTUUR

Pärnu kuurort koosneb kolmest Eesti NSV Tervishoiuministeeriumi sanatooriumist. Pärnus kuurordi valitsust ei ole ning Tervishoiuministeeriumi sanatooriumid alluvad sama ministeeriumi Kuurortide, Sanatooriumide ja Puhkekodude Valitsusele, mis asub Tallinnas. Sanatooriumi tööd juhib peaarst. Sanatooriumides ravi organiseerimise ja teostamise teadusliku juhendamise tegeleb Kuurortide Valitsuse juures asuv Kuurordinõukogu.

Ravifaktoritest lähtuva klassifikatsiooni alusel kuulub Pärnu kuurort kliima- ja mudaravi kuurortide hulka ning on selliste keskel Musta mere ääres asuvate Eupafória, Anapa ja Ossipenko järel tähtsamad.

Tervishoiuministeeriumi ja Eesti NSV Teaduste Akadeemia Eksperimentaalse ja Kliinilise Meditsiini Instituudi poolt väljatöötatud profiili kohaselt kuuluvad Pärnu kuurordis ravimisele: 1) südame-vereringe süsteemi haigused, 2) perifeerse närvisüsteemi haigused, 3) toes-liigeselundite haigused, 4) seedetrakti haigused, 5) günekoloogilised haigused, 6) funktsionaalsed neuroosid.

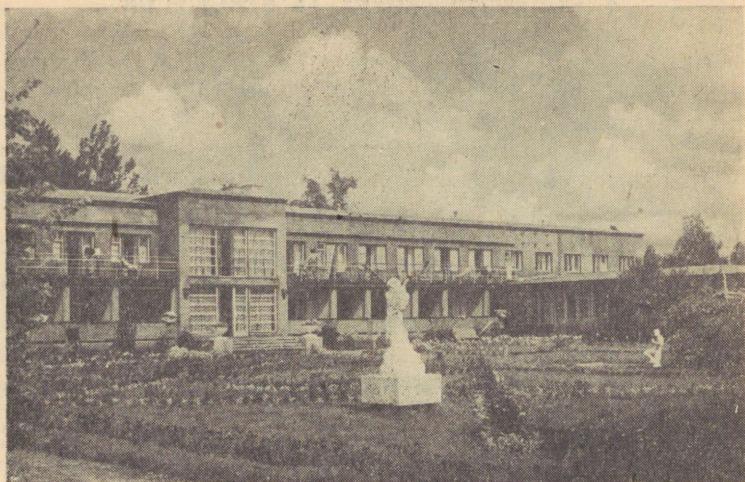
Pärnu kuurordi kõik sanatooriumid on spetsialiseeritud balneo-mudaravi sanatooriumid. Anname neist lühikese ülevaate.

S a n a t o o r i u m n r. 1. Kaks ravikorpust, peakorpus — Rannapiiestee 5. Profiil: toes-liigeselundite, perifeerse närvisüsteemi ja günekoloogilised haigused. Voodikohti aasta läbi 200, suveperioodil 220.

S a n a t o o r i u m n r. 2 liideti 1956. aastal endise Sanatooriumiga nr. 4. Üheksa ravikorpust, mis paiknevad Nõukogude ja Tammsaare tänava lõikumiskoha rajoonis. Peakorpus — Nõukogude tänav 18. Profiil: seedeelundite ja toes-liigeselundite haigused. Voodikohti aasta läbi 400, suveperioodil 440.

S a n a t o o r i u m n r. 3. Neli ravikorpust ja üks raviagnostiline korpus. Korpused paiknevad Merepiiesteel, Suvituse ja Eha tänaval, peakorpus — Eha tänav 2. Profiil: südame-vereringe süsteemi haigused. Voodikohti aasta läbi 230, suvel 250.

Seega viibib Pärnu kuurordis ühes vahetuses ravil 830, suveperioodil aga 910 töötajat. Veel 1954. aastal oli kuurordis 760 voodikohta. Vastavalt kasvab ka ravil viibijate arv. 1954. aastal oli kuurordis 8900, 1956. aastal aga üle



Joon. 19. Sanatooriumi nr. 3 peakorpus (end. hotell «Vasa»). V. Vahi foto.

12 500 ravil viibija; see arv on ligi kaks korda suurem kui aastal 1948 (s. o. esimesel aastal, mil kuurordi raviasutused töötasid kogu aasta läbi) Pärnus ravil viibinud isikute arv (ligi 6300). Võttes arvesse ka ambulatoorsed haiged, võib lugeda aasta jooksul Pärnus ravil viibijate arvuks 14 000. Kuna Pärnu kuurordi kodanliku perioodi hiilgeaastail oli kuurordis viibijaist ravil ainult 800—850 inimest,¹ on ravisaajate arv tolle perioodiga võrreldes kasvanud ligi 17-kordseks.

Ravi kestus kõikides Pärnu kuurordi sanatooriumides on 28 päeva.

Kuurordi keskseks raviasutuseks on vesi- ja mudaravila. Ravilas on mudaosakond 29 kušetiga, vanniosakond 31 vanniga ja dušiosakond, kus on ka väike supelbassein. Tähtsaimaks ning mõjult efektiivseimaks ravivahendiks on muda-protseduurid, radoon- ja süsihappevannid. Nende kõrval on väga mõjuvad ka soola- ja männiekstraktivannid ning dušid. Kui 1948. aastal anti 126 579 mitmesugust balneo-protseduuri, 1954. aastal 216 173, siis 1956. aastal anti juba kokku 267 633 mitmesugust protseduuri. Meenutame, et

¹ Pärnu ja ta kuurort. Pärnu, 1939, lk. 26.

kodanliku perioodi hiilgeaastail anti hooaja kohta 14 000 protseduuri; see hulk antakse nüüd kolme nädala jooksul, sest vesi- ja mudaravila annab 800 protseduuri päevas.

Ka sanatooriumid kujutavad endast kaasaja meditsiini nõuete kohaselt varustatud raviasutusi. Nii töötavad näiteks sanatooriumi nr. 1 koosseisus järgmised kabinetid: 1) funktsionaalse diagnostika kabinet, 2) kliinilise diagnostika kabinet, 3) füsioteraapia kabinet, 4) ravikehakultuuri kabinet, 5) röntgeni kabinet, 6) elektrokardiograafia kabinet, 7) günekoloogia kabinet, 8) hambaravi kabinet.

Ka teised sanatooriumid on vastavalt nende profiilile varustatud vajalike kabinetide ja aparatuuriga.

Sanatooriumi nr. 1 juures töötab suveperioodil raviplaaž ja aerosolaarium, kus käivad õhu- ja päikesevanne võtmas kõikides sanatooriumides ravil viibijad. Sanatooriumi nr. 3 peahoones on rõdud kohandatud õhuraviks. Talvel ja sügisel lamavad haiged siin hommikutundidel värskes õhus, suvekuudel lamatakse aias puude varjus.

Aastast 1956 töötab vesi-mudaravila hoones kuurordi poliiklinik, mis teenindab nii sanatoorseid kui ka ambulatoorseid haigeid, kes on kuurorti suunatud kohaliku arsti vastava saatekirja alusel. Kuurordi poliklinikus saavad kuurordis viibijad konsultatsiooni ka nendel aladel, mille spetsialiste sanatooriumides ei ole ette nähtud, nagu kirurgia, kõrva-nina-kurguhaigused jms.

Kuurordis kasutatavate ravimeetodite kontrollimiseks, uute ravimeetodite teaduslikuks väljatöötamiseks ja mudaravi mõju mehhanismi selgitamiseks loodi 1957. aasta alguses Pärnu kuurordi sanatooriumi nr. 1 juures Eesti NSV Teaduste Akadeemia Eksperimentaalse ja Kliinilise Meditsiini Instituudi filiaal. Teadlaste kollektiiv seab enda lähemaks ülesandeks uurida organismi reaktiivsuse muutusi mudaravi toimel polüartriitide ravis, et mudaravi meetodikat veelgi täpsustada.

Kuurorti saabujaid võtab jaamas vastu meditsiiniõde. Kõigepealt sõidetakse bussiga mudaravilasse, kus saabunud vabanevad teetolmust; seejärel suunatakse nad korpustesse ja palatitesse. On hoolitsetud vajaliku mugavuse eest: kõikides sanatooriumides töötab juuksur, sanatooriumi nr. 2 korpuses Nõukogude tänaval asuvad postkontor ja hoiukassa; kuurordist lahkujatele tuuakse sõidupilet sanatooriumi kätte. Eriti tuleb märkida asjaolu, et on võimalik osta platskaarte otse Leningradi ja Moskvasse ning ka Sotšisse,

Tbilisisse ja Kislovodskisse. Seega on võimalik sõita Pärnust mainitud linnadesse, ilma et teel oleks vaja kordagi muret tunda sõidupileti komposteerimise pärast. Näiteks Sverdlovskisse või Stalingradi sõitmiseks tuleb teha aga üksainus komposteerimine — Moskvast.

Samasugusel kesksel kohal kui ravi osas vesi-mudaravila, on ravil viibijate kultuurilise teenindamise ja ideelis-teadusliku propaganda alal kuurordi klubi. Kuursaali korrastustööd viidi lõpule 1953. aastal. Käesoleval ajal on kuursaal oma 500 istekohaga Pärnu paremaks ja ühtlasi suuremaks kontserdisaaliks. Siin toimub sageli kontserte, kus esinevad isetegevuslased ravil viibijate ja sanatooriumide töötajate hulgast, Eesti NSV teatrite ja Riikliku Filharmoonia, samuti ka vennasvabariikide solistid. Suvel toimuvad kontserdid sageli kuursaali juures asuvas kõlakojas. Siis on kogu kõlakoja ja kuursaali vaheline väljak ning lähedased pargialadki kuulajaist tulvil. Kuurordi klubi organiseerib ka ülekuurordilisi puhkeõhtuid, samuti loenguid ja vestlusi väga mitmesugustel teemadel. Samas hoones asub ka ligi 400-kohaline kinosaal. Peale kontserdisaali ja kinosaali on kuurordi klubihoonel avarad ruumid piljardi, male ja kabe mängimiseks, samuti ka ajakirjade lugemiseks ning raadio- ja televisioonisaadete jälgimiseks. Siin toimuvad ka sanatooriumidevahelised male-kabe võistlused ja simulaanid.

Suurt tähelepanu ravil viibijate kultuurilisele teenindamisele pööratakse sanatooriumides, kus tööd juhivad vastava ettevalmistuse saanud kultuuritöö-instruktorid. Sanatooriumides toimuvad loengud, vestlused kuurordi ajaloost, ravisfaktoritest ja teistest kuurordi eluga otseselt seotud küsimustest, puhkeõhtud, mõistatuste ja viktoriinide õhtud.

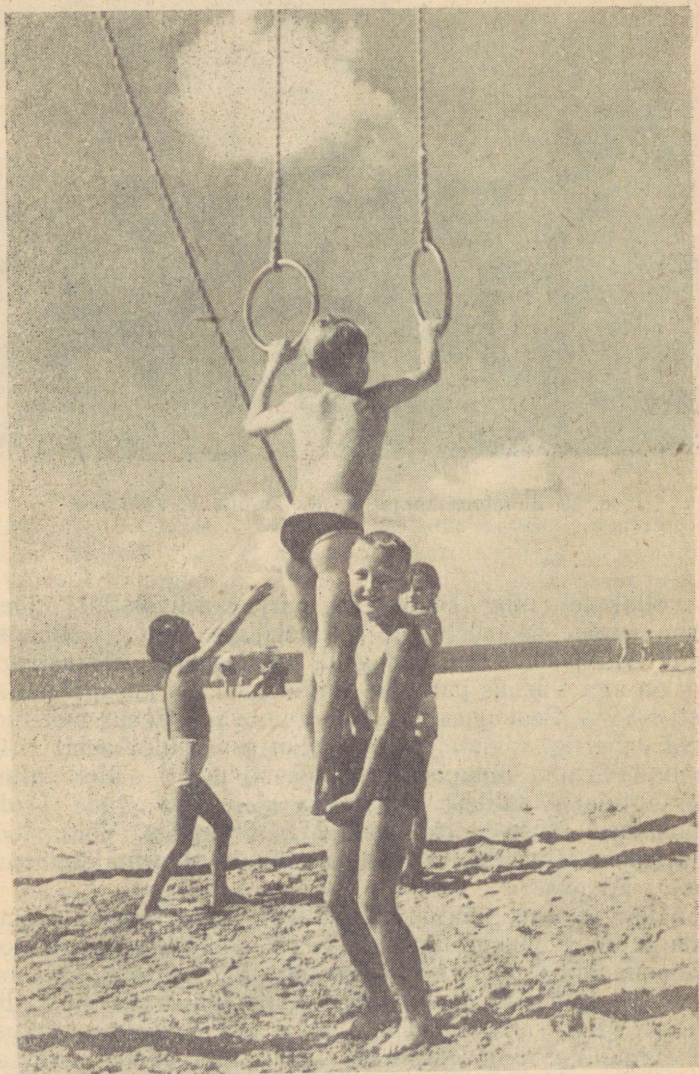
Sanatooriumide raamatukogudes on võimalik lugeda ajalehti ja ajakirju ning laenutada raamatuid. Kõikides sanatooriumides on võimalik televisioonisaadete jälgimine, mis tänu Pärnus asuvale retranslatsioonijaamale on hästi nähtavad. Nii kuurordi klubis kui ka sanatooriumides on võimalused mängida piljardit, lauatennist, malet, kabet ja teisi lauamänge. On saanud traditsiooniks viia neil aladel igas vahetuses läbi võistlused sanatooriumi meistri nimele. Kuurordis viibijad külastavad ka Pärnu Lydia Koidula nimelist Draamateatrit ja kesklinnas asuvat kinoteatrit «Kiir», jälgivad spordivõistlusi rannapargis asuval VSÜ «Kalevi» staadionil, kesklinnas asuvatel korvpalli- ja ten-



Joon. 20. Sanatooriumi nr. 3 teine korpus. V. Vahi foto.

niseväljakutel ning sõude- ja purjespordivõistlusi jõel. Pärnu suvine spordielu on mitmekülgne. Siin toimuvad kergejõustiklaste treeninglaagrid, sõudespordi harrastamiseks on aga Pärnus paremad tingimused kui kusagil mujal Eesti NSV-s. Peaaegu igal suvel toimuvad Pärnus maleturniirid vabariigi maletajate paremiku osavõtul. Aastal 1947 toimus Pärnus silmapaistev malesündmus — üleliiduline treeningturniir, millest võtsid osa kõik Nõukogude Liidu nimekamad suurmeistrid peale M. Botvinniku. Võitis toorkord suurmeister Paul Keres, kes muide oma maletajateed alustas Pärnus.

Et iga kuuronti sõitnu loomulikult tunneb huvi Pärnu linna ja tema lähema ümbruse vastu, organiseeritakse ekskursioone linna vaatamisväärsustega tutvumiseks, külastatakse Pärnu Rajoonidevahelist Koduloomuuseumi ja Lydia Koidula Memoriaalmuuseumi. Suvel harrastatakse jalutuskäike muulile ning väljasõite Pärnu jõe ääres asuvasse Niidu metsa ja kaunisse Valgeranda, kus merepõhi on suplemiseks hea, rannal liivaluidetel aga mühiseb männimets. Suurepäraseks elamuseks on laevasõit Pärnu lähel, sest merelt vaadatuna jätab Pärnu erakordselt kauni mulje: hele rannaviir, plaaži piiril paiknevate esinduslike hoonete



Joon. 21. Noored spordimehed. V. Vahi foto.



Joon. 22. Läheb lahti kelgusõit. H. Krannhalsi foto.

siluetid pargi tumedal taustal ning üksikud katuseviilud ja tornid pargi kohal.

Suvel tehakse ekskursioone autobussidel Läti NSV-sse, kus külastatakse ka Baltimaade üht looduslikult kaunimat kohta — Siguldart — ja Riia linna ning muidugi ka tuntud kuurordirajooni Riia rannas.

Üheks kõige huvipakkuvamaks ürituseks on aga tutvumine Kihnu saarega, mis asub Riia lahes umbes 35 km kaugusel linnast. Kihnulased on osavad kalurid ja kogenud hülgekütid. Nad kuuluvad kindlalt Eesti NSV rannarahva esirinda — Kihnu kalurikolhoos «Nõukogude Partisan» on «miljonär» ja üleliidulisest põllumajandusnäitusest osavõtja. Teatav eraldatus on aga aidanud säilitada meeldivaid traditsioone, näiteks kannavad Kihnu naised ja neiad igapäevase töö juureski rahvarõivaid.

Kuurordi elus on tähtsal kohal sport, ja mitte ainult ravimisplaanis ettenähtud ravikehakultuurina, vaid ka kui vaba aja kasuliku veetmise vahend. Muidugi on inimesed erinevate huvide ja võimetega, tingimused on aga loodud kõigile. Suvel harrastatakse võrkpalli. Iga sanatooriumi juures on võrkpalliväljakud ja peetakse pingelisi võistlusi sanatooriumide võistkondade vahel. Mängitakse kurni, võimel-

dakse, sanatooriumi nr. 3 juures on aga isegi tenniseväljak. Sõudespordihuvilised leiavad mitmesuguseid veesõidukeid VSÜ «Kalevi» paadisadamas.

Talvel on ravis viibijate kasutuses suusad, uisud, tõukekelgud. Tõsi küll, Pärnu lumekehv talv ei paku suusatajatele alati just parimaid võimalusi, kuid see-eest on viimasel ajal suure populaarsuse võitnud sõit tõukekelkudel.

Kõigile pole muidugi selline aktiivne sportimine jõudmööda ega lubatudki, kuid rohketest humoristlikku laadi «spordivõistlustest» saavad kõik osa võtta. Peaasi — värske õhk ja lõbus tuju!

Pärnu kuurordis viibida tähendab mitte ainult täisväärtuslikku ravi, vaid ka meeldivat puhkust.

IV. RAVI PÄRNU KUURORDIS

Pärnu kuurort kuulub Nõukogude Liidu tuntuimate merekliima- ja mudaravi-kuurortide hulka ning on sellisena leidnud tunnustust nii meie kui ka vennasvabariikide töötajate poolt. Igal aastal viibivad siin ravil tuhanded töötajad, kes pärast sanatoorset ravi pöörduvad paranenuina tagasi oma tööülesannete juurde. Eriti on Pärnu kuurort tuntud oma kuulsa tervismuda tõttu.

Nõukogude aastail on kuurordi ravisüsteemi põhjaliku ümberorganiseerimise tõttu tervismudale lisandunud veel palju teisi võimsaid ravifaktoreid, mis komplekselt kasutatuna võimaldavad saavutada veelgi paremaid ravitulemusi.

Ravivahendid, mida Pärnu kuurordis praegu kasutatakse, on järgmised: 1) mudaravi, 2) vannid, 3) dušid, 4) kliimaravi, 5) ravikehakultuur, 6) massaaž, 7) elektriravi, 8) dieettoitlustamine, 9) medikamentoosne ravi.

Neist toimuvad mudaprotseduurid, vannid ja dušid vesimudaravilas, teised ravimenetlused aga sanatooriumides.

Peale selle töötavad igas sanatooriumis hambaravikabinetid, sanatooriumis nr. 1 — günekoloogiline kabinet, sanatooriumis nr. 2 leiab laialdast kasutamist mineraalveeravi mitmesuguste seedetrakti haiguste korral.

Konsultatiivne arstiabi on võimaldatud sanatoorsetele haigetele spetsialistide kaudu kuurordi polikliinikus.

Pärnu kuurorti sanatoorsele ravile suunamist teostavad kohalikud ametiühinguorganisatsioonid, tuusiku väljastamise aluseks on kohaliku arsti poolt täidetud sanatooriumi-kuurordi kaart.

Valdava enamiku kuurordi kasutajaist moodustavad tuusikutega sanatooriumides ravil viibivad haiged, kellele on kindlustatud tuusiku kestuse — täpselt nelja nädala — vältel täielik meditsiiniline ja elukondlik teenindamine sa-

natooriumi poolt. Peale selle on võimaldatud tuusikuta haigeile sanatooriumi-kuurordi kaardi alusel ambulatoorne ravi kuurordi polikliiniku kaudu.

1. SANATOORNE REŽIIM

Haiged, kes on saabunud kuurorti tuusikutega, paigutatakse pärast sanitaarkorrastust sanatooriumi valvepersonali poolt palateisse; kuni tuusiku tähtaja lõpuni alluvad nad nüüd täielikult sanatoorsele režiimile. Esimesed kaks-kolm päeva pärast sanatooriumi saabumist on haigetele ette nähtud aklimatiseerumiseks; nendel päevadel puhkab haige organism reisiväsimusest ja kohaneb kohaliku kliimaga. Selle aja jooksul võetakse haigelt vajalikud analüüsid, arst tutvub haige seisundiga, määrab vastavalt diagnoosile ravi-protseduurid, vajaduse korral dieettoitlustamise ja ravirežiimi.

Kogu sanatooriumis viibimise aja vältel on kõik haiged pideva arstliku kontrolli all. Ravirežiimi, raviprotseduurid ja dieedi määrab arst igale haigele individuaalselt, arvestades seejuures haiguse kulgu, kaasnevaid haigusi, haige vanust jne.

Et arsti poolt määratud protseduurid annaksid soovitud tulemusi, on määratud režiimi ja sisekorra eeskirjade täitmine kõigile haigele kohustuslik.

Määratud režiimist kõrvalekaldumine või selle sihilik rikkumine, näiteks alkoholi tarvitamine, arsti korralduste mittetäitmine jne., võib haige organismis, mille reaktiivsus mudaravi ja balneoprotseduuride tagajärjel on muutunud, esile kutsuda haiguse järsu halvenemise, mille tõttu haigel tuleb edaspidistest protseduuridest loobuda.

Sellest nähtub, et sanatoorse ravi edu oleneb peale spetsiaalsete raviprotseduuride veel suurel määral haige käitumisest kogu ravikuuri vältel.

Organismi paranemises haigusest etendab tähtsat osa närvisüsteemi seisund, kuna sanatoorsed ravifaktorid (mudamähised, meresuplused jne.) mõjuvad organismile reflektorselt närvisüsteemi kaudu, kutsudes organismi kudedes esile muutusi soovitud suunas.

Akadeemik Pavlovi õpetuse järgi määrab organismi tervisliku seisundi tasakaal erutus- ja pidurdusprotsesside vahel.

Paljud Pärnu kuurordi ravifaktorid aitavad taastada haigusprotsessi tagajärjel häirunud tasakaalu erutus- ja pidurdusprotsesside vahel.

Iseloomustava näitena toome Pärnu kuurordis kasutatavate radoonvannide toime, mis reguleerib närvisüsteemi talitlust. Sama kontsentratsiooniga, temperatuuriga ja toimeajaga rakendatud radoonvannid võivad ühel haigel alandada kõrgeenenud vererõhku, teisel haigel aga tõsta alanenud vererõhu normaalse tasemeni.

Et haiged raviprotseduuride mõju ei kahjustaks, on välja töötatud teaduslikult põhjendatud sanatoorne režiim; see koosneb puhkusest pärast muda- ja balneoloogilisi protseduure, kindlast päevarežiimist, kuhu kuuluvad hommiku- võimlemine ning teised organismi karastavad ja tugevdavad tegurid, kindlad kellaajad söömiseks, puhkuseks, kultuurilisteks üritusteks, nn. «vaikne tund» pärast lõunasööki jne.

Oige sanatoorse režiimi täitmine ja pidev meditsiiniline kontroll võimaldavad välja lülitada paranemist häirivad väliskeskkonna faktorid ning loovad eeldused haige organismi täisväärtuslikuks raviks ja puhkuseks.

2. MUDARAVI

Tuntuima ravifaktorina on Pärnu kuurordis kuulsaks saanud tervismuda, mida siin kasutatakse juba paljude aastate vältel. Esimesed andmed mudaravi kohta ulatuvad möödunud sajandi algusaastaisse, mil kohalik elanikkond kasutas meremuda mitmesuguste liigese- ja närvivalude korral.

Praegu moodustab mudaravi Pärnu kuurordis sanatoorse kompleksravi ühe tähtsaima koostisosa. On välja töötatud teaduslikult põhjendatud metoodika mudaravi rakendamiseks ning selle näidustused ja vastunäidustused.

Metoodika täiustamise eesmärgil toimuvad praegu sanatooriumis nr. 1 teaduslikud uurimised, et selgitada, millised muutused tekivad organismis mudaravi mitmesuguste rakendamiseviiside ja doseeringute korral.

Kui varem mudaravis kasutati muda üldvanne, siis nüüd on nendest loobutud, sest uurimised näitasid, et veega lahjendatud muda üldvannis muutuvad muda struktuur ja füüsikalised omadused. Suure kontaktipinna tõttu on muda üldvannide korral vereringeelundid ülemäära koormatud,

mis ei võimalda kasutada kõrgemat kui indiferentset vännide temperatuuri.

Pärnu kuurordi vesi-mudaravila teostab praegu muda-protseduure järgmisel kolmel kujul: 1) mudamähised, 2) galvaanilised elektri-mudaprotseduurid ja 3) günekoloogilised mudatampoonid.

Arsti poolt määratud temperatuuriga mudamähis asetatakse ettenähtud ajaks haigestunud kehaosale, näiteks liigeste piirkonda, või siseelundite haigestumise korral naha pinnale haigestunud elundi või koe kohale, näiteks maksa piirkonda.

Elektri-mudaprotseduurideks kasutatakse mudamähiseid koos galvaanilise vooluga, kusjuures mudamähised osutuvad mudaelektroodideks, võimaldades saavutada kombineeritud ravitoimet galvano-ionisatsiooni kujul.

Mitmesuguste günekoloogiliste haiguste raviks kasutatakse tuppe ja pärakusse asetatavaid tampoone, mis valmistatakse autoklaavis steriliseeritud mudast.

Kuigi muda avaldab mitmekesisest füüsikalise-keemilist ja mehaanilist toimet, on see enam-vähem konstantne ning mudaprotseduure doseeritakse muda ühe tähtsaima toimefaktori — termilise faktori järgi, samuti ka mudaprotseduuri kestuse järgi.

Mudamähiste korral kasutatav muda on tihedama konsistentsiga ja üldkümblusteks kasutatava veega lahjendatud mudaga võrreldes erineva soojusjuhtivusega. Et ka organismiga kokkupuute pindala on siin väiksem, saab mudamähiste korral kasutada kõrgemaid temperatuure.

Mudamähiste tegemise alguses on nende temperatuur tavaliselt 38—40°; mudakuuri vältel tõstetakse mähiste temperatuuri vastavalt organismi talumisvõimele, arvestades südame ja vereringe seisundit, haige vanust, reaktsiooni, analüüside andmeid jne.

Mudaravi toimel muutub organismi reaktiivsus ja enamasti tekib ravikuuri esimese poole vältel nn. kümbustusreaktsioon, mis seisab mitmetes üldnähtudes, nagu väsimus, roidumus, isutus, unetus, rahutus, sedehyäired, temperatuuri kõrgenemine, ja kohaliku haigusprotsessi lühiajalises ägenemises, nagu valude suurenemine, tursete tekkimine liigeste piirkonnas jne. Mõnikord võib kümbustusreaktsioon esineda nii tugeval kujul, et mudaravi tuleb ajutiselt katkestada kuni reaktsiooninähtude vaibumiseni. Tugev kümbustusreaktsioon võib isegi esile kutsuda kunagi



Joon. 23. Mudaravi. V. Vahi foto.

organismis esinenud haiguste, nagu tuberkuloosi, malaria jne. ägenemist.

Seepärast tuleb haiget enne mudaravi määramist põhjalikult uurida, et arst teaks määrata õige doseeringu, arvestades võimaliku reaktsiooni intensiivsust. Kümblusreaktsiooni ajal peavad haiged olema eriti ettevaatlikud: vältima külmetust ja liigset väsimist, mitte suplema — kõik see võib reaktsiooni süvendada. Tavaliselt tekib reaktsioon ravikuuri esimesel poolel ja taandareneb ravikuuri lõpuks. Üksikuil juhtudel võib kümblusreaktsioon esineda hilis-

reaktsioonina isegi pärast ravikuuri lõppemist. Mõnikord on aga hilisreaktsiooni põhjuseks asjaolu, et haiged ei pea sanatoorse ravi järgset režiimi.

Kümblusreaktsiooni ajal tekivad organismi närvisüsteemi ja sisenõristusnäärmete talitluses muutused, nn. organismi regulatsioonimehhanismide ümberkõlastus, mis tavaliselt viib haigusprotsessi paranemiseni.

Haiguskindes põhjustavad mudaprotseduurid vere ja kehamahtade ringluse kiirenemise, soodustavad põletikuliste tursete imendumist, tõstavad kudede elujõudu ja avaldavad valuvaigistavat toimet.

Mudaprotseduurid avaldavad tervendavat mõju mitte üksnes liigestes, lihastes, kõõlustes, piirdenärvisüsteemis ja neid ümbritsevais kudedes esinevaile haigusprotsessidele, vaid aitavad tõhusalt ravida ka mitmete siseelundite haigusi. Nii ravitakse Pärnu kuurordis muda abil hea eduga põletikulisi protsesse mao limaskestas, sapiteedes, sooltes. Mudaprotseduurid aitavad imendada pärast põletikulisi protsesse kõhukoopas tekkinud sidekoelisi liiteid, samuti ka operatsioonijärgseid liiteid.

Et mudamähised avaldavad organismi sisenõristusnäärmete süsteemisse reguleerivat toimet, seda näitavad haigusjuhud, kus mudamähiste asetamine naiste rinnanäärmete piirkonda katkestab menstruaaltsükliga mitte seoses oleva vereerituse emakast (nn. metrorraagia). Mudaravi kasutatakse heade tulemustega mitmesuguste naistehaiguste korral, kusjuures mudaprotseduurid (tavaliselt nn. «mudapüksid» ja tamponid) mõjuvad reguleerivalt nii kogu seksuaalsele-hormonaalsele aparaadile ja selle funktsioonile kui ka mitmesuguste günekoloogilistele haigusprotsessidele.

Kaua aega kasutab Pärnu kuurort tervismuda mitmesugustel põhjustel tekkinud liigesepõletike ja piirdenärvisüsteemi haiguste raviks, millede puhul tervismuda on üks tõhusamaid ravivahendeid.

Liigesepõletike ja närvipõletike korral võib kasutada tervismuda siis, kui ägedad põletiku tunnused on vaibunud, s. t. haigusprotsessi alaägedas ja kroonilises staadiumis. Paremaid tulemusi annab tervismuda kasutamine mittekaugele arenenud juhtudel, kus orgaanilised muutused liigesepindadel, liigesekapslis ja selle ümbruses on minimaalsed või puuduvad. See on eriti kehtiv luulistele muutustele kalduvate liigesepõletike kohta. Kui aga on tegemist juba

väljaarenenud luuliste muutustega, tuleb peale mudaravi tingimata rakendada ravikehakultuuri, et suurendada deformeerunud liigeste liikumisamplituudi.

Seoses mudaravi metoodika täiustamisega on mudaravi näidustuste skaala tunduvalt laienenud. Praegu võime mudaravi Pärnu kuurordis lugeda näidustatuks järgmiste haigusseisundite korral (muidugi juhul, kui organismi üldseisund mudaravi kasutamist lubab).

1. Reumaatilised, infektsioossed (välja arvatud tuberkuloossed, lueetilised), toksilised, avitaminoossed, endokriinpaatilised ja traumaatilised liigeste põletikud.

2. Liigeste haigused, kus närvisüsteemi või sisenõristusnäärmete talitluse või ainevahetuse häireist tingituna on muutunud liigeste moodustavate kudede kuju ja struktuur (artroosid, düstroofilised osteoartriidid).

3. Selgroo põletikulis-degeneratiivsed haigused (kroonilised spondüloartriidid ja spondüloosid).

4. Mitmesugused liigest ümbritsevate kudede haigused (limapaunade, kõõluste, sidemete jne. põletikud).

5. Piirde närvisüsteemi ja lihaste haigused (radikuliidid, pleksiidid, neuriidid, neuralgiad, müalgiad, müosiidid jne.).

6. Mitmesugused ginekoloogilised haigused (munasarjade, munajuhade, emaka, emakakaela alaägedad ja kroonilised põletikud, liited, emaka väärasendid, suguelundite alaareng, munasarjade alatalitus).

7. Mõned ainevahetushaigused (podagra, rasvumine).

8. Põletikulised protsessid maos, sooltes, maksas, sapiteedes.

9. Mõned nahahaigused (krooniline ekseem, psoriaas jt.).

10. Mitmesugused kudede vigastused (paranevad haavad, osteomüeliidid, luumurrujärgsed seisundid, piirde närvisüsteemi ja seljaaju vigastused jne.).

Mudaravi on vastunäidustatud järgmiste haigusseisundite puhul.

1. Kõik paha- ja healoomulised kasvajad.

2. Kopsutuberkuloos.

3. Südame ja vereringe haigused (kõrgvererõhuhaigus, dekompenseerunud südamerikked, väljaarenenud arterioskleroos).

4. Orgaanilised neeruhaigused.

5. Suured lahtised haavad.

6. Üldine kurnatusseisund jõukaotusega.

7. Vaimuhaigused, langetõbi.

Lõpuks peab mudaravi kohta mainima, et kuigi tervis-
muda on üks võimsamaid looduslikke ravifaktoreid ja annab
paljude haiguste ravis väga häid tulemusi, peab teda siiski
doseerima väga ettevaatlikult. Haige võib mudaravi kasu-
tada ainult pärast konsulteerimist arstiga, kes igal üksi-
kul juhul individuaalselt, arvestades haigel esinevat
haigusvormi, selle anamneesi, kulgu ja antud momendil
esinevat organismi reaktsiooniseisundit, valib õige ravime-
toodika.

3. VESIRAVI

Peale mudaravi on Pärnu kuurordis tähtsal kohal vesi-
ravi protseduurid. Nende hulka kuuluvad mitut liiki vannid
ja dušid.

VANNID

Vannid avaldavad organismisse termilist, mehaanilist ja
keemilist toimet. Kõik indiferentse temperatuuriga (36—
37°) vannid mõjuvad organismile ja tema närvisüsteemile
rahustavalt. Madalama temperatuuriga vannid (30—32°)
tõstavad närvisüsteemi toonust ja soodustavad ainevahe-
tust. Neid kasutatakse rasvumise ja rasvumisest tingitud
vereringehäirete korral.

Pärnu kuurordis kasutatakse radoon-, süsihappe-, männi-
ekstrakti- ja soolavanne.

Radoonvannide toime elemendiks on Marie Curie' poolt
avastatud elemendi — raadiumi emanatsioon, nn. radoon-
gaas, mis kujutab endast raadiumi esimest lagunemispro-
dukti.

Radoonvannide toime sõltub 1) emanatsiooni neeldumi-
sest nahas, 2) emanatsiooni kiirguse toimest (α -, β - ja γ -
kiired, mis on aktiivsed ja tungivad organismi kudedesse
erineva sügavusega), 3) emanatsiooni sissehingamisest ja
4) aktiivse kihi moodustumisest naha pinnal. Radoonvan-
nide peamine toime sõltub just viimasest, s. o. aktiivse kihi
moodustumisest naha pinnal. Aktiivse kihi moodustumist
soodustab liigutuste sooritamine vannis olles. Radoongaasi
 α -kiired neelduvad naha pindmistes kihtides, β -kiired tun-
givad veidi sügavamale, γ -kiired aga läbivad kogu orga-
nismi.

Radoonvannid avaldavad närvisüsteemisse reguleerivat
toimet: kiire pulss aeglustub, aeglane aga kiireneb, kõrge-

nenud vererõhk alaneb, madal vererõhk tõuseb. Vereringlus kiireneb, südamelihase jõudlus tõuseb, südametoonid muutuvad tugevamaks. Radoonvanne kasutatakse paljudel juhtudel, kus mudaravi on vastunäidustatud. Häid tulemusi annavad radoonvannid kõrgvererõhuhaiguse algusstaadiumis, angioneurootiliste seisundite, liigesepõletike, krooniliste tromboseerunud veenipõletike, podagra, piirdeärvi-süsteemi haiguste jt. haiguste ravis.

Teise gaasisaldava vannina kasutatakse Pärnu kuurordis süsihappevanne. Süsihappegaasi sisaldus vanni kohta on 400 cm^3 . Haigel kattub naha pind süsihappevannis kiiresti süsihappegaasi mullikestega. Naha pinnal tekkinud ärritus kandub paljude nahas leiduvate närvilõpmete kaudu kesknärvisüsteemi, kutsudes sellega esile rea muutusi organismi mitmesugustes süsteemides ja talitlustes.

Pärast lühiajalist naha veresoonte kokkutõmbumist tekib vees oleval kehaosal naha veresoonte laienemine. Organismis tekib mõnus soojustunne, mis kestab edasi ka pärast vanni. Hingamine muutub süsihappevannis sügavamaks ja harvemaks. Sügavamad hingamisliigutused tagavad kõhuõõne ja rindkere siserõhu muutumise ja vere parema juurdepääsu südamele. Südame kokkutõmbed aeglustuvad, südamelihase toitumus paraneb, tema toonus ja jõudlus tõusevad ning südame minutimaht suureneb, mille tulemusena paraneb vereringlus kogu organismis.

Süsihappevanne soovitatakse südame ja vereringe puudulikkuse mittekaugele arenenud juhtudel, müokardi düstroofia, arterioskleroosi, südameklapi rikete ja kõrge vererõhu korral. Igal juhul tuleb aga silmas pidada haiguse vormi ja staadiumi. Näiteks südame aordklapi puudulikkusega haiged taluvad süsihappevanne halvasti, kuna vereringe dünaamika süsihappevannide toimel ei muutu selle klapi rikke kasuks. Et süsihappevannid kui mittespetsiifilised ärritajad kalduvad vahel organismis esile kutsuma latentstes perioodis olevate põletikuliste protsesside ägenemisi, siis ei saa süsihappevanne kasutada vahetult pärast põletikulisi protsesse südames, vaid alles pärast nende täielikku vaibumist.

Kui radoonvannide korral oli soovitatav teha vannis olles liigutusi, et aktiivne kiht naha pinnale tekiks intensiivsemalt, siis süsihappevannide korral, vastupidi, tuleb vannis lamada rahulikult, et süsihappegaas vanni veest ei lenduks.

Peale eespool mainitud vannide rakendatakse Pärnu

kuurordis ka männiekstrakti- ja soolavanne. Männiekstraktivannid kuuluvad aromaatsete vannide hulka. Nende valmistamiseks kasutatakse kas vedelat männiekstrakti või kuiva kontsentraati, mis annavad vannidele vastava värvuse ja männiokaste aroomi. Männiekstraktivannidele võib lisada ka soola. Männiekstraktivannid avaldavad organismi närvisüsteemisse rahustavat toimet ja neid kasutatakse närvisüsteemi mitmesuguste funktsionaalsete häirete korral, samuti ka kompleksse ravi koostisosana teiste haiguste ravis.

Soolavannide korral avaldavad vees lahustunud soola väikesed osakesed naha pinnasse kergelt ärritavat toimet. Soola kristallikesed jäävad ka pärast vannist väljumist teatavaks ajaks naha pinnale, tema pooridesse, higi- ja rasunäärmete avadesse, pikendades sellega vannide toimet. Soolavannid avaldavad tugevat mõju ainevahetusele.

DUŠID

Duššidest on Pärnu kuurordis kasutamisel Charcot' dušš, ülenev ja alanev vihmdušš, tsirkulaarne dušš ja lehvikdušš.

Duššide toime efekt oleneb kasutatava vee temperatuurist, vee survest ja veejoa kujust. Vee surve mehaaniline toime tuleb eriti esile Charcot' duši korral. Tugevat mehaanilist ärritust avaldava toimega on siin 2—3-atmosfäärilise rõhu all organismi nahapinnale suunatud veejuga. Charcot' dušši kasutatakse tugeva kehaehitusega haigetel ainevahetuse häirete korral, aga ka kompleksravi koostisosana teiste haiguste korral.

Alanev vihmdušš avaldab vähem ärritavat toimet kui Charcot' dušš ja teda kasutatakse kergelt värskendava ning toniseeriva protseduurina.

Üleneva vihmduši korral juhitakse vastava temperatuuriga ja vastava rõhu all olevad veejoad istuva haige välimiste suguelundite ja päraku piirkonda, mille tõttu teda nimetatakse ka lahklihaduššiks. Vastavalt diagnoosile kasutatakse selleks duššiks mitmesuguse temperatuuriga vett. Ülenev vihmdušš leiab kasutamist hemorroidide, eesnäärme põletiku, pärasoole põletiku, sugulise impotentsi ja günekoloogiliste haiguste ravis.

Lehvikduši tehnika on analoogiline Charcot' duši tehnikaga. Erinevus on selles, et voolikust surve all väljuv vee-

juga muudetakse lehvikutaoliseks, mis jõuab haigeni ühtlase õhukese ja laia veekihina. Sellise duši mehaaniline toime on tunduvalt väiksem kui jugadušil.

Tsirkulaarse duši korral suunduvad paljud peenikesed veejoad tsirkulaarselt haiget ümbritsevaist torudest haige nahapinnani, kutsudes esile naha ärrituse. Toime on jugaduši toimest nõrgem.

Kõiki dušše, välja arvatud ülenev vihmdušš, kasutatakse peamiselt närvisüsteemi talitluse häirete raviiks. Näiteks depressiivses seisundis haigetel, kellel esineb ka hüpotoonia, alustatakse ravi Charcot' dušiga. Vastupidi, haigetel, kellel prevaleerib ülirutusseisund, tuleb alustada ravi närvisüsteemi rahustavate indiferentsete vannidega, näiteks männiekstraktivannidega, ja hiljem, vastavalt närvisüsteemi seisundi paranemisele, võib üle minna tugevamatele, organismi toniseerivatele protseduuridele.

4. KLIIMARAVI

Peale tervismuda ja vesiravi on Pärnu kuurordis haigete ravis tähtsal kohal merekliima tervistav toime. Merekliima tähtsamad tervistavad faktorid on mereõhk, päikesekiirgus ja merevesi.

ÕHURAVI

Õhk, päike ja vesi kui võimsad looduslikud ravifaktorid leiavad suuremat kasutamist suvekuudel. Õhu tervistavat toimet kasutatakse Pärnu kuurordis aga ka talvekuudel. Näiteks on sanatooriumis nr. 3 välja töötatud spetsiaalne meetodika õhuraviiks talve tingimustes, kusjuures haiged asetatakse teatavaks ajaks lahtistele rõdudele lamama eriliselt selleks valmistatud karusnahksetes kottides.

Suvekuudel töötab sanatooriumi nr. 1 juures aerosolaarium, kus haiged meditsiinilise personali järelevalvel võtavad õhu- ja päikesevanne. Sama sanatooriumi peakorpuse IV korrusel on ehitatud eraldi kabiinidega aeraarium, kus haiged, kellele päikesekiirguse toime on vastunäidustatud, võtavad õhuvanne.

Maismaaõhuga võrreldes on mereõhul raviks teatavaid eeliseid. Et mereõhule avaldavad mõju pidevad meretuuled ja rannapäikese desinfitseeriv toime, on ta peaaegu vaba tolmust ja haiguspisikutest.



Joon. 24. Kliimaravi sanatooriumis nr. 3. H. Krannhalsi foto.

Mereõhu eriliseks omaduseks on ka tema võrdlemisi suur relatiivne niiskus. Meretuuled soodustavad pidevat õhuvahetust mererannas, mistõttu ei teki lämmatavat tunnet ka kõige kuumematel suvepäevadel. Mereõhk avaldab organismisse kergelt ärritavat toimet, stimuleerides organismi talitlust. Tekib hea isu, paraneb seedetrakti tegevus, suureneb ainevahetus. Mereõhk ergutab vereloome-elundeid, mille tõttu vere hulk suureneb.

Eriti soodsalt mõjub mereõhk kasvavale organismile, soodustades luude ja lihaste arenemist.

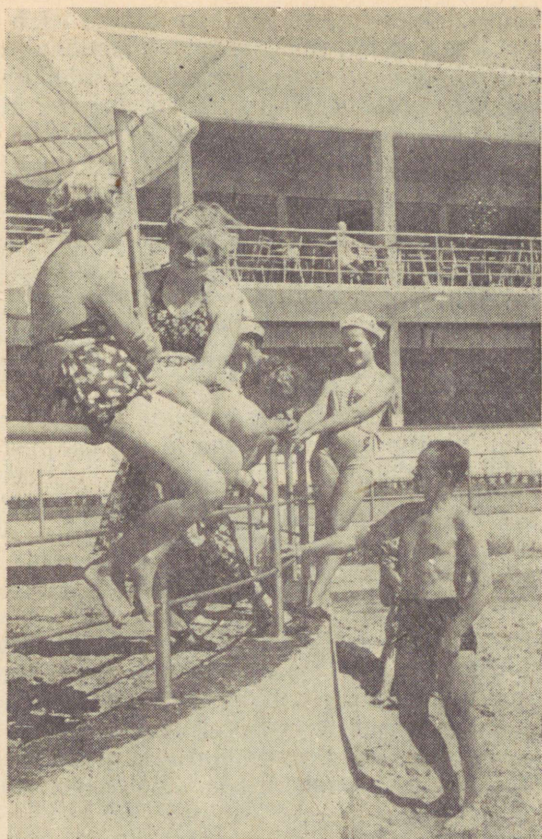
Häid tulemusi annab Pärnu kliima raskete haiguste järel tekkinud nõrkusseisundite puhul.

Eriti kosutav on mereõhk kui organismi karastav vahend töötajale, kelle töö võimaldab vähe värskes õhus viibimist.

PÄIKESEVANNID

Pärnu kliimaravi teiseks faktoriks on päikese kiirgus. Päikese kiirgus sisaldab mitmesuguse lainepikkusega kiiri, mille toime organismisse on erinev.

Suure lainepikkusega infrapunased kiired tungivad sügavale organismi kudesse, tekitades soojustunnet. Väikese lainepikkusega ultraviolettkiired neelduvad aga kudedes,



Joon. 25. Päike ja õhk toovad tervist. V. Vahi foto.

millele nad satuvad, ning nende tungimine organismi sügavusse ja termiline toime on väga minimaalne. Praktiliselt ei pääse nad sügavemale organismi kattekoest — nahast. Väga intensiivne on aga ultraviolettkiirte keemiline ja bioloogiline toime. Mida rikkam on päikesekiirgus ultraviolettkiirte poolest, seda intensiivsemat toimet avaldab ta organismisse. Puhta mereõhu tõttu on päikese ultraviolettkiirgus Pärnu rannas eriti intensiivne. Sellele lisandub ka mere pinnalt ja valgelt rannaliivalt peegelduva kiirguse toime.

Ultraviolettkiirtega tugeva kiirituse toimel tekib fotokeemiline aseptiline põletik, mis nahapinnal avaldub erüteemi näol ja hiljem pigmenteerub. Pigment moodustub epidermise basaalses rakkudes ja täidab organismi suhtes kaitsefunktsiooni.

Naha pigmenteerumise intensiivsus näitab organismi reaktiivsuse astet. Naha intensiivne pigmenteerumine päikesekiirte toimel on tavaliselt omane tervetele ja tugevatele isikutele, olles hea üldise tervisliku seisundi näitajaks. Nõrga ja haige organismiga isikutele on nõrgenenud kõik reaktiivsuse näitajad, sealhulgas ka pigmendi moodustumine. Katsed esile kutsuda tugevat pigmentatsiooni tavaliselt ei anna sellistel isikutele tulemusi ja võivad organismi tervist kahjustada.

Päikesevannide võtmise forsseerimine kiire päevitumise eesmärgil on lubamatu ja võib tuua ainult kahju.

Päikeseravi avaldab mõju närvisüsteemi ja sisenõristusnäärmete talitlusele, tõstab organismi vastupanuvõimet ja immuunsust, stimuleerib ainevahetusprotsesse ja vereloomekudet, soodustab kaltsiumi- ja fosforisoolade ladestumist luudes ning rahhiidivastase vitamiini (D-vitamiini) moodustumist nahas.

Õige doseerimise korral kasvab päikesekiirte toimel vere punaliblede arv, naha veresoonte laienemise tõttu langeb vererõhk, pulss muutub pisut kiiremaks. Närvisüsteemile mõjuvad päikesevannid kergelt erutavalt, üledoseerimise korral aga ärritavalt. Et Pärnu kuurordis on päikesekiirgus ultraviolettkiirtest võrdlemisi rikas, tuleb siin doseerimisega olla ettevaatlik.

Päikese ravi õige doseerimise korral haige enesetunne paraneb, söögiisu tõuseb, kõrgeenenud erutuvus väheneb, nahk pigmenteerub ühtlaselt ja järk-järgult, kehatemperatuur jääb normaalseks. Kui haigel pärast päikesevanne on aga halb enesetunne, peavalu, isupuudus ja unetus, on päikesevanne ilmselt üle doseeritud.

On soovitatav, et haiged päikese ravi alguses võtaksid enne mõned õhuvannid ja siis üle läheksid päikesevannidele; see peab toimuma arsti nõuannete kohaselt.

Vastunäidustused päikese raviks on kopsutuberkuloosi aktiivsed vormid, kõrgvererõhuhaigus ja südamehaigused. Nende haiguste korral on soovitatav kasutada intensiivse päikese ravi asemel õhuravi.



Joon. 26. Ka väikestel on Pärnus mõnus. V. Vahi foto.

MERESUPLUSED

Pärnu merekliima kolmandaks toimefaktoriks on merevesi. Ravifaktorina leiab merevesi kasutamist suvekuudel supluste näol. Meresupluste korral avaldavad organismisse toimet vee temperatuur, vee keemiline koostis, vee rõhk, lainetuse mõju.

Meresuplused tekitavad organismis tugeva üldreaktsiooni. Algul organismis tekkiv soojuste kaotus kompenseerub peatselt tugeva soojuste tootmisega, mille tulemusena tunduvalt tõuseb ainevahetus. Merevee spetsiifiline toime organismisse on soolade sisaldusest, mis pärast suplust naha pinnale kristalliseeruvad ja kutsuvad esile kauakestva nahaärrituse punetuse näol, mis tekitab soojustunde kogu kehas.

Külmad mereveekümbelused mõjuvad toniseerivalt kogu organismile. Hingamine muutub sügavamaks, südame töö paraneb, seedeelundite talitus intensiivistub. Meresupluste toimel organism karastub, kaob kalduvus selliste katarraalsete nähtude nagu nohu ja köha tekkimiseks. Organismi vastupanuvõime mitmesuguste tervist kahjustavate väliskeskonna faktorite suhtes tõuseb.

Meresuplused ei ole soovitatavad nõrga südametegevusega haigetele ega ka halva soojuste regulatsiooni ja verevähesuse puhul. Ka hingamisteede, sooletrakti, neeru- ja günekoloogiliste haiguste korral tuleb suplemisest hoiduda.

Jahedaid meresuplusti soovitatatakse karastusvahendina närvisüsteemi funktsionaalsete häirete korral, mis sageli on seotud vaimse ülepingutusega, samuti ka lihaste nõrkuse jt. haiguste korral, kui organismi üldseisund lubab.

Kõik eespool nimetatud kolm võimsat looduslikku toimefaktorit — õhk, päike ja vesi — moodustavad sanatooriumi tingimustes asendamatu ravikompleksi.

5. RAVIKEHAKULTUUR

Pärnu kuurordis on ravikehakultuur kujunenud kompleksse ravi lahutamatuks koostisosaks. Tavaliselt saavad sanatooriumisse haiged, kellel on tarvis taastada või tõsta töövõimet. Passiivse režiimiga oleks seda tuusiku tähtaja vältel raske saavutada. Muidugi ei ole sellega öeldud, et vajaduse korral arst ei võiks, vastavalt haiguse vormile ja staadiumile, määrata ka täielikku rahu ja voodi-

režiimi. Tuleb meeles pidada veel seda, et enamik haigeid saabub sanatooriumi otse tööprotsessi juurest; täielikult passiivse voodirežiimi määramine sellistele haigetele nõrgendaks nende organismi funktsionaalseid võimeid ning alandaks närvide ja lihaste toonust.

Vastavalt näidustustele rakendatav aktiivne režiim tugevdab tunduvalt kogu sanatoorse ravikompleksi toimet organismisse. Aktiivne režiim kasvatab haiges enesekindlust, avaldab psühhoterapeutilist toimet, arendab organismi kohanemist füüsilistele koormustele ja hügieeniliste harjumuste väljakujunemist.

Aktiivse sanatoorse režiimi põhielementideks on ravikehakultuuri vahendid, mis leiavad kasutamist mitmesugustes variatsioonides.

Pärnu kuurordis töötavad kõigi sanatooriumide juures ravikehakultuuri kabinetid vastava erialase ettevalmistusega spetsialistide juhendamisel. Ravikehakultuuri kabinetides teostatakse ravivõimlemist niihästi individuaalselt kui ka grupimeetodil.

Grupimeetodi korral on haiged jaotatud gruppidesse vastavalt diagnoosile, vereringe seisundile ja vanusele. Gruppidesse jaotamine toimub funktsionaalsete koormuskatsete järgi.

Tulemused näitavad, et ravikehakultuur koos mudaraviga annab eriti häid tulemusi mitmesugustel põhjustel tekkinud kontraktuuride (liigeste piiratud liikuvuse), deformeervate polüartriitide (luuliste muutustele kalduvate liigesepõletikude) ja teiste liigesehaiguste korral, mille puhul liigeste liikumisamplituud on vähenenud. Pärast mudaprotseduure teostatud ravikehakultuuri harjutused aitavad liikumisamplituudi haigestunud või vigastatud liigestes tunduvalt suurendada.

Pärnu kuurordis teostatud ravi tulemuste analüüs näitas, et kopsupuhituse ja bronhiaalastma korral suureneb pärast spetsiaalset hingamisgümnaastikat kopsu maht 200—1000 cm³ võrra. Ka selliste haiguslike seisundite korral, nagu selgroo kõverdumised ja emaka väärasedid, on ravikehakultuur asendamatuks, otsustavaks ravimeetodiks.

Laiemas mõttes kuuluvad ravikehakultuuriliste ürituste hulka hommikuvõimlemine, doseeritud käimine, mitmesugused liikumis- ja sportlikud mängud, suplemine, ujumine, aerutamine, suusatamine, uisutamine ja kelgutamine, mis kõik on Pärnu kuurordi tingimustes rakendamist leidnud.

Hommikuvõimlemist teostatakse kõigis sanatooriumides kui kindlat sanatoorse päevarežiimi hulka kuuluvat tervistavat ravifaktorit. Pärast und elavneb hommikuvõimlemise tagajärjel vereringe, intensiivistub hingamistegevus ja tõuseb neuropsüühiline toonus.

Doseeritud käimiseks värskes õhus on sanatooriumide rajoonis loodud kolm marsruuti, pikkusega üks kuni kolm kilomeetrit (vt. lisa 2 raamatu lõpus). Doseeritud käimine on eriti näidustatud kõrge vererõhuga haigetele, südamehaigetele rasvumise korral jne.

6. MASSAAŽ

Aktiivse ravikehakultuuri kõrval on Pärnu kuurordis tähtsal kohal teine kineetilise ravi liik — massaaž. Massaaži toimel tekib nahas vere küllus, paraneb lõtvunud, kortsunud naha turgor, tõuseb naha resistentsus. Vere- ja lümfiringe kiireneb, mis kergendab südame tööd ning aitab kudedest ja kehaõõntest kõrvaldada nii patoloogilisi kui ka ainevahetuse produkte. Suureneb toitainete juurdevool lihastesse, tõuseb lihaste toonus, maht ja töövõime. Vere- ja lümfiringe kiirenemine võimaldab tekkinud turseid kõrvaldada. Liigesepõletike korral muutuvad liigest moodustavad koed massaaži tulemusena elastsemaks, liigese funktsioon taastub.

Eriti häid tulemusi annab massaaž piirdenärvisüsteemi häiretest tingitud lõtvade halvatusete ja lihaste atroofia ravis.

Paljude haigusseisundite korral peab haige massaaži toimet tugevdama süsteemikindlalt läbiviidava aktiivse ravikehakultuuri abil.

7. ELEKTRIRAVI

Kõikides sanatooriumides on füsioteraapia kabinetid, kus teostatakse järgmisi elektriravi protseduure: 1) ultraviolettkiirtega kiiritamine, 2) infrapunaste kiirtega kiiritamine, 3) galvanisatsioon ja ionoforees, 4) faradisatsioon, 5) diatermia, 6) ultrakõrgsagedusvoolu kasutamine, 7) darsonvalisatsioon, 8) franklinisatsioon.

Ultraviolettkiirtega kiiritamiseks kasutatakse elavhõbekvartslampi, mille abil saavutatakse ultraviolettkiirte lühem lainepikkus kui maapinnani ulatuvate päikesekiirte spektris. Kasutatakse nii lokaalset kiiritamist kui ka kogu organismi

üldkiiritamist selleks sisustatud fotoariumis. Üldkiiritamist kasutatakse enamasti talveperioodil, kui puuduvad võimalused päikesevannide võtmiseks.

Infrapunaste kiirtega kiiritamiseks kasutatakse infraruuži sollukslampi, Minini reflektorit ja valguskasti.

Infrapunased kiired, mis tungivad tunduvalt sügavamale organismi kui ultraviolettkiired, tekitavad organismi kudedes hüpereemiat, soodustavad ainevahetus- ja oksüdatsiooniprotsesside intensiivistumist ja patoloogiliste produktide väljauhtmist haiguskoldest, aidates sellega kaasa haigusliku protsessi taandarengule.

Peale valgusravi kasutatakse elektriprotseduurides elektrivoolu vahetut toimet organismisse.

Alalisvoolu liikidest kasutatakse sel otstarbel galvaanilist voolu. Et inimorganism kujutab endast elektrolüütilist keskkonda, siis tekib galvaanilise voolu läbimisel organismis ioonilise konjunkturi muutumine, mis avaldab toimet organismi biokeemilistesse protsessidesse. Et galvaaniline vool, ärritades naha närvilõpmeid, kutsub esile reflektorse ärrituse kogu segmenti ulatuses, võimaldab see asjaolu elektroodide segmentaarse asetuse korral kutsuda organismis esile muutusi soovitavas suunas.

Galvaaniline vool võimaldab organismi viia ka mitmesuguseid ravimlahuste ioone; seda protseduuri nimetatakse ionoforesiks.

Vahelduvvoolu liikidest on elektriprotseduuridena Pärnu kuurordis kasutamisel:

a) madalsagedusega faraadiline vool, mida kasutatakse peamiselt lõtvade halvuste, soolte atonia ja lihaste atroofia korral elektrigümnaстикaks;

b) kõrgsagedus- ja ultrakõrgsagedusvoolud, mida rakendatakse diatermia-, induktodiatermia- ja ultralühilaine-aparaatide kaudu ning kasutatakse peamiselt soojusefekti saavutamiseks, kusjuures soojuse teke on tingitud organismi kudede eneste takistusest läbiva voolu suhtes;

c) kõrgepingeline kõrgsagedusvool, mida kasutatakse darsonvalisatsiooniks veenilaiendite, neuralgiate, peavalude, südame neurooside ja halvasti paranevate haavandite ravis;

d) staatiline elekter, mida kasutatakse franklinisatsiooniks närvisüsteemi funktsionaalsete häirete ravis.

Füsioteraapia kabinettide juures töötavad ka parafiiniravi osakonnad ja inhalaatorid.

8. DIEETTOITLUSTAMINE

Sanatoorse kompleksravi hulka kuulub ka haige toitlustamine, mille määramisel arvestatakse põhihaiguse laadi, haiguse kulgu, kaasnevaid haigusi ja haige vanust.

Eriti tähtis on dieedirežiimi pidamine seedetrakti haiguste, ainevahetuse häirete, neeruhaiguste ning südame- ja vereringehaiguste korral.

Pärnu kuurordi sanatooriumides on vastavalt sanatooriumi profiilile kasutusel dieetlauad erisuguste diagnoosidega haigete jaoks. Näiteks sanatooriumis nr. 2, kus enamikus on seedetrakti haigustega haiged, rakendatakse (Pevzneri klassifikatsiooni järgi) peamiselt dieete nr. 1, 1a, 1b, 2, 5. Sanatooriumis nr. 3, kus on südame- ja vereringeelundite haigustega haiged, rakendatakse dieete nr. 10, 10a, 8 jne.

Osale haigeist määratakse arsti poolt individuaalne toitlustamisrežiim, näiteks liigrasvumise korral nn. «õunapäevad», s. t. haige saab liigse kehakaalu vähendamiseks teatava aja järel ühe päeva vältel ainult puu- ja köögivilja.

Õige dieedi valik ja toitlustamine kindlatel kellaaegadel aitavad tunduvalt kaasa haige paranemisele.

Kõigis sanatooriumides rakendatakse ka medikamentooset ravi vastavalt arsti korraldustele.

Mitmekesiste ravifaktorite kasutamine teaduslikult põhjendatud meetodikaga ning tänapäeva meditsiini nõuetele vastavate ravi-diagnostiliste kabinetide olemasolu loovad kõik eeldused töötajate tervise taastamiseks ja täisväärtuslikuks puhkuseks Pärnu kuurordis.

KASUTATUD KIRJANDUS

1. Байбакова Е. М., Ильичева Е. М., Чубуков Л. А. Методика сравнительного анализа климата курортов и лечебных местностей. Вопросы изучения курортных ресурсов СССР. Москва, 1955.
2. Большая Советская Энциклопедия, т. 24.
3. Дербенцева Н. А., Фрадкин В. А. Исследование химического состава и антибактериальных свойств паровых дистиллятов и водных экстрактов Хаапсалуской лечебной грязи. ENSV TA Toimetised. Bioloogiline seeria, nr. 2, 1956.
4. Die Pernausche Bade-Commission. Cur- und See-Badeort Pernau in Livland. Pernau, 1893.
5. Erik, A. Pärnu linna haljasalade dendroloogiline koosseis ja vastavus ülesannetele. (Käsikiri.) Tartu, 1955.
6. Goebel, C. Das Seebad bei Pernau an der Ostsee. Dorpat und Leipzig, 1845.
7. Губин А. С. Курорт Пярну. Таллин, 1947.
8. Kirde, K. Andmeid Eesti kliimast. Tartu, 1939.
9. Крегер А. Пернов — морское купанье и курорт. Пернов, 1905.
10. Морское купанье и курорт Пернов в Лифляндии. Пернов, 1898.
11. Мугдусиев И. Водолечение. Москва, 1951.
12. NLKP XX kongressi direktiivid. Tallinn, 1956.
13. Ohu, A. Eesti kuurortide kliimaatiline režiim. (Käsikiri.) Tartu, 1952.
14. Оппенгейм Д., Бадылкес С. О., Зацепин Т. С., Дик В. Г., Мошков В. Н., Фрейдин Х. М., Гольдфайль Л. Г., Даненков Я. И. Основы режима лечения и отдыха в санаториях и на курортах. Москва, 1954.
15. Овсянникова К. А., Сперанская Т. А., Крючкова Н. Т. Процессы регенерации лечебных грязей. Вопросы изучения курортных ресурсов СССР. Москва, 1955.
16. Pernau. Kur- u. Seebad in Livland. Pernau.
17. Prümmel, J. Eesti tervismuda ja mere-kuurordid. Tartu, 1923.
18. Pärnu ja ta kuurort. Toimetanud K. Eerme. Pärnu, 1939.
19. Pärnumaa. Koguteos. Tartu, 1930.
20. Руководство «Основы курортологии». Москва, 1956.

21. Шиманко И. И. Физиотерапия хирургических заболеваний и последствий травматических повреждений. Москва, 1952.
 22. Шнейдер П. Лечебная станция и морские купанья в Пернове на побережье Балтийского моря. С.-Петербург, 1891.
 23. Центральный Институт Курортологии. Отчет о результатах предварительного обследования эстонских грязей в 1947 году.
 24. Чубуков Л. А. Климатические курорты СССР. Природа, № 8, 1956.
 25. Vadi, V. Eesti tervismuda. Tartu, 1947.
 26. Vadi, V. Kuurort Pärnu ravivahendid ja nende terapeutiline toime. Pärnu, 1932.
 27. Верте А. И. О перспективах получения минеральных лечебных вод в Эстонской ССР. Вопросы курортологии, № 1, 1956.
-

SISUKORD

Sissejuhatus	3
I. Pärnu kuurordi asend, teke ja arenemine	6
1. Asend	6
2. Kuurordi ajaloost	7
Supelasutus Pärnus aastail 1838—1889	10
Pärnu kujunemine kuurordiks aastail 1889—1914	12
Pärnu kui Eesti ja välismaise kodanluse lõbustuskoht aastail 1920—1940	14
Pärnu kuurort kui töörahva ravila	18
II. Pärnu kuurordi looduslikud ravifaktorid	20
1. Tervismuda	20
2. Kliimaatilised ravifaktorid	24
Ilmastu	24
Õhk ja päike	38
Meri	44
III. Pärnu kuurort tänapäeval	48
1. Kuurordi territoorium	48
2. Kuurordi profiil ja struktuur	57
IV. Ravi Pärnu kuurordis	65
1. Sanatoorne režiim	66
2. Mudaravi	67
3. Vesiravi	72
Vannid	72
Dušid	74
4. Kliimaravi	75
Õhuravi	75
Päikesevannid	76
Meresuplused	80
5. Ravikehakultuur	80
6. Massaaž	82
7. Elektriravi	82
8. Dieettoitlustamine	84
Kasutatud kirjandus	85

Райк, Антс Александрович

КУРОРТ ПЯРНУ

На эстонском языке

Оформление Х. Митт.

Эстонское Государственное Издательство
Таллин, Пярнуское шоссе, 10

*

Toimetaja A. Pärn.

Kunstiline toimetaja A. Koemets.

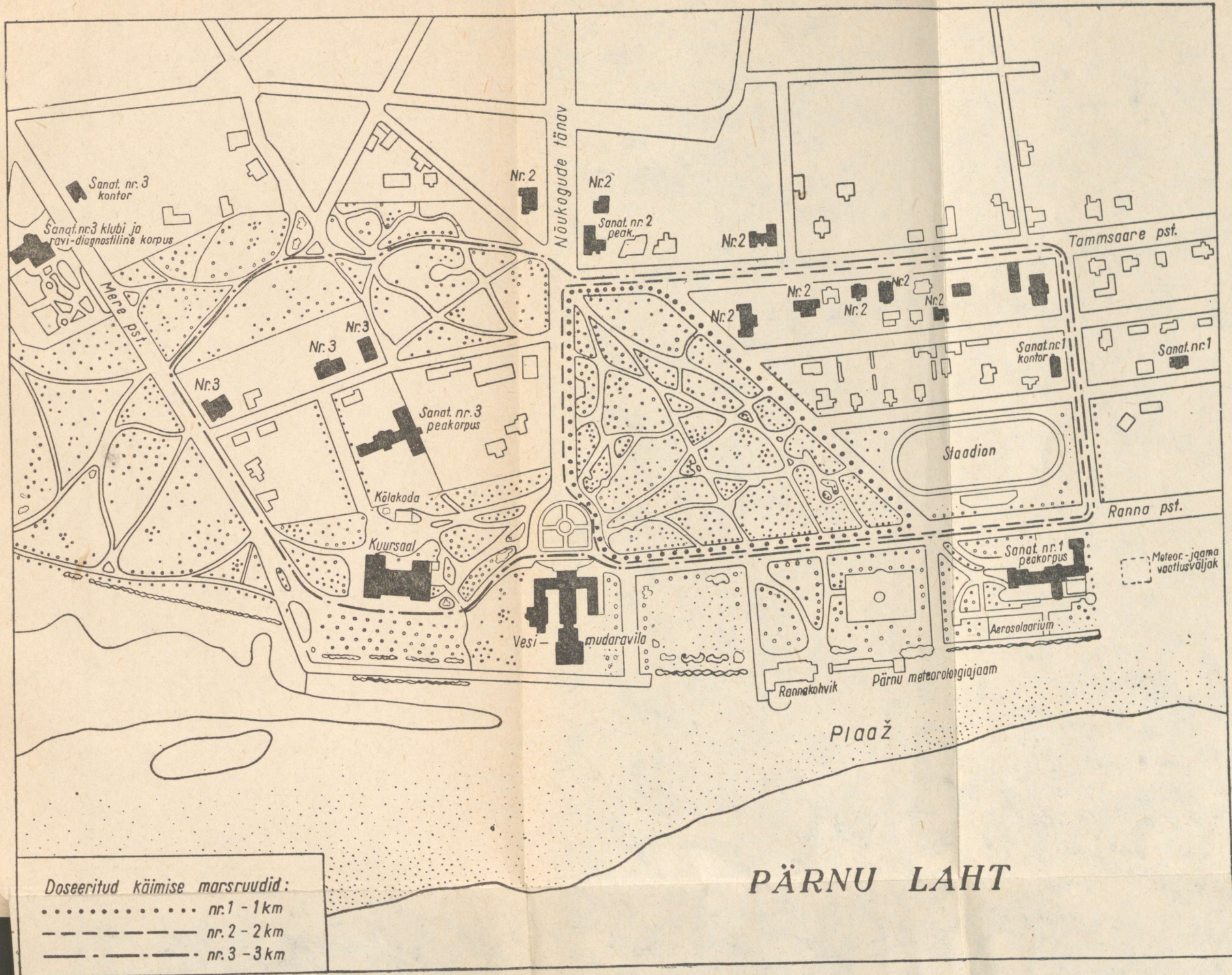
Tehniline toimetaja K. Einberg.

Korrektorid L. Visnap ja R. Lindström.

Ladumisele antud 31. X 1957. Trükkimisele antud 5. II 1958. Paber 54×84, 1/16. Trükipoognaid 5,5 + 2 lisa. Formaadile 60×92 kohaldatud trükipoognaid 4,72. Arvutuspoognaid 4,93. Trükiarv 10 000. MB-01315. Tellimise nr. 7025. Trükikoda «Kommunist», Tallinn, Pikk tn. 2.

Hind rubl. 1.60

6-9



Rbl. 1,60

A-21890

TÜ RAAMATUKOGU



1 0300 00389112 6