

DZIEDINOŠIE SAJŪTU DĀRZI UN PARKI

THE HEALING GARDENS AND PARKS OF SENSES

Linda Balode

Mg.arch., doktorantūras studente,
Latvijas Lauksaimniecības universitāte
E-pasts: linda.balode2010@inbox.lv, tālr. +371 29794764,
Latvija

Abstract. *Health gardens therapy is a relatively new discipline of landscape science of which many fields of research are still undiscovered. While researching the international scientific literature the more underlying theories of the health gardens need to be considered as well. In Latvia the development of senses gardens has not been enough explored. Purpose: Based on the international sensation, treatment and therapy garden studies establish perspectives for sustainable development of therapy gardens in Latvia. Materials and Methods: Summarize literature on the impact of the Latvian rehabilitation centre and medical treatment worldwide on people as well as to study information used in the Latvian statistical data bases, historical papers, scientific research literature, publications, documents, and electronic resources analysis. To explore health and rehabilitation garden sustainable development and to create new opportunities to improve their residents' mental health. Such garden visits not only develop feelings and senses of a small child or a teenage, but also enable residents of any age with various disabilities to spend their free time interactively. Perhaps such gardens make it possible to build self-confidence in people and underpin their social inclusion.*

Keywords: *Healing garden, Nature, Restoration, Senses, Sustainable Development, Therapeutic*

JEL code: *Q01, Q21, Q26, I11, I31*

Ievads

Ainavu arhitektūra vienmēr bijusi cieši saistīta ar bioloģiju, matemātiku, filozofiju, estētiku, psiholoģiju un citām zinātņu nozarēm. Vides psiholoģija pēta un analizē vides ietekmi uz cilvēku un cilvēku ietekmi uz vidi, neaizmirstot savstarpējās indivīdu un dažādu grupu attiecības. Zināšanas vides psiholoģijā ir noderīgas ne tikai ainavu arhitektiem, bet arī arhitektiem, interjera dizaineriem un pilsētu plānotājiem. Visā pasaulē pieaug interese par cilvēku un vides savstarpējo attiecību izpēti. Pētījumi pierāda, ka profesionāli un pārdomāti labiekārtots ārtelpas vai iekštelpas dizains rada ne tikai funkcionālu efektivitāti, bet arī stiprina un uzlabo cilvēku veselības procesus, kas raksturojas kā jauns arhitektūras virziens – „Dizains un veselība” (7.). Pozitīvo un negatīvo zināšanu pieredzi ir uzkrājuši ne tikai arhitekti, bet arī interjera dizaineri un ainavu arhitekti. Ainavu arhitektūrā dizaina un pozitīva veselības izpausme atrodama dziedināšanas, jeb ārstnieciskajos dārzos (6.).

1810. gadā J.V. Gētes izdotajā grāmatā „Krāsu mācība” atrodami pētījumi par optikas iedarbību uz cilvēka psihi, kurā dzejnieks, pretēji fiziķa Ņūtona viedoklim, pasvītvoja emociju un pieredzes nozīmi mūsu krāsas uztveres procesā. Apkārtējā vide ietekmē ne tikai domāšanas veidu, bet arī cilvēka intelektuālo attīstību (13.). Uzskats, ka augi un dārzeņi rada labvēlīgu ietekmi uz pacientu veselību ir atrodams arī materiālos pirms vairāk nekā tūkstoš gadiem, kas atspoguļojas Āzijas un Rietumu kultūrā (24.). Dabas, saules un svaiga gaisa dziedinošais spēks izmantots jau iepriekšējos gadsimtos, uzskatot šos dabas elementus par būtiskām sastāvdaļām, ierīkojot dārzus pie viduslaiku klosteriem, lazaretēm, 19. gadsimta paviljonu sistēmas slimnīcām, 20. gadsimta sākuma patversmēm un sanatorijām. Viduslaikos Eiropā pie klosteriem veidoja ārstniecisko augu dārzus ar patīkamu relaksējošu funkciju (11.). Eiropas un Amerikas slimnīcu dārzos ap 1800 gadu augi bija ļoti nozīmīga sastāvdaļa (20.). Tāpat arī Latvijas svētkalni (Zilie kalni), svētezeri, svētavoti, koki (ozoli, priedes, liepas), akmeņi, klinšu atsegumi, alas gadsimtiem ilgi ir pierādījuši cilvēka un dabas spēcīgo saikni (16.).

Zinātniskā darba hipotēze ir pieņēmums, ka apgūstot zināšanas projektēt, ierīkot un uzturēt rehabilitācijas un sajūtu dārzus Latvijas ārstniecības iestāžu tuvumā, rastos iespēja uzlabot fiziskās un garīgās veselības kvalitāti, kā arī samazinātos pacientu atveseļošanās perioda ilgums.

Zinātniskā darba mērķis ir, balstoties uz starptautiskiem sajūtu, ārstniecības un terapijas dārzu pētījumiem, konstatēt šo dārzu ilgtspējīgas attīstības perspektīvas iespējas Latvijā. Līdz ar to zinātniskā darba uzdevums ir izpētīt pasaules ārstniecisko dārzu pamatprincipus, izvērtēt sociālo rehabilitācijas centru teritoriju zaļo relaksācijas telpu nepieciešamību Latvijā, analizēt rehabilitācijas pieprasījumu un piedāvājumu Latvijā, veidot salīdzinošas tabulas un grafikus. Darbā tiek pielietota vēsturisko un zinātniskās literatūras datu analītiskā metode. Lai analizētu rehabilitācijas dārzu nepieciešamību pie Latvijas ārstniecības iestādēm, tiek veikta Nacionālās veselības datu bāzē un slimību profilakses un kontroles centra veselības aprūpes datu bāzē pieejamo statistiskās gadagrāmatas datu apkopošana un savstarpējo sakarību statistiskā analīze 2009-2011 gadā.

Ārstniecisko dārzu pamatprincipi

Dziedinošo dārzu telpu tradicionāli dalīja ģeometriskās kvadrātveida garšaugu, tējas augu un dārzeņu dobēs ar dominējošu strūklaku dārza centrālajā daļā. Sākot no 20. gadsimta vidus Rietumu valstu medicīnas iestāžu dziedinošo rehabilitācijas dārzu attīstība pamazām palēninājās, kas skaidrojams ar straujo medicīnas tehnoloģiju

attīstību. Straujās industrializācijas rezultātā tika zaudēti skaistie skati no medicīnas iestāžu logiem. Pastaigas svaigā gaisā aizstāja ar modernizētu ventilācijas iekārtu uzstādīšanu veselības aprūpes ēkās. Notika strauja urbānās ainava izaugsme, aizmirstot zaļo dabu un tās dziedinošo spēku. Pēc Otrā pasaules kara slimnīcas tika veidotas kā daudzstāvu, nevis paviljona stila ēkas, lielāku uzmanību pievēršot slimnīcu personālu ērtībām un aizmirstot pacientu komfortu (11.). Dārzus pie ārstniecības iestādēm veidoja kompaktus, ignorējot pacientu, ģimeņu un darbinieku emocionālo vajadzību pēc garīga rakstura atjaunošanās ārtelpā (5.).

Pēdējo gadu laikā pasaules ainavu arhitektūras praksē aizvien biežāk ārstniecības iestāžu tuvumā tiek plānoti ārstnieciskie terapijas dārzi. Šādi dārzi sniedz atbalstu, atjaunojoties no stresa, uzlabo komfortu un labklājību (29.; 26.; 30.; 22.; 28.). Ārstnieciskos dārzus pasaulē veido teritorijās ap bērnu dārziem, skolām, pansionātiem, cietumiem, bezpajumtnieku patversmēm, SOS ciematiem, sanatorijām, slimnīcām un citām ārstniecības iestādēm. Ārstniecisko dārzu vide tiek īpaši plānota un labiekārtota cilvēkiem ar fiziskās vai garīgās veselības traucējumiem: maziem bērniem sajūtu un maņu attīstīšanai, veciem ļaudīm, slimnīcu pacientiem, arī apmeklētājiem un apkalpojošam personālam. Pētījumi rāda, ka neatkarīgi no rases, tautības un sociāli ekonomiskā stāvokļa, agrīnās bērnības pieredze dabā būtiski ietekmē attīstību un veido attieksmes pret vidi vērtības visa cilvēka mūžam (4.; 31.). Tādēļ dārzu ierīkošana ir nozīmīga ne tikai pie veselības aprūpes ēkām, bet arī skolām un bērnu dārziem.

Veidojot ārstnieciskos dārzus un parkus, svarīgs moments ir ārtelpa, kurā iespējams gūt ne tikai estētisku baudījumu, bet arī fiziskas un emocionālas izjūtas. Ārstnieciskais dārzs ir pārdomāti veidota vide, kas stimulē cilvēka maņas caur apkārtējās vides floru un faunu. Profesionāli veidots dārzs veicina cilvēka un dabas savstarpējās saiknes attīstību, kas palīdz ātrāk atveseļoties no slimībām, atgūt dzīves prieku un sajūtu kontroli. Dārza labiekārtojumam jābūt tik pārdomātam, ka apmeklētājā rodas spēcīga vēlme izzināt dārzu līdz pēdējai taciņai un augam. Kā jebkurš mākslas darbs, arī ārstnieciskais dārzs kā vērtību satur „atklātu lauku” tālākai produktīvai īstenības izpētei. Cilvēkiem jātiecas aptvert, apdzīvot lietu no visām pusēm – izdzīvojot dabu savā ķermenī. Ārstnieciskajā dārzā nav iespējams sajūst, kur beidzas daba un kur sākas cilvēks (18.). Ārstniecisko dārzu pamatprincipi ietver ne tikai estētiski baudāmas dabas ainavas, bet arī sajūtamās un taustāmas lietas. Šo dārzu uzdevums ir uzlabot cilvēku veselību un labsajūtu, veicināt atveseļošanos, pateicoties kontaktam ar dabu un veicināt šo cilvēku reālu atgriešanos sabiedrībā.

Pētot ārstniecisko dārzu zinātnisko literatūru, nākas saskarties arī ar jēdzienu - terapijas dārzi. Tie ir dārzi, kas veidoti konkrētu pacientu grupām, lai apmierinātu to īpašās vajadzības. Termins "terapeitiskā ainava" tradicionāli izmantots, lai aprakstītu ainavas, kas izmantojamas cilvēka ķermeņa fiziskai, psihiskai un garīgai atveseļošanai (12.). Pasaulē biežāk sastopamie terapijas dārzu tipi ir Alcheimera, dziedinošie, rehabilitācijas, vēža slimnieku un meditācijas. Lielai daļai šo dārzu tiek izdalītas atsevišķas zonas: pēc vecuma grupām, ārstniecības specifikas, vai sajūtu stimuliem, kas atspoguļojas ar specifisku dārzu dizainu un atlasītiem puķu, koku un krūmu stādījumiem. Neatkarīgi no vecuma grupas, kultūras vai diagnozes, daba cilvēkam sniedz iespēju atjaunoties gan fiziski, gan garīgi.

Terapijas dārzos apzināti tiek iekļauti aktīvās iesaistīšanās elementi. Tā, piemēram, tiek veidotas paaugstinātas dobes cilvēkiem ratiņkrēslos, informācija braila rakstā redzes invalīdiem un Alcheimera slimniekiem, īso un garo cilpu pastaigu takas ar iespēju nokļūt tai vietā, no kurienes sāka pastaiga. Terapijas dārzos stāda smaržīgus augus, dekoratīvus kokus un krūmus, ierīko dažāda seguma celiņus, soliņus, šūpoles un laternas. Neredzīgiem cilvēkiem ir iespēja visu aptaustīt, ar Braila raksta palīdzību uzzināt vajadzīgo informāciju par kādu no vietām vai augiem. Kā četri svarīgākie dārza elementi – īpaši Alcheimera slimniekiem - ir ūdens, norobežojošas dārza sienas, reljefs un nojume. Ūdenim dārzos ir būtiska nozīme. Tas vasarā saglabā patīkami dzestru gaisu un sniedz skaņu sajūtas. Strūklaka var kalpot arī kā dārza orientieris. Ārstniecisko dārzu vai parku ieteicams aprīkot ar norobežojošu sienu vai žogu. Žogs dārzā nodrošinās ne tikai pacientu fizisko un garīgo drošību, bet arī samazinās aprūpētāju bažas par pacientu apmaldīšanās iespējām (3.). Persijas dārzos atbalsta sienas izmantoja, lai ilgāk saglabātu smaržas, ko rada rožu, jasmīnu un augļu koku ziedēšana (14.). Sajūtu dārzos jābūt uzmanīgiem ar spēcīgi smaržojošiem augiem, kā arī ar ziediem, kuriem ir daudz ziedputekšņu, vai lidojošu sēklu. Lai pasargātos no siena drudža vai astmas, jāizvēlas augi, ko apputeksnē putni vai kukaiņi. Ārstnieciskajā vidē noteikti jāizvairās no objektiem, kas var sniegt jebkādu negatīva rakstura iedarbību uz cilvēku. Tādi, piemēram, ir indīgi augi un dzīvnieki, dabas stihijas - vētras, plūdi, klinšu nogrūvumi un bīstamas ainavas. Noteikti jāanalizē riska faktori mijiedarbībā starp veselības apdraudējumu no fiziskās vides un individuāliem riska faktoriem attiecībā uz dažādām slimībām, fiziskiem traucējumiem, alerģijām, vai nejaušām traumām (9.;10.;19.). Pētījumi liecina, ka dabas māksla veicina cilvēka atveseļošanos un atjaunošanos, ja ainavā sastopams klusums, lēni tekošs ūdens, zaļie augi, ziedi, telpiski plašs un atvērts priekšplāns, parku

teritorijas ar plašu zālienu un retiem koku stādījumiem, putni un citi savvaļas dzīvnieki (27.).

Ārstniecisko dārzu relaksējoši labvēlīgai iedarbībai uz cilvēku ir veltīti vairāki pētījumi visā pasaulē. Šie dārzi paredzēti ne tikai pacientiem, bet arī apmeklētājiem un ārstniecības iestāžu darbiniekiem. Amerikāņu pētījumos pierādīts, ka ārstniecības dārzu klātbūtnē ievērojami uzlabojas medmāsu un pacientu savstarpējās attiecības (17.). Līdzīgi pētījumi Japānā pierādījuši, ka pat salīdzinoši īsā laika posmā (aptuveni divos mēnešos) palielinās pacientu pašapziņa un kognitīvās funkcijas (21.; 8.). Ārstniecisko dārzu labvēlīgo ietekmi uz cilvēkiem pētījuši arī Klēra Markusa Kūpere un *Marni Barnes*. Pētījumi pierāda, ka ar dārzu palīdzību veiksmīgi tiek samazināts stress, mazinās veselības problēmu simptomi, uzlabojas kopējā labsajūta un optimisms. K. M. Kūpere terminu „ārstnieciskais dārzs” definē kā uz dažādām funkcijām attiecināmu dārzu, kam ir kopīgas tendences veicināt ķermeņa atjaunošanos no stresa, kā arī citas pozitīvas ietekmes uz pacientiem, apmeklētājiem un personālu. Lai dārzu atzītu par dziedinošu, tam jāsniedz ārstnieciska vai labvēlīga ietekme uz lielāko daļu tā lietotājiem (6.). Būtībā ārstniecisko dārzu filozofija ir nodrošināt integrētu cilvēku aprūpi, izglītību un atbalstu caur apkārtējo vidi.

Valsts sociālās rehabilitācijas pieprasījums un piedāvājums Latvijā

Rehabilitācijas tehnoloģijas tiek plaši pielietotas gan akūtās, gan subakūtās, gan hroniskās saslimšanas stadijās. To pielieto dažādu disfunkciju ārstēšanā, veselības profilaksē un rehabilitācijā pēc traumām, operācijām u.c., lai atgrieztu pacientu aktīvā sadzīvē, darba vidē, mazinātu slimošanas laiku, novērstu vai mazinātu invaliditātes risku. Rehabilitācija ir medicīnas pasākumu komplekss, kas cilvēkam pēc slimošanas, ievainojuma vai traumas, palīdz atgūt darba spējas, fizisko, garīgo, sociālo un pilnvērtīgu profesionālo funkcionēšanu. Ir divu veidu rehabilitācija - medicīniskā un fizikālā. Medicīniskā rehabilitācija ir medicīnas nozare, kas nodarbojas ar cilvēka fiziskā, psiholoģiskā, sociālā, aroda un izglītības potenciāla attīstīšanu vai atgūšanu atbilstoši viņa fizioloģiskajiem vai anatomiskajiem ierobežojumiem, vai stabili veselības traucējumu gadījumā - ar pacienta dzīves pielāgošanu videi un sabiedrībai (2.). Savukārt, fizikālās rehabilitācijas pasākumi ir nesāpīgi, nav invazīvi (pārsvarā), tiem nav blakņu, galvenokārt tie nav medikamentozī, kā arī tiem ir noturīgs ārstnieciskais efekts. Fizikālās medicīnas nozare ir vēsturiski sena. Mūsdienās fizikālā medicīna ir strauji attīstījusies un fizikālās medicīnas tehnoloģijas tiek plaši pielietotas gan akūtās, gan subakūtās, gan hroniskās saslimšanas stadijās, dažādu nozoloģiju disfunkciju ārstēšanā, veselības profilaksē un

rehabilitācijā pēc traumām, operācijām u.c., lai atgrieztu pacientu aktīvā sadzīvē, darba vidē, mazinātu slimošanas laiku, novērstu vai mazinātu invaliditātes risku. Fizikālās medicīnas pamatā ir miers un atpūta, ko papildina gaismas, elektroterapijas, magnēterapijas, ūdensdziedniecības, siltuma un dūņu terapijas, kustību terapijas un masāžu dziedinošais spēks. Laba veselība, miers un mīlestība ir dzīves kvalitātes pamats.

Ar 1991. gadā pieņemtu Latvijas Republikas Ministru padomes lēmumu Latvijā izveidots Republikas Rehabilitācijas centrs (RRC). No 2008. gada tā nosaukums ir Sociālās integrācijas valsts aģentūra. Tās galvenais uzdevums ir veicināt cilvēku ar invaliditāti un personu ar funkcionāliem traucējumiem sociālo integrāciju, nodrošināt iespēju saņemt profesionālo rehabilitāciju un iegūt profesionālo vidējo vai pirmā līmeņa profesionālo augstāko izglītību. Jēdziens „sociālā rehabilitācija” ir cilvēka sociālo spēju atjaunošana vai uzlabošana, lai atgrieztu cilvēku sabiedriskajā un darba dzīvē, atjaunojot un apmācot pacientu tām prasmēm, kas dažādu apstākļu dēļ ir zudušas (39.).

Latvijā sociālās rehabilitācijas pakalpojumus sniedz gan valsts, gan privātās ārstniecības iestādēs. Cilvēkiem ar dažāda veida invaliditāti ir pieejami valsts apmaksāti sociālās rehabilitācijas pakalpojumi. Valsts apmaksā rehabilitāciju personām ar funkcionāliem traucējumiem darbspējīgā vecumā, kā arī personām ar funkcionāliem traucējumiem, kuras joprojām strādā, politiski represētām personām un nacionālās pretošanās kustības dalībniekiem. Atbalsts tiek sniegts arī Černobiļas AES avārijas seku likvidēšanas dalībniekiem un AES avārijā cietušajām personām līdz 18 gadu vecumam, arī personām ar prognozējamu invaliditāti, nacionālo bruņoto spēku karavīriem un Iekšlietu ministrijas sistēmas iestāžu amatpersonām ar speciālajām dienesta pakāpēm. Redzes invalīdiem sniedz sociālos pakalpojumus, kas mazina redzes zuduma ietekmi uz personas sociālās funkcionēšanas spējām. Dzirdes invalīdiem ir iespēja saņemt sociālos pakalpojumus, kas mazina dzirdes zuduma ietekmi uz personas sociālās funkcionēšanas spējām. Savukārt cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem valsts nodrošina sociālās rehabilitācijas kursu. Tas ir pasākumu kopums, kas palīdz iemācīties sadzīvot ar funkcionālajiem traucējumiem, iesaistīties sabiedriskajā dzīvē. Tas ietver individuāla sociālās rehabilitācijas plāna izveidi, izglītošanu vides pielāgošanā un palīglīdzekļu lietošanā, lai uzlabotu mobilitāti un patstāvīgas dzīves iemaņas (34.). Ārstēšanās aprūpes iestādē, pie kuras ir rehabilitācijas dārzs, šiem pacientiem sniegtu estētisko un emocionālo devumu un ātrāku atveseļošanos. Neilga pastaiga profesionāli ierīkotā dārzā mazinātu pacientu drūmās domas, radītu vidi, kur ērti pārvietoties, komunicēt un atpūsties.

Ik gadu strauji pieaug to pacientu skaits, kuriem ir nepieciešama sociālā rehabilitācija. Neskatoties uz to, ka pieprasījums pēc rehabilitācijas ir audzis, ārstniecisko iestāžu skaits ar katru gadu samazinās (1. tab.).

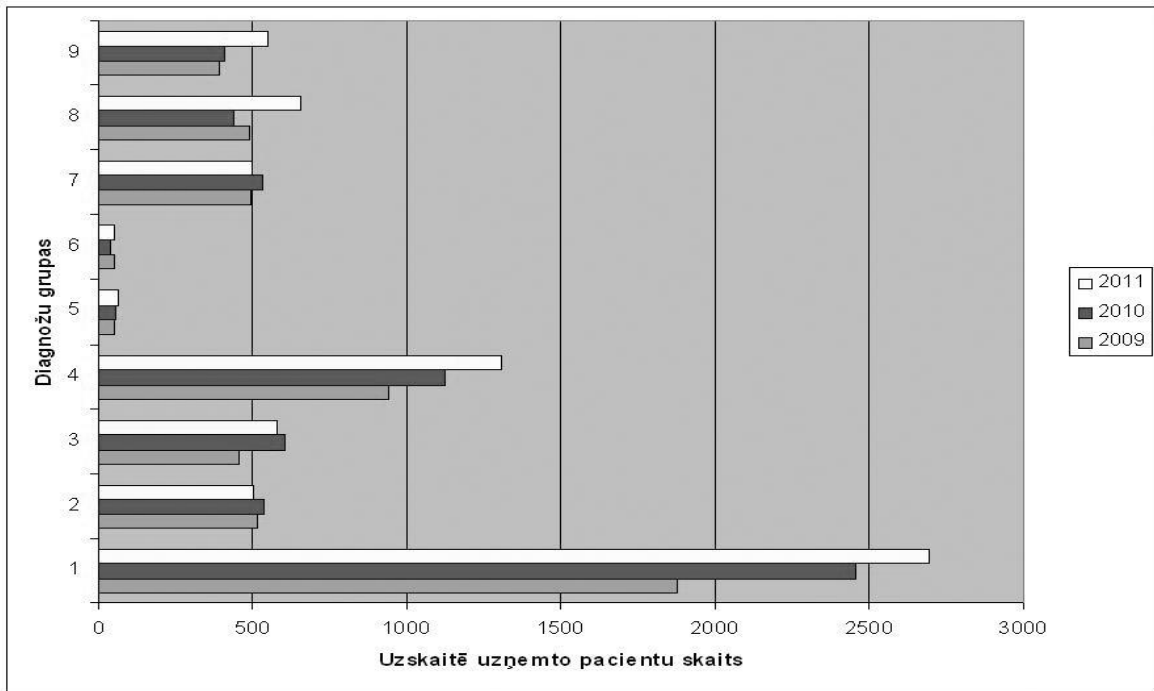
1.tabula

Ilgstošās sociālās aprūpes un rehabilitācijas centri Latvijā
2008. - 2011. gadu beigās.
(autores aprēķini, izmantojot (35.) datus)

	2008	2009	2010	2011
Valsts (un līgumorganizāciju) sociālās aprūpes centri				
Iestāžu skaits	47	46	17	15
Iemītnieku skaits	5178	5481	5624	5847
Pašvaldību un citu organizāciju bērnu sociālās aprūpes centri				
Iestāžu skaits	51	44	41	37
Iemītnieku skaits	1837	1595	1547	1724
Pašvaldību un citu organizāciju pilngadīgo personu sociālās aprūpes centri				
Iestāžu skaits	83	79	83	78
Iemītnieku skaits	5762	5473	5338	5464

Izmantojot Nacionālās veselības datu bāzē un slimību profilakses un kontroles centra veselības aprūpes datu bāzē pieejamos statistiskās gadagrāmatas datus, tika veikta datu salīdzinoša analīze par 2009. – 2011. gadā uzņemto pacientu skaitu ar psihiskiem un uzvedības traucējumiem (36.;37.). Apkopotie dati uzskatāmi parāda, ka arī sociālās aprūpes un rehabilitācijas centros uzņemto pacientu skaits ar psihiskiem un uzvedības traucējumiem ik gadu strauji pieaug, kas liecina par rehabilitācijas teritoriju attīstības nepieciešamību (1.att.). Diagrammā aplūkojamas arī savstarpēji salīdzinātas dažādu diagnožu pacientu grupas:

1. Organiski psihiski traucējumi, ieskaitot simptomātiskos;
2. Šizofrēnija, šizotipiskie traucējumi un murgi;
3. Garastāvokļa traucējumi;
4. Neirotiski, ar stresu saistīti un somatoformi traucējumi;
5. Uzvedības sindromi, kas saistīti ar fizioloģiskiem traucējumiem un somatiskiem faktoriem;
6. Pieaugušo personības un uzvedības traucējumi;
7. Garīga atpalcība;
8. Psihiskās attīstības traucējumi;
9. Uzvedības un emocionāli traucējumi, kas parasti sākušies bērnībā un pusaudža vecumā.

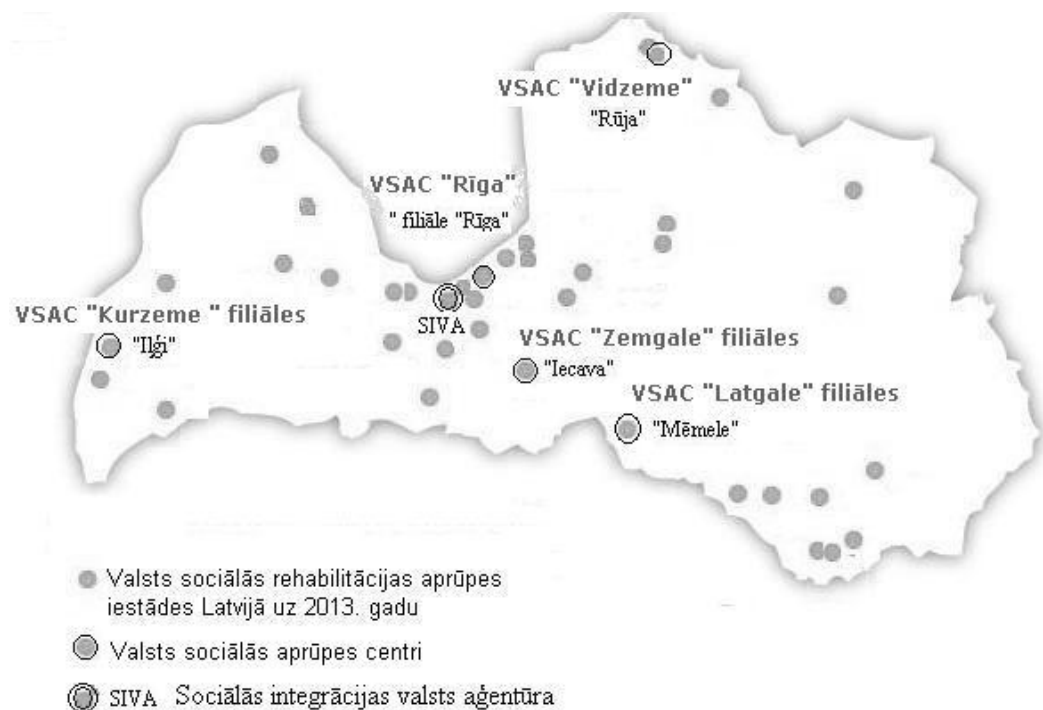


*1.attēls. Uzskaitē uzņemto pacientu ar psihiskiem un uzvedības traucējumiem sadalījums pa diagnožu grupām sociālās aprūpes un rehabilitācijas centros Latvijā 2009. - 2011. g.
(autores veidots attēls, izmantojot (38.; 37.) datus)*

Garīga rakstura saslimšanu ietekmē gan iedzimtie, gan laika gaitā veidojušies veselību ietekmējošie faktori. Visbiežāk psihisko uzvedības traucējumu pamatā ir stress, nervozitāte un nogurums. Šādi simptomi bieži parādās arī pēc smagi pārslimotām slimībām. Spēja atgūties no stresa un noguruma ir svarīga 21. gadsimta cilvēces izdzīvošanai. Pētījumi pierāda, ka pēc saspringta notikuma, dabas skati ļoti ātri nomierina, bet mākslīgi radītā vidē atveseļošanās no stresa notiek ilgākā laika posmā (23.;25.). Vērojot dabas ainavu, samazinās asinsspiediens, elpošanas ātrums, stress un uzlabojas garastāvoklis. Kaplans savos pētījumos apraksta centrālās uzmanības lomas un uzmanības noguruma attiecību pret dzīves kvalitāti (15.). Dabiskās vides ir uzskatāmas par īpaši efektīvām, jo dabā sastopami galvenie faktori, lai cilvēks veiksmīgi atjaunotu spēkus un atgūtu garīgu enerģiju. Daba nodrošina telpu, kurā cilvēce spēj savienoties garīgi gan ar sevi, gan ārpus sevis.

Pacientu atveseļošanās Latvijā sociālās aprūpes un rehabilitācijas centros bieži vien notiek slēgtās telpās. Kustību traucējumu vai orientēšanās traucējumu dēļ, vai arī rūpējoties par pacientu drošību, tiem par labvēlīgāku vidi izvēlas atveseļošanās ārstniecības iestāžu telpās. Līdz ar to pacientiem tiek sarauta kontaktēšanās iespēja ar dabu, kas efektīvāk uzlabotu veselības stavokli un veicinātu ātrāku atveseļošanos.

Liela daļa ārstniecisko rehabilitāciju iestāžu apkārtējā teritorija ir gan fiziski, gan estētiski novecojusi. Teritorijās trūkst norobežojošu sienu un labiekārtotu pastaigu taku, zaļu un ziedošu augu, kā arī pozitīvu domu veicinošas formas un faktūras. Latvijā rehabilitācijas iestādes nereti ir izvietotas netālu no jūras krasta, mežu audzēm, upes ielejām un citām skaistām vietām (2. att.). Bet šīs teritorijas pilnībā netiek izmantotas pacientu labā. Liela daļa pacientu (ar kustību traucējumiem) nespēj pilnvērtīgi pārvietoties dabīgā vidē, tiem ir nepieciešama pārdomāti un profesionāli labiekārtota vide. Cilvēkiem ar kustību traucējumiem, vājredzīgiem, vai neredzīgiem cilvēkiem un cilvēkiem ar citām diagnozēm nepieciešams atsevišķi izstrādāts individuāls dziedinošās vides plānojums. Tā var būt neliela teritorija ap veselības aprūpes ēku, vai atsevišķi pastaigu taku maršruti, bet visam pamatā ir jābūt drošai, pieejamai, estētiskai un dažādām sajūtām baudāmai videi.



2.attēls. Valsts sociālās rehabilitācijas aprūpes iestāžu izvietojums Latvijas teritorijā 2013. gadā.
(autores veidota karte, izmantojot (39.) datus)

Balstoties uz Latvijas dabīgām ainavām, būtu nepieciešams attīstīt rehabilitācijai labvēlīgas teritorijas ar pārdomātu kopējo plānojumu, arhitektūras elementiem, augiem un struktūrām, veidojot dabu pieejamu un drošu arī cilvēkiem ar dažāda veida invaliditāti, kas veicinātu pacientu izešanu dabā, relaksēšanos un savstarpēju komunikāciju. Arī Eiropas ainavu konvencijas mērķis ir veicināt ainavu aizsardzību, pārvaldību un

plānošanu, uzskatot ainavu kā galveno elementu individuālai un sociālai labklājībai (1.). Pasaules Veselības organizācija veselību definē kā vienu no cilvēka pamattiesībām, kas nav tikai slimības neesamība, bet pilnīga fiziska, garīga un sociāla labklājība kā dzīves kvalitātes, personīgās un ģimenes labklājības pamats. Veselība ir pilnīga fiziskā, psihiskā un sociālā labklājība, kad cilvēks jūtas ne tikai fiziski stiprs un vesels, bet arī ir garīgi tīrs. Vesels cilvēka organisms ir pilnībā sabalansēts visās sfērās (32.). Latvijā liela daļa medicīnas un aprūpes iestādes vēl pilnībā nespēj nodrošināt ikvienu pacientu ar kvalitatīvu, pieejamu un drošu vidi. Tas noteikti nākotnē būtu jāmaina, izvērtējot iespēju attīstīt vismaz nelielas relaksējošas ārstniecisko dārzu teritorijas pie medicīniskām un sociālām aprūpes iestādēm Latvijā.

Latvijā labs piemērs ir Dāviņu pagastā, Bauskas novadā, Iecavas upes krastā esošās Bruknas muižas dārzs. Vēsturiskajā ēkā no 2001 gada darbojas „Kalna svētību kopiena” kā arī kultūras centrs „Bruknas muiža”. „Kalna svētību kopiena” ir garīgās un fiziskās rehabilitācijas vieta atkarībās nonākušiem cilvēkiem. No 2006. gada tiek pielietota drāmas terapijas metode, kas iedarbojas uz ķermeni un prātu, lai tos atslābinātu no saspringuma. Izmantojot dažādus vingrinājumus un radoši darbojoties, zīmējot, rakstot, ir iespēja analizēt cilvēku jūtas un uzzināt, kas viņus nomāc. Kopienas darbības struktūra ir izveidota pēc narkomānu kopienas “Senacolo” modeļa, kas atrodas Medžugorjē, Bosnijā- Hercegovinā, bet kopienas garīgā patronese ir Māte Terēza no Kalkutas. Galvenā problēma nav narkotikas, alkohols, azartspēles un citas atkarības, bet gan dzīvotgribas trūkums. „Kalna svētību kopiena” 2007. gadā projektu konkursā saņēma finansējumu un muižas parkā izveidoja renesanses stila dārzu. Dārza simetriskos laukumus veido dekoratīvi dārzeņu un garšaugu stādījumi. Augu kultūras katru gadu maina, simbolizējot pasaules mainīgumu. Dārza plānojuma ideja tapusi, balstoties uz 15. un 16. gadsimta Itālijas klosteru dārzu paraugiem. 6,7 ha lielā muižas teritorijā atrodas ainavu parks ar renesanses tipa ģeometrisko dārzu. Bez tam ir arī dīķi, 6,9 ha ganības, augļu un ogu dārzs. Daba, gadalaiku maiņa, liturģiskā laika ritms, lūgšanas, dārza darbi, rūpes par Bruknas muižas atjaunošanu un uzturēšanu dod cilvēkiem iespēju garīgi attīrīties un atkal atgriezties normālā dzīvē. Caur garīgo ticību un darba terapiju cilvēki atgūst dzīves jēgu un izārstējas no dažādām atkarībām (33.).

Rehabilitācijas dārzu labvēlīgā ietekme palīdz atgūt dzīves prieku ne tikai cilvēkiem ar dažādām atkarībām, bet arī smagi slimiem un neārstējamiem cilvēkiem. Liepājas Neredzīgo biedrība apvieno vairāk kā 480 vājredzīgus un neredzīgus cilvēkus, kā arī cilvēkus ar cita veida invaliditāti no Liepājas un 11 Kurzemes novadiem. Organizācijas

uzmanības lokā ir rehabilitācijas, nodarbinātības, izglītības, vides pieejamības un citi jautājumi, kas ir saistīti ar cilvēku, kuriem ir invaliditāte, reālu atgriešanu sabiedrībā. Pāvilostas novada Ziemupē kopš 2011. gada ir uzsākti labiekārtošanas darbi pie „Dvēseles veldzes dārza”. Lauku sētas „Laivenieki” 6 ha teritorijā, no kuras 1,3 ha ir meža teritorija, paredzēts ierīkot vietu, kur cilvēkiem ar īpašām vajadzībām veldzēt dvēseli, atpūsties, satikties un komunicēt ar citiem cilvēkiem nesteidzīgā un harmoniskā lauku vidē. Dvēseles veldzes dārzs tiks labiekārtots, balstoties uz pacientu sajūtām (redze, dzirde, oža, garša, tauste, proprioceptīvās sajūtas). Ātrāku pacientu atveseļošanas sociālās rehabilitācijas dārzā veicinās īpaši izstrādāts dārza ainavas dizains un inovatīvas idejas, kas balstītas uz pacientu iepriekšēju pieredzi un atmiņām. Iecerēts izveidot dīķi ar smilšainiem krastiem, pirti ar peldvietām un makšķerēšanas iespējām. Dažu kilometru attālumā atrodas Baltijas jūra, kas sniegs papildus baudījumu. Dārza izveide radīs unikālu vidi cilvēkiem, kuriem baudīt dabas skaistumu ir laupījusi invaliditāte (36.).

Savukārt 2013. gada maijā Valmierā sāksies labiekārtošanas darbi Gaujas stāvo krastu teritorijā, kur Olimpiskais centrs plāno izveidot "Gaujas Stāvo krastu Sajūtu parku". Valmieras Olimpiskais centrs apsaimniekošanā līdz 2017.gada 31.decembrim saņēmis teritoriju ar 349 314 kvadrātmetru lielu platību, kas sastāv no zemes vienības "Stāvie krasti" 159 314 kvadrātmetru platībā un zemes vienības "Atpūtas parks" 190 000 kvadrātmetru platībā. Parkā paredzēts izveidot divas takas, kuru kopējais garums būs 3,3 km. Parks paredzēts visa vecuma grupām, sākot no maziem bērniem līdz pat senioriem. "Gaujas Stāvo krastu Sajūtu parks" sniegs iespēju sajūst dabas pieskārienu ar visu piecu maņu palīdzību: dzirdi, redzi, tausti, ožu un garšu. "Sajūtu takā" būs iespējams ar basām kājām izbaudīt dažādu dabisko materiālu segumus (čiekuri, sūnas, oļi, smilts, kastaņi, skujuas u.c.). Parkā paredzēts izvietot līdzsvaru attīstošas konstrukcijas un "Izziņas taku", kur parka apmeklētājiem būs iespēja iepazīties ar vietējo floru un faunu. Sadarbībā ar ornitologu Andri Kleperu tiks izveidota bezdelīgu dzimtas putna - čurkstes vērošanas vieta. Sajūtu parkā paredzēta "Dabas skola", kas būs zaļā klase dabas skolotājiem un skolniekiem jaunu zināšanu apguvei brīvā dabā. Parka teritorija atrodas blakus Sporta rehabilitācijas centram, kurā iespējams sportot, apmeklēt baseinu, relaksēties pirtī un baudīt veselīgas zaļu tējas (40.).

Lai šo pozitīvo projektu attīstība Latvijā turpinātos, ir nepieciešami padziļinātāki pētījumi par rehabilitācijas un sajūtu dārzu plānošanu, projektēšanu un uzturēšanu. Latvija ir bagāta ar dabīgām lauku ainavām, pamestām tradicionālajām lauku sētām, muižu parkiem, sociālās aprūpes

namiem, bērnudārziem un padomju laikā ierīkotām skolu zaļajām teritorijām, kas ir novecojušas, nefunkcionālas un var būt pamats jaunu sajūtu un rehabilitācijas dārzu vai parku attīstībai.

Secinājumi un priekšlikumi

Pasaules rehabilitācijas un sajūtu dārzu plānošanā ir daudz jaunu inovatīvu ideju, ko iespējams pielietot, ierīkojot dārzus pie ārstniecības un rehabilitācijas iestādēm Latvijā. Balstoties uz nacionālās veselības datu bāzē un slimību profilakses un kontroles centra veselības aprūpes datu bāzē pieejamiem statistiskās gadagrāmatas datiem, secināts, ka Latvijā sociālās rehabilitācijas pieprasījums ir samērā liels. Pacientu skaits ik gadu pieaug, toties ārstniecības iestāžu skaits ik gadu sarūk. Ikvienam pacientam ir nepieciešama individuāla pieeja ceļā uz atveseļošanos. Bieži vien ar fizisku atveseļošanos ir par maz, lai cilvēks sajostos pilnvērtīgi vesels. Ikvienai ārstēšanai ir nepieciešams garīgais atbalsts, ko iespējams gūt no līdzcilvēkiem, ģimenes, aprūpējošā personāla un vides, kurā notiek atveseļšanās. Ne vienmēr ārējā vide, kurā notiek atveseļšanās, ir pilnvērtīga un ar ārstējošu funkciju. It sevišķi tas novērojams pie medicīnas iestādēm, kas izvietotas urbānajā pilsētvidē. Mūsdienu medicīna, pielietojot augstās tehnoloģijas iespējas, ir aizmirsusi par dabas dziedinošo spēku. Pastaigas dabā un svaigā gaisā tiek aizstātas ar balkoniem, terasēm vai pat kondicionieriem svaiga gaisa pieplūdei telpā. Kaut arī zaļās teritorijas pilsētvidē ir nelielas, tās ir iespējams veiksmīgi labiekārtot un piemērot ikviena pacienta, apmeklētāja un ārstējošā personāla vajadzībām. Apgūstot zināšanas projektēt, ierīkot un uzturēt rehabilitācijas un sajūtu dārzus Latvijas ārstniecības iestāžu tuvumā, rastos iespēja uzlabot fiziskās un garīgās veselības kvalitāti, kā arī samazinātos pacientu atveseļošanās perioda ilgums. Pētījumi pierāda, ka ne tikai uzlabojas pacientu veselība, bet uzlabojas arī kontakts starp pacientu un personālu. Zaļā ārstniecības teritorija sniedz atpūtas brīžus ikvienam apmeklētājam. Profesionāli un kvalitatīvi ierīkots dārzs dziedē un atjauno cilvēku dvēseles.

Informācijas trūkuma un līdz galam neizzināta šo dārzu nozīmīguma dēļ Latvijā rehabilitācijas un ārstējošie dārzi ir maz zināmi un reti sastopami. Latvijā ir neskaitāmi dabas ainavu apvidi, dziedinošie avoti un dūņu atradnes, kas var būt par pamatu ilgtspējīgai rehabilitācijas un terapijas dārzu attīstībai. Ārstniecisko dārzu teritorijas būtu nozīmīgas ne tikai pie ārstniecības iestādēm, bet arī pie bērnu dārziem, skolām, SOS ciematiem, sanatorijām, cietumiem, pansionātiem un citiem sociālās aprūpes namiem. Psiholoģisko atbalstu cilvēkam sniedz ne tikai sabiedrības attieksme, bet arī vide, kurā persona dzīvo. Tā ir vide, kurā cilvēks spēj atpūsties un pavadīt savu brīvo laiku. Lielākā daļa Latvijas

ārstniecību iestāžu zaļās teritorijas ir novecojušas un nevar pozitīvi iedarboties uz pacientu veselību.

Latvijā veselības un rehabilitācijas dārzu attīstība nav pietiekami izpētīta. Nākotnē jāveic padziļinātāki pētījumi par augiem, dārza arhitektūras formām, ceļu un laukumu struktūrām, kas piemērotas ārstnieciskajiem dārziem, ņemot vērā vietējos klimatiskos apstākļus un pacientu individuālās vajadzības. Lai sasniegtu šo mērķi, ir nepieciešams analizēt citu valstu pieredzi un apmainīties ar labāko praksi, ar inovatīviem risinājumiem rehabilitācijas centru teritoriju ainavu pielāgošanā pacientu individuālajām vajadzībām. Ārstniecisko dārzu attīstība nevar balstīties tikai uz estētiskām vērtībām, noteikti jāņem vērā arī funkcionālie ārstniecības dārzu kritēriji. Nepieciešams novērtēt katra klienta sociālās funkcionēšanas spējas – identificēt sociālās barjeras, sociālo prasmju un aktivitāšu līmeni. Papildus medicīniskai zāļu ārstēšanai garīgs un emocionāls atbalsts dārzā pacientiem nāktu tikai par labu.

Pētījumi pierāda, ka pacienti, kuriem ir iespēja ik dienu pabūt aprūpes iestādes labiekārtotā zaļā vidē, ir daudz apmierinātāki ar sniegto veselības aprūpi par tiem, kuriem āra vides apmeklējums nav iespējams. Uzlabojas pacientu un aprūpes personāla savstarpējā saskarsme. Medicīnas iestādes ar estētiski un funkcionāli kvalitatīvu apkārtējo vidi spētu piesaistīt pacientus, kā arī, iespējams, noturētu darbā kvalificētus darbiniekus. Ārstnieciskie dārzi pie aprūpes un medicīnas iestādēm uzlabotu medicīnas rezultātus, pacientu un aprūpētāju apmierinātību, kā arī uzlabotu ekonomiskos rezultātus. Ārstniecisko rehabilitācijas dārzu attīstība Latvijā sniegtu vienu no iespējām, kā uzlabot valsts labklājību par salīdzinoši zemām izmaksām.

Izmantotā literatūra un avoti

1. *Council of Europe*. European Landscape Convention. CETS No. 176. Florence. 2000. pp. 2-9
2. Ārstniecības likums. LR likums. [tiešsaiste]. *Latvijas vēstnesis*. 1997.gada 1.jūlijā. Likums stājas spēkā 1997.gada 1.oktobrī. Rīgā. [atsauce 2013.g. 5. febr.]. Pieejas veids: <http://www.likumi.lv/doc.php?id=44108>
3. BECKWITH, M.E., GILSTER, S.D. *The paradise garden: A model garden design for those with Alzheimer's disease*, *Activities, Adaptation and Aging*, New York: Haworth, 1997. Vol. 2. Nr. 22, pp. 3-16.
4. CHAWLA, L. *Significant life experiences revisited: A review of research on sources of environmental sensitivity*. *Environmental Education Research*. 1998. No. 4, pp. 369–382.
5. COOPER, M. C., BARNES, M. *Gardens in Healthcare Facilities: Uses, Therapeutic Benefits, and Design Recommendations*. Martinez, CA: The Center for Health Design. 1995.
6. COOPER, M. C., BARNES, M. *Healing gardens: Therapeutic benefits and design recommendations*. New York: John Wiley & Sons. 1999. pp. 27-86.

7. DILANI, A. *Design and health – The therapeutic benefits of design*. Stockholm: AB Svensk Byggtjänst. 2001. pp. 31-38.
8. ENDO, H. *Change of dementia care management after implementation of long-term care insurance*. Clinical neurology, Rinsho Shinkeigaku. 2003. Vol. 43. No. 11, pp. 788-90.
9. FRUMKIN, H. *Healthy places: exploring the evidence*. American Journal of Public Health 93. 2003. pp. 1451–1456.
10. FRUMKIN, H. (Ed.), 2005. *Environmental Health. From Global to Local*, San Francisco, CA. pp. 170–196.
11. GERLACH-SPRIGGS, KAUFMAN, N. R. E. and SAM BASS WARNER, JR. *Restorative Garden: The Healing Landscape*. New Haven. CT and London: Yale University Press. 1998. 29 p.
12. GESLER, W. *Therapeutic landscapes: theory and case study of Epidaurus*. Environment and Planning: Society and Space. Greece. 1993. No. 11, pp. 171–189.
13. GOETHE, J.W. *Zur Farbenlehre (Theory of Colours)*. In: J. Naydler (ed.), *Goethe on Science: Anthology of Goethe's scientific Writings 1996*, Edinburg: Floris Books. 1810. 116 p.
14. HOBHOUSE, P. *Gardens of Persia*. Carlsbad, California: Kales Press. 2004. 192 p.
15. KAPLAN, S. *Some hidden benefits of the urban forest*. In: Konijnendijk, C.C., Schipperijn, J., Hoyer, K.K. (Eds.), 2004. *Forestry Serving Urbanised Societies. Selected papers from the conference held in Copenhagen, Denmark, IUFRO World Series, IUFRO, Vienna. 27–30. August 2002*. Vol. 14, pp. 221–232.
16. KURTZ, E. *Verzeichnis alter Kultstätten in Lettland*. Mitteilungen aus der Livländischen Geschichte. 1924. Vol. 22, No. 2, pp. 47–117.
17. LAPPE, J. M. *Reminiscing: The Life Review Therapy*. Journal of Gerontological Nursing, Vol. 13. No. 4, pp. 1987 pp. 12-16.
18. MERLEAU-PONTY, M. *Signes*. Paris: Gallimard. 1967. 234 p.
19. MORRIS, N. *Health, well-being and open space*. Literature Review. OPEN space: the research centre for inclusive access to outdoor environments. Edinburgh College of Art and Heriot-Watt University, Edinburgh. 2003.
20. NIGHTINGALE, F. *Notes on Nursing*. London: Ballière Tindall. 1860. (Revised with Additions 1996.).
21. NOMURA, N., HASHIMOTO, T. *Group reminiscence therapy for Japanese elderly community*. Source: Shinrigaku Kenkyu, Japan. 2006. Vol. 77, pp. 32–39.
22. OTTOSSON, J., GRAHN, P. *A comparison of leisure time spent in a garden with leisure time spent indoors: on measures of restoration in residents in geriatric care*. Landscape Research. 2005. No. 30, pp. 23–55.
23. ULRICH, R.S. *View through a window may influence recovery from surgery*. 1984. Science 224 (4647), pp. 420–421.
24. ULRICH, R.S., PARSONS, R. *Influences of passive experiences with plants on individual well-being and health*. In: D. Relf (Ed.), *The role of horticulture in human well-being and social development*. Portland, OR: Timber Press. 1992. pp. 93-105.
25. ULRICH, R.S. *Effects of gardens on health outcomes: theory and research*. In: Cooper-Marcus, C., Barnes, M. (Eds.), *Healing Gardens: Therapeutic Benefits and Design Recommendations*. Wiley, NY. 1999. pp. 27–86.
26. ULRICH, R.S. *Health benefits of gardens in hospitals [tiešsaiste]*. Paper for conference: Plants for People. International Exhibition Floriade. 2002. [atsauce

- 2013.g. 23. marts]. Pieejas veids: <http://greenplantsforgreenbuildings.org/attachments/contentmanagers/25/HealthSettingsUlrich.pdf>
27. ULRICH, R.S., GLIPIN, L. *Healing arts – nutrition for the soul*. In: Charmel, P. M. Frampton, S. B. and Gilpin, L. (eds.) (2003) *Putting Patients First – Designing and Practicing Patient Centred Care*, San Francisco: Jossey-Bass. 2003. pp. 117–146.
 28. SHERMAN, S.A., VARNI, J.W., ULRICH, R.S., MALCARNE, V.L. *Post-occupancy evaluation of healing gardens in a pediatric cancer center*. *Landscape and Urban Planning*. 2005. No. 73, pp. 167–183.
 29. STIGSDOTTER, U.A., GRAHN, P. *What makes a garden a Healing Garden?* *Journal of Therapeutic Horticulture*. 2002. pp. 60–69.
 30. STIGSDOTTER, U.A. *A garden at your workplace may reduce stress*. *Design & Health*. 2004. pp. 147–157.
 31. WELL, N.M. *At home with nature: Effects of greenness on children's cognitive functioning*. *Environment and Behavior*. 2000. No. 32, pp. 775–795.
 32. *World Health Organization*. Constitution of the World Health Organization. WHO, Geneva. 1946.
 33. *Brukņas muiža* [tiešsaiste]. *Brukņas muiža piedzīvo straujas pārmaiņas* [atsauce 2013.g. 16. aprīlis]. Pieejas veids: http://brukna.lv/index.php?option=com_content&task=view&id=8&Itemid=9
 34. *Labklājības ministrija* [tiešsaiste]. *Sociālā rehabilitācija* [atsauce 2013.g. 7. janv.]. Pieejas veids: <http://www.lm.gov.lv/text/1319>
 35. *Latvijas republikas centrālās statistikas datu bāze* [tiešsaiste]. *Veselības aprūpes pamatrādītāji gada beigās* [atsauce 2013.g. 5. febr.]. Pieejas veids: http://www.csb.gov.lv/search/apachesolr_search/apr%C5%ABpe
 36. *Liepājas Neredzīgo biedrība* [tiešsaiste]. *Projekts: „Dvēseles Veldzes Dārzs”* [atsauce 2013.g. 16. aprīlis]. Pieejas veids: <http://www.redzigaismu.lv/lat/jaunakie-projekti/projekts-dveseles-veldzes-darzs/>
 37. *Nacionālais veselības dienests* [tiešsaiste]. *Statistikas dati par 2010.gadu (iekļauts arī salīdzinājums ar iepriekšējiem gadiem)* [atsauce 2013.g. 10. janv.]. Pieejas veids: <http://www.vmnvd.gov.lv/lv/aktualitates/154-publicta-veselbas-aprpes-statistikas-gadagrmata>
 38. *Slimību profilakses un kontroles centrs* [tiešsaiste]. *Latvijas veselības aprūpes statistikas gadagrāmata 2011. Sabiedrības veselība* [atsauce 2013.g. 10. janv.]. Pieejas veids: <http://www.spkc.gov.lv/veselibas-aprupes-statistika/>
 39. *Sociālās integrācijas valsts aģentūra* [tiešsaiste]. *Valsts finansētie sociālie pakalpojumi*. [atsauce 2013.g. 17. marts]. Pieejas veids: <http://www.siva.gov.lv/socialie-pakalpojumi.html>
 40. *Valmieras pilsētas pašvaldība* [tiešsaiste]. *"Gaujas Stāvo krastu Sajūtu parks"*. [atsauce 2013.g. 16. aprīlis.]. Pieejas veids: <http://www.valmiera.lv/zina/par-valmieru/veidos-gaujas-stavo-krastu-sajutu-parku-valmiera>

Summary

The 21st century's rush and the lack of time has left its mark on the Latvian population. People are tired and stress has taken over them. Today, sophisticated medical equipment technologies create some kind of indifference and patients, families and staff need a place outdoors where to recover emotionally and spiritually. The healing power of the nature, sun and fresh air has been already used in previous centuries in planning and landscaping the gardens near the medieval monasteries, infirmaries, 19th century Pavilion type hospitals, 20th century shelters and sanatoriums. Plants, light, water and other nature elements can reveal many different feelings in people.

The research paper is based on international scientific studies on therapeutic gardens, as well as on the analysis of Latvian therapeutic gardens. The study has been conducted on what healing effect on humans international therapeutic gardens have. To accomplish the research tasks, Latvian social health databases, scientific research literature, publications, documents and electronic media have been analysed. An analytical matrix and sensory garden guidelines for Latvia have been developed by using the gathered scientific information. The research is based on the current development trends of the rehabilitation gardens by also taking into account the historical relaxation sites.

Latvia has many natural landscape areas, multiple sources of healing and sludge deposits that can serve as a basis for sustainable rehabilitation and development of therapy gardens. Latvia has many countless well-preserved traditional Latvian farms, historical manors and parks that could be used for the development of rehabilitation gardens. Most gardens give aesthetic pleasure, but sensory and therapeutic gardens are created to functionally reveal all five of the human senses: vision, touch, smell, taste and hearing. Currently sensory stimulating and health gardens can be rarely found in Latvia. The health gardens work best in areas around kindergartens, schools and medical facilities. Psychological support is formed not only in the social attitudes, but also in the environment where the person is living in. It's an environment in which a person is able to relax and spend his/her free time. At most of the Latvian medical institutions the green area is obsolescent and non-functional.

In Latvia the development of health and rehabilitation gardens has not been enough explored. In the future, a more in-depth study needs to be made of the Latvian plants, roads and squares and other elements suitable for the facilitation therapy and creation of the senses gardens, by also taking into account the local climate. To achieve this goal, it is necessary to analyse the experiences of other countries and exchange best practices, innovative solutions and advanced rehabilitation centre area landscape adaptation to individual needs. In the development of healing gardens both aesthetic and functional criteria need to be considered. Before building rehabilitation or sensory gardens in Latvia it's important to define the target audience. After finding the appropriate location we have to define the needs of potential visitors. Whether it will be small children, hospital patients or seniors from care homes – every group has its landscape vision and viewing angle. The method will include all the data and serve as a base material for the health therapy garden planning. One way to address well-being that entails relatively low costs - proximity and availability of the natural environment will enhance health and satisfaction.