

Balneoterápia

Holler Beatrix

Oktató

2020. 03. 27.





- **A balneoterápia a gyógyvízzel végzett kezeléseket jelenti**, a természetes gyógymódok legősibb formája.
- Hazánk gyógyvízgazdagsága Európában egyedülálló
- Jelenleg 1289 termálforrást tartanak nyilván, amelyek közül 270 szolgál fürdési célokat.
- A gyógyvizek az ország szinte minden régiójában megtalálhatók
- Európa egyetlen barlangfürdője a tapolcai barlangban található
- Hévíz Európa legismertebb meleg, 33 °C-os gyógyvizű tava
- Budapest a világ „fürdővárosa”, egyes fürdőit már a török időkben is használták.





Gyógyfürdőhely: a gyógyvízzel, vagy gyógyklímával rendelkező, jól felszerelt gyógyintézmény, általában kórházi háttérrel.

Magyarországon két nagyobb hévíztárolót találunk:

1. A Kis-és Nagyalföldön
2. A Dunántúli- középhegység alatt

Termásvíz: spontán feltörés esetén legalább 20 °C-nak, mesterséges fúrás esetén pedig 30 °C-nak kell lennie.

Ásványvíznek: nevezzük azt a vizet, amely literenként legalább 1000 mg oldott ásványi anyagot tartalmaz. A csapvíz 0,3 g/l ásványi sót tartalmaz.



- **Gyógyvíznek** nevezzük azt az ásványvizet, amely bizonyos betegségek esetén bizonyítottan gyógyhatású, és ezt objektív vizsgálatokkal igazolni is lehet.

- A gyógyvizeket :
 - külsőleg fürdőként
 - belsőleg pedig ivókúraként használhatjuk



A gyógyfürdőkben részletes iontáblázaton ismertetik az ásványvíz összetételét. (Ca, Mg, jód, kén stb)



Gyógyvizes fürdők

A föld mélyén lévő ásványi anyagokat a források kioldják, majd a felszínre juttatva lehetővé válik gyógyászati felhasználásuk.

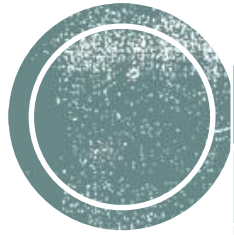


A gyógyvizes fürdőkezelések hatását befolyásoló tényezők:

1. *Fizikai hatások:* a víz felhajtó ereje, hidrosztatikai nyomása, hőmérséklete
2. *Kémiai hatások:* az ásványvíz kémiai összetétele, makroelemei, és kismértékben mikroelemei határozzák meg. Ezek az anyagok a bőrön keresztül felszívódva fejtik ki a gyógyhatásukat

Gyógyvizes fürdők

A gyógyvizes fürdők csak kúraszerűen fejtik ki hatásukat, egy kúra 15-20 kezelésből áll. **Magyarország gyógyvizei:**



Gyógyvizek fajtái	Megtalálható
Kénes	Balf, Harkány, Hévíz, Mezőkövesd
Szénsavas	Balatonfüred, Csepel, Kékkút
Sós (kloridos)	Sárvár, Igál, Eger, Hajdúszoboszló
Jódos-brómos	Cserkeszőlő, Debrecen, Zalakaros
Kalcium-magnézium-hidrogénkarbonátos	Lukács, Mohács, Csepel, Székesfehérvár
Alkáli-hidrogén-karbonátos ásványvizek	Balf, Makó, Szeged, Gyula
Vasas	Parádi Clarissa forrás
Radonos gyógyvíz	Miskolc-Tapolca, Eger, Hévíz
Szulfátos (keserűvíz)	Tiszajenő, Nagyigmánd

Kénes fürdők

- A kén a bőrbe diffundál, bekerül a vérkeringésbe, beépül az ízületi porc szövetbe.
- Belélegezve: az ereket, koszorús ereket is tágítja, ezáltal javul az adott terület tápanyag- és oxigén ellátása.
- Gyulladáscsökkentő hatású.
- Enyhe baktericid hatása van.
- Ha az erek falába nő a kéntartalom, akkor a koleszterin tartalom csökken.
- Keratolitikus hatású, elősegíti a bőr pikkelyes rétegének leválását

INDIKÁCIÓK: RA, arthrosis, krónikus mozgásszervi és nőgyógyászati gyulladások, psoriasis, ekcéma



Szénsavas fürdő

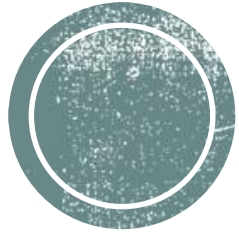


- A szénsav a bőrön átdiffundál, hatására javul a perifériás vérkeringés, a vérnyomás csökken
- A vérkeringés fokozódik, javul a vénás keringés
- Fokozza a sebek gyógyulását
- A szív vérellátása, O₂ –ellátása javul
- A diuresis fokozódik



INDIKÁCIÓK: hypertenzió, krónikus mozgásszervi megbetegedések, lábszárfekély, szívinfarktus utáni rehabilitáció

Alkáli-hidrogén-karbonátos fürdő (alkalikus)



- Fokozza a szervezet regenerációs képességét
- Fájdalomcsillapító hatású
- Csökkenti a központi idegrendszer ingerlékenységét, a stressz okozta tüneteket
- Mérsékli az alvászavart, az allergiás reakciókat
- Meleg formában izomlazító
- Belélegezve segíti a légúti váladék oldódását, felköhögését

INDIKÁCIÓK: a gerinc kopásos megbetegedései, végtagízületi kopások, idült ideggyulladások, ízületi gyulladások

Sós (kloridos) fürdő

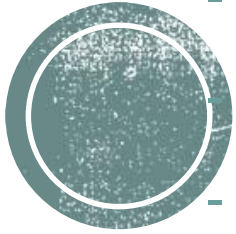
- A bőr hőmérsékletét emeli (0,3-0,5 °C-al)
- A felületes erek kitágulnak, a helyi anyagcsere javul
- Gyulladáscsökkentő hatású, gátolja a baktériumok hatását
- A bőrhöz erősen tapad, az immunrendszert hosszú ideig aktivizálja

INDIKÁCIÓK: nőgyógyászati, urológiai gyulladások, lágyrész reumatizmus, spondylosis, psoriasis, akne



Jódos fürdő

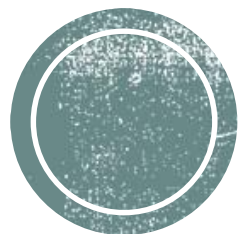
- A jód a bőrön és a légutakon keresztül szívódik fel.
- Gyulladáscsökkentő
- Javul a perifériás keringés
- A húgysav és a vércukorszint csökken
- A petefészek működését serkenti
- Alkalmazását jód allergia és hyperthyreosis kontraindikálja!



INDIKÁCIÓK: psoriasis, gerinc, és végtagízületi gyulladások, arthrosisok



Radonos fürdő



- A radon radioaktív nemesgáz, bőrön át és belégzéssel jut a szervezetbe
- Analgetikus hatású
- Vérnyomáscsökkentő hatású
- A belsőelválasztású mirigyek működését fokozza
- A húgysav kiválasztását fokozza
- A fürdési idő: 15-20 perc

INDIKÁCIÓK: SPA, RA, hypertenzió, neuritis



Kalcium-Magnézium-Hydrogén karbonátos (földes-meszes víz)



- A kalcium gyulladáscsökkentő hatású
- A fagocitózist növeli
- A vizeletkiválasztást fokozza

INDIKÁCIÓK: mozgásszervi gyulladások, osteoporosis



Fürdőreakció

- **Oka:** a magasabb hőfokú termálvíz és az ásványi anyagok jelenléte. Balneoterápiás kezeléseknél jelentkezik.
- A fürdőkúra 4-5. napján legtöbbször előfordul, hogy a beteg általános rossz közérztől, állapotromlásról panaszkodhat.
- **A fürdőreakció tünetei:**
 - fejfájás ,hőemelkedés
 - fájdalom fokozódás
 - tachycardia
 - ingerlékenység, verejtékezés



A fürdőreakció megjelenésekor egy, vagy két kezelést ki kell hagyni. A beteg panaszai 1-2 nap alatt rendeződik.



Fürdőfáradtság

- **Oka:** a rosszul dozírozott kúra (túldozírozás), a szervezet ellenállóképességének csökkenése, és a túlterhelés (hőfok, időtartam)
- Ha több, 15-20 fürdőkezelés után fürdőreakcióra utaló tünetek jelentkeznek, és ez egy-két nap után, spontán nem szűnik meg, hanem komolyabb klinikai kórkép alakul ki, hetekig tartó rossz közérzettel, ilyenkor beszélünk fürdőfáradtságról.
- Ebben az esetben a kúrát félbe kell szakítani.



