

Balneoterápia

Fogalma

- Gyógyvizeket külsőleg, belsőleg gyógyítás céljára hasznosító tudományág.

Fogalmak

- **Termálvíz:** azon feltörő vagy feltárt ásványvíz, melynek hőmérséklete meghaladja a 30 °C fokot.
 - Spontán 20 C
 - Mesterségesen 30C

- **Ásványvíz:** azon természetes vizek, melyek literenként legalább 1000mg ásványi anyagot tartalmaznak
- **Gyógyvíz:** az az ásványvíz, mely bizonyos betegségek esetén bizonyítottan gyógyhatású, ezt objektív vizsgálatokkal bizonyítani lehet.

- **Gyógyfürdőhely:** gyógyvízzel vagy gyógyklímával rendelkező, szakemberekkel, eszközökkel felszerelt gyógyintézmény.

Történelme

- Ősi Kínában is alkalmazták
- Fürdőkéúra kialakulásában a vallásnak nagy szerepe volt. Indiából is maradtak ráánk írásos dokumentumok a víz gyógyításra való felhasználásáról.
- Az ókori görögök, majd a rómaiak jelentős előrelépéseket tettek a fürdőzés területén

Milyen formában alkalmazhatjuk?

1. Belsőleg-ivókúra
2. Külsőleg-fürdőkéúra

Hatása

Fizikai

- Felhajtó erő
- Hidrosztatikai nyomás
- Hőmérséklete

Kémiai

- Víz kémiai összetétele
(makro és mikroelemek
határozzák meg, bőrön
keresztül szívódnak fel)

Kúraszerűen fejtik ki a hatásukat 15-20 kezelés

Fajtái

1. Kénes
2. Szénsavas
3. Kloridos
4. Jódos-brómos
5. CaMgHCO_3 (földes-meszes)
6. Alkáli-hidrogén karbonátos
7. Radonos

1. Kénes

Hatása

- Segíti az ízületi porc működését
- Ereket tágítja, javul a tápanyag és O₂ ellátás, koleszterint csökkenti
- Antiflogisztikus
- Baktericid
- Keratolitikus-bőr pikkelyszerű leválását segíti

Indikációja

- Arthrosis
- RA
- Chr. gyulladások
- Arteriosclerosis
- Psoriasis, seborrhoea, ekcéma, neurodermatitis



Harkány, Mezőkövesd, (Zsóry-fürdő)
Balf, Hévíz

Kénes a víz: Ha literenként meghaladja a
kéntartalma az 1 mg-ot!

2. Szénsavas

Hatása

- Perifériás keringés fokozódik
- Erek kitágulnak
- RR csökken
- Tápanyag ellátás fokozódik
- Sebek gyógyulnak
- Szív munkája javul
- Légzést mélyíti-fokozza a légző kp.
- Diurézis fokozódik

Indikációja

- Magas vérnyomás
- Szívbetegségek
- Sudeck-szindróma
- Lábszárfekély
- Chr. mozgásszervi betegségek
- arteriosclerosis

Balatonfüred, Bükkszék, Csopak, Kékkút



3. Sós (kloridos)

Hatása

- Emeli a bőr hőmérsékletét
- Felületes erek kitágulnak
- Gyulladásgátló
- Izomgörcsöt old
- Immunrendszert aktiválja
- Keratolitikus (hámoldó)

Indikáció

- Nőgyógyászati és urológiai betegségek
- Mozgásszervi betegségek
- Lágyrész-reumatizmus
- Spondylosis
- Psoriasis, akné

Sárvár, Cserkeszőlő, Zalakaros, Hajdúszoboszló



4. Jódos-brómos

Hatása

- Oedema felszívódását segíti
- Gyulladást csökkentő
- Perifériás keringést javít

Indikáció

- Nőgyógyászati és urológiai betegségek
- Mozgászervi betegségek
- Perifériás keringési zavarok
- Psoriasis

Debrecen, Hajdúszoboszló, Sósarton



5. Calcium-magnézium-hidrogén-karbonátos Földes-meszes

Hatása

- Gyulladás csökkentő
- Fagocitózist növel
- Diurézist fokozza

Indikáció

- Osteoporosis
- Mozgásszervi gyulladások

Császárfürdő, Lukács fürdő,

Gellért fürdő



Bükkfürdő



6. Alkáli-hidrogén-karbonátos

Hatása

- Regeneráció
- Fájdalomcsillapító
- Csökkenti a kp. ideg – rendszer ingerlékenységét
- Izomlazító
- Váladékoldás a légutakban

Indikáció

- Kopásos megbetegedések
- Lumbágó
- Idült gyulladások
- Rehabilitáció
- Protézis

Balf, Bükkszék, Gyula, Szeged, MAKÓ



7. Radonos

Hatása

- Analgetikus
- Vasodilatáció
- RR csökkentő
- Hormonok termelődését fokozza
- Húgysav kiválasztást fokozza

Indikáció

- Ideggyulladások
- SPA
- RA
- Magas RR

Miskolc-Tapolca



Hévíz



Fürdőkéúra kontraindikációi

- Súlyos, dekompenzált szív működés
- Hypertonia(180/120 Hgmm felett)
- Mozgásszervi megbetegedések akut stádiuma
- Thrombophlebitis
- Lázás állapot
- Tuberculosis
- Előrehaladott máj- és vesebetegség
- Fertőző megbetegedés

- Terhesség
- Daganatos megbetegedés
- Sclerosis multiplex
- Osteomyelitis
- Előrehaladott arteriosclerosis
- Dystrophia musculorum progressiva
- Elmebetegség
- Idős, legyengült állapot

Fürdőreakció

Jellemzői

- 4-5. nap
- Oka: melegvíz+ásványi anyag tartalom
- Labor eltérések: We, FVS, Vc balratolt vérkép
- Teendő: 1-2 kezelést ki kell hagyni

Tünete

- Rossz közérzet
- Állapotromlás
- Fejfájás
- Fájdalom
- Hőemelkedés
- Tachycardia,
- ingerlékenység

Fürdőfáradtság

Jellemzői

- Oka: rosszul adagolt kúra (sok)
- Szervezet ellenálló képessége csökken
- Teendő: kúrát félbe kell szakítani

Tünete

- Hetekig tartó rossz közérzet

- A fürdőkezelést kúraszerűen alkalmazzuk.
- A kezelés megkezdése előtt szakorvosi vizsgálatra itt is szükség van.
- A fürdőkúra hossza általában 15 alkalom, melyben az orvos meghatározza a medencefürdő hőfokát és idejét, mely általában 15-45 perc.
- A fürdők használata előtt fontos a megfelelő tisztálkodás, valamint a lábmosó használata.

- A gyógyvizes medencék általában 120cm mélységűek, kapaszkodókkal, csúszásmentes burkolattal és ülőpadkával ellátva.
- Ezek a medencék általában töltő-ürítő medencék, mert a vízforgató rendszerek kiszűrnék az ásványi anyag tartalmat.
- A legtöbb fürdőben különböző hőfokú medencéket találunk.
- A kezelések alkalmával itt is fontos betartani a fokozatosság elvét.

Ivókúra

- a gyógyvizet vagy ásványvizet belsőleg alkalmazzuk
- ingerként hat a szervezet víz- és elektrolit háztartásának szabályozására
- **Emésztőrendszer**
- **Kiválasztás**
- **Vércukorszint**
- **Epe- és a hasnyálmirigy szekrécióját fokozzák**
- **Húgyúti fertőzésekre jó hatásúak.**
- Az ivókúrára alkalmas vizek ásványi anyag tartalmának alsó határa 500mg/l.

Fajtái

- Egyszerű, oldott anyagokban szegényebb termális vizek
- Alkáli-hidrogénkarbonátos víz
- Szénsavas víz
- Kalcium-magnézium-hidrogénkarbonátos víz
- Keserű vizek
- Kénes víz
- Konyhasós Jódos víz
- Vasas-litiumos
- Radonos víz

Egyszerű, oldott anyagokban szegényebb termális vizek

- Kúraszerűen
- Napi 15ml/ttkg /4 adagra elosztva
- Diurézist fokoz
- Kőképződést gátol
- Emésztőrendszer működését fokozza

Alkáli-hidrogénkarbonátos víz

- Jód, bróm, klorid
- Salvus víz
- Savkötő, éhgyomorra
- Vc csökk, húgysav kiválasztást fokozza, légúti gyulladásokra jó
- Napi 3x2dl
- Gastritis, gyomorfekély, magas Vc és húgysavszint

Szénsavas víz

- Nyálelválasztást fokozza
- Étvágynövelő
- Emésztést javítja
- Vasodilatáció
- Diurézist fokoz
- Haspuffadást okoz
- hypaciditás, hypertenzió, étvágygerjesztő

Kalcium-magnézium- hidrogén- karbonátos víz

- Antiflogisztikus
- Diurézist fokoz
- Húgysavszintet csökkenti
- Gyomorsósav termelést normalizálja
- Naponta: 4x400-500ml

Keserűvizek

- Glaubersós, Keserűsós:
Hunyadi, Mira, Igmándi, Ferenc József
- Hashajtás
- Epe kiválasztást fokozza
- Vc csökkentő
- Napi adag:1-2 dl

Kénes vizek

- Parádi víz
- Emésztés, értágító, Vc csökk, Húgysav szintet csökk, köptető, nyákoldó
- Napi adag: 3x2 dl
- Kontraindikált:

Gyomor és bélvérzésekben, máj, epe, pancreas akut gyull, TBC, tumor

Konyhasós-jódos

- Fokozza az emésztőrendszer működését
- Léguti gyull. csökk.
- Epe termelését fokozza
- Vc szintet csökk.

Csak orvosi ell. mellett alkalmazható

1 kk 50-100 ml vízbe

Vasas-litiumos

- Vérképzésben fontos
- Anémia, kimerültség, idegesség

Radonos víz

- Vazodilatáció, analgetikus,gyulladás csökkentés
- Indikáció: érbetegség, hypertenzió, angina

Kontraindikáció

- Cardiális dekompenzáció
- Vizeletretenció
- Fokozott oedema képződés
- Na tartalmú gyógyvizeknél Hypertenzió

Mesterséges szénsavas fürdők

1. Szénsavas fürdő
2. Szénsavgáz-fürdő
3. Szénsavas ködkamra-kezelés

Szénsavas fürdő

- A szénsav fürdőkezelést 300-400 literes orvosi kádban végezzük.
- A kádba indifferens hőfokú, vagy attól hűvösebb vizet engedünk, mivel a beteg a vizet a valósnál melegebbnek fogja érezni, mert a szénsav a bőr hőérző receptorait izgatja és a hidegérzők ingerlékenységét csökkenti.

- szaturátorba juttatjuk a szénsavat.
- A beteget a szénsavval elegyített vízű kádban helyezzük el. (szegycsont közepéig)
- Lefedve a kádat (plexi)
- A kezelés alatt a megfelelő szellőzést biztosítani kell padlószínten, mivel a szénsav nehezebb a levegőnél.
- A kezelés időtartama 15-20 perc (fokozatos emelés) 10-15 kezelés, 2 naponta

Hatása

- Bőrben penetrálódik, mikromassázst okoz
- Bőrér táguulat jön létre, bőrpír, hyperémia

Szénsavgáz-kezelés

- Üres orvosi kádban, letakarva helyezzük el a beteget ülőhelyzetben, és így kapja a kezelést.
- Kád lefedése
- A kezelési idő 10-15 perc.

Szénsavas ködkamra kezelés

- A beteg egy speciális kamrában ül, ahol -70°C -os szénsavhó téglá van elhelyezve, melyre vizet öntünk.
- Ennek hatására szénsavköd képződik.
- A beteget itt is le kell takarni, hogy a szénsavgáz direkt belélegzését elkerüljük.
- A kezelési idő 10-15 perc.

Hatása

- vasodilatatio
- keringésfokozó
- a perifériás ellenállást csökkenti
- csökken a pulzusszám
- diastoles telődés idejét növeli
- nő a systoles térfogat
- nő a perctérfogat

- a légzés mélysége fokozódik
- javul a tüdő oxigénellátottsága

Indikáció

- infarctus utókezelése
- ISZB
- mitralis insufficiencia
- szívműtétek utókezelése
- érszűkület
- perifériás érbetegség
- postthrombotikus-syndroma

- lábszárfekély (szénsavgáz-kezelés)
- varicositas
- DM
- DM okozta neuropathia, angiopathia
- Raynaud-syndroma
- depressio
- osteoporosis
- Sudeck-szindróma

Kontraindikáció

- decompensalt szívműködés
- thrombosis
- thrombophlebitis
- valamint a fürdőkezelések ellenjavallatai

Mofetta

- Vulkáni utóműködésként gyakran jelentkezik gázkiömlés, aminek összetevői a bőrön át a véráramába bejutva gyógyító hatást fejtenek ki.
- A geológusok ezt a jelenséget **mofettának** nevezik
- Hazánkban a legjelentősebb gázfeláramlás Mátraderecskén található.

A gáz összetétele:

- Oxigén - 1,61 tf %,
 - Nitrogén - 7,13 tf %,
 - Metán - 5,11 tf %,
 - Széndioxid 86,16 tf %
-
- A mátraderecskei gyógygáz radon tartalma viszonylag magas

Szén-dioxidos szárazfürdő Mátraderecske



Hatása

- Vasodilatáció
- Keringés javító
- Tápanyag ellátás fokozódik
- Szív munkáját javítja
- Légzés mélyül
- RR csökken
- Sebek gyógyulnak
- Radon: endorfin termelődés+ fájdalom csill.

Kezelés

- 15-20 alkalom
- Naponta 2x
- 30 percig fokozatosan emelve
- Ellenőrizni a vitális paramétereket (RR, pulzus légzés, előtte és utána)
- Gáz szint a köldök magasságáig érhet

Indikáció

- végtagok verőér, visszér- és nyirokér idült betegségeiben,
- cukorbetegségekhez társuló érszövődmények kezelésében,
- helyreállító érműtét,
- szimpatektomia,
- katéteres értágítás,
- stent beültetés után

- Raynaud-szindróma
- Osteoporózis
- SPA
- Arthrosis
- Meddőség és impotencia
- hypertenzió

Kontraindikáció

- kardiális elégtelenség
- kis és nagyvérköri dekompenzáció
- súlyos légzési elégtelenség
- súlyos ritmuszavar
- angina pectoris
- akut myocardiális infarctus, illetve utána 3 hónap
- kezeletlen hypertónia
- acidózissal járó anyagcserezavar
- akut cerebrovasculáris ischaemia thromboemboliás állapotok, illetve utána 3 hónap

- nagyfokú vérszegénység
- gyulladásos betegségek
- lázas állapotok
- kezeletlen hiperthyreosis
- TBC megbetegedések
- eszméletvesztéssel járó kórképek
- akut gasztrointestinális vérzések
- terhesség
- Menstruáció
- 18 év alatti kor

Mesterséges balneoterápiás és gyógynövényes kádfürdők

1. Masterséges konyhasós kádfürdők
2. Masterséges kénes kádfürdő
3. Szénavirág –fürdő
4. Mustárfürdő
5. Fenyőfürdő
6. Kamillafürdő
7. Cservavas kádfürdő
8. Zabszalma ülőfürdő

Gyógyfürdő és klímagyógyintézet tipusai

1. Gyógyfürdő
2. Mozgásszervi betegeket ellátó nappali kórház
3. Gyógyfürdőkórház
4. Szanatórium
5. Éghajlati gyógyintézet, klíma gyógyintézet
6. Gyógyüdülő
7. Gyógyszálló
8. Gyógyvizes-ivócsarnok
9. Gyógybarlang

Gyógyfürdő

- Gyógyvíz, gyógyiszap vagy egyéb természetes gyógytényező felhasználásával fürdőkezeléseket alkalmaz, vagy hidroterápiás kezeléseket végeznek, teljes körű fizioterápiás ellátást nyújt

Mozgásszervi betegeket ellátó nappali kórház

- Járó-beteg ellátást végez teljes körű
fizioterápiás ellátást nyújt

Gyógyfürdőkörház

- Fekvőbeteg gyógyintézet, természetes gyógytényezőket alkalmaz

Szanatórium

- Fekvőbeteg gyógyintézmény, komplex ellátást nyújt

Klímagyógyintézet

- Sajátos éghajlati tényezővel bír, így tud gyógyító és rehabilitációs ellátást nyújtani

Gyógyüdülő

- Üdülés keretében természetes gyógymódok orvosi felügyelet mellett történik

Gyógyszálló

- Kereskedelmi szálláshely, saját orvossal
különböző természetes gyógymódokat nyújt

Gyógyvizes-ivócsarnok

- Gyógyvíz szolgáltatás fogyasztók részére a helyszínen

Gyógybarlang

- Természetes barlangképződmény, amely bizonyítottan gyógyhatású légköri viszonyok uralkodnak benne