

# ΙΑΜΑΤΙΚΗ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ - ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ

**DR.Αθανάσιος Α.Σαρακιώτης**

Ιατρός –Ρευματολόγος

Διδάκτωρ Ιατρικής Πανεπιστημίου Μονάχου

Ιατρός Ρευματολογικής Κλινικής Ασκληπείου Βούλας

Λέγοντας **ΙΑΜΑΤΙΚΗ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ** εννοούμε την εφαρμογή των ιαματικών νερών στη θεραπευτική του ανθρώπου.

Το είδος αυτό της θεραπείας αποτελεί μέρος της φυσικοθεραπείας, δηλαδή η χρησιμοποίηση των φυσικών μέσων στη θεραπευτική.

## ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ

Η ιστορία των ιαματικών πηγών αρχίζει από την αρχαία Ελλάδα . Ο πρώτος παρατηρητής των πηγών αυτών με θεραπευτικές ιδιότητες ήταν ο ιστορικός *Ηρόδοτος* (484-410π.Χ.) . Αυτός περιέγραψε ορισμένες ιαματικές πηγές και συνιστούσε, κάνοντας λίγο και το γιατρό, η λουτροθεραπεία να γίνεται σε ορισμένες εποχές του χρόνου και για 21 συνεχείς μέρες .

Ο *Ιπποκράτης* από την Κω (460-375π.Χ.) που θεωρείται ο θεμελιωτής της ιατρικής επιστήμης και πατέρας της υδροθεραπείας, ασχολήθηκε πολύ με τα διάφορα φυσικά νερά, που τα διέκρινε σε ελώδη, εννοώντας τα νερά που υπάρχουν στα έλη και στις λίμνες, σε όμβρια, που σχηματίζονται από τη βροχή και σε εκείνα που αναβλύζουν από πετρώματα, δηλ. τα μεταλλικά. Αυτά, λέγει, αναβλύζουν θερμά και περιέχουν σίδηρο, χαλκό, αργυρό, χρυσό, θείο και άλλα μεταλλικά στοιχεία .

Εκτός από τις διάφορες γνωστές αναφορές στην Αγία Γραφή, κατά τη ρωμαϊκή εποχή και τους βυζαντινούς χρόνους πολλοί γιατροί ασχολήθηκαν με την υδροθεραπεία και την **Ιαματική Λουτροθεραπεία** . Τέτοιοι ήταν ο Ηρόφιλος, ο Ερασίστρατος , ο Ασκληπιάδης , Αγαθίνος, ο Γαληνός , ο Ορειβάσιος , ο Παύλος ο Αιγινήτης κ.α.

Από όλους αυτούς τους γιατρούς ήταν παραδεκτή η ιαματική επίδραση ορισμένων φυσικών πηγών. Ένας μαθητής μάλιστα του Αγαθίνου, έγραψε , τον 1<sup>ο</sup> μ.Χ. αιώνα, για τις θεραπευτικές ιδιότητες των ιαματικών πηγών και είπε ότι δεν είναι δυνατόν να καθοριστεί επακριβώς ο τρόπος που αναπτύσσουν τις θεραπευτικές τους ιδιότητες , κάθε μια από τις πηγές ξεχωριστά, γιατί χρειάζονται γι' αυτό μακροχρόνιες παρατηρήσεις και πειραματισμοί. Αυτό ισχύει και μέχρι σήμερα .

Γνωστά παραμένουν , σαν ιστορικά μνημεία, αρχιτεκτονικής σε όλη την Ευρώπη αλλά και στην Ελλάδα, τα ρωμαϊκά λουτρά .

Η Ιαματική Λουτροθεραπεία βρίσκει ευρύτερη εφαρμογή τους δύο τελευταίους αιώνες. Σε πολλές χώρες της Ευρώπης ( Γερμανία, Αυστρία, Γαλλία , Ιταλία , Ουγγαρία ,Τσεχία, Σλοβακία) κατασκευάστηκαν νέα λουτροθεραπευτήρια που αντικατέστησαν τις παλιές Ρωμαϊκές Θέρμες . Μετά το 2<sup>ο</sup> παγκόσμιο πόλεμο έγιναν βελτιώσεις η ακόμη καινούργια ιδρύματα των οποίων η λειτουργία εναρμονίζεται με τις σύγχρονες ιατρικές αντιλήψεις για την ωφελιμότητα της Ιαματικής Λουτροθεραπείας .

Οι χημικές αναλύσεις του νερού των πηγών άρχισαν να γίνονται στην ελεύθερη Ελλάδα από την εποχή του Καποδίστρια και του Όθωνα (1830 – 1833).

Η αρχή στην οργάνωση των λουτροπόλεων έγινε στις αρχές του αιώνα μας. Το 1918 έγινε για πρώτη φορά ιδιαίτερη υπηρεσία ιαματικών πηγών στο τότε Υπουργείο Εθνικής Οικονομίας. Το 1936 οι ιαματικές πηγές της χώρας μας μπήκαν στην αρμοδιότητα του τότε Υφυπουργείου Τύπου και Τουρισμού .

Το 1945 περιήλθαν στη Γενική Γραμματεία Τουρισμού και από το 1950 μέχρι σήμερα υπάγονται στις αρμοδιότητες του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού (ΕΟΤ), που ιδρύθηκε το χρόνο εκείνο, σαν κλάδος του Υπουργείου Προεδρίας Κυβερνήσεως.

## **ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ**

### **• 1.1 ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΝΕΡΑ ΤΩΝ ΦΥΣΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ;**

Τα νερά των φυσικών ή ιαματικών πηγών είναι νερά, που πηγάζουν μέσα από πετρώματα και βράχους που βγαίνουν από τα έγκατα της γης . Είναι μεταλλικά νερά , που περιέχουν διαλυμένα μεταλλικά συστατικά - όπως νάτριο , κάλιο, ασβέστιο , μαγνήσιο, ράδιο, σίδηρο,

ιώδιο , φωσφόρο και θείο - ή αέρια- όπως διοξείδιο του άνθρακα , υδροθείο , άζωτο, οξυγόνο και υδρογόνο .

Τα νερά αυτά έχουν διάφορο βαθμό οξύτητας και είναι ή όξινα ή αλκαλικά ή και ουδέτερα . Έτσι συχνά ακούμε ότι μία πηγή είναι θειούχος αλκαλική ή χλωρονατριούχος ή οξυπηγή ή ραδιούχος .

Αυτό σημαίνει ότι στην πηγή αυτή υπερισχύει ένα συστατικό περισσότερο από τ' άλλα . Η θερμοκρασία των φυσικών πηγών είναι διάφορη επίσης και φτάνει μέχρι και τους 60οc και ακόμα περισσότερο.

- **1.2 ΠΟΣΕΣ ΦΥΣΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΕΧΟΥΜΕ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ;**

Η Ελλάδα είναι μία από τις πλουσιότερες χώρες σε φυσικές πηγές. Πηγαία νερά αναβλύζουν στη χώρα μας από 752 διαφορετικά γεωγραφικά σημεία. Οι περισσότερες πηγές βρίσκονται στα νησιά και είναι 229 . Ακολουθεί η Στερεά Ελλάδα με 156 πηγές , η Μακεδονία με 115 , η Πελοπόννησος με 114 , η Θεσσαλία με 57, η Ήπειρος με 56 και η Θράκη με 25.

- **1.3 ΣΕ ΠΟΣΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΗΓΕΣ ΑΥΤΕΣ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ;**

Από τις πηγές αυτές λειτουργούν σαν λουτροπόλεις 80, ο επίσημα καταχωρημένος αριθμός τους όμως είναι 65. Απ' αυτές τουριστικής σημασίας είναι οι 18 και τοπικής σημασίας οι 47.

- **1.4 ΓΙΑΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΝ ΟΛΕΣ ΟΙ ΦΥΣΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ ;**

Διότι λείπουν οι κατάλληλες εγκαταστάσεις και ο ανάλογος τεχνικός εξοπλισμός για την διευκόλυνση των αρρώστων.

## **ΜΟΡΦΕΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

### **MEDICAL HYDROLOGY- SPA THERAPY**

Η θεραπεία των διαφόρων παθήσεων και κυρίως των ρευματικών παθήσεων γίνεται με φάρμακα και φυσικοθεραπεία . Σε μερικές βαριές μορφές χρειάζεται και η χειρουργική

ορθοπεδική επέμβαση , η ακόμη συνδυασμός και των τριών βασικών μορφών θεραπείας αναλόγως της περίπτωσης .

Η Υδροθεραπεία όπως προανέφερα αποτελεί μέρος της φυσικοθεραπείας και είναι μία καλά οργανωμένη μορφή θεραπείας .

Η Υδροθεραπεία υπό τη γενικότερη έννοια “**SPA THERAPY** ” ή “**MEDICAL HYDROLOGY** ” των Αγγλοσαξόνων περιλαμβάνει τις εξής μορφές :

- **Λουτροθεραπεία**
- **Ποσιθεραπεία**
- **Εισπνευσοθεραπεία**
- **Ιλυοθεραπεία ή Πηλοθεραπεία ή Κοινώς Λασπόλουτρα**
- **Θαλασσοθεραπεία**

Η Λουτροθεραπεία βασίζεται στις παρακάτω κύριες ιδιότητες του Ιαματικού νερού :

1. Στο θερμικό ερέθισμα
2. Στο μηχανικό ερέθισμα
3. Στην επίδραση των φυσικοχημικών συστατικών του Ιαματικού νερού .

Το Θερμικό Ερέθισμα είναι σπουδαίο στην Λουτροθεραπεία και αποτελεί βασική μορφή θερμοθεραπείας . Για να υπάρχει θερμικό ερέθισμα πρέπει η θερμοκρασία του νερού να είναι μεγαλύτερη από 34°C . Ο *Θερμικός παράγοντας* δρα με πολλούς τρόπους. Τέτοιοι είναι: η διάταση των αγγείων, η υπεραιμία ,η τοπική εφίδρωση , η ανάπαυση των μυών , η βελτίωση της τοπικής θρέψης (εναλλαγή – διατροφή) και η αναλγησία .

Σε θερμοκρασίες λοιπόν άνω των 38° – 40ο C ζεσταίνονται οι μύες, η αντίστασή τους ελαττώνεται και ακολουθεί χαλάρωση, με αποτέλεσμα ανακούφιση από τον πόνο και διευκόλυνση των κινήσεων . Σε υψηλότερες θερμοκρασίες γίνεται απορρόφηση του υγρού των αρθρώσεων και διεύρυνση μεταλλικών και ραδιενεργών στοιχείων.

Όσον αφορά το Μηχανικό Παράγοντα , η δράση του στηρίζεται στους νόμους του Αρχιμήδη που αναφέρονται στην άνωση και στην υδροστατική πίεση . Στο νερό το ανθρώπινο σώμα γίνεται ελαφρύτερο, οι κινήσεις ευκολότερες, επέρχεται μιοχαλάρωση, απορρόφηση οιδημάτων και εξιδρωμάτων και ευνοϊκοί επίδραση στον ψυχισμό .

## **ΠΩΣ ΕΚΤΙΜΑΤΑΙ Η ΑΞΙΑ ΤΩΝ ΜΕΤΑΛΛΙΚΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ ΚΑΙ Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΤΟΥ ΔΡΑΣΗ ;**

Σήμερα εκτιμάται η οξειδωτική ισορροπία του μεταλλικού νερού. Επίσης σημασία έχουν οι οξειδο-αναγωγικές ικανότητες του μεταλλικού νερού. Αναφέρεται ιδιαίτερα το στοιχείο S με τη μορφή θειικής (SO<sub>4</sub><sup>--</sup>) ή υποθειικής ρίζας (S<sub>2</sub>O<sub>3</sub><sup>--</sup>) .

Στις οξειδο-αναγωγικές αντιδράσεις υπεισέρχεται και η δράση ορισμένων ενζύμων όπως η θειοκινάση . Επισημαίνεται εδώ η συμμετοχή του θείου στην κατασκευή του αρθρικού χόνδρου και ότι στις εκφυλιστικές αρθροπάθειες ιδίως, το θείο του αρθρικού χόνδρου είναι ελαττωμένο.

Έρευνες με ραδιενεργό θείο (S<sup>35</sup> ) έδειξαν ότι κάτω από ορισμένες συνθήκες στη χρησιμοποίηση του νερού (π.χ. με υπέρθερμα λουτρά, λασπόλουτρα κτλ.) το θείο εισδύει από το δέρμα στον οργανισμό. Διαπιστώθηκε αύξηση του θείου στο αίμα, το μυελό των οστών, τον αρθρικό χόνδρο και το αρθρικό υγρό. Στο συνδετικό ιστό συνδέεται με τους πολυσακχαρίτες .

Στα χημικά στοιχεία του ιαματικού νερού περιλαμβάνονται και τα καλούμενα μικροστοιχεία ή ολιγοστοιχεία . Αυτά περιέχονται σε μικρές ποσότητες και πιστεύεται ότι εμφανίζουν ειδική δυναμική δράση (όπως η βιτ.Β12 στην νόσο του BIERMER ). Στα μικροστοιχεία εντάσσονται και τα ραδιενεργά στοιχεία με τα οποία είναι πλούσια προικισμένα μερικά μεταλλικά νερά. Από αυτά χρησιμοποιήσιμο αποβαίνει το ραδόνιο το οποίο έχει τη δυνατότητα να εισδύει στον οργανισμό με την εισπνοή και το υπέρθερμο λουτρό, ιδίως το λασπόλουτρο.

**Συμπερασματικά:** Η θεραπευτική δράση του χημικού παράγοντα του μεταλλικού νερού, εμπειρική γνώση από αρχαιότατους χρόνους, τίθεται σε επιστημονική βάση .

Η δράση του ιαματικού νερού που βασίζεται στους τρεις παράγοντες χημικό- θερμικό-και μηχανικό –προκειμένου για τις Ρευματικές παθήσεις αναφέρεται: στην ανακούφιση από τον πόνο, την ελάττωση της φλεγμονής, στην βελτίωση της κινητικότητας των αρθρώσεων και τέλος στην κατανίκηση της αναπηρίας .

Το ιαματικό νερό, ανάλογα της φυσικοχημικής σύστασής του μπορεί να έχει διουρητικές και καθαρτικές ιδιότητες όπως και βρογχοδιασταλτικές . Ως εκ τούτου λοιπόν μπορεί να χρησιμοποιείται προς **ποσιθεραπεία** και **εισπνευσοθεραπεία** .

## ΤΡΟΠΟΙ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΝΕΡΟΥ

Αυτοί βασίζονται στους παράγοντες δράσης του ιαματικού νερού. Έτσι:

**1. Με τις εισπνοές** γίνεται διείσδυση του ραδονίου στον οργανισμό

**2. Στην ποσιθεραπεία** με υπότονα (ολιγομεταλλικά ) και ισότονα νερά εμφανίζεται δράση διουρητική, χολαγωγική και **γενικά** στο μεταβολισμό. Η ποσιθεραπεία ενδιαφέρει πολλές παθήσεις και από τις ρευματικές, όπως την ουρική αρθρίτιδα και ενδεχομένως την εκφυλιστική αρθροπάθεια. Χρησιμοποιούνται τα νερά Λουτρακίου Καϊάφα, Πλατυστόμου, Νιγρίτας, Σάριζας, Σουρωτής, Ξυνού Νερού κ.α.

**3. Εξωτερικές τεχνικές** . Αυτές βρίσκουν μεγάλη εφαρμογή στις Ρευματικές παθήσεις . Αναφέρονται :

- *Το λουτρό.* Είναι καθολικό, ημίλουτρο, τοπικό, σε θερμοκρασίες 34-36°C . Εκτελείται σε ατομικό λουτήρα ,συνήθη ή ευρύχωρο, αλλά και σε πισίνα . Μπορεί να συνδυάζεται με καταιονήσεις ή υδρομαλάξεις, που επιφέρουν τόνωση των μυών.
- *Το ατμόλουτρο* που μπορεί να είναι τοπικό ή καθολικό,
- *Το λασπόλουτρο* που είναι επίσης καθολικό ή συνηθέστερα τοπικό (κατάπλασμα) στην περιοχή που πάσχει (ΣΣ,αρθρώσεις). Η δράση της λάσπης αποδίδεται κυρίως στις υψηλές θερμοκρασίες 40-46°C και πλέον. Είναι γνωστοί οι επαγωγείς της θερμότητας , ότι τα στερεά σώματα κρατούν επί μακρό χρόνο τη θερμότητα και ότι τότε το ανθρώπινο σώμα την ανέχεται ευκολότερα . Γι' αυτό η λάσπη χρησιμοποιείται για δράση σε όργανα **κατά βάθος** (ΣΣ, ισχίο κτλ.). Αλλά η ιαματική λάσπη δεν αποτελεί ένα απλό μείγμα στερεού υποστρώματος και ιαματικού νερού. Το χώμα επιλέγεται από εδάφη ηφαιστιογενή, από προσχώσεις και έλη. Καλλιεργείται με το ιαματικό νερό

για πολλούς μήνες ή χρόνια και υφίσταται ζυμωτικές επεξεργασίες .Έτσι αποκτά φυσικοχημικές ιδιότητες με παρουσία ζώντων οργανισμών που διευκολύνουν την απορρόφηση του θείου και του ραδονίου, των φλεγμονωδών στοιχείων και την ελάττωση του πόνου.

- Αξιόλογος τρόπος εφαρμογής του Ιαματικού νερού είναι η χρησιμοποίηση του σε πισίνες, που είναι η σήμερα από όλους αποδεκτή **υδροκινησιοθεραπεία**. Αυτή βρήκε μεγάλη εφαρμογή τις τελευταίες δεκαετίες και δεν νοείται σήμερα Υδροθεραπευτήριο ή και οργανωμένο φυσικοθεραπευτήριο χωρίς εφαρμογή υδροκινησιοθεραπείας . Με τη μέθοδο αυτή γίνεται εκμετάλλευση και των τριών παραγόντων του Ιαματικού νερού–χημικού, θερμικού και μηχανικού -. Η υδροκινησιοθεραπεία εκτιμάται ιδιαίτερα για την πρόληψη μονίμων βλαβών (όπως είναι οι παθολογοανατομικές αλλοιώσεις, οι ατροφίες, οι παραμορφώσεις, οι αγκυλώσεις) αλλά και για την αποκατάσταση κατά το δυνατόν, αυτών.

## ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΗΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Απ' όσα ακούσαμε μέχρι τώρα φαίνεται να μην είναι τόσο απλή υπόθεση η εφαρμογή της Ιαματικής Λουτροθεραπείας . Βέβαια δεν είναι απλό πράγμα. Υπάρχουν **γενικοί κανόνες** που ακολουθεί η Ιαματική Λουτροθεραπεία .

1. **Πριν την έναρξη της θεραπείας** θα μελετηθεί η συνύπαρξη άλλων παθήσεων που αποκλείουν ή περιορίζουν την Ιαματική Λουτροθεραπεία όσον αφορά τη διάρκεια, τη θερμοκρασία, τους τρόπους εφαρμογής κτλ.
2. **Θα μελετηθεί η Ρευματική Νόσος** και ανάλογα θα καθοριστούν η διάρκεια, η θερμοκρασία, το είδος της θεραπείας, (δηλ λουτρό, καταιονισμοί,υδρομαλάξεις,ατμόλουτρα,λασπόλουτρα,υδροκινησιοθεραπεία,) καθώς και η περιοχή εφαρμογής τους, (πχ. αυχένας, μέση , ώμος, χέρια, ισχίο, γόνατο κτλ.).
3. **Εξετάζεται** αν ο άρρωστος ακολουθεί κάποια θεραπεία που συνήθως δεν πρέπει να διακόπτεται .

4. **Γίνεται επανεξέταση** στη μέση της θεραπείας που διαρκεί τρεις εβδομάδες και στο τέλος. Ο άρρωστος εφοδιάζεται με επιστολή του γιατρού των λουτρών με τις παρατηρήσεις του για τον θεράποντα γιατρό .
5. Οι διάφορες θεραπείες γίνονται συνήθως **το πρωί** και διαρκούν **λίγα λεπτά μέχρι και μία ώρα** ανάλογα με το είδος.

Το ευεργετικό αποτέλεσμα έρχεται συνήθως σε λίγες εβδομάδες από τη λήξη της Ιαματικής Λουτροθεραπείας αλλά συχνά στη διάρκεια της. Από μερικούς συνίσταται η τμηματική Ιαματική Λουτροθεραπεία στην αρχή και στο τέλος της Λουτρικής περιόδου.

Μπορεί να χρειαστεί καμιά φορά συμπληρωματική φυσικοθεραπεία πχ. μηχανοθεραπεία ή εργαστηριακή διερεύνηση του αρρώστου . Υπόψη πρέπει να έχει ο ασχολούμενος με το αντικείμενο, την ενδεχόμενη **λουτρική αντίδραση**. Αυτή μπορεί να παρουσιαστεί τις πρώτες 5 ως 10 μέρες της Ιαματικής Λουτροθεραπείας και συνίσταται σε μια ολιγοήμερη και παροδική κλινική επιδείνωση της γενικής κατάστασης του αρρώστου, ενδεχομένως με πυρετό, ανορεξία, πονοκεφάλους και αϋπνία. Η λουτρική αντίδραση μπορεί να είναι και τοπική με επιδείνωση των τοπικών συμπτωμάτων και δεν έχει σχέση με την τελική έκβαση της θεραπείας . Ειδικά στις περιπτώσεις ουρικής αρθρίτιδας μπορεί να προκληθεί μία νέα κρίση παρά την λήψη κολχικίνης. Για τα φαινόμενα αυτά πρέπει να ενημερώνεται ο ασθενής που πρόκειται να υποβληθεί σε Ιαματική Λουτροθεραπεία .

- **ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΤΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

#### **A. ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

Η **Ιαματική Λουτροθεραπεία** εφαρμόζεται σε ένα μεγάλο αριθμό ασθενειών από τα περισσότερα συστήματα (αναπνευστικό, κυκλοφορικό, πεπτικό, νευρικό, μυοσκελετικό, νεφρούς ,δέρμα κλπ.)

- I. **Ρευματικές παθήσεις** (όσον αφορά αυτές τις παθήσεις θα αναφερθώ παρακάτω εκτενέστερα λόγω του ότι η εφαρμογή της Ιαματικής Λουτροθεραπείας σε παθήσεις του μυοσκελετικού συστήματος είναι κατά πολύ συχνότερη απ' ότι σε παθήσεις άλλων συστημάτων ).



- II. Παθήσεις **κυκλοφορικού συστήματος** (αρτηριακή υπέρταση, ανεπάρκεια στεφανιαίων αρτηριών ενδαρτηρίτιδες κάτω άκρων, χρόνιες φλεβίτιδες κιρσοί).
- III. Παθήσεις **δερματικές** (έκζεμα, δερματίτιδες κλπ.)
- IV. Παθήσεις **γυναικολογικές** (χρόνιες μεταφλεγμονώδεις καταστάσεις των σαλπίνγων και της μήτρας, λευκόρροια , ανεπάρκεια των ωοθηκών).
- V. Παθήσεις **περιφερικών νεύρων** (νευρίτιδες, ριζίτιδες, νευραλγίες).
- VI. Σύνδρομα από διαταραχές του νευροφυτικού συστήματος.

## **B. ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

- I. Παθήσεις της **θρέψης και των ουροφόρων οδών** (ουρική διάθεσης ή αρθριτισμός, φαμμίαση ουρική – οξαλική, λιθίαση των ουροφόρων οδών, παχυσαρκία, απλές λευκωματουρίες, χρόνιες κυστίτιδες ).
- II. Παθήσεις του **ήπατος και χοληφόρων οδών** (χρόνια χολοκυστίτης, λιθίαση της χοληδόχου κύστης ή των πόρων, μικρή ηπατική ανεπάρκεια).
- III. Παθήσεις **πεπτικού συστήματος** (διάφορα δυσπεπτικά προβλήματα, κολίτιδες, χρόνια δυσκοιλιότης ).

## **Γ. ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΕΙΣΠΝΕΥΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

Παθήσεις **αναπνευστικού συστήματος** (ασθματικές καταστάσεις, χρόνιες βρογχίτιδες, χρόνιο πνευμονικό εμφύσημα, χρόνια Ρινίτις, Φαρυγγίτις, Λαρυγγίτις).

## **ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

Σχετικές οι απόλυτες αντενδείξεις της ιατρικής Υδροθεραπείας είναι :

## **ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

- 1. Παθήσεις της **καρδιάς**, όταν δεν αντισταθμίζονται καλά και παρουσιάζουν φαινόμενα στάσης και οιδήματα των κάτω άκρων – προχωρημένη αρτηριοσκλήρωση ιδίως των εγκεφαλικών αγγείων . Πρόσφατες εγκεφαλικές αιμορραγίες, θρομβώσεις των αγγείων πριν την έλευση 6 τουλάχιστον μηνών από την προσβολή.

2. Ανεπάρκεια στεφανιαίων (στηθάγχη, έμφραγμα) με συχνές κρίσεις ή σοβαρές βλάβες του μυοκαρδίου.
3. Αιμορραγίες διαφόρων οργάνων- βαριές μορφές διαβήτου με έκδηλη εξασθένιση του οργανισμού. Ενεργός φυματίωση. Κακοήθεις νεοπλασίες –βαριές νευρικές και ψυχικές παθήσεις - εγκυμοσύνη μετά τον έκτο μήνα.
4. Η Λουτροθεραπεία διακόπτεται επίσης :

- Όταν παρουσιαστεί κατά την διάρκεια των λουτρών παρόξυνση της χρόνιας πάθησης

- Κατά τις μέρες της εμμηνου ρύσης και

- Όταν αυτή δεν γίνεται καλώς ανεκτή από τον λουόμενο

## **B. ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

1. Λιθιάσεις των νεφρών ή της κύστης με συχνές κρίσεις ή αιματοουρία ή με ογκώδεις λίθους, νεφρίτιδες, πυελίτιδες ή κυστίτιδες σε οξεία φάση .
2. Χολολιθιάσεις με συχνούς κολικούς ή μεγάλους λίθους, χολοκυστίτης στην οξεία φάση, πρόσφατο έλκος του στομάχου ή του δωδεκαδακτύλου.

## **Γ. ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΕΙΣΠΝΕΥΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

Παθήσεις του **αναπνευστικού συστήματος** σε οξεία φάση .

## **ΤΡΟΠΟΣ ΧΡΗΣΗΣ ΥΔΑΤΩΝ ΤΩΝ ΚΥΡΙΟΤΕΡΩΝ ΣΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ**

1. ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ: Καμένα Βούρλα, Υπάτη, Αιδηψός, Βουλιαγμένη, Θερμή Λέσβου, Κύθνος, Λαγκαδάς, Μέθανα, Ν. Απολλωνία, Ικαρία,...
2. ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ-ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑ: Πλατύστομο, Λουτράκι, Καϊάφα, Νιγρίτα,...
3. ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑ: Καλλιθέα Ρόδου.

4. ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ– ΕΙΣΠΝΕΥΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ: Θερμοπούλες, Σμόκοβο, Κυλλήνη.

## **ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΠΑΘΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΕΝΔΕΙΚΝΥΟΜΕΝΕΣ ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΕΛΛΑΔΟΣ**

### **ΠΑΘΗΣΕΙΣ - ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ**

**Ρευματικές** Καμένα Βούρλα, Αιδηψός, Θερμοπούλες, Θερμή Λέσβου, Ικαρία, Κύθνος, Λαγκαδάς, Ν.Απολλωνία.

**Αναπνευστικού συστήματος** Θερμοπούλες, Σμόκοβο, Κυλλήνη.

**Γυναικολογικές** Θερμοπούλες, Μέθανα, Λαγκαδάς, Ν. Απολλωνία, Υπάτη,...

**Δέρματος** Αριδαία, Υπάτη, Καϊάφα, Θερμοπούλες, ...

**Ήπατος και χοληδόχου** Πλατύστομο, Λουτράκι, Καϊάφα, Καλλιθέα Ρόδου,...

**Θρέψης** Πλατύστομο, Λουτράκι, Καλλιθέα Ρόδου,...

**Κυκλοφορικού Συστήματος** Υπάτη, Λαγκαδάς, ...

**Νεφρών και Ουροφόρων Οδών** Πλατύστομο, Λουτράκι, Καλλιθέα Ρόδου,...

**Περιφερικών Νεύρων** Καμένα Βούρλα, Θερμοπούλες, Κύθνος, Μέθανα, Αιδηψός,...

**Στομάχου και εντέρων** Πλατύστομο, Λουτράκι, Καλλιθέα Ρόδου,...

## **ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΑΝΤΙΛΗΨΕΙΣ ΓΙΑ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΚΑΙ ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΤΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΤΙΣ ΡΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ**

Όπως προανέφερα η εφαρμογή της **Ιαματικής Λουτροθεραπείας** στις ρευματικές παθήσεις είναι κατά πολύ συχνότερη απ' ότι σε παθήσεις άλλων συστημάτων .

Γι' αυτό το λόγο θα ήθελα να αναφερθώ περισσότερο σ' αυτές .

Η ρευματική νόσος θεωρείται σήμερα μια από τις μεγαλύτερες κοινωνικές πληγές, όπως παλαιότερα ήταν η ελονοσία και η φυματίωση .

Από άποψη κοινωνικοοικονομικών επιπτώσεων έρχεται στην πρώτη θέση, συναγωνιζόμενη τα ψυχικά νοσήματα. Δεν υπάρχει άλλη ομάδα νοσημάτων που να προκαλεί τόσο πόνο σε τόσα πολλά άτομα και για τόσο μεγάλο χρονικό διάστημα .

Οι Ρευματικές παθήσεις αντιπροσωπεύουν το **20%** της χρόνιας ανικανότητας για εργασία σε βιομηχανικές κοινωνίες κάθε χρόνο.

Οι Ρευματικές παθήσεις δημιουργούν με τη θεραπεία τους, την αποκατάσταση, τις ημεραργίες και την πρώιμη αναπηρία, τις υψηλότερες δαπάνες για την εθνική οικονομία στο χώρο της υγειονομικής περίθαλψης ,αν τις συγκρίνει κανείς με τις πιο συχνές αρρώστιες, όπως είναι της καρδιάς και των αγγείων , του καρκίνου και του διαβήτη .

Οι Ρευματοπάθειες , προϋποθέτουν ημεραργίες και αναπηρία, όσο όλα τα ατυχήματα μαζί .

Μεταξύ των αντικειμενικών σκοπών της ανάπτυξης μιας χώρας διακρίνεται η υγεία και η παραγωγικότητα .

Οι Ρευματοπάθειες όπως προαναφέρθηκε έχουν ως επακόλουθο την πρώιμη φθορά του εργατικού δυναμικού με δυσμενείς επιπτώσεις, όπως στην αύξηση ημεραργιών λόγω ανικανότητας για εργασία, διόγκωση της ιατρο-φαρμακο-νοσοκομειακής περίθαλψης, καθώς επίσης την αύξηση του δείκτη αναπηρίας, πρόσκαιρης ή μόνιμης .

Σε Εθνικό επίπεδο η απώλεια εργασίας επηρεάζει την όλη οικονομία, η κακή υγεία την πλήττει σημαντικά και αν η μειωμένη αυτή απόδοση πολλαπλασιαστεί με 100, με 1000, με δεκάδες χιλιάδες, όσοι και οι ρευματοπαθείς, που ασθενούν, βλέπουμε ότι η ασθένεια τραυματίζει την προσπάθεια για την εθνική οικονομία .

## **ΠΟΙΕΣ ΡΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΩΦΕΛΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΑΜΑΤΙΚΗ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ;**

Μπορεί να πει κανείς ότι όλες οι Ρευματικές παθήσεις έχουν ένδειξη για **Ιαματική Λουτροθεραπεία**. Κατά κανόνα αποφεύγεται η θεραπεία σε μορφές ενεργείς, σε μορφές με εξάρσεις, ή βαριές αλλοιώσεις . Η ουρική αρθρίτιδα και η εκφυλιστική αρθροπάθεια ευνοούνται περισσότερο από την Ιαματική Λουτροθεραπεία. Σ' αυτήν είναι πολύ πιθανή, σε

κάποιο βαθμό τουλάχιστον, η γενική επίδραση επί του οργανισμού με την έννοια των μεταβολών στην ανταλλαγή της ύλης και τροποποίηση του εδάφους, καταστάσεις που έχουν σχέση με τις δύο αυτές μορφές .

Με την προϋπόθεση της επιλογής του μεταλλικού νερού και την εφαρμογή του προσφορότερου τρόπου χρησιμοποίησής του, τα θεραπευτικά αποτελέσματα αποβαίνουν περισσότερο ή λιγότερο ικανοποιητικά. Έτσι στις **φλεγμονώδεις** Ρευματικές παθήσεις (ρευματοειδής αρθρίτιδα, αγκυλωτική σπονδυλαρθρίτιδα) συνιστώνται τα ολιγομεταλλικά νερά, οι θειούχες πηγές με ή χωρίς ραδιενέργεια, τα λασπόλουτρα και η υδροκινησιοθεραπεία. Η **Ιαματική Λουτροθεραπεία** αποφεύγεται στις πολύ βαριές και πολύ ενεργείς μορφές με εξελικτικό χαρακτήρα. Προτιμούνται οι ήπιες και σταθεροποιημένες μορφές έστω και με υψηλή ΤΚΕ με την προϋπόθεση ο άρρωστος να κατευθύνεται από γνώστη γιατρό, οι τεχνικές που εφαρμόζονται να επιλέγονται και ο λουτρονόμος να είναι προσεκτικός .

Στην **εκφυλιστική** αρθροπάθεια η ένδειξη για Ιαματική Λουτροθεραπεία είναι σαφής. Όλα τα ιαματικά νερά βρίσκουν εφαρμογή ( θειούχα, χλωριονατριούχα, ραδιενεργά ).Ιδιαίτερο ενδιαφέρον εμφανίζουν η χρησιμοποίηση υψηλής θερμοκρασίας και ορισμένες τεχνικές όπως είναι τα τοπικά λασπόλουτρα , τα ατμόλουτρα οι υδρομαλάξεις, οι καταιονισμοί και η υδροκινησιοθεραπεία . Το **ζεστό** νερό δρα αναλγητικά και αντισπασμωδικά, το θείο αποτελεί συστατικό του αρθρικού χόνδρου , η **υδροκινησιοθεραπεία** καταπολεμά την δυσκαμψία και τις ατροφίες, τα **υπέρθερμα ραδιενεργά** νερά και τα λασπόλουτρα έχουν σε επώδυνες ιδίως μορφές ανακουφιστική δράση.

**Οι σπονδυλαρθροπάθειες** και **δισκοπάθειες** που εκδηλώνονται με τοπικό ή ριζικό πόνο (αυχναλγία, οσφυαλγία, ισχιαλγία κτλ.) ωφελούνται σε ποσοστό 70-80%. Ο πόνος υποχωρεί και η σπονδυλική στήλη γίνεται πιο εύκαμπτη. Στην εκφυλιστική αρθροπάθεια του **ισχίου** και του **γόνατος** με πρωτοπαθή αιτιολογία υπάρχει ομοφωνία για εφαρμογή υδροκινησιοθεραπείας. Σαφής ένδειξη είναι τα τοπικά λασπόλουτρα. Όσο κι αν η εκφυλιστική αρθροπάθεια του ισχίου έχει χειρουργική ένδειξη, αυτή δεν μπορεί πάντοτε να γίνει . Τότε ο άρρωστος αντιμετωπίζεται συντηρητικά με φάρμακα και φυσικοθεραπεία, στην οποία εντάσσεται και η Ιαματική Λουτροθεραπεία . Διαπιστώνεται ότι ο άρρωστος πονάει λιγότερο, βαδίζει καλύτερα, έχει πιο ελεύθερες κινήσεις και καταναλώνει λιγότερα φάρμακα.

Αναφέρθηκε προηγούμενα και η ουρική αρθρίτιδα. Σ' αυτήν εκτός από τις εξωτερικές τεχνικές (λουτρό, ατμόλουτρο, τοπικό λασπόλουτρο ) εφαρμόζεται και η ποσιθεραπεία. Η Ιαματική

Λουτροθεραπεία εφαρμόζεται για πρόληψη κλινικών εκδηλώσεων σε άτομα με προδιάθεση ή για πρόληψη των κρίσεων, καθώς επίσης και σε μορφές με τόφους ή χρόνια αρθρίτιδα ή και σε συμμετοχή του νεφρού .

Άλλη μορφή ρευματοπάθειας που έχει ένδειξη για Ιαματική Λουτροθεραπεία είναι ο καλούμενος **Εξωαρθρικός Ρευματισμός** καθώς και ο **Ψυχογενής Ρευματισμός** .

Στον εξωαρθρικό ρευματισμό εντάσσονται οι παθήσεις των μαλακών μορίων, δηλ. των τενόντων, των ελύτρων αυτών ή των ορογόνων θυλάκων. Είναι : η κάθε μορφή περιαρθρίτιδας, του ώμου, του ισχίου, του γόνατος , οι τενοντοελυτρίτιδες και οι ορογονίτιδες . Όσες από αυτές χρονίζουν ή συνοδεύονται από δυσκαμψία (όπως συμβαίνει στην περιαρθρίτιδα του ώμου) υπάρχει ένδειξη για Ιαματική Λουτροθεραπεία. Είναι έργο του γιατρού που γνωρίζει το αντικείμενο να κατευθύνει σωστά την Ιαματική Λουτροθεραπεία. Στους ψυχογενείς εξ άλλου ρευματισμούς εντάσσονται διάφορες μορφές ινοσίτιδας, κυτταρίτιδας, καθώς και οι καλούμενες λειτουργικές ραχιαλγίες. Και οι μορφές αυτές έχουν ένδειξη για Ιαματική Λουτροθεραπεία.

## **ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΕ ΜΕΤΑΤΡΑΥΜΑΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΜΕΤΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ**

Υπολειμματικοί πόνοι και δυσκαμψίες :σε κατάγματα, διαστρέμματα, εξαρθρήματα ή εγχειρήσεις ή και σε αντανεκλαστικά αλγοδυστροφικά σύνδρομα (πχ. το σύνδρομο **SUDECK- LERICHE**, το σύνδρομο ώμου χειρός ) η Ιαματική Λουτροθεραπεία έχει σαφή ένδειξη με την προϋπόθεση της σωστής επιλογής των τεχνικών μεθόδων, το ευεργετικό αποτέλεσμα μπορεί να φτάσει μέχρι 90% των περιπτώσεων. Μπορούν να αναφερθούν εδώ σαν τεχνικές επιλογές το ατμόλουτρο, το λασπόλουτρο, οι καταιονισμοί με νερό , η υδροκινησιοθεραπεία .

## **ΜΠΟΡΕΙ ΚΑΝΕΙΣ ΝΑ ΥΠΟΛΟΓΙΣΕΙ ΚΑΙ ΣΕ ΑΛΛΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΤΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ;**

Ασφαλώς ευνοεί η σωματική και ψυχική **ανάπαυση** για τις τρεις εβδομάδες που διαρκεί η Ιαματική Λουτροθεραπεία και με την απομάκρυνση από το χώρο των καθημερινών

προβλημάτων. Στο διάστημα αυτό εκτελείται και ένα είδος **ψυχοθεραπείας** με τις καθημερινές φροντίδες και την κανονική ιατρική παρακολούθηση. Ακόμη με την παραμονή σε ένα ήπιο κλίμα , σε επιμελημένα ξενοδοχεία και χώρους με ποικίλες εξυπηρετήσεις και πολιτιστικές εκδηλώσεις που βρίσκει ο λούμενος. Όλα αυτά αποτελούν πρόσθετο στοιχείο για το επιτυχές αποτέλεσμα της Ιαματικής Λουτροθεραπείας. Είναι εξ' άλλου πιθανό ότι το **STRESS** της Ιαματικής Λουτροθεραπείας δρα μέσω του συστήματος υπόφυση – επινεφρίδια .

**ΥΣΤΕΡΑ ΑΠΟ ΟΣΑ ΑΝΑΦΕΡΘΗΚΑΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ, ΠΡΟΒΑΛΛΕΙ ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ ΑΝ Ο ΑΡΡΩΣΤΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΒΡΕΙ ΤΗ ΣΧΕΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΤΙΣ ΛΟΥΤΡΟΠΗΓΕΣ ΜΑΣ Η ΑΥΤΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΟΡΓΑΝΩΘΟΥΝ ΩΣΤΕ ΝΑ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΝΟΝΤΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΣΤΙΣ ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΑΠΟΨΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ;**

Η απάντηση είναι σαφής. Οι Ελληνικές λουτροπόλεις δεν έχουν σωστή επιστημονική εκμετάλλευση. Πρέπει να γίνουν δύο πράγματα :

1. **Επιστημονικός** τομέας περιλαμβάνει: α) **Τεχνικά** έργα. Τα υδροθεραπευτήρια και άλλα βοηθητικά έργα πρέπει να προσαρμόζονται στους τρόπους χρησιμοποίησης του μεταλλικού νερού, δηλ. δεν αρκούν μόνο οι συνηθισμένοι λουτήρες, αλλά εξοπλισμοί για ατμόλουτρα, λασπόλουτρα, καταιονήσεις, πισίνες κατάλληλα κατασκευασμένες , εσωτερικές και υπαίθριες , χώροι καλλιέργειας της λάσπης , εγκαταστάσεις για εισπνευσοθεραπεία και ποσιθεραπεία. β) **Το ιατρικό έργο** να αναλαμβάνεται από γιατρούς που να γνωρίζουν τις δυνατότητες της Ιαματικής Λουτροθεραπείας . Εφαρμογείς των τεχνικών μεθόδων θα είναι ειδικοί, από κατάλληλες σχολές **λουτρονόμοι**. Το ιατρικό έργο συμπληρώνεται με τη δημιουργία κέντρων φυσικοθεραπείας, εργασιοθεραπείας και επαγγελματικού αναπροσανατολισμού του αρρώστου.

2. Ένας δεύτερος τομέας στην οργάνωση των λουτροπόλεων είναι **ο τουριστικός** . Εδώ το πεδίο δράσης είναι μεγάλο. Ειδικά στη χώρα μας οι δυνατότητες τουριστικής αξιοποίησης είναι τεράστιες , αφού οι πιο πολλές λουτροπηγές βρίσκονται κοντά στη θάλασσα και το κλίμα είναι ήπιο, ώστε η λειτουργία των υδροθεραπευτηρίων να μπορεί να διαρκεί όλο το χρόνο . Ίσως είναι σκόπιμο να αναλάβει την ευθύνη η τοπική αυτοδιοίκηση σε συνεργασία με τις τουριστικές και πολιτιστικές υπηρεσίες της χώρας.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Παρά την εφαρμογή νέων – ισχυρών φαρμακευτικών ουσιών και τις προόδους της χειρουργικής, η Ιαματική Λουτροθεραπεία διατηρεί την αξία της.

Για να αποβεί όμως επωφελής η Ιαματική Λουτροθεραπεία επιβάλλεται ν' αξιοποιηθούν οι παράγοντες δράσης του μεταλλικού νερού, που είναι το χημικό, το μηχανικό, και το θερμικό στοιχείο.

Έτσι ανάλογα με την πάθηση και την φάση της εξέλιξής της, θα επιλεγεί από εξειδικευμένο ιατρικό προσωπικό το ιαματικό νερό και οι τρόποι εφαρμογής της Ιαματικής Λουτροθεραπείας: εισπνευσιοθεραπεία, ποσιθεραπεία, εξωτερικές τεχνικές (λουτρά, υδροκινησιοθεραπεία σε πισίνες, ατμόλουτρα, λασπόλουτρα κλπ.).

Η Ιαματική Λουτροθεραπεία εφαρμόζεται σ' ένα μεγάλο αριθμό ασθενειών από τα περισσότερα συστήματα (αναπνευστικό, κυκλοφορικό, πεπτικό, νευρικό, νεφρούς, δέρμα και κυρίως από το μυοσκελετικό!).

Βεβαίως η Ιαματική Λουτροθεραπεία δεν θεραπεύει τις αλλοιώσεις του χόνδρου, αλλά συμβάλει στην ύφεση του πόνου και της δυσκαμψίας (υψηλές θερμοκρασίες), στην τόνωση των μυών (καταιονισμοί, μαλάξεις, ασκήσεις) και στην βελτίωση της κινητικότητας των αρθρώσεων (κινησιοθεραπεία).

Η χρησιμοποίηση του ιαματικού νερού σε συνδυασμό με τον βασικότερο παράγοντα της θεραπευτικής, δηλαδή τον προσωπικό διάλογο μεταξύ γιατρού και αρρώστου (με την ευρεία έννοια του όρου), που πρέπει να ασκείται κάτω από κατάλληλες συνθήκες περιβάλλοντος και ψυχολογίας, είναι περισσότερο αναγκαίος στη περίπτωση της Ιαματικής Λουτροθεραπείας.

Στην Ιαματική Λουτροθεραπεία υποβάλλονται κυρίως άτομα με χρόνιες παθήσεις όπου ο ψυχισμός του αρρώστου έχει τροποποιηθεί. Η σύγχρονη ζωή χαρακτηρίζεται από ποικιλία αντιδράσεων στον άνθρωπο. Ο ασθενής και κυρίως ο ρευματοπαθής ασθενής πάσχει περισσότερο. Στη διάρκεια της Ιαματικής Λουτροθεραπείας ο άρρωστος βρίσκεται σε ανάπαυση, μακριά από την εργασία του, χωρίς φροντίδες. Υποβάλλεται στη θεραπεία του με ευχαρίστηση και ευλάβεια.



Ανάλογη πρέπει να είναι και η ανταπόκριση που θα βρίσκει ο λούμενος στο γιατρό, τις υπηρεσίες του υδροθεραπευτηρίου και τις λουτροπόλεις . Ανέσεις, διευκολύνσεις, ψυχαγωγία, πολιτιστικές εκδηλώσεις συμπληρώνουν μια ευχάριστη παρεμβολή στη ζωή του αρρώστου. Θα απαιτηθεί για το σκοπό αυτό πληρέστερη αξιοποίηση των λουτροπηγών και καλύτερη οργάνωση των λουτροπόλεων , έργο που πρέπει να φιλοδοξούν να επιτελέσουν για το άμεσο συμφέρον τους , η Τοπική αυτοδιοίκηση και η Πολιτεία.