

Ιστορία, περιοχές και θεραπευτικές ιδιότητες



Τα ιαματικά λουτρά σίγουρα όλοι γνωρίζουμε πως υπάρχουν, ορισμένοι τα έχουν επισκεφτεί και οι περισσότεροι τα έχουν συνδυάσει αποκλειστικά με άτομα τρίτης ηλικίας.

Είναι όμως έτσι τα πράγματα;

Σήμερα ας γνωρίσουμε την ιστορία τους και που υπάρχουν στην Ελληνική επικράτεια και σε επόμενες δημοσιεύσεις θα αναλύσουμε σε ορισμένα εξ' αυτών τις πραγματικές ιαματικές τους ιδιότητες.

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..

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 2ο 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 αιώ να 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.

Συμπερασματικά βλέπουμε έως εδώ ότι τα ιαματικά λουτρά είναι αρχαία υπόθεση στην ίαση του ανθρώπου που κύρια για δυσκαμψίες, πόνους αλλά και χαλάρωσης.

Τα ιαματικά λουτρά στη Ελλάδα.

Δεν είναι λίγα σε λειτουργία σήμερα, αλλά περίεργα πως όλα έχουν περάσει στις συνειδήσεις μας ως χώρος συνάθροισης γερόντων και μάλιστα πασχόντων από αρθρίτιδες και ρευματισμούς.

Στα ποιο γνωστά ερευνητές έχουν αναφέρει όντως ιαματικές δραστικές ουσίες που ουσιαστικά ενισχύουν το κυκλοφορικό σύστημα και αρματώνουν χόνδρους και οστά με μια παράλληλη αντιφλεγμονώδη δράση.

Πέραν αυτών δημιουργούν μια χαλάρωση σε καταπονημένους μύς και τένοντες,

έτσι ώ στε οι επισκέπτες τους να απαλλάσσονται έστω και πρόσκαιρα σε μια ανακούφιση από τους δυσάρεστους πόνους.

Γεγονός είναι ότι αν θες να βασιστείς σε λουτροθεραπεία, θα πρέπει οι επισκέψεις σου σε ιαματικά λουτρά να είναι συχνές και όχι μια φορά των χρόνo για πέντε δέκα φορές (συνεδρίες)

Πιθανολογώ ότι αυτό, σε ένα συνδυασμό με άλλα θεραπευτικά μέσα δημιουργούν αυτή την εικόνα εγκατάλειψης σήμερα.



Ιαματικά λουτρά σε λειτουργιά.

Έναν απλό κατάλογο με αλφαβητική σειρά σας παραθέτω σήμερα χωρίς ωστόσο να γνωρίζω με ακρίβεια λειτουργικές λεπτομέρειες κάτι που θα συνιστούσα να σίγουρα να ερευνήσετε εσείς στην περίπτωση που θα αποφασίσετε να επισκεφτείτε κάποιο από αυτά.

· Αγία Παρασκευή. Χαλκιδική.
Μια μικρή Λουτρόπολη, με υδροθεραπευτήριο (SPA).

Το νερό των πηγών ενδείκνυται για πολλές παθήσεις όπως αυτές των οστών, των αρθρώσεων και των μυών, καθώς και για δερματικές παθήσεις.

· Αιδηψός. Εύβοια
Τα ιαματικά λουτρά της Αιδηψού, είναι γνωστά από τα αρχαιοελληνικά χρόνια με ιστορία μεγαλύτερη των 20.000 ετών.

Αναφέρονται από τον Αριστοτέλη και τον Στράβωνα και σήμερα αποτελούν ίσως την πιο ονομαστή λουτρόπολη της Ελλάδας.

· Αμμουδάρια. Καστοριά
Το κέντρο θεραπείας ενδείκνυται για τις παθήσεις των άκρων και για τις ρευματοπάθειες.

· Απολλωνία Θεσσαλονίκη.
Στις όχθες της λίμνης Βόλβης θα βρείτε υδροθεραπευτήριο της Απολλωνίας. Είναι κατάλληλα για αρθρικά και δερματικά νοσήματα, καθώς και παθήσεις των περιφερειακών νεύρων.

· Γεννησέα. Ξάνθη
Η ιαματική πηγή της Γεννησέας ενδείκνυται ιδιαίτερα για τις παθήσεις του δέρματος, του νευρικού συστήματος και για την ίαση ρευματοπαθειών.

· **Ελευθερές. Καβάλα**

Οι τέσσερις θερμές πηγές θεραπεύουν τους ρευματισμούς, τις αρθρίτιδες, γυναικολογικά προβλήματα, ενώ παράλληλα χαλαρώνουν το μυϊκό και νευρικό σύστημα.

· **Ζάκυνθος**

Στην περιοχή Καρώ νης, βρίσκεται μία πανέμορφη μικρή παραλία με βότσαλα, τα Ξύγγια, 20 χλμ. βόρεια της πόλης της Ζακύνθου.

Η θάλασσα γύρω από τη θειούχα πηγή έχει χρώμα λευκό, το οποίο οφείλεται στις κροκίδες κολλοειδούς θείου, που προέρχονται από την αναγωγή θειικών και θειούχων ενώσεων.

Απαλύνει το δέρμα, εξαλείφει τις ρυτίδες, θεραπεύει δερματικές παθήσεις.

· **Θέρμη. Θεσσαλονίκη**

Έξω από τη Θεσσαλονίκη, υπάρχουν τα ομώνυμα λουτρά με θειούχες ιαματικές πηγές.

· **Θερμοπύλες. Φθιώτιδα.**

Σε σαλπινγίτιδες και σε περιπτώσεις στενώσεων ή υπερτροφικών των ωοθηκών και γενικότερα σε γυναικολογικές ασθένειες.

· **Ικαρία**

Οι πηγές στην Ικαρία, θεωρούνται μεταξύ των πλέον ραδιενεργών πηγών της υδρογείου.

Το ραδόνιο εισπνεόμενο ή από την απορρόφηση από το δέρμα νερό των πηγών δρα ευεργετικά στις νευρίτιδες και νευραλγίες.

Συντελεί στην αποβολή του ουρικού οξέως.

Η παρουσία οιστρογόνων στις πηγές Μουσταφά και Σπηλαίου ωφελούν στις γυναικολογικές παθήσεις.

· Καβάσιλα. Ιωάννινα

Το ιαματικό, θερμό-μεταλλικό νερό τους θεραπεύει ρευματισμούς, αρθροπάθειες και δερματοπάθειες.

· Καϊάφας. Ηλεία

Για τις αρθριτικές, δερματικές και γυναικολογικές παθήσεις, στις χολολιθιάσεις και ηπατίτιδες, στις παθήσεις του γαστρεντερικού συστήματος, στις υποτονικές δυσπεψίες και στις ατονικές δυσκοιλιότητες από χολική ανεπάρκεια.

· Καμένα Βούρλα. Φθιώτιδα

Για τις παθήσεις του κυκλοφοριακού συστήματος, ρευματισμών, δερματοπαθειών και γενικότερα γυναικολογικών προβλημάτων.

· Κυλλήνη. Ηλεία.

Κατάλληλα για το βρογχικό άσθμα, εμφύσημα, χρόνιες βρογχίτιδες, αναπνευστική ανεπάρκεια.

· Κως.

Τα καυτά νερά καταλήγουν στη θάλασσα κι έχουν μεγάλη περιεκτικότητα σε θειάφι.

Κάνουν καλό σε αρθρίτιδες, δερματοπάθειες, εφιδρωτικές καταστάσεις, κυκλοφορικές διαταραχές, νευρώσεις, παραλύσεις, ρευματισμούς.

· Λαγκαδάς. Θεσσαλονίκη

Τα λουτρά του Λαγκαδά είναι κατάλληλα για αρθριτικά και ρευματικά νοσήματα καθώς και παθήσεις των περιφερικών νεύρων.

· Μύρινα. Λήμνος

Κατάλληλα νερά για αρθρίτιδα, λοιμώξεις των ουροφόρων οδών και παθήσεις των νεφρών.

· Λουτρά Ηραίας. Αρκαδία.

Τα θειούχα και σιδηρούχα νερά των πηγών είναι τα πλέον ενδεδειγμένα ιατρικά, με αποδεδειγμένες θεραπευτικές ιδιότητες για αρθρίτιδες, αυχενικό σύνδρομο, γυναικολογικά προβλήματα, προβλήματα στο κυκλοφορικό και νευρικό σύστημα, οστεοπόρωση, ρευματισμούς.

· Λουτράκι. Κορινθία

Η πρώτη αναφορά στα ιαματικά νερά του Λουτρακίου γίνεται στον Ξενοφώντα.

Θεσμός έχει γίνει στο Λουτράκι και το Μεσογειακό Συνέδριο Ιαματικής Ιατρικής.

· Λουτράκι. Πέλλας

Οι θεραπευτικές ιδιότητες των νερών είναι απεριόριστες και αναφέρονται σε παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος, ρευματοπάθειες, δερματοπάθειες και προβλήματα του πεπτικού και του κυκλοφορικού συστήματος κ.ά.

· Μήλος

Τα ιαματικά λουτρά του νησιού ήταν γνωστά από την αρχαιότητα.

Ο Ιπποκράτης τα αναφέρει στο Ε' βιβλίο του «Περί Επιδημιών». Αναφορά σε αυτά κάνει πολύ αργότερα, το 1771 και ο γάλλος καθηγητής της Βοτανικής Pitton de Tournefort στα «περιηγητικά» του κείμενα.

Ιδανικά νερά για τις ρευματοειδείς αρθρίτιδες, στις παθήσεις των περιφερειακών νεύρων, τις γυναικολογικές παθήσεις και στις δερματικές.

· Νίσυρος

Τα λουτρά λειτουργούν από το 1870 και πηγαίνουν άνθρωποι που ταλαιπωρούνται από διάφορες παθήσεις, όπως ρευματισμούς, αρθρίτιδες, αυχενικά, κατάγματα κ.ά.

Η θερμοκρασία του νερού φθάνει τους 50 βαθμούς Κελσίου, ενώ λέγεται ότι το νησί επισκεπτόταν συχνά για θεραπευτικούς λόγους και ο Ιπποκράτης.

· Πικρολίμνη. Κιλκίς

Οι θειούχες λάσπες περιέχουν σημαντική ποσότητα θειούχων ενώσεων και νιτρικών αλάτων που όταν θερμαίνονται διεισδύουν στον οργανισμό μέσω του δέρματος επιδρώντας στις απολήξεις των νεύρων.

Επιδρά καταπραϋντικά σε μυο-σκελετικά προβλήματα, ρευματισμούς, αρθριτικά, οσφυαλγία, ισχιαλγία, δισκο-κήλη, δερματοπάθειες, σαλπγγίτιδες.

· Πλατύστομο. Φθιώτιδα

Ιδανικά ιαματικά νερά για την παχυσαρκία, τα αρθριτικά, μικρή ανεπάρκεια ήπατος, νεφρολιθίαση, [κυστίτιδα](#), δυσπεψία, δυσκοιλιότητα.

· Πόζαρ. Πέλλα

Λουτρόπολη της Αριδαίας πριν την Έδεσσα με θερμά ιαματικά νερά κατάλληλα και για πόσιμα καταπολεμώντας τις πέτρες στα νεφρά.

· Πολιχνίτος. Λέσβος

Η θερμοκρασία του νερού είναι μεταξύ 67 και 92 βαθμών Κελσίου και στους λουτήρες μεταξύ 42 και 44 βαθμών Κελσίου.

Ιαματικά θεωρούνται εφάμιλλες του Βισμπάντεν της Γερμανίας και έχουν θεραπευτικές ιδιότητες και πέρα από τις χαλαρωτικές για χρόνιους ρευματισμούς, δευτεροπαθείς δερματικές παθήσεις, φλεγμονώδεις παθήσεις γυναικολογικής προέλευσης, δυσλειτουργία σαλπίγγων κ.ά.

· Πρέβεζα

Εκτός των κλασικών θεραπειών τα λουτρά προσφέρονται και για τις ραχίτιδες.

· Παρθέσι. Δράμα.

Η διαπεραστική μυρωδιά του θείου αναμιγνύεται έντονα με άρωμα βασιλικού.. Η θερμοκρασία των ιαματικών νερών είναι 47 °C, και θεραπεύει τις δερματοπάθειες.

· Σιδηρόκαστρο. Σέρρες

Οι ιδιότητες του νερού είναι τέτοιες που μπορούν να βοηθήσουν τις παθήσεις και τα προβλήματα των άκρων καθώς και κάποια γυναικολογικά προβλήματα.

· Σμόκοβο. Καρδίτσα

Τα ευεργετικά συστατικά του νερού τους θεραπεύουν μια μεγάλη γκάμα παθήσεων, με πρώτες τις ρευματοπάθειες και τις παθήσεις των αναπνευστικών οδών.

· Σουρωτή. Θεσσαλονίκη

Κοντά στη Θεσσαλονίκη, υπάρχει πηγή με πόσιμο θεραπευτικό νερό που διευκολύνει την πέψη και έχει διουρητική δράση.

· Τραϊνούπολη. Έβρος.

Οι παθήσεις που θεραπεύει η πηγή της Τραϊνούπολης είναι οι ρευματισμοί, νευρίτιδες και νευραλγίες, δερματοπάθειες και γυναικολογικά προβλήματα, παθήσεις των νεφρών, του ήπατος και της χολής, αναπνευστικές δυσλειτουργίες, κ.ά.

· Τρύφοι. Αιτωλοακαρνανία

Το υδροθεραπευτήριο του Τρύφου προσφέρει και ποσιθεραπεία, μαζί με τις κλασικές μεθόδους υδροθεραπείας, κυρίως για την εξάλειψη των πεπτικών και εντερικών διαταραχών.

· Υπάτη. Φθιώτιδα

Το νερό της πηγής βοηθά στο δύσκολο πρόβλημα των ημικρανιών.

Επίσης ενδείκνυται για καρδιοαγγειακές παθήσεις, μυϊκά προβλήματα και παθήσεις του νευρικού συστήματος.

Τον Νοέμβριο του 2014 αναγνωρίστηκαν πέντε νέες ιαματικές πηγές στην Ελλάδα και οι σχετικές αποφάσεις δημοσιεύθηκαν στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως.

Πρόκειται για τις Ιαματικές Πηγές Σουρωτής, Κυλλήνης, Θερμών Σύλλα, Φρύνης Σκουρτανιώτη και Γιάλτρας Αιδηψού.

Επίλογος:

Είναι γεγονός ότι το θέμα των ιαματικών λουτρών δεν θα μπορούσε να ολοκληρωθεί μέσα σε μια δημοσίευση και γι' αυτό τον λόγο δεσμεύομαι ότι την πρώτη αυτή συνοπτική μου αναφορά θα την συνοδεύσουν και άλλες δημοσιεύσεις και παρουσιάσεις. Εγκαταστάσεων.

Γιώργος Ερισιάνος Κυριακού
Φαρμακοποιός.

Πηγή: bio365.blogspot.gr