

# **Η ΑΕΙΦΟΡΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΧΡΟΝΙΑ**



**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΠΑΤΡΑΣ**  
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

Φοιτήτρια Αλιμπινίση Ειρήνη

Εισηγήτρια Ιγγλέση Μαρία

Πάτρα 2010

«Η επιστήμη ερμηνεύει τη δυναμική σχέση του ανθρώπου  
με την πραγματικότητα που τον περιβάλλει.»

Τζορτζ Σανταγιάνα

«Για τη μητέρα, το παιδί είναι το παν,  
ενώ, γι' αυτό, η μητέρα είναι ένας κρίκος  
μόνο στην όλη αλυσίδα της ζωής του.»

Αφιερωμένο στον γιο μου, Ιωάννη.

**Η ΑΕΙΦΟΡΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ  
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΧΡΟΝΙΑ**

Εισαγωγή.....	5
1.Τα μυστικά του βυθού.....	6-7
2.Τουρισμός Υγείας.....	8-12
3.Τουρισμός Ευεξίας.....	13-14
4.Αρχές & Ιδιότητες του Νερού.....	15-17
5.Ιαματικά Νερά & Φυσικές Πηγές.....	18-21
6.Ιαματικοί Φυσικοί Πόροι .....	22-24
7.Τρόποι Χρησιμοποίησης του Ιαματικού Νερού.....	25-26
8.Μορφές Υδροθεραπείας.....	27-29
9.Θεραπευτικές Ενδείξεις & Αντενδείξεις της Ιαματικής Λουτροθεραπείας.....	30-32
10.Θεραπείες.....	33-35
11.Υδροθεραπεία.....	36-38
12.Υδροθεραπεία με Ιαματικό Νερό (Λουτροθεραπεία).....	39-42
13.Υδροθεραπεία με Θαλασσινό Νερό (Θαλασσοθεραπεία).....	43-45
14.Ειδικές Τεχνικές Υδροθεραπείας.....	46-48
15.Ευρώπη-Ιαματικός Τουρισμός.....	49-52
16.Η Ανταγωνιστικότητα και η Σημασία της Τουριστικής Οικονομίας.....	53-60
Βιβλιογραφία.....	61-62

# Εισαγωγή

Η προσωρινή, μικρής χρονικής διάρκειας, μετακίνηση των ανθρώπων σε προορισμούς εκτός του συνήθη τόπου διαμονής ή εργασίας τους, καθώς και οι δραστηριότητες κατά τη διάρκεια της παραμονής τους, στους προορισμούς αυτούς, συγκροτεί εννοιολογικά την παγκόσμια κοινωνικοοικονομική δράση που ονομάζουμε τουρισμό. Οι διακοπές που κατά το παρελθόν αποτελούσαν πολυτέλεια έχουν βαθμιαία εξελιχθεί σε τρόπο ζωής, ένα δικαίωμα, για τους περισσότερους κατοίκους των ανεπτυγμένων χωρών.

Η «κατανάλωση της ευχαρίστησης» εκτιμάται ότι αποτελεί πλέον το σημαντικότερο σημείο εστίασης του ανθρώπινου ενδιαφέροντος. Τα τελευταία χρόνια έχουν ήδη διαπιστωθεί αρκετές αλλαγές που σηματοδοτούν μία νέα εποχή στον τουρισμό. Οι αλλαγές αυτές είναι αποτέλεσμα άλλων ευρύτερων αλλαγών που συμβαίνουν στην οικονομία, στους θεσμούς, στην τεχνολογία, στο περιβάλλον, στις αξίες που διαμορφώνουν τις επιλογές του καταναλωτή γενικότερα, και άρα του τουρίστα. Παρατηρείται μία κόπωση σε μεγάλο αριθμό τουριστών από τα προϊόντα του μαζικού τουρισμού. Ο καταναλωτής γίνεται περισσότερο απαιτητικός, αναζητά νέα προϊόντα και η επιλογή για τόπο προορισμού είναι περισσότερο συνειδητή. Ευαισθητοποίηση σε θέματα ποιότητας περιβάλλοντος, αποφυγή περιοχών με προβλήματα ρύπανσης, περιοχών υπέρ- εμπορευματοποιημένων. Ο καταναλωτής – τουρίστας επιθυμεί και απαιτεί περισσότερο αυθεντικές εμπειρίες.

Η μετάβαση έτσι, από ένα παθητικό μοντέλο τουρισμού όπου ο καταναλωτής – επισκέπτης γίνεται αντικείμενο περιποιήσεων, σε ένα νέο όπου ο τουρίστας διεκδικεί ένα πιο ενεργό ρόλο κατά την παραμονή του και αφορά την προσωπική του αναψυχή, ψυχαγωγία είναι γεγονός και ζητούμενο.

# Τα μυστικά του βυθού



Αυτό το καλοκαίρι μην αρκεστείτε σε μια βουτιά στο βυθό για να ανακαλύψετε τις ομορφιές του. Η θάλασσα έχει και άλλα «κρυμμένα» μυστικά, με μοναδικά οφέλη για την υγεία και την ομορφιά σας. Τα παράγωγα του θαλασσινού νερού, όπως τα φύκια και η λάσπη, λόγω της πληθώρας των μετάλλων και των ιχνοστοιχείων που περιέχουν (χλώριο, νάτριο, ασβέστιο, κάλιο, ιώδιο κ.ά.), έχουν τρεις βασικές ιδιότητες: αντιφλεγμονώδεις, αναλγητικές και μυοχαλαρωτικές. Συγκεκριμένα: Θαλασσινό νερό : Βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος και συμβάλλει στην αποτοξίνωση του οργανισμού. Όταν, μάλιστα, είναι ζεστό (σε θερμοκρασία 34-39ο C), «ανοίγει» τους πόρους της επιδερμίδας, ώστε να διεισδύσουν σε μεγαλύτερο βάθος τα πολύτιμα συστατικά του.

**Αλάτι** : Τα θαλάσσια άλατα απομακρύνουν τα νεκρά κύτταρα της επιδερμίδας, ενεργοποιούν τη μικροκυκλοφορία των ιστών και βελτιώνουν την υφή της. Φύκια : Όλα τα θρεπτικά στοιχεία του θαλασσινού νερού τα βρίσκουμε και στα φύκια, σε συγκεντρώσεις όμως 50.000 φορές μεγαλύτερες! Είκοσι χιλιάδες ποικιλίες και είδη φυκιών από όλο τον κόσμο μετατρέπονται σε μορφή πούδρας και χρησιμοποιούνται σε προϊόντα περιποίησης. Ανάλογα με το χρώμα τους (υπάρχουν καφέ, κόκκινα, μπλε και πράσινα), έχουν και διαφορετικές ιδιότητες. Βοηθούν την αύξηση του μεταβολισμού, συμβάλλουν στη βαθιά απολέπιση του σώματος, καταπολεμούν την κυτταρίτιδα, ενυδατώνουν, θρέφουν και οξυγονώνουν τους ιστούς, επιτυγχάνοντας επιδερμική σύσφιγξη.

**Λάσπη** : Η θαλάσσια λάσπη έχει πολύ έντονη μυοχαλαρωτική δράση και είναι πλούσια σε μεταλλικά στοιχεία. Επίσης, λόγω της ιδιότητάς της να συγκρατεί πολλή θερμότητα, διαστέλλει τους πόρους της επιδερμίδας και αφήνει τα συστατικά της να διεισδύσουν σε βάθος. Σημαντική, ωστόσο, θεωρείται και η προέλευσή της. Η λάσπη από τη Νεκρά Θάλασσα θεωρείται η καλύτερη, καθώς όλα τα ευεργετικά της στοιχεία βρίσκονται σε πολύ υψηλότερες συγκεντρώσεις (μέχρι και 150 φορές) συγκριτικά με άλλες θάλασσες.

# ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΥΓΕΙΑΣ

---



## Χαρακτηριστικά - Κατηγορίες Τουρισμού Υγείας

---

Ο Τουρισμός Υγείας, εντάσσεται στην κατηγορία του Ειδικού Τουρισμού και συνδυάζει διακοπές και θεραπεία. Διακρίνεται σε τρεις (3) τύπους, τον Θεραπευτικό-Ιαματικό, τον Τουρισμό Αναζωογόνησης και τον Τουρισμό Αναπήρων, ενώ τα τελευταία χρόνια υπάρχει μια τάση για ανάπτυξη του Τουρισμού Παραχείμασης με πρακτικές θεραπευτικού τουρισμού, για άτομα τρίτης ηλικίας.

Μια νέα αντίληψη αξιοποίησης των Λουτροπόλεων είναι και η Προληπτική Αγωγή με Λουτροθεραπεία.



## Κοινωνική - Οικονομική Σημασία

Η καταγραφή των κοινωνικών επιπτώσεων του Τουρισμού Υγείας έχει ιδιαίτερη σημασία.

- Ο Θεραπευτικός Τουρισμός συμβάλλει ιδιαίτερα στο αίτημα “υγεία για όλους”.
- Στον Τουρισμό Αναζωογόνησης κυριαρχεί η ανάγκη αυτοεπιβεβαίωσης και κοινωνικής αποδοχής των ατόμων ενώ,
- Ο Τουρισμός Αναπήρων, παρέχει την δυνατότητα συμμετοχής των ατόμων αυτών, σε όλες τις ανθρώπινες δραστηριότητες και την ανάγκη να μην αποκλείονται από το κοινωνικό σύνολο.

Τα οικονομικά οφέλη για την τοπική οικονομία είναι ιδιαίτερα ελκυστικά. Περιοχές που μέχρι σήμερα ήταν αναξιοποίητες ή και άγνωστες δέχονται αξιόλογες ευκαιρίες για ανάπτυξη. Είτε αφορά σε ιατρικούς λόγους είτε σε λόγους ευεξίας, η ζήτηση που εκδηλώνεται παρουσιάζει κάθε χρόνο αλματώδη αύξηση, γεγονός που από την άλλη πλευρά της προσφοράς, οδηγεί σε σειρά στρατηγικών κινήσεων μεταξύ του υφιστάμενου ανταγωνισμού αλλά προσελκύει και σημαντικά επενδυτικά κεφάλαια.

Από την σκοπιά του γιατρού η απάντηση στο ερώτημα αν ο γιατρός πρέπει να συμμετέχει στον σχεδιασμό μίας Λουτρόπολης είναι καταφατική. Ο γιατρός πρέπει σε κάθε φάση σχεδιασμού να επισημαίνει τις ανάγκες που πρέπει να καλύψει η Λουτρόπολη και να προσαρμόζεται στις ενδείξεις του ιαματικού αγαθού (νερό ή κλίμα).

Για την Ίδρυση και Λειτουργία μιας Λουτρόπολης οι ενέργειες που απαιτούνται είναι σύνθετες και τα προβλήματα που πρέπει να επιλυθούν πολλά και ποικίλα. Με βάση τις ανάγκες κάθε περιοχής εξασφαλίζεται η έκταση, εκπονούνται οι απαραίτητες τεχνικές και οικονομικές μελέτες, εκτελούνται τα έργα και τέλος συστήνεται “Φορέας Εκμετάλλευσης”.

Για να ανοίξει όμως ο δρόμος της σωστής εκμετάλλευσης πρέπει να χρησιμοποιηθούν τα κατάλληλα κλειδιά. Ένα από αυτά είναι το Marketing, το οποίο περιλαμβάνει την Οργάνωση, το Πρόγραμμα και το Σχέδιο εφαρμογής.

Η Χρηματοδότηση για την υλοποίηση του προγράμματος ίδρυσης Λουτρόπολης μπορεί να εξασφαλισθεί:

- με ίδια χρηματοδότηση του Επενδυτή
- με τραπεζικό δανεισμό σε συνδυασμό με επιχορήγηση του Δημοσίου
- με ένταξη σε προγράμματα της Ε.Ε.
- σε συνδυασμό των πιο πάνω Πηγών

### Συμβολή του Τουρισμού Υγείας στην Περιφερειακή Ανάπτυξη

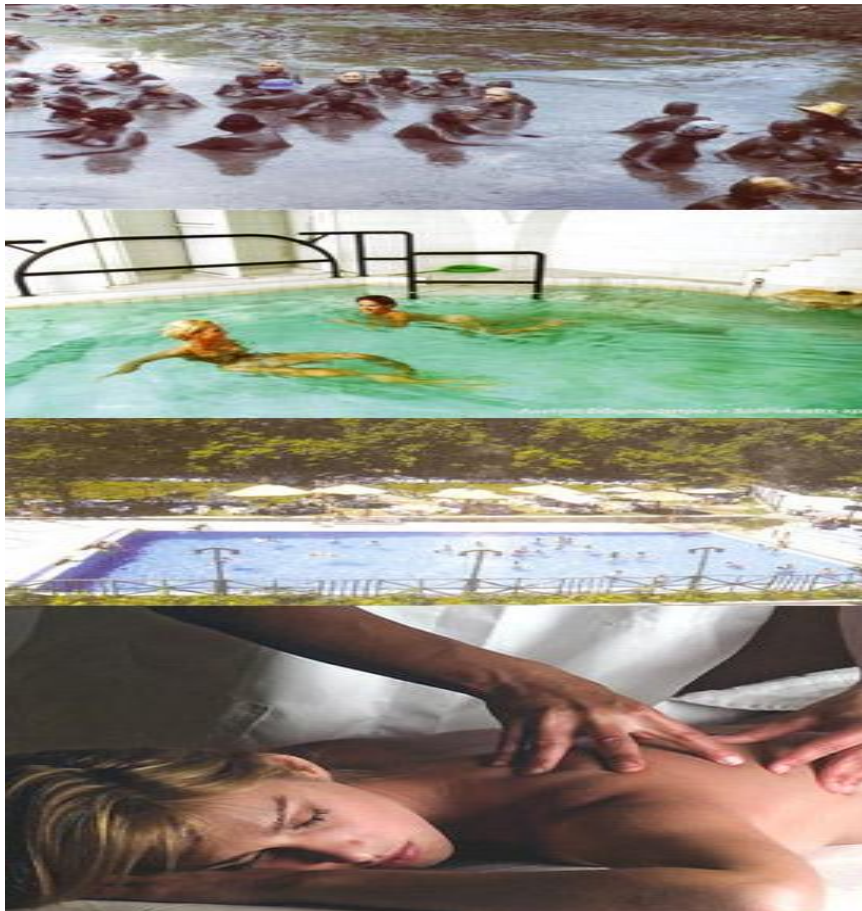
Η Ελλάδα είναι γνωστή για τον αρχαίο πολιτισμό της, τον ήλιο και την θάλασσα, λίγοι όμως γνωρίζουν την αξία του φυσικού της πλούτου. Η τουριστική εκμετάλλευση των φυσικών πόρων της Χώρας μας, με την ευρεία εξάπλωση τους θα μπορούσαν να ενδυναμώσουν τον ρόλο των άλλων τουριστικών πόλων έλξεων.



Η Χώρα μας με τον πλούτο των ιαματικών πηγών της, 750 από τις οποίες είναι αξιοποιήσιμες μπορεί κάλλιστα να προσπαθήσει να αναπτύξει τον υψηλού επιπέδου Ιαματικό Τουρισμό με αξιώσεις συναγωνισμού με τον αντίστοιχο της Κεντρικής Ευρώπης.

Η γεωγραφική κατανομή του ιαματικού δυναμικού της Χώρας, όσο και τα συγκριτικά στοιχεία κίνησης και ιαματικής εξειδίκευσης των πηγών επιτρέπουν την χωροταξική, αναπτυξιακή και λειτουργική ένταξη των ιαματικών πηγών κάθε περιοχής τόσο σε επίπεδο Περιφέρειας όσο και σε επίπεδο Χώρας, προδιαγράφοντας κατευθύνσεις, μεγέθη και υποδομές για την ανάπτυξη τους.

Οι κατευθύνσεις αξιοποίησης συναρτώνται με τις προσδιοριστικές παραμέτρους και διαμορφώνονται από τις αρχές της φιλοσοφίας προσέγγισης των ζητημάτων ανάπτυξης. Οι ταχείες εξελίξεις και η ανάγκη μίας ευρύτερης ανάπτυξης, οδηγούν στην ανάγκη Σχεδιασμού, για μεθοδική και οικονομική - τεχνική εκμετάλλευση τους, ώστε να προκαλέσει το διεθνές ενδιαφέρον και συγχρόνως τους δυναμικούς Επενδυτές και Επιχειρηματίες.

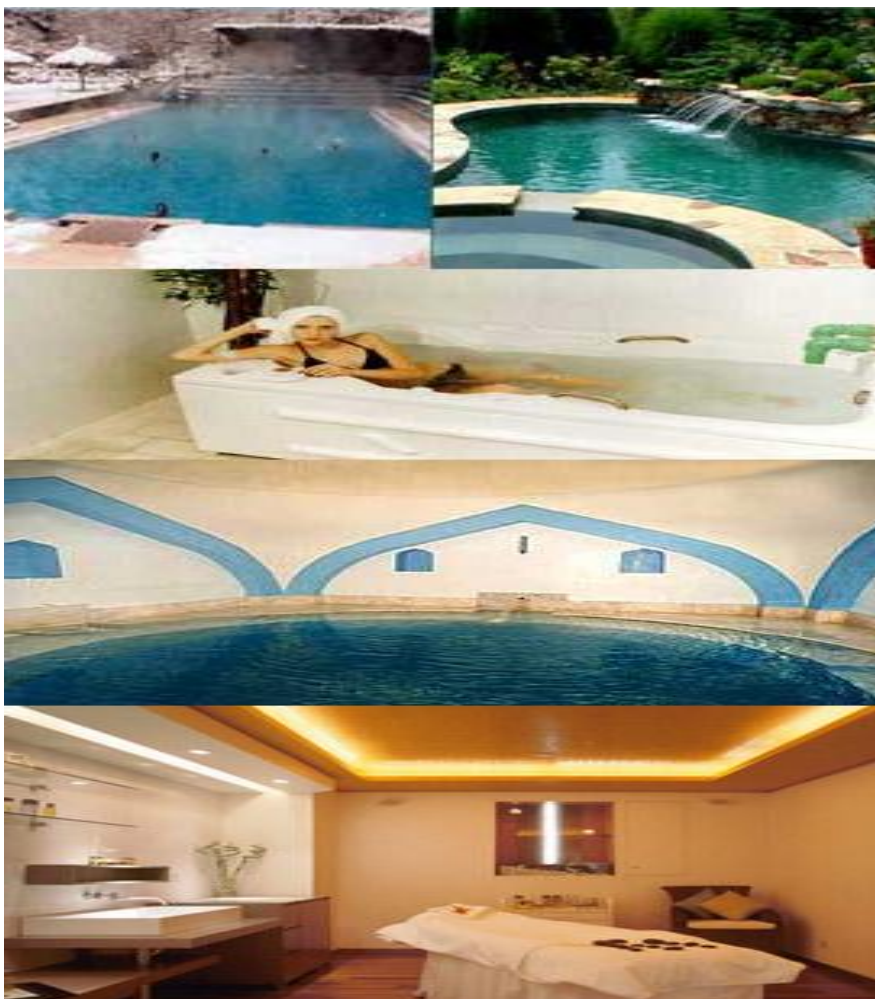


Συνοψίζοντας λοιπόν, οι Λουτροπόλεις μέχρι πρόσφατα ήταν χώροι συγκέντρωσης ατόμων, που πλησίαζαν ή βρίσκονταν στην τρίτη ηλικία, με σκοπό την αντιμετώπιση κάποιου προβλήματος υγείας σε συνδυασμό με την αλλαγή περιβάλλοντος και την ανάνηψη.

Για πολλούς από αυτούς ήταν η μοναδική περίοδος διακοπών και μετακινήσεως από τον τόπο διαμονής τους, ειδικά των χαμηλών εισοδηματικών τάξεων. Σήμερα πολλές Λουτροπόλεις έχουν προσαρμοσθεί στις μοντέρνες ιατρικές απαιτήσεις. Ιδρύουν Κέντρα Υγείας και Αναψυχής και προσφέρουν σύγχρονες θεραπείες για την υπερένταση και τις άλλες μοντέρνες ασθένειες.

Η φιλοσοφία των Λουτροπόλεων είναι:

*“ο μόνος τρόπος να αποκτήσεις μία όμορφη ζωή είναι να μάθεις να αναπαύεις τον νου και το σώμα”*



Κάποτε οι κοινωνικά φιλόδοξοι πήγαιναν στις Λουτροπόλεις για επαφές και γνωριμίες. Οι πλούσιοι ήθελαν να είναι κοντά στους αριστοκράτες και οι αριστοκράτες απολάμβαναν την παρουσία των βασιλιάδων. Σήμερα η επίσκεψη σε Λουτρόπολη στο εξωτερικό εξακολουθεί να είναι σύμβολο κοινωνικής θέσης. Αν και η φήμη των Λουτροπόλεων οφείλεται στο παρελθόν, υφίσταται ένα υγιές παρόν και διαφαίνεται ένα ασφαλές μέλλον.

# Τουρισμός Ευεξίας



Ο Τουρισμός Ευεξίας, όπως αναφέρεται στη μελέτη, αποτελεί την πιο σύγχρονη μορφή Τουρισμού Υγείας και προωθείται παγκοσμίως. Όταν εμφανίστηκε ο συγκεκριμένος κλάδος απευθυνόταν μόνο σε πελάτες υψηλής οικονομικής επιφάνειας. Σήμερα ο Τουρισμός ευεξίας απευθύνεται στο μεγαλύτερο μέγεθος της αγοράς, καθώς εμφανίζονται διαρκώς νέα κέντρα τα οποία απευθύνονται σε πελάτες με περιορισμένες οικονομικές δυνατότητες, αφού παρέχουν υπηρεσίες διαμονής και ευεξίας σε χαμηλότερο κόστος.

Συχνά η κοινή γνώμη αντιλαμβάνεται μόνο τη δεύτερη παράμετρο του Τουρισμού Υγείας και περιορίζεται στον Τουρισμό Ευεξίας .Οι λόγοι που οδηγούν στην αύξηση της ζήτησης για πρόληψη ασθενειών και νοσημάτων μέσω της αναζωογόνησης και της χαλάρωσης .Το αποτέλεσμα είναι να στρέφεται η προσοχή επιχειρηματιών και κοινού σε αυτές τις υπηρεσίες.

Στις πολλές χώρες το Σύστημα Υγείας είναι ιδιαίτερα περιπολικό και βασίζεται στην κρατική ή ιδιωτική ασφάλιση. Παράλληλα οι διαδικασίες που μεσολαβούν από την περίθαλψη του ασθενούς είναι ιδιαίτερα χρονοβόρες , αφού υπάρχουν τεράστιες λίστες αναμονής .Ενδεικτικά πρέπει να αναφερθεί ότι στη Μεγάλη Βρετανία το χρονικό διάστημα αυτό μπορεί να ξεπεράσει και τους 18 μήνες .Σε τέτοιες περιπτώσεις πολλοί ασθενείς επιλέγουν να μεταβούν σε χώρες όπως η Ινδία , η Σιγκαπούρη , οι Φιλιππίνες , η Κόστα Ρίκα , η Τουρκία , το Ισραήλ , η Μαλαισία, η Νότια Αφρική , η Λιθουανία και η Κούβα για να εγχειριστούν. Σε ορισμένες από αυτές τις χώρες δεν απαιτείται ασφάλιση, ενώ το κόστος φτάνει να είναι μέχρι και 70% λιγότερο.

Είναι σαφές ότι το χαμηλότερο κόστος και η ελαχιστοποίηση της αναμονής αντισταθμίζουν τη χαμηλή προσφερόμενη ποιότητα στο μυαλό των υποψήφιων πελατών.

Ο τομέας αυτός αναμένεται να αναπτυχθεί περισσότερο όσο καθυστερούν οι διαδικασίες της Αμοιβαίας Αναγνώρισης Ασφάλισης και η επίλυση των προβλημάτων που ταλανίζουν τα ασφαλιστικά ταμεία των προηγμένων χωρών.

Δεδομένων των υψηλών ποσοστών επιδότησης που παρέχονται μέσω του Αναπτυξιακού Νόμου, σε επιχειρηματικά σχέδια που αφορούν στις δύο παραπάνω μορφές Τουρισμού (Υγεία - Ευεξία) σε ολόκληρη την ελληνική επικράτεια, το Τμήμα Αναπτυξιακών Προγραμμάτων της COSMOS Συμβουλευτική βρίσκεται στη διάθεσή των ενδιαφερόμενων επενδυτών, προκειμένου να τους ενημερώσει για τις σημαντικές ευκαιρίες χρηματοδότησης και όλες τις υπόλοιπες παραμέτρους του επιχειρησιακού σχεδιασμού για τους συγκεκριμένους τομείς.

# Αρχές και ιδιότητες του νερού



## Άνωση

---

Σύμφωνα με την αρχή του Αρχιμήδη, όταν ένα σώμα είναι πλήρως ή μερικώς βυθισμένο σε ένα ρευστό σε ηρεμία, υφίσταται μία ανοδική ώθηση ίση με το βάρος του ρευστού που εκτοπίζεται. Αυτή η ανοδική ώθηση ονομάζεται άνωση. Με την βοήθεια της άνωσης οι κινήσεις των άνω και κάτω άκρων καθώς και της σπονδυλικής στήλης γίνονται πιο εύκολα και ελεύθερα γιατί δεν υπάρχει φόρτιση στις αρθρώσεις προάγοντας και διατηρώντας έτσι την μυοσκελετική λειτουργία σε παθήσεις που η φόρτιση δεν επιτρέπεται ή δεν είναι δυνατή.

Κατά την εμβύθιση ενός ασθενούς το ποσό του βάρους του σώματος που υποστηρίζεται από τα κάτω άκρα είναι ανάλογο του βάθους του νερού. Έτσι όταν ένας ασθενής έχει βυθιστεί μέχρι το ύψος της λεκάνης το βάρος που υποστηρίζεται από τα άκρα αντιστοιχεί στο 50% του κανονικού βάρους του ατόμου. Ενώ όταν ένας ασθενής βυθίζεται μέχρι τον θώρακα και τον αυχένα το βάρος που υποστηρίζεται είναι 30% και 10% του κανονικού βάρους αντίστοιχα.

## Υδροστατική Πίεση

Η υδροστατική πίεση είναι ισοδύναμη σε όλες τις επιφάνειες ενός βυθισμένου σώματος και αυξάνεται όσο αυξάνεται το βάθος. Αυτό το χαρακτηριστικό του νερού βοηθά την φλεβική επιστροφή και την λειτουργία του λεμφικού συστήματος συμβάλλοντας στη μείωση των οιδημάτων και αιματωμάτων. Επίσης η πίεση στο στήθος προκαλεί την αποβολή περισσότερου αέρα από τους πνεύμονες βοηθώντας έτσι και την αναπνευστική λειτουργία.



## Αντίσταση Ρευστού

Η κίνηση του σώματος στο νερό εμποδίζεται από την αντίσταση του ρευστού. Αυτή η δύναμη αντίστασης είναι ομοιόμορφη σε όλη την τροχιά κίνησης και εξαρτάται από την ταχύτητα της κίνησης και την επιφάνεια του μέλους που κινείται. Όσο πιο γρήγορα γίνεται η κίνηση μέσα στο νερό, η αντίσταση αυξάνεται, ενώ για παράδειγμα, η αντίσταση του νερού είναι μεγαλύτερη όταν το άνω άκρο κινείται με ανοιχτά τα δάχτυλα της παλάμης από όταν κινείται με σφιγμένη την γροθιά. Αυτό το χαρακτηριστικό γνώρισμα του νερού δίνει την δυνατότητα στον φυσιοθεραπευτή να εφαρμόσει την κινησιοθεραπεία με αυστηρά προοδευτικό πρόγραμμα προσφέροντας γρηγορότερη και ασφαλέστερη ανάρρωση του ασθενούς. Η δύναμη της αντίστασης του νερού σε συνδυασμό με την άνωση βοηθά στην ιδανικότερη αποκατάσταση ακόμη και των πιο αδύνατων μυών.

Ένα μοναδικό πλεονέκτημα της φυσικοθεραπείας σε θεραπευτικές πισίνες είναι η λειτουργική αποκατάσταση, όπου η αντίσταση του νερού εφαρμόζεται ομοιόμορφα κατά την κίνηση σε όλες τις μυϊκές ομάδες. Όπως για παράδειγμα κατά την αποκατάσταση της βάδισης η αντίσταση εφαρμόζεται σε όλο το σκέλος ενώ ο ασθενής βαδίζει -παρέμβαση η οποία δεν μπορεί να εφαρμοστεί έξω από το νερό.



Ένα άλλο παράδειγμα λειτουργικής αποκατάστασης στο νερό είναι η θεραπεία ενός τενίστα που μιμείται μέσα στο νερό τις κινήσεις του τένις ή ενός ποδοσφαιριστή που μιμείται το χτύπημα της μπάλας.

Επίσης σε σύγχρονα και εξειδικευμένα κέντρα υδροθεραπείας η αντίσταση του νερού ρυθμίζεται με ειδικά συστήματα αντίθετης ροής και ταυτόχρονης χρήσης ρυθμιζόμενου ύψους βυθιζόμενης πλατφόρμας με σκοπό την προσαρμογή του φυσιοθεραπευτικού προγράμματος υδροθεραπείας ανάλογα με τις ανάγκες και του στόχους κάθε ασθενούς ξεχωριστά.

### **Θερμοκρασία**

---

Η κατάλληλη θερμοκρασία του νερού για θεραπευτικούς σκοπούς θεωρείται στους 33-35° C. Με την εμβύθιση του ασθενούς σε ζεστό νερό σε συνδυασμό με τις υπόλοιπες χαρακτηριστικές ιδιότητες του νερού προάγεται η μυϊκή χαλάρωση, μειώνεται ο μυϊκός σπασμός και η σπαστικότητα, ενώ μειώνεται η ευαισθησία στον πόνο διευκολύνοντας έτσι την επίτευξη των στόχων της αποκατάστασης.



# ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΝΕΡΑ & ΦΥΣΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ



## Τι είναι τα ιαματικά νερά ή νερά φυσικών πηγών

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. Ετσι 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.



### Φυσικές πηγές στην Ελλάδα

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. 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. Παρόλα αυτά δεν είναι κατάλληλες όλες οι πηγές για ιαματικά λουτρά διότι λείπουν οι κατάλληλες εγκαταστάσεις και ο ανάλογος τεχνικός εξοπλισμός για την διευκόλυνση των αρρώστων.

Ιαματική Πηγή	Ρευματικές Αρθρίτιδες	Γυναικολογικές	Δερματολογικές	Νεύρων	Αναπνευστικού
Αγιάσου					
Αγίου Βαρβάρου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Αγίου Νικολάου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Αγκίστρου	<input type="checkbox"/>				
Αγραπιδιών-Λιμοχωρίου	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>
Αδάμαντος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
Αιδηψού	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Αμαράντου	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αμμουδάρας	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		
Ανθεμίων					
Αριδαίας (Λουτρακίου)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Γενησαίας (Ποταμός)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Γιάννες					
Δρανίτσας-Καϊτσας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Εκκάρας	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		
Ελευθερών	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		
Ευθαλούς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Θερμής	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Θέρμης (δήμου Θέρμης)					
Θερμιών	<input type="checkbox"/>				
Θερμοπυλών	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Θερμών Λήμνου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Θερμών Καλύμνου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Ικαρίας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Καβασίων - Πυξαρίας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Καϊάφα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Καλλιδρόμου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Καλλιθέας Ρόδου	<input type="checkbox"/>				
Καμένων Βούργλων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Κιβωτού	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		
Κόκκινου Νερού			<input type="checkbox"/>		
Κόκκινου Στεφανιού	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Κόλπου Γέρας	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		
Κρεμαστών Βάλτου	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		
Κρηνίδων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Κύθνου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Λαγκαδά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Λουτρακίου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Λουτροχωρίου	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
Λουτρών Ωραίας Ελένης	<input type="checkbox"/>				
Μανδρακίου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Μεθάνων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Νέας Απολλωνίας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Νιγρίτας (Θερμών)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Ξυνού Νερού					
Πέτρας					
Πλάκας	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Πλάκας Σαντορίνης					
Πλατυστόμου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Πολυχίτου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Πρεβέζης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Σέδες (Λουτρά Θέρμης)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Σιδηροκάστρου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Σμοκόβου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Σουλαντά	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		
Σουρωτής					
Τραϊανούπολης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Υπάτης	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Ψαροθέρων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

# Ιαματικοί φυσικοί πόροι



Όλα τα γήινα φυσικά υλικά που στην αυθεντική τους κατάσταση, ( δηλαδή χωρίς αλλαγή ή μετατροπή των φυσικών ή χημικών τους χαρακτηριστικών) εμφανίζουν ή αποδεικνύουν με βάση την πρακτική εμπειρία του παρελθόντος ή τη σύγχρονη επιστημονική τεκμηρίωση, ιαματικές ιδιότητες, οι οποίες και αναγνωρίζονται σύμφωνα με τους κανόνες που ορίζει η πολιτεία.

### **Υγρά**

Θερμά ή ψυχρά μεταλλικά νερά πηγών ή γεωτρήσεων.

### **Στερεά**

Πηλοειδή ανόργανα, οργανικά ή μεικτά

### **Ιαματική πηγή**

Είναι φυσική ανάβλυση ή και άντληση ιαματικού νερού ή και αερίου μαζί με τυχόν υδροληψίας.

### **Ιαματικά νερά και ιαματικά αέρια.**

Είναι υπόγεια ή πηγαία νερά ή αέρια, που αναβλύζουν με φυσικό τρόπο ή λαμβάνονται με τεχνικό έργο, τα οποία λόγω των φυσικών ή χημικών τους ιδιοτήτων έχουν ιαματικές ιδιότητες οι οποίες και αναγνωρίζονται βάσει του νομικού πλαισίου που ορίζει η πολιτεία.

### **Θεραπευτικός πηλός**

Είναι μείγμα υπέρθεμο ή υπερθερμαινόμενο το οποίο προέρχεται από την αναλογική πρωτογενή ανάμειξη ή πιο συχνά δευτερογενή, ενός στερεού συστατικού κατεξοχήν αργιλικού με φυσικό θερμό νερό και χρησιμοποιείται στις λουτροπόλεις ως μέσο θεραπευτικής αγωγής.

### **Αεριούχα**

Είναι σπήλαια υδρατμών, εκπομπές αερίων, εκπομπές υδρατμών, ξηρά σπήλαια.

### **Σύνθετα**

Ως σύνθετος ιαματικός φυσικός πόρος θεωρείται το κλίμα τόσο στον τομέα του θερμαλισμού όσο και της θαλασσοθεραπείας.

Αναγνωρισμένοι φυσικοί πόροι στη χώρα μας.

- Φυσικά κοιτάσματα πηλοειδών 2
- Σπήλαια υδρατμών 1
- Εκπομπές υδρατμών 1
- Ιαματικές πηγές 84

Ταξινομούμε τις πηγές σε:

- Ψυχρές (  $\Theta < 20^{\circ}\text{K}$  ) 29 / 610\*
- Υπόθερμες (  $\Theta = 20-30^{\circ}\text{K}$  ) 8 / 110\*
- Θερμές (  $\Theta = 31 - 40^{\circ}\text{K}$  ) 20 / 3460\*
- Υπέρθερμες (  $\Theta > 40^{\circ}\text{K}$  ) 23 / 2010\*
- Δεν έχουμε στοιχεία από 4..... / 6190

*Παροχή ιαματικού νερού σε κ.μ. ανά ώρα*

### Μορφές Τουριστικών Δράσεων

#### ***Κέντρα ιαματικού Τουρισμού***

Αποκλειστική χρήση ιαματικών φυσικών πόρων όπως ιαματικό νερό, φυσικό πηλό, αερίων και ατμών, φυσικής θερμότητας σε σπήλαια

#### ***Κέντρα θερμαλισμού***

Χρήση τουλάχιστον ενός αναγνωρισμένου φυσικού ιαματικού πόρου όπως θαλασσινού νερού , θερμού ή ψυχρού, παρασκευασμένου πηλού και υδρατμών κ.λ.π.

Κατηγορίες χρήσης ιαματικών φυσικών πόρων όπως υδροθεραπεία – εξωτερική, (ατομικοί – ομαδικοί λουτήρες , υδρομασάζ), υδροθεραπεία - εσωτερική (ποσιθεραπεία , εισπνοθεραπεία, ρινοπλύσεις) και πηλοθεραπεία, σπηλαιοθεραπεία , κλιματοθεραπεία.



# ΤΡΟΠΟΙ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΝΕΡΟΥ



Βασίζονται στους παράγοντες δράσης του ιαματικού νερού. Με τις εισπνοές γίνεται διείσδυση του ραδονίου στον οργανισμό ενώ, στην ποσιθεραπεία με υπότονα (ολιγομεταλλικά ) και ισότονα νερά εμφανίζεται δράση διουρητική, χολαγωγική και γενικά στο μεταβολισμό. Τέλος, εξωτερικές τεχνικές οι οποίες 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.

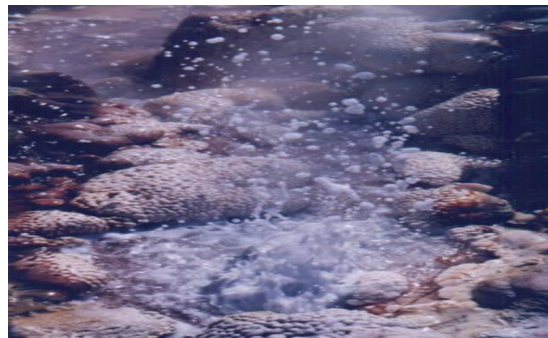
# Μορφές Υδροθεραπείας



Η θεραπεία των διαφόρων παθήσεων και κυρίως των ρευματικών παθήσεων γίνεται με φάρμακα και φυσικοθεραπεία. Σε μερικές βαριές μορφές χρειάζεται και η χειρουργική ορθοπαιδική 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
- Εισπνοθεραπεία
- Ιλυοθεραπεία ή Πηλοθεραπεία ή Κοινώς Λασπόλουτρα
- Θαλασσοθεραπεία



Η Λουτροθεραπεία βασίζεται στις παρακάτω κύριες ιδιότητες του Ιαματικού νερού

- Στο θερμικό ερέθισμα
- Στο μηχανικό ερέθισμα
- 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° - 40o 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 διείδυση 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 μυοχαλάρωση, απορρόφηση οίδημάτων και εξιδρωμάτων και ευνοϊκή επίδραση στον ψυχισμό.

---

# Θεραπευτικές Ενδείξεις & Αντενδείξεις της Ιαματικής Υδροθεραπείας



## Θεραπευτικές Ενδείξεις & Αντενδείξεις της Ιαματικής Υδροθεραπείας

Η Ιαματική Λουτροθεραπεία εφαρμόζεται σε ένα μεγάλο αριθμό ασθενειών από τα περισσότερα συστήματα (αναπνευστικό, κυκλοφορικό, πεπτικό, νευρικό, μυοσκελετικό, νεφρούς, δέρμα κλπ. Η εφαρμογή της Ιαματικής Λουτροθεραπείας σε παθήσεις του μυοσκελετικού συστήματος είναι κατά πολύ συχνότερη απ' ότι σε παθήσεις άλλων συστημάτων ).

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

### ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

- Παθήσεις της θρέψης και των ουροφόρων οδών (ουρική διάθεση ή αρθριτισμός, ψαμμίαση ουρική – οξαλική, λιθίαση των ουροφόρων οδών, παχυσαρκία, απλές λευκωματουρίες, χρόνιες κυστίτιδες ).
- Παθήσεις του ήπατος και χοληφόρων οδών (χρόνια χολοκυστίτις, λιθίαση της χοληδόχου κύστης ή των πόρων, μικρή ηπατική ανεπάρκεια).
- Παθήσεις πεπτικού συστήματος (διάφορα δυσπεπτικά προβλήματα, κολίτιδες, χρόνια δυσκοιλιότητα ).

### ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

- 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.
- Ανεπάρκεια στεφανιαίων (στηθάγχη, έμφραγμα) με συχνές κρίσεις ή σοβαρές βλάβες του μυοκαρδίου.
- Αιμορραγίες διαφόρων οργάνων- βαριές μορφές διαβήτη με έκδηλη εξασθένηση του οργανισμού. Ενεργός φυματίωση. Κακοήθεις νεοπλασίες – βαριές νευρικές και ψυχικές παθήσεις - εγκυμοσύνη μετά τον έκτο μήνα.
- Η Λουτροθεραπεία διακόπτεται επίσης όταν παρουσιαστεί κατά την διάρκεια των λουτρών παρόξυνση της χρόνιας πάθησης ,κατά τις μέρες της εμμήνου ρύσης και όταν αυτή δεν γίνεται καλώς ανεκτή από τον λουόμενο

### **ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΕΙΣΠΝΕΥΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

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

### **ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

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

### **ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΕΙΣΠΝΕΥΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

Παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος σε οξεία φάση.



# Θεραπείες



## Θεραπείες με ζεστό θαλασσινό νερό

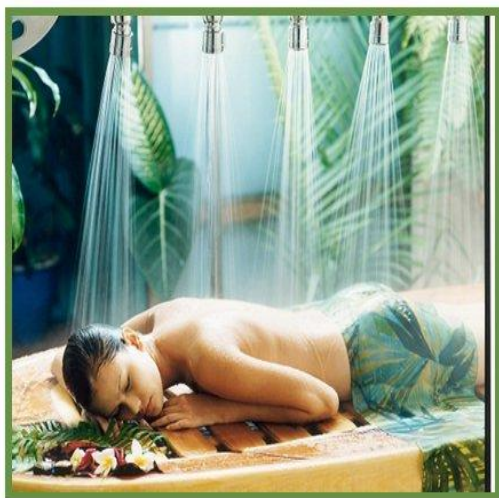
*Ατομικές υδρομπανιέρες.* Εσείς το μόνο που έχετε να κάνετε είναι να μπείτε στην μπανιέρα και να χαλαρώσετε! Διάφορα στόμια περιμετρικά του εσωτερικού της θα εκτοξεύουν με πίεση θαλασσινό νερό στον κορμό και τα άκρα σας. Η θεραπεία διαρκεί 30 περίπου λεπτά, χρόνος απαραίτητος ώστε να μπορέσει το σώμα να απορροφήσει τις απαραίτητες ουσίες από το νερό.

*Πισίνα.* Θερμαινόμενο θαλασσινό νερό με υδρομασάζ αν δεν σας πειράζει να έρχεστε σε επαφή με κόσμο, ενώ ταυτόχρονα θέλετε την οικονομικότερη επιλογή, η πισίνα αποτελεί τη λύση. Εδώ θα απολαύσετε έντονο υδρομασάζ από τον αυχένα μέχρι τις πατούσες για 30 λεπτά.



*Ντους ψιλής βροχής.* Ξαπλώνετε μπρούμυτα, ενώ ένας βραχίονας με 5 ντους (το ένα δίπλα στο άλλο) βρίσκεται από πάνω σας. Ζεστό θαλασσινό νερό με τη μορφή βροχής πέφτει από την πλάτη έως και τα πέλματά σας. Η θεραπεία μπορεί να συνοδεύεται και από ταυτόχρονο μασάζ. Η διάρκειά της είναι 15-30'.

*Jet ντους.* Γυρίστε λίγα χρόνια πίσω, στην παιδική σας ηλικία, και θυμηθείτε να σας καταβρέχουν με το λάστιχο! Δεν θα διαπιστώσετε κάποια μεγάλη διαφορά, εκτός του ότι ο θεραπευτής εκτοξεύει πάνω σας με πίεση θαλασσινό νερό, ενώ ταυτόχρονα σας δίνει οδηγίες πώς να κατευθύνετε το σώμα σας ώστε να βοηθηθούν τα σημεία στα οποία υπάρχει το πρόβλημα. Η θεραπεία διαρκεί 15-30 λεπτά και είναι ιδανική για την καταπολέμηση της κυτταρίτιδας, αλλά και την ανακούφιση από μυϊκούς σπασμούς.



## Θεραπείες με φύκια και λάσπη

Η επάλειψη με φύκια ή λάσπη γίνεται τοπικά ή σε ολόκληρο το σώμα. Στη συνέχεια, ο θεραπευτής σάς τυλίγει με μια θερμοκουβέρτα, μέσα στην οποία παραμένετε για περίπου 20 λεπτά. Συνήθως, ακολουθεί μασάζ με μια ενυδατική κρέμα. Όλη η θεραπεία διαρκεί περίπου 40'.

Στο ερώτημα ποια θεραπεία μπορείτε να διαλέξετε θα πρέπει να ξέρετε ότι δεν υπάρχουν θεραπείες που να συνδέονται άμεσα με συγκεκριμένα προβλήματα. Όλες έχουν ως βάση τους το θαλασσινό νερό και την υψηλή θερμοκρασία (34-39ο C) και το σημαντικό είναι να έρθετε σε επαφή με αυτά τα δύο στοιχεία. Συνήθως, τα ολοκληρωμένα πακέτα που προτείνουν τα κέντρα περιλαμβάνουν όλους τους τρόπους θεραπείας.



# Υδροθεραπεία



Η υδροθεραπεία, αναφέρεται στην εφαρμογή του νερού ως θεραπευτικό μέσο. Η ευεργητική επίδραση του νερού σε συνδυασμό με τις διάφορες υδροθεραπευτικές μεθόδους, είναι γνωστή από τον πατέρα της Ιατρικής, Ιπποκράτη και βοηθάει σημαντικά στην αποκατάσταση και θεραπεία διαφόρων παθήσεων και ιδιαίτερα, σε ασθενείς με σκλήρυνση κατά πλάκας.

Οι αρχές και οι ιδιότητες του νερού όπως η άνωση, η υδροστατική πίεση, η αντίσταση και η θερμοκρασία, είναι καθοριστικές για την θεραπεία και την εξέλιξη του ασθενούς.

Ασθενείς με σκλήρυνση κατά πλάκας, χρήζουν των θεραπευτικών οφελών που προσφέρουν οι ιδιότητες του νερού. Στη συνέχεια αναφέρουμε επιγραμματικά, μερικά από τα θεραπευτικά οφέλη, που μπορεί να προσφέρει η υδροθεραπεία στον ασθενή:

- Μυική χαλάρωση.
- Μείωση της ευαισθησίας στον πόνο.
- Μείωση του μυικού σπασμού και της σπαστικότητας.
- Αύξηση της ευκολίας της κίνησης των αρθρώσεων και διατήρηση της τροχιάς των δύσκαμπτων αρθρώσεων.
- Μείωση των βαρυτικών δυνάμεων.
- Βελτίωση της περιφερικής και λεμφικής λειτουργίας. Επίσπευση του χρόνου αποκατάστασης και πρόληψη επιπλοκών.
- Βελτίωση της κιναισθησίας του σώματος και σταθερότητας του κορμού.
- Βελτίωση της νευρομυικής συναρμογής διευκολύνοντας την λειτουργική αποκατάσταση και την ανεξαρτητοποίηση του ασθενούς.

Πέραν όλων των παραπάνω οφελών, που προκύπτουν από τις ιδιότητες του νερού, το νερό από μόνο του ως στοιχείο μπορεί να επιδράσει πολύ θετικά στη θεραπεία, ανεβάζοντας τη ψυχολογία του ασθενούς. Έτσι η θεραπεία μέσα στο νερό γίνεται πολύ πιο ευχάριστα και ο ασθενής μπορεί να λειτουργήσει πολύ πιο άνετα. Η άψογη συνεργασία, η ανατροφοδότηση και η ανάπτυξη της κοινωνικότητας, συμβάλλουν στην επίτευξη του ιδανικού αποτελέσματος.

Εάν ένας ασθενής με σκλήρυνση κατά πλάκας, σκεφτεί μόνο κάποια από τα θεραπευτικά οφέλη του νερού όπως η μυική χαλάρωση, η θετική ψυχολογία, η μείωση του σπασμού και σπαστικότητας, θα θελήσει άμεσα να βάλει την υδροθεραπεία στη ζωή του, για να την κάνει όσο γίνεται καλύτερη.

Αυτός είναι και ο βασικότερος στόχος ενός αξιολογού προγράμματος αποκατάστασης και ο λόγος για να ξεκινήσει κανείς κάποιο πρόγραμμα υδροθεραπείας. Στη συνέχεια σας αναφέρουμε δύο από τα πιο σύγχρονα κέντρα αποκατάστασης με πισίνα, που μπορούν να σας προσφέρουν, σύγχρονες μεθόδους υδροθεραπείας με όργανα υδρογυμναστικής



Ο Ιπποκράτης αιώνες πριν, χρησιμοποιούσε εμβυθίσεις σε ζεστό ή κρύο νερό για την θεραπεία διαφόρων παθήσεων όπως μυϊκών σπασμών, παραλύσεων, ρευματισμών και αρθροπαθειών. Σήμερα οι φυσιοθεραπευτές χρησιμοποιούν το νερό ως μέσο αποκατάστασης με διάφορες υδροθεραπευτικές μεθόδους όπως κινησιοθεραπεία σε θεραπευτικές πισίνες ή με την εφαρμογή δινόλουτρων. Επίσης σε εξειδικευμένα κέντρα υδροθεραπείας και αποκατάστασης εφαρμόζονται και υδροηλεκτρικά λουτρά. Ακόμη, υπάρχουν και ειδικές τεχνικές υδροθεραπείας. Η θεραπευτική δράση του νερού βασίζεται στις αρχές και τις ιδιότητες του.

# Υδροθεραπεία με ιαματικό νερό (Λουτροθεραπεία)



Λέγοντας *ιαματική λουτροθεραπεία* 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.

Η θεραπευτική δράση της βασίζεται σε δύο παράγοντες, στον μηχανικό (υδροστατική πίεση - άνωση) - επιφέροντας χαλάρωση, και στον θερμικό, προκαλώντας τόνωση του κινητικού συστήματος. Στοιχεία που δρουν θετικά στην θεραπευτική αγωγή είναι επίσης η ανάπαυση, η κατάλληλη διαίτα, το ζεστό και ξηρό κλίμα και η ευχάριστη διαμονή.

Το ιαματικό νερό αναβλύζει από πηγές. Οι περισσότερες ιαματικές πηγές της Ελλάδος οφείλονται είτε σε τεκτονικά ρήγματα, τα οποία προκάλεσαν οι μεγάλες καταβυθίσεις της Αιγίδος, είτε στην έντονη ηφαιστειακή ενέργεια, η οποία συνεχίζεται μέχρι σήμερα.

Στις πηγές που οφείλονται σε τεκτονικά ρήγματα, τα νερά κατεβαίνουν σε μεγάλο βάθος, όπου επικρατούν υψηλές θερμοκρασίες, προσλαμβάνουν διάφορα στοιχεία μαζί με την θερμοκρασία του περιβάλλοντος. Η θερμοκρασία αυτή μαζί με τα υπάρχοντα αέρια, δημιουργεί τάση ανόδου του ύδατος δια μέσου των τεκτονικών ρηγμάτων που έχουν σχηματισθεί.



Μια άλλη κατηγορία είναι οι πηγές των οποίων τα νερά εμφανίζονται σε υψηλότερες περιοχές (ορεινές, ημιορεινές) και χωρίς να κατεβαίνουν σε πολύ μεγάλα βάθη, η άνοδος τους γίνεται δια μέσου των ρωγμών που φέρουν τα στρώματα της υπόγειας υδροφορίας.

Οι Ιαματικές πηγές κατατάσσονται σε διάφορες κατηγορίες ανάλογα με την χημική σύσταση και την θερμοκρασία τους.

Οι Λουτροπόλεις ή αλλιώς “Πάρκα Υγείας και Αναψυχής” είναι οι μονάδες που συγκροτούν και αναπτύσσουν τον Τουρισμό Υγείας. Με τον όρο Λουτρόπολη εννοούμε έκταση κατάλληλα χωροθετημένη και εξοπλισμένη με τα αναγκαία δίκτυα υποδομής και τις απαραίτητες υπηρεσίες (θεραπευτικές, εξυπηρετήσεως κ.λ.π.) και στην οποία έκταση γίνεται εκμετάλλευση των επιτόπιων φυσικών πόρων (νερό, κλίμα κ.λ.π.)



Η παρουσία γιατρού, ειδικευμένου προσωπικού, καλαισθησίας των εγκαταστάσεων και οργάνωσης του χώρου με βιβλιοθήκη, οπτικοακουστικά μέσα και επιτραπέζια παιχνίδια, σε συνδυασμό με την οργάνωση κύκλου επιμορφωτικών ομιλιών σε πολιτιστικά θέματα, όπως και για προβλήματα σωματικής και ψυχοκοινωνικής υγείας κρίνονται απαραίτητα.

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 1ο 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 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 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.

# Υδροθεραπεία με θαλάσσιο νερό (Θαλασσοθεραπεία)



Με τον όρο Θαλασσοθεραπεία εννοούμε την χρησιμοποίηση της ευεργετικής επίδρασης του θαλασσινού περιβάλλοντος (κλίμα, νερό, λάσπη, φύκια κ.λ.π.) για πρόληψη και διατήρηση της υγείας.

Η θαλασσοθεραπεία ενδείκνυται για:

- Προστασία από ασθένειες του σύγχρονου πολιτισμού, (καρδιαγγειακά νοσήματα, παχυσαρκία, μεταβολικές παθήσεις, άγχος, αϋπνίες, ημικρανίες, ψυχοσωματικές παθήσεις, σύνδρομο υπερκόπωσης, κατάθλιψη κ.λ.π.),
- Ρευματολογικές, ορθοπεδικές, δερματολογικές και νευρολογικές παθήσεις,
- Αδυνάτισμα, κυτταρίτιδα
- Κοσμετολογία

Αντενδείκνυται δε σε περιπτώσεις:

- Αλλεργίες στο ιώδιο
- Υπερθυρεοειδισμού
- Υγρές δερματοπάθειες
- Καρδιακές ανεπάρκειες

Η θαλασσοθεραπεία συγκεκριμένα χρησιμοποιεί το θαλασσινό νερό, φύκια, λάσπη θαλάσσης και αλάτι σε δραστηριότητες γενικά γνωστές και δοκιμασμένες όπως λουτρά, ντους, μασάζ και μάσκες σώματος. Το θαλασσινό νερό κάνει την διαφορά, είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό χάρει στα μεταλλικά στοιχεία και τα φύκια χάρει στα πλούσια συστατικά σε βιταμίνες και αμινοξέα.



Λόγοι για τους οποίους συνιστάται η θαλασσοθεραπεία :

*Γιατί έχετε αγχώδη καθημερινότητα :* Η πλειοψηφία των ανθρώπων που επισκέπτονται ένα κέντρο θαλασσοθεραπείας αναζητούν διέξοδο από το στρες της καθημερινότητας. Οι ειδικοί υποστηρίζουν ότι η θάλασσα προσφέρει χαλάρωση και ευεξία τόσο στο σώμα όσο και στο πνεύμα.

*Γιατί σας το σύστησε ο γιατρός σας :* Η θαλασσοθεραπεία μπορεί να αποδειχτεί ευεργετική σε παθήσεις του καρδιαγγειακού συστήματος (π.χ. αρτηριακή υπέρταση), σε αναπνευστικά προβλήματα (π.χ. άσθμα και χρόνιες βρογχίτιδες) και σε δερματολογικές παθήσεις (π.χ. ψωρίαση και εκζέματα). Θεωρείται επίσης ιδιαίτερα αποτελεσματική σε μυοσκελετικές παθήσεις, όπως πόνοι και σπασμοί οποιασδήποτε

αιτιολογίας, αυχενικό σύνδρομο, οσφυαλγίες, αρθρίτιδες κ.ά., ενώ συμβάλλει στη βελτίωση της άμυνας του οργανισμού και της ποιότητας του ύπνου.

*Γιατί θέλετε λεπτό, χωρίς κυτταρίτιδα σώμα :* Οι διάφορες θεραπείες, κυρίως με τα προϊόντα της θάλασσας (φύκια και λάσπη) βοηθούν στην αύξηση του μεταβολισμού των κυττάρων, με αποτέλεσμα να γίνονται περισσότερες καύσεις στον οργανισμό. Ταυτόχρονα με την απώλεια βάρους, την καταπολέμηση της κυτταρίτιδας και την επιδερμική σύσφιξη που επιτυγχάνεται, το δέρμα οξυγονώνεται, απορροφά όλα τα θρεπτικά στοιχεία και αναζωογονείται

Περισσότερο εξειδικευμένες έρευνες δείχνουν ως σήμερα ότι βοηθά σημαντικά σε καρδιακές παθήσεις, βροχικό άσθμα και μετατραυματικές καταστάσεις.

Αυτό που θα πρέπει κανείς να προσέχει είναι ότι η θαλασσοθεραπεία αντενδείκνυται σε όσους πάσχουν από υπερθυρεοειδισμό ή σοβαρά καρδιακά και αναπνευστικά νοσήματα (π.χ. στεφανιαία νόσο) τα οποία δεν είναι σταθεροποιημένα με φαρμακευτική αγωγή. Η χρήση των ζεστών θεραπειών πρέπει επίσης να αποφεύγεται στις περιπτώσεις προβλημάτων του κυκλοφορικού των κάτω άκρων (φλεβίτιδα, ευρυαγγείες, κίρσοι κλπ.). Σε κάθε περίπτωση, πάντως, και εφόσον αντιμετωπίζετε κάποιο πρόβλημα υγείας, καλό είναι να συμβουλευτείτε το γιατρό σας. Βέβαια, σε όλα τα κέντρα θαλασσοθεραπείας υπάρχει γιατρός, ο οποίος, βασιζόμενος στο ιατρικό ιστορικό σας, σας υποδεικνύει τις κατάλληλες θεραπείες.

Όλα τα παραπάνω και κυρίως το γεγονός ότι η θαλασσοθεραπεία είναι μια μέθοδος χωρίς κανένα αρνητικό και χωρίς χρήση χημικών ουσιών αποτελεί απόδειξη πως αξίζει μια εξέχουσα θέση στο βάθρο της περιποίησης και της φροντίδας του σώματός μας...Χρήσιμο δώρο για τον εαυτό μας με ευεργετικά αποτελέσματα.

# Ειδικές τεχνικές υδροθεραπείας



## **Bad Ragaz Ring Method**

---

Η Bad Ragaz Ring μέθοδος είναι ένας συνδυασμός από θεραπευτικές τεχνικές που εφαρμόζεται μέσα στο νερό, η οποία αναπτύχθηκε στα θερμά λουτρά του Bad Ragaz στην Ελβετία. Οι θεραπευτικοί στόχοι της τεχνικής αυτής, προσανατολίζονται στη σταθερότητα του κορμού και των άκρων καθώς και στην μυϊκή ενδυνάμωση μέσω ειδικών ασκήσεων αντίστασης. Οι ασκήσεις πραγματοποιούνται με τον ασθενή σε οριζόντιο επίπεδο, υποβοηθούμενο να ισορροπήσει στο νερό με ειδικά σωσίβια.



### **Halliwick Method**

Η μέθοδος αναπτύχθηκε από τον James McMillan το 1949 στο Halliwick School for Girls in Southgate του Λονδίνου. Ξεκίνησε με βασικό σκοπό να βοηθήσει τα άτομα με ειδικές ανάγκες να αποκτήσουν ανεξαρτησία και να μπορούν να κολυμπούν με ασφάλεια. Η μέθοδος δίνει έμφαση στις ικανότητες του ασθενούς μέσα στο νερό και όχι στις ανικανότητές του πάνω στη γη. Ο ασθενής συγκρατείται από τον φυσιοθεραπευτή και ισορροπεί στο νερό ενώ προοδευτικά ελευθερώνεται με σκοπό να εκπαιδευτεί στην ισορροπία και τον έλεγχο της στάσης του σώματος του. Ο Θεραπευτής συστηματικά προσθέτει στο πρόγραμμα πιο πολύπλοκες και στροφικές κινήσεις με σκοπό να εκπαιδεύσει τον ασθενή στο κολύμπι και να τον βοηθήσει στον νευρομυϊκό συντονισμό των κινήσεων του.



### **Watsu**

Είναι μια μορφή παθητικής υδροθεραπείας βασισμένη στις αρχές του γνωστού από το μασάζ Zen Shiatsu. Η τεχνική WATSU εφαρμόζεται πάντα με τον ασθενή ελεγχόμενο από τα χέρια του θεραπευτή. Ο θεραπευτής σταθεροποιεί το ένα τμήμα του ασθενούς και κινεί παθητικά το αντίθετο προσθέτοντας έτσι μια ομαλή διάταση λόγω της ροής του νερού του στο τμήμα του σώματος που δεν κινείται. Ο ασθενής δεν συμμετέχει ενεργά στην θεραπεία. Ο βασικός σκοπός της θεραπείας είναι η χαλάρωση η οποία επέρχεται μέσω της διάτασης και των φυσικών ιδιοτήτων του νερού.



### **Aquatic PNF**

Αναφέρεται στην θεραπεία όπου οι τεχνικές ιδιοδεκτικής νευρομυϊκής διευκόλυνσης (Proprioceptive Neuromuscular Facilitation PNF) πραγματοποιούνται μέσα στο νερό. Ο ασθενής με οπτικά, ακουστικά και απτικά ερεθίσματα εκτελεί λειτουργική, ελικοειδή και διαγώνια πατέντα κινήσεων ενώ στέκεται, γονατίζει ή ξαπλώνει στο νερό. Οι ασκήσεις μπορεί να εκτελούνται παθητικά, υποβοηθούμενα ή με αντίσταση από τον φυσιοθεραπευτή.



# Ευρώπη-ιαματικός τουρισμός



Το 10% των ασθενών στις χώρες μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Ε.Ε.) αναζητούν νοσηλευτικά ιδρύματα έξω από τα εθνικά τους σύνορα και τα ποσά που συνολικώς δαπανώνται στην Ε.Ε. από τις μετακινήσεις, για ιατρικούς λόγους, Ευρωπαίων και αλλοδαπών ασθενών πλησιάζουν τα 12 δισ. ευρώ σε ετήσια βάση.

Μπορούμε, έτσι, να πούμε ότι, αν τα ταξίδια μορφώνουν την νεολαία, σήμερα συντηρούν και τα «γηρατεία», ένα εντυπωσιακό φαινόμενο το οποίο αναπτύσσεται τα τελευταία χρόνια στην Ευρώπη, είναι αυτό του ιατρικού τουρισμού. Η ανάπτυξη του ξεκίνησε από Γερμανούς τουριστικούς πράκτορες, οι οποίοι πρότειναν στους Γερμανούς ασθενείς ιατρικές εκδρομές στις χώρες της Κεντρικής Ευρώπης, και κυρίως στην Ουγγαρία. Στη χώρα αυτή, οι περιποιήσεις των δοντιών κοστίζουν 30% φθηνότερα από ό,τι στη Γερμανία, όπου η ασφάλεια ασθενοειας καλύπτει μόνον το 10% των οδοντοιατρικών δαπανών

Στο Βέλγιο, πολύ φθηνή είναι η περιποίηση των ματιών και η Βρετανία είναι ο παράδεισος των μεταμοσχεύσεων. Ακόμα, χώρες όπως η Σουηδία προσφέρουν υψηλής ποιότητας χειρουργικές υπηρεσίες σε πολύ χαμηλές τιμές.

Πολλοί ασθενείς πηγαίνουν στη Γαλλία για αφαιρέσεις κιρσών και άλλες χειρουργικές επεμβάσεις οι οποίες αφορούν το κυκλοφοριακό σύστημα. Μεγάλη επιτυχία γνωρίζουν επίσης τα γαλλικά κέντρα θαλασσοθεραπείας, σε ορισμένα από τα οποία υπάρχει δεκάμηνη αναμονή.

### Καλές προοπτικές

«Ο ιατρικός τουρισμός είναι μία αναπτυσσόμενη οικονομική δραστηριότητα, την οποία η Ελλάδα θα μπορούσε να αξιοποιήσει, αν βεβαίως οι ενδιαφερόμενοι πραγματοποιούσαν τις κατάλληλες επενδύσεις». Κατά την εκτίμησή του, η χώρα μας μπορεί να προσελκύσει ασθενείς από ολόκληρη την Ευρώπη, αρκεί να εξειδικευθεί σε μορφές ιατρικού τουρισμού συμβατές με το φυσικό της περιβάλλον.

Οι Ευρωπαίοι ζουν περισσότερο και είναι πιο υγιείς, αλλά, στο μέτρο που η διάρκεια ζωής τους θα παρατείνεται, θα έχουν όλο και περισσότερο ανάγκη από υψηλού επιπέδου ιατρικές υπηρεσίες. Όλα δείχνουν ότι η Ευρώπη του μέλλοντος θα είναι πολύ διαφορετική από τη σημερινή. Στον 21ο αιώνα, πολύ περισσότερα άτομα θα ξεπερνούν τα 80 ή τα 90 χρόνια. Επειδή, μάλιστα, θα μειωθεί ο ρυθμός γονιμότητας, ο ενεργός πληθυσμός θα είναι μικρότερος και γηραιότερος από σήμερα. Η γήρανση των ευρωπαϊκών κοινωνιών -όλων των ευρωπαϊκών κοινωνιών- αποτελεί μέτρο της επιτυχίας μας στην παράταση της ζωής και της καλής υγείας, καθώς και σημαντική αλλαγή στο μοντέλο στο οποίο, έως σήμερα, βασιζόταν το ευρωπαϊκό οικονομικό και κοινωνικό πολιτικό πρόγραμμα.

### Η γήρανση του πληθυσμού

Από αυτήν την εξαιρετικά σημαντική οπτική γωνία, στον βαθμό που στην Ε.Ε θα υπάρχουν λιγότερα παιδιά, άρα λιγότεροι νέοι, θα περιοριστεί και ο ενεργός πληθυσμός. Καθώς δε σύντομα θα υπάρχουν πολύ περισσότεροι ηλικιωμένοι και συνταξιούχοι, πρέπει να δημιουργήσουμε μία κοινωνία από όλες τις ηλικίες. Αυτό σημαίνει ικανοποίηση των αναγκών όλων των ηλικιακών ομάδων και μεγιστοποίηση της συνεισφοράς της κάθε ομάδας στην κοινωνική και οικονομική ζωή. Η πρόκληση που τίθεται είναι, όχι απλώς να λάβουμε προφυλακτικά μέτρα κατά της διάβρωσης της αλληλεγγύης των γενεών, αλλά και να διατηρήσουμε και να εντείνουμε την αλληλεγγύη υπό τις νέες συνθήκες που θα επικρατήσουν στο μέλλον.

Η γήρανση του πληθυσμού θα παρουσιάσει νέα προβλήματα, ιδίως ως προς τις δαπάνες και τα θέματα ισότητας. Θα δημιουργήσει και νέες ευκαιρίες, που θα μάς βοηθήσουν να προχωρήσουμε στις απαραίτητες προσαρμογές εκ μέρους των ατόμων και της κοινωνίας. Το μέγεθος ακριβώς της δημογραφικής αλλαγής στην Ευρώπη, μάς προσφέρει μία μοναδική ευκαιρία να επανεξετάσουμε πεπαλαιωμένες πρακτικές και θεσμούς γύρω από την ηλικία και την αλληλεγγύη των γενεών.



Σίγουρα δε, οι θέσεις και απόψεις του ενισχύουν και τις εκτιμήσεις τόσο για την ανάπτυξη του ιατρικού τουρισμού, όσο και για την προώθηση τουριστικών δραστηριοτήτων για την τρίτη ηλικία.

Οι ελληνικές περιοχές που προσφέρονται για την ανάπτυξη παρόμοιων δραστηριοτήτων είναι η Αχαΐα, η Θεσσαλονίκη και η Χαλκιδική, καθώς και η Κρήτη, η οποία θεωρείται και παράδειγμα μακροβιοτικής κοινωνίας. Απομένει να δούμε σε ποιο βαθμό οι Έλληνες τουριστικοί και ιατρικοί επιχειρηματίες θα αξιοποιήσουν τις εξελίξεις αυτές, μέσα από τις οποίες μπορούν, βεβαίως, να αναδειχθούν και ποικίλες άλλες μορφές οικονομικής δραστηριότητας, στις οποίες θα είναι πάντα κυρίαρχο το ποιοτικό στοιχείο.

Από την άλλη πλευρά, πολλά ποσοτικά και ποιοτικά δεδομένα τα οποία αφορούν τις δομές της ελληνικής οικονομίας, αλλά και εγγενείς παραγωγικές της αδυναμίες, πείθουν ότι η Ελλάδα εξελίσσεται σε χώρα παροχής υπηρεσιών, με κυρίαρχες δραστηριότητες τον τουρισμό, τις τράπεζες και συγκεκριμένες μορφές εμπορίου. Επίσης, είναι σαφές ότι η χώρα μας θα μπορούσε να γίνει και σημαντικός εκπαιδευτικός πόλος στην Ν.Α. Μεσόγειο, αν τα ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα απαλλαγούν από άφρονες καθηγητές και χούλιγκαν φοιτητές.

## **Βαθιές τομές**

---

Βεβαίως, για να προωθηθούν στη χώρα μας αυτές οι μορφές παροχής υπηρεσιών, είναι αυτονόητο ότι θα πρέπει να πραγματοποιηθούν βαθιές τομές στην κρατικοδίαιτη ελληνική οικονομία και να τονωθεί η παρουσία του ιδιωτικού τομέα σε όλα τα επίπεδα της ιατρικής, της παιδείας και της κοινωνικής ασφάλισης. Όμως, από την άποψη αυτή, τα πράγματα κάθε άλλο παρά ευχάριστα είναι. Όταν βλέπει κανείς τις αντιδράσεις των συντεχνιών του Δημοσίου σε σχεδόν ανώδυνα μέτρα και τις γελοιότητες «καθηγητών» και «φοιτητών» σε κάποιες μεταρρυθμίσεις, τότε μπορεί να κάνει μόνον θλιβερές σκέψεις για το μέλλον. Αναρωτιέται δε αν κάποιοι - κατά κανόνα βολεμένοι- έχουν σε τούτη τη χώρα την αίσθηση του παρόντος και του μέλλοντος.

Όπως και να έχουν τα πράγματα, ο υπουργός Υγείας θα πρέπει να σκεφθεί σοβαρά το θέμα του ιατρικού τουρισμού και της προστιθέμενης αξίας που προσφέρει χωρίς να απαιτούνται μεγάλες επενδύσεις για την αναβάθμισή του. Ίσως, η μόνη σοβαρή επένδυση που απαιτείται είναι το πολιτικό θάρρος και η ορθολογική διαχείριση της πραγματικότητας

---

# Η ανταγωνιστικότητα και η σημασία της τουριστικής οικονομίας



Στις αρχές Μαρτίου 2007 το World Economic Forum (WEF, οργανωτής των ετήσιων συναντήσεων κορυφής στο Davos) παρουσίασε την πρώτη έκθεση σχετικά με την ανταγωνιστικότητα του τουρισμού. Το γεγονός αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό, διότι για πρώτη φορά και ειδικά για τον τουρισμό, το WEF συντάσσει έκθεση για συγκεκριμένο τομέα και μάλιστα την προγραμματίζει σε ετήσια βάση.

Όπως τονίζεται και στον πρόλογο της έκθεσης, «ο τουρισμός είναι σήμερα μια από τις μεγαλύτερες και πλέον δυναμικές οικονομικές δραστηριότητες παγκόσμια. Σε πολλές χώρες αποτελεί την κυρίαρχη δραστηριότητα, δημιουργεί θέσεις εργασίας περισσότερες από κάθε άλλο τομέα και με τις πολλαπλασιαστικές επιδράσεις του στους άλλους τομείς της οικονομίας συμβάλλει στην οικονομική ανάπτυξη των χωρών και την ευημερία των πολιτών.» Θα παρατηρήσει κάποιος ότι οι ασχολούμενοι με τον τουρισμό τα γνωρίζουν αυτά και δεν είναι τίποτα καινούργιο. Είναι όμως σημαντικό ότι τα αναγνωρίζουν πλέον επίσημα και οι μεγάλοι παίκτες στην παγκόσμια οικονομική σκακιέρα.

Στο σημείο αυτό πρέπει να αποσαφηνίσουμε τις έννοιες «τουριστική βιομηχανία» και «τουριστική οικονομία». Ο όρος «τουριστική βιομηχανία» έχει επικρατήσει όταν αναφερόμαστε στην άμεση τουριστική δραστηριότητα.

Ο όρος «τουριστική οικονομία» είναι ευρύτερος και καλύπτει όχι μόνο την άμεση τουριστική δραστηριότητα, αλλά και την έμμεση οικονομική δραστηριότητα που προκαλείται λόγω του τουρισμού -και μόνο αυτού- στο σύνολο της οικονομίας. Συνεπώς, στο εξής όταν αναφερόμαστε στην οικονομική σημασία του τουρισμού πρέπει να χρησιμοποιούμε τον όρο «τουριστική οικονομία».

Η έκθεση παρουσιάζει μια σειρά από δείκτες, 58 στο σύνολό τους. Από αυτούς οι 20 αναφέρονται σε καθαρά τουριστικά θέματα (τουριστικές υποδομές, ανταγωνιστικότητα τιμών στον τουρισμό, κυβερνητική προτεραιότητα στον τουρισμό, εθνική αντίληψη για τον τουρισμό κλπ) και οι υπόλοιποι 38 σε γενικότερα θέματα (θεσμικό και επιχειρηματικό πλαίσιο, περιβαλλοντική πολιτική, ασφάλεια, φυσικοί και πολιτιστικοί πόροι, υποδομές μεταφορών κλπ). Ο συνδυασμός αυτός είναι επιβεβλημένος καθότι όπως έχει επισημανθεί πολλές φορές, η συνολική τουριστική εμπειρία που απολαμβάνει ο επισκέπτης κάθε χώρας είναι αποτέλεσμα ενός μεγάλου αριθμού παραγόντων, τους οποίους κατατάσσουμε τόσο στον ιδιωτικό, όσο και στον δημόσιο τομέα.

Η χώρα μας λοιπόν καταλαμβάνει την 24η θέση στην γενική κατάταξη. Σε επίπεδο άμεσων ανταγωνιστών υστερεί έναντι της Ισπανίας, της Κύπρου και της Πορτογαλίας και υπερτερεί έναντι της Κροατίας, της Τουρκίας και της Αιγύπτου. Με εξαίρεση ίσως την Πορτογαλία, όλες οι χώρες που προηγούνται της Ελλάδας έχουν.

τουλάχιστον ένα κοινό χαρακτηριστικό: υψηλότερο κόστος ζωής, όπως αποδεικνύεται από τους δείκτες αγοραστικής δύναμης (Purchasing Parity Power). Αυτό επιβεβαιώνει ακόμα μια φορά την άποψη ότι η τιμή αυτή καθαυτή δεν αποτελεί από μόνη της σημαντικό ανταγωνιστικό πλεονέκτημα / μειονέκτημα, αλλά αυτό που έχει μεγαλύτερη σημασία είναι η καλή σχέση τιμής / ποιότητας (value for money).

Αν υπολογίσουμε την «Μέση κατά Κεφαλή Δαπάνη» - ΜΚΔ βλέπουμε ότι η χώρα μας κατατάσσεται στην 10η θέση με 1.073 USD ανά τουρίστα . Η μικρότερη ΜΚΔ των χωρών που προηγούνται στην κατάταξη, εξηγείται: α. από τον σχετικά μεγαλύτερο αριθμό επισκεπτών που δέχονται με ημερήσιες εκδρομές και β. από την σχετικά μικρότερη μέση διάρκεια παραμονής των τουριστών στις χώρες αυτές. Στην προσπάθεια να εκτιμήσουμε την σημασία του τουρισμού για κάθε χώρα, είναι χρήσιμο να δούμε όχι απλά τις τουριστικές εισπράξεις σε απόλυτο αριθμό, αλλά το ποσό από αυτές που αντιστοιχεί σε κάθε κάτοικο της χώρας προορισμού.

Έτσι, στην στήλη «Έσοδα ανά Κάτοικο», βλέπουμε ότι αν μοιράζαμε τις συνολικές τουριστικές εισπράξεις της χώρας μας, θα αντιστοιχούσαν 1.237 USD σε κάθε κάτοικο. Η επίδοση αυτή κατατάσσει την Ελλάδα στην 9η θέση<sup>1</sup>. Η οικονομική σημασία του τουρισμού για τους κατοίκους μιας χώρας προσεγγίζεται ακόμη περισσότερο, αν εκτιμήσουμε τα «Έσοδα ανά Κάτοικο» ως ποσοστό του κατά κεφαλήν ΑΕΠ. Έτσι, βλέπουμε ότι το «Έσοδο ανά Κάτοικο» (από τις τουριστικές εισπράξεις πάντα) αντιστοιχεί στο 6,1% του κατά κεφαλήν ΑΕΠ της χώρας μας. Αυτό μας φέρνει στην 5η θέση της σχετικής κατάταξης και δείχνει ακόμη μια φορά το πόσο σημαντικός είναι για την Ελλάδα ο τουρισμός.

Το πόσο όμως είναι σημαντικός ο τουρισμός για την οικονομία συνολικά (πολλαπλασιαστικές επιδράσεις) και σύμφωνα με τα στοιχεία του WTTC (World Travel & Tourism Council), βλέπουμε ότι στο διάστημα 2001 - 2005 η ποσοστιαία συμμετοχή της τουριστικής οικονομίας (άμεσες + έμμεσες επιδράσεις) στο ΑΕΠ κυμαίνεται περίπου στο 16%. Αν δε, λάβουμε υπόψη ότι στο σύνολο της τουριστικής οικονομίας ο εισερχόμενος τουρισμός συνεισφέρει περίπου 70%, τότε (και για το 2005 πάντα), αυτό σημαίνει ότι για κάθε 1 Ευρώ που πληρώνει ο αλλοδαπός τουρίστας, δημιουργείται πρόσθετη ζήτηση στην οικονομία, κάτι περισσότερο από 1,3 Ευρώ. άλλη μια απόδειξη ότι ο τουρισμός γίνεται ολοένα και σημαντικότερος για την οικονομία μας.

Αντίστοιχα σημαντική και εντυπωσιακή είναι η συμβολή του τουρισμού στην απασχόληση, όπου για κάθε θέση άμεσης απασχόλησης στον τουριστικό τομέα δημιουργείται σχεδόν άλλη μια στην οικονομία συνολικά. Η συνολική απασχόληση στην τουριστική οικονομία (838.250 θέσεις εργασίας) αντιστοιχεί στο 19,1% των απασχολουμένων (4.382.000) κατά το 2005. Παρατηρώντας την παραγωγικότητα του τουριστικού τομέα ανά άφιξη, βλέπουμε ότι για κάθε περίπου 30 αφίξεις, δημιουργείται 1 νέα θέση εργασίας στον τουρισμό, που σημαίνει 1,9 θέσεις εργασίας στο σύνολο της τουριστικής οικονομίας. Έτσι, κατά το 2006 που σημειώθηκε αύξηση των αφίξεων κατά 7,45% (επιπλέον 953.471 αφίξεις), και με την παραδοχή ότι η παραγωγικότητα ανά άφιξη διατηρείται σταθερή, εκτιμάται ότι δημιουργήθηκαν περί τις 31.780 νέες θέσεις εργασίας. Ο αριθμός αυτός αντιστοιχεί περίπου στο 6,8% των ανέργων του 2005. Αντιλαμβανόμαστε λοιπόν την δυναμική του τουριστικού τομέα και στην απασχόληση.

Παρατηρούμε ότι η μείωση των αφίξεων στο διάστημα 2001 ? 2004 συνοδεύεται από ελαφρά αύξηση της απασχόλησης, αλλά και από ελαφρά μείωση της παραγωγικότητας του τομέα. Επίσης, βλέπουμε ότι στο διάστημα 2001 - 2005, η παραγωγικότητα του τουριστικού τομέα, όπως αυτή εκφράζεται ως συνάρτηση των διεθνών αφίξεων και της άμεσης απασχόλησης στον τουρισμό, είναι ελαφρά φθίνουσα (μέση ετήσια μεταβολή, περίπου, -1,8%). Επίσης, η παραγωγικότητα του τομέα, όπως εκφράζεται ως συνάρτηση των τουριστικών εισπράξεων και της άμεσης απασχόλησης, είναι επίσης φθίνουσα (μέση ετήσια μεταβολή, περίπου, -0,6%). Όμως, η παραγωγικότητα της τουριστικής οικονομίας, όπως αυτή εκφράζεται από την συμμετοχή της στο ΑΕΠ και την συνολική απασχόληση, παρουσιάζει εντυπωσιακή αύξηση με μέση ετήσια μεταβολή 6,1%.

Οι αντίρροπες τάσεις μπορούν να εξηγηθούν ως ακολούθως: α. στο μικροοικονομικό επίπεδο των επιχειρήσεων γίνεται προσπάθεια βελτίωσης της ποιότητας με έμφαση στην αύξηση και βελτίωση του ανθρώπινου δυναμικού. β. στο μακροοικονομικό επίπεδο της ευρύτερης τουριστικής οικονομίας, η οριακή και κατά περίπτωση βελτίωση των γενικών υποδομών συνετέλεσε στην βελτίωση της παραγωγικότητας.

Η προηγηθείσα ανάλυση καλύπτει το διάστημα 2001 - 2005. Με την κατά το 2006 όμως αναθεώρηση του ΑΕΠ προκύπτει το ερώτημα, αν και κατά πόσο μεταβλήθηκε η συμμετοχή της τουριστικής οικονομίας σε αυτό.



Σύμφωνα με στοιχεία της ΕΣΥΕ, η αναθεώρηση του έτους βάσης είχε ως αποτέλεσμα την αύξηση του ΑΕΠ κατά 25,7% σε σχέση με τους προηγούμενους υπολογισμούς.

Η διαφορά αυτή προέρχεται από την αύξηση της προστιθέμενης αξίας κυρίως στους κλάδους των υπηρεσιών. Ειδικότερα, το 67% της αύξησης προέρχεται από 6 βασικούς κλάδους μεταξύ των οποίων ο κλάδος «Ξενοδοχεία - Εστιατόρια». Πιο συγκεκριμένα η συνεισφορά του κλάδου «Ξενοδοχεία ? Εστιατόρια» στην παραπάνω μεταβολή ήταν 15,4%. Η κύρια αιτία για τις αυξημένες εκτιμήσεις είναι ότι οι υπολογισμοί της αναθεώρησης προέκυψαν με τη χρήση νέων πρωτογενών πηγών οι οποίες δεν ήταν διαθέσιμες στο παρελθόν (κανονισμό 58/57 5.05, έρευνες ξενοδοχείων και εστιατορίων, μεταφορών, κ.α.).

Παρουσιάζεται η ακαθάριστη προστιθέμενη αξία του κλάδου των «Ξενοδοχείων - Εστιατορίων» με βάση τα παλιά στοιχεία, πριν την αναθεώρηση, και με βάση τα νέα, την περίοδο 2000 - 2006. Με βάση τα νέα στοιχεία, το μερίδιο του κλάδου στο συνολικό ακαθάριστο προϊόν αυξήθηκε κατά 1,7%. (Για το έτος 2005 το μερίδιο του κλάδου «Ξενοδοχεία - Εστιατόρια» με τα παλιά στοιχεία ήταν 8,6% ενώ με τα νέα στοιχεία είναι 10,3%.) Το εν λόγω μερίδιο αναφέρεται στην άμεση επίπτωση του κλάδου των «Ξενοδοχείων - Εστιατορίων» και δεν αναφέρεται στην συνολική συνεισφορά του τουρισμού στο ΑΕΠ της χώρας. Δεν περιλαμβάνει δηλαδή τις υπόλοιπες τουριστικές δραστηριότητες, ούτε τις έμμεσες επιπτώσεις που έχει η συνολική τουριστική δραστηριότητα στην υπόλοιπη οικονομία.

Εάν λάβουμε υπόψη μας τα στοιχεία του WTTC για το 2005, έχουμε τα εξής: Η άμεση συμβολή του τουρισμού στο ΑΕΠ ήταν 7,27%, ενώ η συμβολή της τουριστικής οικονομίας ήταν 16,35%. Το 2005 η άμεση συμβολή του κλάδου «Ξενοδοχεία - Εστιατόρια» στο ΑΕΠ ήταν 10,3%. Με την παραδοχή ότι τα «Ξενοδοχεία - Εστιατόρια» αντιστοιχούν περίπου στο μισό του τουριστικού τομέα, η άμεση συμβολή του τουρισμού στο ΑΕΠ, κατά το 2005, αυξάνεται κατά το μισό της διαφοράς που προέκυψε από την αναθεώρηση και εκτιμάται στο 8,12% (από 7,27 που υπολογίζει το WTTC). Με βάση την αναλογία της άμεσης προς την συνολική επίδραση του τουρισμού στο ΑΕΠ, που προκύπτει από τα στοιχεία του WTTC (περίπου στο 2,25), μπορούμε να κάνουμε την εκτίμηση ότι η συμβολή της τουριστικής οικονομίας στο ΑΕΠ για το 2005 ήταν σχεδόν 18,2%.

Σε όλα τα παραπάνω που ακούγονται ευχάριστα και ενδιαφέροντα υπάρχει κάτι το αρνητικό: τα περισσότερα από τα στοιχεία που χρησιμοποιήθηκαν για την παραπάνω ανάλυση προέρχονται από πηγές εκτός Ελλάδος (World Economic Forum, World Travel & Tourism Council). Το γεγονός αυτό αποτελεί σοβαρή αδυναμία τουρισμού μας. Ας ελπίσουμε ότι σύντομα οι πολιτικές ηγεσίες θα αντιληφθούν την σπουδαιότητα του θέματος και θα προχωρήσουν στην δημιουργία μηχανισμού επιστημονικής παρακολούθησης και υποστήριξης της τουριστικής οικονομίας. Προς όφελος όλων.

Η διεθνής αγορά Τουρισμού Υγείας αυτή τη στιγμή δεν έχει διαμορφωθεί πλήρως ως προς τους βασικούς της παράγοντες (μερίδια αγοράς, μεγάλοι «παίκτες» καθιερωμένοι προορισμοί κ.ο.κ) αλλά είναι σαφές ότι όσοι έχουν προετοιμαστεί και κινούνται με σχέδιο θα είναι οι μεγάλοι κερδισμένοι.

Η χώρα μας βεβαίως, για μία ακόμη φορά, υστερεί σε αυτόν τον τομέα, καθώς η κοινή υπουργική απόφαση με τις προδιαγραφές για την δημιουργία των Κέντρων Τουρισμού Υγείας και την ένταξη των σχετικών επενδύσεων στον αναπτυξιακό νόμο ακόμα εκκρεμεί.

Σε χώρες όπως η Ουγγαρία η Τσεχία και η Τουρκία , με χαμηλότερο ιατρικό επίπεδο , ο ιατρικός τουρισμός αποτελεί ένα από τα πιο επιτυχημένα θεματικού τουρισμού με συνεχή ανοδική τάση.

Σε χώρες της Ασίας , της Άπω Ανατολής (Μαλαισία. Ινδία) έχει αναπτυχθεί ο ιατρικός τουρισμός για βαρύτερα περιστατικά, όπως καρδιοχειρουργικής, μεταμοσχεύσεων κλπ.

Από 600.000 έως 1.000.000 είναι αυτοί που επιλέγουν την Ταϊλάνδη, η οποία εισέπραξε πέρυσι από τον τομέα αυτό (της αισθητικής χειρουργικής περιλαμβανομένης )561 εκατομμύρια ευρώ.

Μπορεί τα κέντρα τουρισμού υγείας να ενθαρρύνονται από το νέο αναπτυξιακό νόμο, ωστόσο, οι όροι, που τίθενται και για τη δημιουργία ξενοδοχειακής μονάδας, καθιστούν μια τέτοια επένδυση ασύμφορη. Ο νόμος ορίζει μαζί με το κέντρο τουρισμού υγείας να υπάρχει ξενοδοχείο 150 κλινών, εκ των οποίων 40 κλίνες θα έχουν τις προδιαγραφές για τη φιλοξενία ατόμων με ειδικές ανάγκες.

Εάν, σκεφτεί κανείς ότι ένα ξενοδοχείο ιατρικού τύπου, δηλαδή η κλινική, θα πρέπει να έχει ανά κλίνη 4 εξειδικευμένους εργαζόμενους και η ειδική με τις προδιαγραφές του συγκεκριμένου νόμου άλλους τόσους, σημαίνει ότι οι 200 κλίνες έχουν ανάγκη από 1200 εργαζόμενους (νοσηλευτές, ιατρούς, συντηρητές, παραϊατρικά επαγγέλματα).

Αν συνυπολογισθεί και το τι ζητά το υπουργείο Υγείας για τις ιατρικές μονάδες, όπως και το ΥΠΕΧΩΔΕ, για μια τέτοια επένδυση χρειάζονται 17 εκατ.ευρώ, κάτι που την καθιστά ασύμφορη για ένα γιατρό ή μια ομάδα γιατρών. Για να δημιουργηθεί ιατρικός τουρισμός πρέπει να δοθούν οι δυνατότητες στους γιατρούς να είναι οι βασικοί συντελεστές στις σχετικές κλινικές, μέσα από μια ανανεωμένη ιατρική νομοθεσία και δίπλα στις κλινικές να δημιουργηθούν μπουτίκ ξενοδοχεία.

Για το ίδιο θέμα, ο κορυφαίος ιταλός πλαστικός χειρουργός, Fabio Fantozzi, ανέπτυξε το πως η Ιταλία και η Ελβετία προσελκύουν ιατρικό τουρισμό, μέσα από τη δημιουργία ειδικών κέντρων αναζωογόνησης, ευεξίας και επεμβάσεων αισθητικής χειρουργικής. Και ο κ. Fantozzi επεσήμανε ότι για να αναπτυχθεί ο ιατρικός τουρισμός στην Ελλάδα πρέπει να ενισχυθεί ο Έλληνας γιατρός, αίροντας τα αντικίνητρα. Από πλευράς του τότε υφυπουργού Τουριστικής Ανάπτυξης Αν.Λιάσκου αναπτύχθηκαν τόσο οι διατάξεις του αναπτυξιακού νόμου για τις ειδικές μορφές τουρισμού, όσο και το νέο θεσμικό πλαίσιο για τον ιαματικό τουρισμό, θερμαλισμό και τουρισμό υγείας, που προωθείται, σε συνεργασία με τα συναρμόδια υπουργεία.

Τονίζεται ότι οι ειδικές μορφές τουρισμού, ανάμεσα στις οποίες και ο ιατρικός, αυξάνονται με ρυθμούς 15% ετησίως στην Αμερική και στην Ευρώπη. Ο ιατρικός τουρισμός δεν αποτελεί κάτι νέο στην Ελλάδα, αφού ειδική αναφορά σε αυτόν γίνεται το 1924 από τον πρώτο διευθυντή του ΕΟΤ. Επίσης, οι διατάξεις του αναπτυξιακού νόμου για τις επενδύσεις σε κέντρα τουρισμού υγείας, που επιδοτούνται από 30 έως 40% ανάλογα την περιοχή, ενώ εναλλακτικά υπάρχει η δυνατότητα είτε φορολογικής απαλλαγής είτε επιδότησης της δημιουργούμενης απασχόλησης, με την ίδια συμμετοχή να καθορίζεται κατ'ελάχιστο στο 25% της δαπάνης του έργου.

Τέλος, από μέρους της Κύπρου, υπάρχει έντονο ενδιαφέρον για επενδύσεις σε ιατρικό τουρισμό σε ειδικά διαμορφωμένες ξενοδοχειακές εγκαταστάσεις, που θα συνδυάζουν διακοπές με ανάρρωση και αποθεραπεία. Εξάλλου, το παρόν στρατηγικό σχέδιο τουριστικής ανάπτυξης 2003-2010 της Κύπρου δίνει έμφαση στον τουρισμό ευεξίας και, μάλιστα, ο ΚΟΤ έχει προκηρύξει διαγωνισμό για την εκπόνηση μελέτης για τους τρόπους ανάπτυξης των ειδικών προϊόντων ευεξίας.

---

## Βιβλιογραφία

---

Έκθεση World Economic Forum (WEF, οργανωτής των ετήσιων συναντήσεων κορυφής στο Davos).

Μελέτη περιοδικού "Tourism Research and Marketing".

Θαλασσοθεραπεία. Μία απόλαυση που συστήνουν και οι γιατροί της Μυρτώ Αντωνοπούλου

Ιαματικός τουρισμός σε πορεία ανάπτυξης του Δημήτρης Τερζίδης.

Ιαματικός Τουρισμός – Θερμαλισμός στα Θερμιά Παρανεστίου του Ζήσης Αγγελίδης

Αγγελίδης Ζ., 1988, Διδακτορική Διατριβή. Γεωλογικό Τμήμα, Σχολή Θετικών Επιστημών, Α.Π.Θ.

Σκαρπιά – Χόιπελ, 1996, Λουτροθεραπεία και Αναψυχή. Θεσσαλονίκη: University Studio Press

Ιαματική Λουτροθεραπεία Dr. Αθανάσιος Α. Σαρακιώτης Ιατρός–Ρευματολόγος Διδάκτωρ Ιατρικής Πανεπιστημίου Μονάχου

Σημαντικές Επιχειρηματικές Ευκαιρίες στον Τουρισμό Υγείας και τον Τουρισμό Ευεξίας, [www.cosmoshellas.com](http://www.cosmoshellas.com)

ΛΟΥΤΡΟΠΟΛΕΙΣ - ΠΑΡΚΑ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΝΑΨΥΧΗΣ, [www.iama.gr/ethno/Therm/madelou.html](http://www.iama.gr/ethno/Therm/madelou.html)

Συνδεσμος δημων και κοινοτητων ιαματικων πηγων, [www.thermalsprings.gr](http://www.thermalsprings.gr)

"Δυνατότητες και Προοπτικές Ανάπτυξης του Ιατρικού Τουρισμού στην Ελλάδα" του Κ. Βασιλόπουλου.

Υδροθεραπεία του Πράσινος Δημήτριος M.Sc.,MCSP - Φυσιοθεραπευτής

Ο ιατρικός τουρισμός έχει μεγάλη σημασία για την Ελλάδα, [www.disabled.gr](http://www.disabled.gr)

## Βιβλιογραφία

---

Therme Spa – Bath ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΣΩΜΑΤΟΣ, [www.thermespa.gr](http://www.thermespa.gr)

Υδροθεραπεία, [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

Υδροθεραπεία, [www.aquaway.gr](http://www.aquaway.gr)