

# Θερμές πηγές Αιδηψού

38.8579724, 23.040892



Είναι γνωστό ότι η χρήση των ιαματικών πηγών και η ευεργετική τους δράση για την ανθρώπινη υγεία ξεκινά ουσιαστικά από την αρχαία Ελλάδα και τους Ομηρικούς χρόνους. Κατά την παράδοση, ο Ηρόδοτος (484-410 π.Χ.) παρατήρησε για πρώτη φορά την ευεργετική επίδραση των νερών στον οργανισμό και περιέγραψε αρκετές ιαματικές πηγές, δίνοντας το έναυσμα και σε άλλους μελετητές αργότερα.

Η λουτροθεραπεία, σύμφωνα με τη φιλοσοφία των αρχαίων Ελλήνων, κατείχε κεντρικό ρόλο όχι μόνο στην προσωπική ζωή του αρχαίου Έλληνα, ανεξάρτητα από την κοινωνική του θέση, αλλά και στην ίδια την κοινωνική ζωή της αρχαίας Ελλάδας, αφού οι πηγές τους χάριζαν τα θεϊκά δώρα της υγείας, της ευεξίας, της ομορφιάς και του σθένους. Σύμφωνα με μαρτυρίες του Πλούταρχου και του Πausανία, τα Ασκληπιεία, που είχαν ιδρυθεί σε 100 περίπου περιοχές με ιαματικές πηγές, αποτελούσαν "ναούς υγείας", όπου συνέρεαν όσοι επιθυμούσαν να θεραπευτούν ή να ανακουφιστούν, κάνοντας θερμά ή ψυχρά λουτρά με την επίβλεψη ιερέων και γιατρών.

Ωστόσο η υδροθεραπευτική τέχνη οφείλει την ανάπτυξη και διάδοσή της στον Ιπποκράτη (460-375 π.Χ.), πατέρα της Ιατρικής και της Υδροθεραπείας, χάρη στον οποίο δημιουργήθηκε ένας αυτόνομος κλάδος θεραπευτικής αγωγής, η Ιαματική Υδροθεραπεία, που εξαπλώθηκε σε όλο τον κόσμο. Σημαντικά μνημεία (κτίσματα, έργα τέχνης κ.ά.), που φτάνουν μέχρι τις μέρες μας, από διάφορες ιστορικές περιόδους της Ελλάδας, αποτελούν μαρτυρίες ενός πολιτισμού που προάσπιζε την ανθρώπινη υγεία όχι μόνο μέσω της φροντίδας του σώματος αλλά πάνω από όλα φρόντιζε για την ψυχική και πνευματική ευφορία. Ο σύγχρονος Θερμαλισμός στην Ελλάδα, αρχίζει όταν, από την κυβέρνηση του Καποδίστρια, εκδηλώθηκε ενδιαφέρον για τις Ιαματικές Πηγές, ενώ επί βασιλείας του Όθωνα, το 1830, ιδρύθηκε και το πρώτο ελληνικό υδροθεραπευτήριο, που έδωσε το έναυσμα για την ανάπτυξη πολλών λουτροπόλεων.

## Κατηγορίες:

### Εσωτερική η οποία περιλαμβάνει:

- Την ποσιθεραπεία, η οποία επιτυγχάνεται με την πόση ιαματικών νερών με συγκεκριμένα ποιοτικά χαρακτηριστικά, ενώ σε αρκετά ιαματικά νερά αποδίδεται διουρητική δράση. Ενδείκνυται για τη θεραπεία παθήσεων ουροποιητικού, νεφρών και πεπτικού συστήματος, όπως η νεφρολιθίαση, χολολιθίαση, χρόνια χολοκυστίτιδα και δυσκινησία χοληφόρων, παθήσεων στομάχου και εντέρων, καθώς και παθήσεων ήπατος και χοληδόχου κύστης. Η εφαρμογή της έχει συνήθως διάρκεια 3-4 εβδομάδων με άμεσα ευεργετικά αποτελέσματα.
- Την εισπνοθεραπεία, η οποία γίνεται με εισπνοή των αερίων ή των σταγονιδίων των μεταλλικών νερών, με τη βοήθεια ειδικών συσκευών. Βασίζεται στη μετατροπή των ιαματικών νερών σε μορφή σταγονιδίων και στην εκμετάλλευση των αερίων τα οποία περιέχονται σε

αυτά. Ενδείκνυται για την αντιμετώπιση παθήσεων του αναπνευστικού συστήματος, όπως βρογχικό άσθμα και χρόνια βρογχίτιδα.

- Τις πλύσεις (στοματικές, ρινικές, γυναικολογικές).

### **Εξωτερική η οποία περιλαμβάνει:**

- Τη λουτροθεραπεία, η οποία πραγματοποιείται με την εμβάπτιση του σώματος σε ατομικό λουτήρα ή πισίνα με ιαματικό νερό. Ένας κύκλος θεραπείας διαρκεί συνήθως 2 εβδομάδες, με ένα λουτρό την ημέρα, μετά από ολοκληρωμένη πέψη και ακολούθως ανάπαυση των λουομένων για 30 περίπου λεπτά. Ενδείκνυται για τη θεραπεία δερματολογικών παθήσεων (έκζεμα, κνησμοί, ψωρίαση, νεανική ακμή, ιχθύαση, βλάβες βλεννογόνων και εγκαύματα), χρόνιων ρευματικών παθήσεων και αρθροπαθήσεων, για τη θεραπεία των οποίων χρησιμοποιούνται επίσης και η λασποθεραπεία και η κινησιοθεραπεία, παθήσεων του νευρικού συστήματος, καθώς και για τη θεραπεία γυναικολογικών παθήσεων, όπως κολπίτιδες και διαταραχές εμμήνου ρύσης.
- Τις καταιονήσεις (για ορισμένο χρόνο το σώμα δέχεται το θερμομεταλλικό νερό με υψηλή ή χαμηλή πίεση).
- Τις υδρομαλάξεις, οι οποίες γίνονται με εφαρμογή πίεσης στο ανθρώπινο σώμα, ενώ αυτό βρίσκεται μέσα στα ιαματικά νερά. Ενδείκνυται σε περιπτώσεις μετατραυματικής θεραπείας, καταγμάτων και κακώσεων, αρθροπαθειών, οσφυαλγίας, ισχαιμίας, σπονδυλαρθρίτιδας και σπαστικών παραλύσεων.
- Την υδροκινησιοθεραπεία (συνδυασμός λουτροθεραπείας και κινησιοθεραπείας, ενώ το σώμα βρίσκεται στο νερό).
- Την πηλοθεραπεία ή λασποθεραπεία (εφαρμογή πηλού ή λάσπης, που έχει "ωριμάσει", σε πάσχοντα σημεία του σώματος, με εμβάπτιση του σώματος σε αυτόν ή ολική ή μερική επάλειψη), για τη θεραπεία παθήσεων του μυοσκελετικού συστήματος και δερματικών παθήσεων.

### **Περίληψη**

Σκοπός: Εκδρομή	Τύπος: Αξιοθέατα	Χώρα: Greece
Πόλη: Αιδηψός		

**Στοιχεία Agent**

marketing@greekmap.eu – Agent

**Greek Map**