

**ΑΝΩΤΑΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ  
ΙΔΡΥΜΑ ΚΡΗΤΗΣ  
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ  
ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ  
ΘΕΜΑ:ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ**



**ΕΙΣΗΓΗΤΡΙΑ:ΑΛΕΞΑΝΔΡΑΚΗ ΡΟΔΑΝΘΗ  
ΣΠΟΥΔΑΣΤΕΣ:ΣΤΡΑΤΑΡΙΔΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ – ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗ  
ΒΑΣΙΛΙΚΗ  
ΗΡΑΚΛΕΙΟ  
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2010**

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<b>ΠΕΡΙΛΗΨΗ</b> .....	σελ.4
<b>ΕΙΣΑΓΩΓΗ</b> .....	σελ.5
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ</b>	
1.1 Τουρισμός Υγείας και Ιαματικός Τουρισμός.....	σελ.8
1.2 Σκοπός και στόχος Ιαματικού Τουρισμού.....	σελ.10
1.3 Ιστορική εξέλιξη Ιαματικού Τουρισμού.....	σελ.10
1.4 Προφίλ του Τουρίστα Υγείας και χαρακτηριστικά του.....	σελ.12
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ</b>	
2.1 Ιαματική πηγή και Ιαματικά νερά.....	σελ.14
2.1.1 Ενδεικνύμενα είδη νερών.....	σελ.14
2.1.2 Γέννεση των μεταλικών νερών.....	σελ.15
2.2 Η θεραπευτική δράση του νερού βασισμένη στις ιδιότητές του.....	σελ.17
2.3 Θεραπευτικές εφαρμογές ιαματικών λουτρών.....	σελ.18
2.4 Ιαματικές πηγές στην θεραπεία αναπνευστικών παθήσεων.....	σελ.19
2.4.1 Παράγοντες που επηρεάζουν την εισπνευσιοθεραπεία.....	σελ.20
2.4.2 Πηγές κατάλληλες για εισπνευσιοθεραπεία στην Ελλάδα.....	σελ.21
2.5 Θεραπεία με ιαματικές πηγές στην γυναικολογία.....	σελ.22
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο ΜΟΡΦΕΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ</b>	
3.1 Υδροθεραπεία.....	σελ. 24
3.2 Επιδράσεις της Υδροθεραπείας στον ανθρώπινο οργανισμό.....	σελ.24
3.2.1 Ερεθίσματα απο το περιβάλλον.....	σελ.24
3.2.2 Ερεθίσματα απο το Ιαματικό Νερό.....	σελ.25
3.3 Θεραπευτικά οφέλη Υδροθεραπείας.....	σελ.26
3.4 Είδη Υδροθεραπείας.....	σελ.27
3.4.1 Πηλοθεραπεία.....	σελ.27
3.4.2 Εισπνοθεραπεία.....	
3.4.3 Ποσιθεραπεία.....	σελ.28
3.4.3.1 Οφέλη ποσιθεραπείας.....	σελ.29
3.4.3.2 Πως γίνεται η ποσιθεραπεία.....	σελ.29
3.4.3.3 Που μπορείτε να κάνετε ποσιθεραπεία.....	σελ.30
3.4.4 Λουτροθεραπεία.....	σελ.31
3.4.4.1 Επαγγελματικά δικαιώματα ειδικών λουτροθεραπείας.....	σελ.34
3.4.5 Θαλασσοθεραπεία.....	σελ.34
3.4.5.1 Προυποθέσεις λειτουργίας κέντρων θαλασσοθεραπείας.....	σελ.37
3.4.6 Τουρισμός Ευεξίας-Spa.....	σελ.38
3.4.6.1 Εσωτερικός κανονισμός λειτουργίας Spa.....	σελ.39
3.5 Εισπνοθεραπεία.....	
3.6 Ειδικές τεχνικές Υδροθεραπείας.....	σελ.40
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο ΝΟΜΟΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ</b>	
4.1 Ισχύουσα Νομοθεσία για τα θερμομεταλλικά νερά.....	σελ.43
4.2 Νόμοι και όροι λειτουργίας Ιαματικών Πηγών.....	σελ.44
4.3 Σχέδιο κανονισμού λειτουργίας μονάδων Ιαματικής θεραπείας.....	σελ.45
4.3.1 Δικαιώματα και υποχρεώσεις προσωπικού.....	σελ.45

4.3.2 Προφίλ και χαρακτηριστικά Διευθυντή.....	σελ.46
4.3.3 Προφίλ και χαρακτηριστικά γιατρού.....	σελ.47
4.3.4 Λουτρονόμοι.....	σελ.48
4.3.5 Προϊστάμενος Λουτρονόμων.....	σελ.49
4.4 Προστασία ιαματικών φυσικών πόρων.....	σελ.50

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ**

5.1 Ιαματικές Πηγές στην Ελλάδα.....	σελ.53
5.1.1 Περιφέρεια Ανατολικής Μακεδονίας.....	σελ.56
5.1.2 Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας.....	σελ.58
5.1.3 Περιφέρεια Δυτικής Μακεδονίας.....	σελ.61
5.1.4 Περιφέρεια Ηπείρου.....	σελ.62
5.1.5 Περιφέρεια Θεσσαλίας.....	σελ.63
5.1.6 Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας.....	σελ.64
5.1.7 Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας.....	σελ.65
5.1.8 Περιφέρεια Πελοποννήσου και Αττικής.....	σελ.67
5.1.9 Περιφέρεια Βορείου Αιγαίου.....	σελ.69
5.1.10 Περιφέρεια Νότιου Αιγαίου.....	σελ.72
5.2 Ιαματικές Πηγές.....	σελ.75
5.2.1 Ιαματικές Πηγές Τοπικής Σημασίας.....	σελ.75
5.2.2 Ιαματικές Πηγές Τουριστικής σημασίας.....	σελ.78
5.3 Οργανωμένες Ιαματικές Πηγές.....	σελ.80

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ**

6.1 Ιαματικός Τουρισμός στο Εξωτερικό.....	σελ.91
6.1.1 Γερμανία.....	σελ.91
6.1.2 Ιταλία.....	σελ.92
6.1.3 Γαλλία.....	σελ.94
6.1.4 Ισπανία.....	σελ.96
6.1.5 Ελβετία.....	σελ.96
6.1.6 Αυστρία.....	σελ.97
6.1.7 Πορτογαλία.....	σελ.97
6.1.8 Βέλγιο.....	σελ.97
6.1.9 Βόρεια Ευρώπη.....	σελ.98
6.1.10 Αγγλία.....	σελ.98
6.1.11 Πρώην Ανατολικές Χώρες.....	σελ.98
6.1.12 Βόρεια Αμερική.....	σελ.99
6.1.13 Αυσταλία.....	σελ.99

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ**

7.1 Προτάσεις ανάπτυξης Ιαματικού Τουρισμού και Θερμαλισμού.....	σελ.101
7.2 Οικονομικά οφέλη για την τοπική κοινωνία.....	σελ.103

<b>ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....</b>	<b>σελ.105</b>
--------------------------	----------------

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ.....	σελ.107
ΑΛΛΕΣ ΠΗΓΕΣ.....	σελ.108

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στη σημερινή εποχή, με τις νέες τάσεις περί ολιστικής ιατρικής, η παραδοσιακή λουτροθεραπεία έλαβε τη μορφή του Ιαματικού Τουρισμού και απευθύνεται όχι μόνο σε ασθενείς-τουρίστες αλλά και στους συνοδούς τους, καθώς και σε άτομα υγιά, που επιθυμούν να συνδυάσουν τις διακοπές τους με υπηρεσίες πρόληψης, διατήρησης ή βελτίωσης της υγείας τους μέσω προγραμμάτων ολικής αναζωογόνησης και χαλάρωσης σε σωματικό, πνευματικό και συναισθηματικό επίπεδο.

Ο ιαματικός τουρισμός είναι δυνατό να αποτελέσει και μέσο ξεκούρασης και ανανέωσης εκτός από μέσο θεραπείας. Έτσι από κοινού ο θερμαλισμός η κλιματοθεραπεία, η θαλασσοθεραπεία και η πηλοθεραπεία που έχουν μεγάλη σχέση μεταξύ τους μπορούν να αποτελέσουν μορφές τουρισμού που θα συμβάλλουν στην πρόληψη, αποκατάσταση της υγείας, ξεκούραση, ομορφιά, δηλαδή ταυτόχρονη ανάγκη για διακοπές και θεραπεία μαζί σε ένα πρότυπο περιβάλλον. Οι ελληνικές λουτροπόλεις μπορούν να αναπτυχθούν και να εξελιχθούν σε κέντρα τουρισμού υγείας δηλαδή σε κέντρα θεραπείας που να είναι και κέντρα αναψυχής και ηρεμίας για όλες τις ηλικίες για περισσότερους μήνες του έτους, αφού οι περισσότερες βρίσκονται κοντά στη θάλασσα και έχουν καλό κλίμα, βασικά στοιχεία για ποικίλες εφαρμογές στη θαλασσοθεραπεία και την κλιματοθεραπεία.

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.

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.

Ο συγκεκριμένος κλάδος αποτελεί μια ανερχόμενη τεράστια βιομηχανία υπηρεσιών σε διεθνές επίπεδο με ιδιαίτερα υψηλούς δείκτες απόδοσης και κερδών.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο Τουρισμός θεωρείται διεθνώς σημαντικός τομέας της Οικονομίας τόσο για τα συναλλαγματοφόρα οφέλη του όσο και για τον ανθρωποκεντρικό του χαρακτήρα. Ιδιαίτερα, για την Ελλάδα είναι αποφασιστικός παράγοντας διαμόρφωσης του Εθνικού Προϊόντος με καθοριστικό ρόλο στην ανάπτυξη της Εθνικής Οικονομίας. [1]

Το τουριστικό προϊόν, όπως προσφέρεται σήμερα, αντιμετωπίζει έντονο διεθνή ανταγωνισμό και χρειάζεται ανανέωση και διαφοροποίηση. Για το λόγο αυτό αναπτύχθηκαν ειδικές μορφές τουρισμού που συνέβαλαν στην διαφοροποίηση της τουριστικής αγοράς. Έτσι μια εναλλακτική μορφή τουρισμού αποτελεί ο Τουρισμός Υγείας.[2]

Σύμφωνα και με τις νέες τάσεις ,η τουριστική ανάπτυξη πρέπει να στραφεί σε ένα πιο πολυμορφικό τουρισμό που να μπορέσει να ικανοποιήσει τις ανάγκες του σύγχρονου τουρίστα και παράλληλα να μπορεί να αξιοποιεί τον πλούτο των πόρων του.Κάθε ειδική μορφή διαθέτει ένα ιδιαίτερο χαρακτηριστικό το οποίο λειτουργεί ως κίνητρο, γίνεται αναπόσπαστο συστατικό στοιχείο κατά την διάρκεια παραμονής των τουριστών.[3]

Στα πλαίσια διαφοροποίησης του τουριστικού προϊόντος και της επιμήκυνσης της τουριστικής περιόδου, ο Ελληνικός Οργανισμός Τουρισμού(ΕΟΤ) προσπαθεί να προωθήσει αυτό το σχετικά νέο concept στην Ελλάδα, τον τουρισμό υγείας. Μια έννοια φαινομενικά γνωστή, αλλά ουσιαστικά σχεδόν ανύπαρκτη στην Ελλάδα.

Στη χώρα μας ο τουρισμός υγείας είναι συνυφασμένος με τον ιαματικό τουρισμό και τις επισκέψεις ηλικιωμένων ως επί το πλείστον σε ιαματικά λουτρά. Η κατάσταση όμως παρουσιάζεται πολύ διαφορετική στο εξωτερικό και μόλις πρόσφατα έχει αρχίσει να διαφοροποιείται και στην Ελλάδα.

Η ανάγκη του ανθρώπου να βρίσκεται κοντά στο νερό έχει συμβάλει στη δημιουργία κοινωνικών ομάδων σε οικισμούς κοντά σε περιοχές ιαματικών πηγών.Η υδρομάλαξη προκύπτει απο το συνδυασμό της μάλαξης και του νερού που πηγάζει από τέτοιες πηγές και επιδρά σε όλα τα συστήματα του ανθρώπινου οργανισμού.Τα στοιχεία που μεταφέρει το ιαματικό νερό,αν και αμφισβητείται η διαπερατότητά τους στο ανθρώπινο σώμα,επιδρούν θετικά στο αναπνευστικό σύστημα και οι διάφορες μορφές υδρομάλαξης επιδρούν χαλαρωτικά και θεραπευτικά στο σύνολο του ανθρώπινου οργανισμού.

[1] Θ.Κοκαλας(2009) Ιαματικές πηγές Ελλάδος

[2]Ανατολή Μαραντίδου(2009),Μεταπτυχιακή διατριβή,Ιαματικές πηγές, κοινωνική,οικονομική και περιβαλλοντική διερεύνηση στάσεων φορέων και επισκεπτών.

[3]Μαρία Τζαβάρα-Ιωάννα Γιαννούτσου (2008),Πτυχιακή Εναλλακτικές μορφές τουρισμού:Θαλάσσιος τουρισμός και η ανάπτυξη του στο νομό Χανίων

Όλα τα παραπάνω συμβάλλουν στην ανάπτυξη του ιαματικού τουρισμού, γεγονός που συγκεντρώνει άτομα από διάφορες ηλικίες για θεραπεία, άσκηση και ψυχαγωγία. Οποιαδήποτε μορφή θεραπείας που λαμβάνει χώρα σε περιοχή που βρίσκεται σε ιαματικές πηγές, έχει άμεσα και ευργετικά αποτελέσματα στον οργανισμό οποιουδήποτε ασθενή. [4]

Τα καλά νέα για την τουριστική βιομηχανία είναι ότι διαφαίνεται η ανάπτυξη μιας αγοράς οικονομικά εύρωστων ανθρώπων που επιθυμούν να διατηρήσουν μια καλή υγεία και φυσική κατάσταση και χαμηλά επίπεδα άγχους σε συνδυασμό με τις διακοπές τους.

Η μελέτη της πτυχιακής ξεκινά με το πρώτο κεφάλαιο και με την ανάλυση του ορισμού του τουρισμού υγείας παρουσιάζοντας και τον στόχο ύπαρξης αυτού, γίνεται αναλυτική αναφορά στην ιστορική εξέλιξη του και παρουσιάζεται το προφίλ του ταξιδιώτη υγείας και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του.

Έπειτα συνεχίζει με το 2ο κεφάλαιο και τις θεραπευτικές ιδιότητες των ιαματικών πηγών.

Στο 3ο κεφάλαιο αναλύεται με σύγχρονους όρους η υδροθεραπεία, οι επιδράσεις της στον ανθρώπινο οργανισμό και αναφέρουμε λεπτομερειακά τα είδη και τις μεθόδους της.

Στο 4ο κεφάλαιο παρουσιάζονται διάφοροι νόμοι και κανονισμοί που σχετίζονται με τον Ιαματικό Τουρισμό, τα θερμομεταλλικά νερά και τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις του προσωπικού που απασχολούν οι σχετικές μονάδες ιαματικού τουρισμού.

Συνεχίζοντας με το 5ο κεφάλαιο προσδιορίζοντε οι ιαματικές πηγές στην Ελλάδα, χωρισμένες σε Ιαματικές Πηγές Τοπικής και Τουριστικής σημασίας και δεν παραλύουμε να αναφέρουμε τις θεραπευτικές ενδείξεις των πηγών και το είδος θεραπείας που προσφέρει η κάθε πηγή τουριστικής σημασίας ξεχωριστά

Έπειτα αναφορά γίνεται και στις Ιαματικές Πηγές των χωρών του εξωτερικού αναφέροντας κάποιες γενικές πληροφορίες περί αυτών. Και η μελέτη κλείνει με το 7ο και τελευταίο κεφάλαιο, με διάφορες προτάσεις για την ανάπτυξη του Ιαματικού Τουρισμού και Θερμαλισμού.

[4]Ευστάτιος Κόλλιος,(2009)Υδρομάλαξη και εισπνοθεραπεία στις ιαματικές πηγές

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο

### ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

## 1.1 ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Η φύση εκτός από σπάνια τοπία και ιδιαίτερες φυσικές ομορφιές, "χάρισε" στην Ελλάδα και πηγές με σημαντικές θεραπευτικές ιδιότητες.

Τα ιαματικά λουτρά αποτελούν μέρος του εθνικού πλούτου της χώρας, ενώ οι θεραπευτικές του ιδιότητες ήταν γνωστές, ήδη από τους αρχαιότερους χρόνους.[5]

Ο Τουρισμός υγείας ή Θεραπευτικός Τουρισμός όπως ονομαζόταν παλαιότερα, εξελίσσεται σε μια από τις βασικότερες μορφές τουρισμού.[3] Θεωρείται μια εναλλακτική μορφή τουρισμού κατά τη διάρκεια του οποίου οι τουρίστες συμμετέχουν σε προγράμματα υγείας ή σε προγράμματα που σχετίζονται με την υγεία.[6] Τα προγράμματα υγείας είναι δηλαδή προγράμματα διατήρησης, πρόληψης, θεραπείας, ανάρωσης και αποκατάστασης της υγείας με σύγχρονες ιατρικές μεθόδους και με φυσικές μεθόδους και προγράμματα που σχετίζονται και επηρεάζουν την υγεία όπως προγράμματα υγιεινής διαβίωσης, υγιεινής διατροφής, ενεργητικής άθλησης, ψυχικής ισορροπίας, ομορφιάς, αδυνατίσματος, κοινωνικής επανένταξης, κλπ. Δεν αφορά πλέον μόνο άτομα που έχουν κάποιο πρόβλημα υγείας, συνήθως μεγαλύτερης ηλικίας, και επιθυμούν να συνδυάσουν τις διακοπές τους με σχετική θεραπεία αλλά και άτομα υγιή για τα οποία η πρόληψη, η σωστή διατροφή και η άσκηση είναι τρόπος ζωής και στις διακοπές τους θέλουν μια ανάλογη αναζωογονητική εμπειρία.

Τα δε άτομα όπου μετέχουν σε αυτόν έχουν σαν κύριο κίνητρο την αποκατάσταση και διατήρηση της υγείας τους, την θεραπεία και ανάρωση τους από διάφορες ασθένειες. Ας σημειωθεί πως αυτά τα άτομα που κυρίως κατοικούν σε μεγαλουπόλεις και είναι ως επί το πλείστον εύπορα, επενδύουν χρόνο και χρήματα στην υγεία τους και κατεπέκταση στην μακροζωία τους.

Ο Τουρισμός Υγείας, ο οποίος συνεχώς εξελίσσεται σε πολλές ευρωπαϊκές χώρες, περιλαμβάνει όλες τις υπηρεσίες που έχουν σχέση με την υγεία, όπως τον ιατρικό έλεγχο, την ειδική διαιτητική, τη θεραπεία με βιταμίνες, τις βοτανοθεραπείες, τη γυμναστική, τις ειδικές θεραπείες, όπως αντικαπνιστική, θεραπεία κατά του άγχους, ψυχοθεραπεία, κινησιοθεραπεία, χαλάρωση, εκμάθηση ύπνου, έρευνα της σωστής γραμμής του σώματος, αισθητική κλπ. [7]

Επίσης, ο τουρισμός υγείας περιλαμβάνει τα εξής δύο βασικά τμήματα:

α) Το τμήμα της θεραπείας, που έχει ως βάση ιατρικές μεθόδους στα πλαίσια μιας θεραπευτικής προληπτικής διάστασης της υγείας, όπως ο θερμαλισμός, και η κλιματοθεραπεία. Οι θεραπευτικές μέθοδοι βασίζονται στη χρήση των ουσιών όπως εξέρχονται από τη γη, τη θάλασσα και τον αέρα.

β) Το τμήμα που αποσκοπεί στην επανάκτηση της καλής φυσικής κατάστασης του οργανισμού και γενικά στην αναζωογόνηση και συντήρηση της σωματικής και ψυχικής κατάστασης του ατόμου. Στην περίπτωση αυτή υπάρχει περισσότερο η έννοια διακοπές και υγεία παρά η έννοια θεραπεία



Η παρακολούθηση γίνεται είτε με ιατρικές μεθόδους, είτε με μεθόδους παράλληλες του ιατρικού επαγγέλματος όπως στην περίπτωση της θαλασσοθεραπείας, της φυτοθεραπείας, της αισθητικής, του αδυνατίσματος, της διαιτητικής. [8]

Ο Ιαματικός Τουρισμός τώρα, θεωρείται ένα από τα σημαντικότερα κομμάτια του τουρισμού υγείας. Απευθύνεται σε συγκεκριμένη κατηγορία τουριστών και παρά το γεγονός ότι η Ελλάδα είναι διάσπαρτη από τέτοιου είδους πηγές, πολύ πρόσφατα έγιναν τα πρώτα δειλά βήματα τουριστικής αξιοποίησης και χρήσης τους ως μέσου προσέλκυσης αλλοδαπού τουρισμού.

Στην Ελλάδα έχουν καταγραφεί εκατοντάδες φυσικές αναβλύσεις ιαματικών νερών. Επισήμως αναγνωρισμένες από την Πολιτεία ως "Ιαματικές" είναι περίπου ογδόντα (80) πηγές. Με τον όρο "Ιαματικές Πηγές" ορίζονται οι φυσικές αναβλύσεις των θερμών, υπόθερμων ή ψυχρών νερών, τα οποία, με τα συστατικά που περιέχουν, είναι κατάλληλα για την ίαση διαφόρων παθήσεων του ανθρώπινου σώματος.[9]

[5]Πηγή από [www.medvoi365.gr](http://www.medvoi365.gr)(2009)

[3]Μαρία Τζαβάρα-Ιωάννα Γιαννούτσου (2008),Πτυχιακή Εναλλακτικές μορφές τουρισμού:Θαλάσσιος τουρισμός και η ανάπτυξη του στο νομό Χανίων,

[6]Ματζουράνη Καλλιόπη-Τζιφάκη Χρυσούλα(2006),Πτυχιακή,Επιπτώσεις-Προοπτικές εξέλιξης του εναλλακτικού τουρισμού στην Ελλάδα.

[7]Μαρία Τριβυζά(1999),Ιαματικές Πηγές Ελλάδος

[8]Γρηγοριάδου Αφροδίτη(2009),Πτυχιακή,Τουρισμός 3ης ηλικίας

[9]Πηγή απο [www.autotriti-ekdromi.gr](http://www.autotriti-ekdromi.gr)

## 1.2 ΣΚΟΠΟΣ ΚΑΙ ΣΤΟΧΟΣ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

Ο ιαματικός τουρισμός όπως προαναφέραμε, σχετίζεται με τις επισκέψεις τουριστών σε χώρους που έχουν ως σκοπό την ίαση διαφόρων παθήσεων ( π.χ. αντικαπνιστική θεραπεία, θεραπεία άγχους, ψυχοθεραπεία, κινησιοθεραπεία, χαλάρωση, διαιτητική, αισθητικής κ.α. ) καθώς επίσης την αναψυχή και αναζωογόνηση ψυχής και σώματος. Είναι ιδανική επιλογή για όσους αναζητούν χαλάρωση και ευεξία αλλά και για όσους θέλουν να βοηθηθούν να απαλλαγτούν από σωματικά προβλήματα που τυχόν να έχουν.

Δεν είναι τυχαίο ότι στην Ελλάδα οι ιαματικές πηγές και τα οφέληματά αυτών είναι γνωστά από την αρχαιότητα, εξαιτίας του κλίματός της που χαρακτηρίζεται από μεγάλη ηλιοφάνεια.[10]

## 1.3 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

Η θεραπεία με ιαματικό νερό είναι γνωστή στη χώρα μας από τους αρχαίους χρόνους όχι μόνο σε εμπειρικό αλλά και σε επιστημονικό επίπεδο, πράγμα το οποίο αποδεικνύει το πόσο πολύ οι αρχαίοι Έλληνες είχαν ασχοληθεί με τα ιαματικά νερά.

Οι αρχαίοι Έλληνες γνώριζαν καλά μερικές ιδιότητες των ιαματικών νερών και λουτρών τα οποία χρησιμοποιούσαν όχι μόνο για θεραπευτικούς λόγους αλλά και για να διατηρούνται σε καλή φυσική κατάσταση.

Θεωρούσαν τις ιαματικές πηγές σαν μυστηριώδεις θεότητες που περιέκλειαν μέσα τους ευεργετικούς και θεραπευτικούς "χυμούς" κατάλληλους για την θεραπεία των λουομένων ασθενών.

Ενδεικτικά θα αναφέρουμε ότι:

Ο Ηρόδοτος (484-410) καθιέρωσε το χρόνο λουτροθεραπείας σε 21 μέρες. Έκανε μάλιστα και το διαχωρισμό ότι την άνοιξη πρέπει να γίνονται τα ζεστά μπάνια και το καλοκαίρι τα ψυχρά.

Ο Ιπποκράτης (460-375 π.χ.) στο σύγγραμμά του «περί αέρων τόπων υδάτων» μας μιλά για την επίδραση των ψυχρών και θερμών λουτρών στο σώμα μας, για τις παθήσεις για τις οποίες ενδείκνυνται αυτά καθώς και για την παράλληλη επίδραση του κλίματος ενός τόπου.

Ο Αριστοτέλης περιγράφοντας τους σεισμούς εξηγεί τη γένεση των πηγών της Αιδηψού οι οποίες σύμφωνα με το Στράβωνα ονομάζοντο Θερμά του Ηρακλέους εξ' ου και τα αρχαιολογικά ευρήματα όπως το μαρμάρινο ανάγλυφο με τη λεοντή και το τόξο του Ηρακλή.

Στους Ρωμαϊκούς χρόνους ο ηγεμών Κορνήλιος Σύλλας κατέφυγε στα Λουτρά της Αιδηψού για να θεραπευτεί από την ποδάγρα που έπασχε. Ακόμη και σήμερα λειτουργεί το ομώνυμο υδρ/ριο που φέρει το όνομα του ακόμη, Έλληνες γιατροί, οπαδοί της Ιατρικής του Ιπποκράτη, ασχολούνται με την Υδροθεραπεία. Ο Στράβων, ο Πλούταρχος, ο Πausanias περιγράφουν πολλές Ιαματικές Πηγές και την εμφάνιση αυτών.[11].

Κατά τα Βυζαντινά χρόνια μέχρι και τον 6ο μ.χ. αιώνα εξακολουθεί να γίνεται χρήση των Ιαματικών Υδάτων. Το Μεσαίωνα ο Θερμαλισμός παρακμάζει και αναβιώνει πάλι στις αρχές του 16ου αιώνα.

Στους νεότερους χρόνους η Κυβέρνηση Καποδίστρια επέδειξε ενδιαφέρον για τις πηγές, το δε έτος 1830 Ιατροί της επισκέφθηκαν την Κύθνο όπου και μελέτησαν τις πηγές.

Επί βασιλείας του Όθωνα δημιουργήθηκε το Υδροθεραπευτήριο στα Λουτρά της Κύθνου. Η αξιοποίηση των περισσότερων Λουτροπόλεων που λειτουργούν και σήμερα έγινε την δεκαετία του 1930.[12]

Ο Χημικός Περτέσης κατά το χρονικό διάστημα από 1923-1953 μελέτησε την φυσικοχημική σύσταση των μεταλλικών νερών των περισσότερων Πηγών της Ελλάδος και πιο συγκεκριμένα, το 1926 ανακάλυψε ότι στα Καμένα Βούρλα η περιεκτικότητα των ιαματικών πηγών σε ραδόνιο ήταν μοναδική και κατεπέκταση μεγάλη η ευεργετικότητα τους στον άνθρωπο. Το έτος 1927 συστήθηκε ο κλάδος των μονίμων υδρολόγων ιατρών και το 1938 συστήθηκε στο Πανεπιστήμιο Αθηνών έδρα κλινικής Υδροθεραπείας και Ιατρικής κλιματολογίας.

Η εξέλιξη των Ιαματικών Πηγών είναι στενά συνδεδεμένη με τις αντιλήψεις της Ιατρικής Παθολογίας.[7]

[11]Πηγή απο [www.menelaida.gr](http://www.menelaida.gr)

[12]Πηγή απο [www.thermosdravlinos.gr](http://www.thermosdravlinos.gr)

[7]Μ.Τριβυζά(1999),Ιαματικές πηγές Ελλάδος

Σε εποχές όπου η Ιατρική επιστήμη εφαρμόζει φυσικά μέσα θεραπείας των διαφόρων παθήσεων παρατηρούμε και ανάπτυξη των Ιαματικών Πηγών. Με την έκρηξη της Χημικής Φαρμακολογίας και την εξέλιξη της χειρουργικής, εγκαταλείπεται και η αντίληψη περί Ιαματικότητας των πηγών.

[12] Αποτέλεσμα αυτών των ισορροπιών είναι η παρακμή των λουτροπόλεων μας, οι οποίες άνθισαν μετά το 1930 και η μετατροπή τους σε " γεροντοπόλεις παραδοσιακής πελατείας".[7]

#### 1.4 ΠΡΟΦΙΛ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ

Υπάρχουν κάποια στοιχεία που διαφοροποιούν τον τουρίστα υγείας από τον απλό τουρίστα (στοιχεία ΣΕΤΕ):

- Πρώτον, ο τουρίστας υγείας δεν είναι εποχικός. Η ζήτηση είναι κατά μέσο όρο σταθερή όλο τον χρόνο, καθόσον δεν σχετίζεται με κάποια συγκεκριμένη εποχή ένα ταξίδι για λόγους υγείας.
- Δεύτερον, πρόκειται συνήθως για τουρίστα με υψηλό εισόδημα, ειδικότερα όταν πρόκειται για υπηρεσίες πλαστικής χειρουργικής ή παρόμοιες.
- Τρίτον, συνήθως συνοδεύεται από ακόμα ένα άτομο.
- Τέταρτον, υπάρχει εμπλοκή των ασφαλιστικών εταιρειών και των εθνικών συστημάτων υγείας (NHS), μαζί με τους tour operators και τις ξενοδοχειακές μονάδες, τοποθετώντας δύο βασικές μεταβλητές στον κλάδο.
- Πέμπτον, ο τουρίστας υγείας δεν είναι ευαίσθητος σε ζητήμα-τα τιμής (price sensitive). Αυτό σημαίνει ότι οι επιλογές του όσον αφορά την διαχείριση των εξόδων του είναι ανελαστικές ως προς την τιμή. Πιο πρακτικά, ένας τουρίστας υγείας θα πληρώσει μια πιο υψηλή τιμή για να απολαύσει την υπηρεσία που αναμένει.

Οι επιλογές του επηρεάζονται από άλλα κριτήρια πέραν της τιμής. Τέτοια κριτήρια είναι κυρίως η ποιότητα των υπηρεσιών υγείας, οι πρόσθετες υπηρεσίες τουρισμού και αναψυχής και, φυσικά, η ευκολία πρόσβασης των εγκαταστάσεων και της χώρας προορισμού που επιθυμούν για την κάθε ειδικότητα που αναζητούν σε σχέση με το εθνικό τους σύστημα υγείας.[13]

[12]Πηγή απο [www.thermosidravlikos.gr](http://www.thermosidravlikos.gr)

[7]Μ.Τριβυζά(1999),Ιαματικές πηγές Ελλάδος

[13]Xenia εκθέσεις-συνέδρια ΑΕ(2007),Τουρισμός Υγείας,Η Ελλάδα και ο κόσμος([http://www.xenia.gr/downloads/researches/2007\\_IGEIAS.pdf](http://www.xenia.gr/downloads/researches/2007_IGEIAS.pdf) )

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο

### ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ

## 2.1 ΙΑΜΑΤΙΚΗ ΠΗΓΗ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΝΕΡΑ

Ιαματική πηγή είναι φυσική ανάβλυση ή άντληση ιαματικού φυσικού πόρου με τεχνικό έργο, όπως από γεώτρηση, φρέαρ, τάφρο ή σήραγγα (φυσική ή τεχνητή) ή φυσική δημιουργία ιαματικού πηλού. Ως ιαματικοί φυσικοί πόροι θεωρούνται φυσικά νερά (ψυχρά ή θερμά), ατμοί, φυσικά αέρια ή πηλοί, που έχουν ιαματικές ιδιότητες, αναγνωρισμένες σύμφωνα με τις διατάξεις του νόμου υπ' αριθμό 3498 που εκδόθηκε από την Βουλή.

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, φώσφορο 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.[14]

### 2.1.1 ΕΝΔΕΙΚΝΥΟΜΕΝΑ ΕΙΔΗ ΝΕΡΩΝ

**1.Ολιγομεταλλικά.** Είναι νερά με στερεό υπόλοιπο μικρότερο των 200mg% και περιέχουν Na, Ca, Mg, Cl, SO<sub>4</sub>, HCO<sub>3</sub>, καθώς και ίχνη Fe, Cu, Mn, Cr, Co, Zn και άλλων βαρέων μετάλλων. Επίσης περιέχουν διαλυμένα, σε άλλοτε άλλη ποσότητα αέρια, όπως οξυγόνο, άζωτο ή διοξείδιο του άνθρακα. Το pH είναι συνήθως ελαφρώς όξινα, είναι επί το πλείστον κρύα και ορισμένα από αυτά είναι ραδιενεργά. Η θεραπευτική τους δράση παραδοσιακά αποδίδεται στην υποτονικότητά τους. Επίσης στα ολιγομεταλλικά νερά αποδίδεται δράση διουρητική δια μέσου αυξήσεως της νεφρικής αιματώσεως.

**2.Μετριομεταλλικά νερά.** Περιέχουν στερεό υπόλοιπο 200 - 1000mg%

**3.Ανθρακικά ολιγομεταλλικά νερά.** Περιέχουν αυξημένη ποσότητα CO<sub>2</sub>. Παρουσιάζουν διουρητική δράση η οποία αποδόθηκε στην ταχεία και αθρόα απορρόφησή τους από τον γαστρικό βλεννογόνο.

### "ΞΥΝΟ ΝΕΡΟ"

Ανήκει στην κατηγορία των ψυχρών (αλκαλικών γαιών) υδροανθρακικών οξυπηγών. Το pH των πηγών του "ΞΥΝΟΥ ΝΕΡΟΥ" είναι 6,6 και γι' αυτό έχει ευχάριστη χαρακτηριστική υπόξινη γεύση. Επειδή δε περιέχει μαγνήσιο και ασβέστιο ενδείκνυται στην γεροντολογία, μια και στο γήρας υπάρχουν οστεοπορωτικές αλλοιώσεις των οστών.

### "Ενδείξεις του "ΞΥΝΟΥ ΝΕΡΟΥ"

- α) Δυσπεπτικές καταστάσεις
- β) Ουρική αθρίτις
- γ) Ψαμμιάσις - λιθίαση
- δ) Χρόνιες φλεγμονές των κατωτέρων ουροφόρων οδών.
- ε) Δυσκοιλιότητα
- ζ) Ελαφρά ηπατοπάθεια

### "Αντενδείξεις του "ΞΥΝΟΥ ΝΕΡΟΥ"

- α) Βαρεία και χρόνια ηπατοπάθεια
- β) Υπετροφία προστάτου
- γ) Έλκη στομάχου και πυλωρού

### **"ΣΑΡΙΖΑ"**

Το νερό της "ΣΑΡΙΖΑ Σ" έχει μεγάλη διαλυτική ικανότητα στα άλατα - είναι διουρητικό και έχει περίπου την ίδια χημική σύσταση και τις ίδιες ιδιότητες με το νερό "EVIAN"

### "Ενδείξεις του νερού "ΣΑΡΙΖΑ"

- α) Λιθιάσις - ψαμμιάσις – κρυσταλλουρία
- β) Γαστρεντερικές διαταραχές - παθήσεις του στομάχου του εντέρου και της χοληδόχου κύστεως
- γ) Εκζεματοειδείς δερματίτιδες

### "Αντενδείξεις του νερού "ΣΑΡΙΖΑ"

- α) Βαρεία και χρόνια ηπατοπάθεια

## 2.1.2 Η ΓΕΝΝΕΣΗ ΤΩΝ ΜΕΤΑΛΛΙΚΩΝ ΝΕΡΩΝ

Πολυάριθμες είναι οι θεωρίες για τη γέννηση των μεταλλικών νερών αλλά όλες αυτές μπορούν να συνοψιστούν σε τρεις θεωρίες:

**1.εξωγενή**

**2.ενδογενή**

**3.μικτή**

Σύμφωνα με την **εξωγενή** θεωρία τα νερά της βροχόπτωσης καθώς διασχίζουν το υπέδαφος εμπλουτίζονται με διαλυμένα άλατα από τα πετρώματα.

Με την **ενδογενή** θεωρία η προέλευση του μεταλλικού νερού οφείλεται στην εκπομπή αερίων και ατμών εκ μέρους μερικών ηφαιστείων.

Πιο αληθοφανής όμως είναι η **μικτή θεωρία** που συνδυάζει τους δυο προηγούμενους παράγοντες. Σύμφωνα με τη χημική σύνθεση τα Μ.Ν υποδιαιρούνται σε αρσενικούχα, αρσενικούχο - σιδηρούχα, διττανθρακικό - αλκαλικά, διττανθρακικό - θειούχο - αλκαλικά, αλκαλικο - γαιώδη, θειούχα, χλωρονατριούχα, σοδούχα με χλωριούχο νάτριο και ιώδιο, ανθρακικά και ραδιενεργά νερά.[15]

Με την πρόοδο της επιστήμης και με τη χημική ανάλυση ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι θεραπευτικές ιδιότητες των λουτρών είναι δυνατόν να αποδοθούν:

A) στην παρουσία μεταλλικών αλάτων και στη διάσπαση τους,

B) σε ειδικές κολλοειδείς ουσίες και σε σπάνια αέρια.

Άλλες έρευνες απέδωσαν την θεραπευτική ιδιότητα των ιαματικών νερών στην ακτινοβολία την οποία αντλούν από τα βάθη της γης. Έτσι μπήκαν και οι βάσεις της ακτινενεργείας ή ραδιενεργείας. Η ακτινενεργεία ή ραδιενέργεια είναι η ιδιότητα των σωμάτων εκείνων τα οποία εκπέμπουν αυτομάτως και συνεχώς ακτινοβολία, δηλ. ακτίνες α, β, γ. Μία πιο σύγχρονη αντίληψη όμως είναι ότι η λουτροθεραπεία περιέχει την έννοια μιας ερεθιστικής θεραπείας σε ορισμένα όργανα όπως το ιώδιο στον θυρεοειδή αδένα και το θείο στους αθρικούς χόντρους. Το σύνολο όλων αυτών των αντιλήψεων αποτελεί την απάντηση στην ερώτηση που οφείλεται η θεραπευτική ιδιότητα των ιαματικών λουτρών. Τα λουτρά και τα ιαματικά νερά είναι διασκορπισμένα σ' όλη τη χώρα, γύρω από την παράκτια περιοχή, στο εσωτερικό αλλά και στα νησιά του Αιγαίου. Οι περισσότερες πηγές βρίσκονται στα νησιά και είναι 229, ακολουθεί η Στερεά Ελλάδα με 156, η Μακεδονία με 115, η Πελοπόννησος με 114, η Θεσσαλία με 57, η Ήπειρος με 56 και η Θράκη με 25. Τα λουτρά στην Ελλάδα ταξινομούνται με βάση τη θερμοκρασία του νερού:

- σε κρύα (κάτω των 28°C)
- σε ζεστά (άνω των 28 °C) [13]

[15]N. Βλασσόπουλος( 1999),Λουτροθεραπεία,Ποσιθεραπεία και Θεραπευτικές Εφαρμογές

[13]Πηγή απο [www.teamtravel.com](http://www.teamtravel.com)



## 2.2 ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ ΒΑΣΙΣΜΕΝΗ ΣΤΙΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ

### 1. 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. 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 εμπύθιση 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.

### 2. Η 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.

### 3. 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.

### **3.Θερμοκρασία νερού**

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 [16]

## **2.3 ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΛΟΥΤΡΩΝ**

### **1. Αρτηριακή Υπέρταση**

Η λουτροθεραπεία πρέπει να εφαρμόζεται στα αρχικά στάδια της υπέρτασης, στο στάδιο δηλαδή που δεν έχουμε βλάβες των αγγείων ή των νεφρών. Επειδή η αρτηριακή υπέρταση και η πτώση της αρτηριακής πίεσης δεν συνεχίζονται και μετά την διακοπή των ιαματικών λουτρών γι' αυτό το λόγο αμφισβητείται και η αξία των λουτρών στην αντιμετώπιση της υπέρτασης.

### **2. Διαλείπουσα Χολώτης**

Αυτά τα συμπτώματα εμφανίζονται στο βάδισμα και χαρακτηρίζονται από ισχυρό πόνο στην γάμπα (έχουμε σπασμό των αρτηριών της κνήμης και ανεπαρκή μεταφορά αίματος) ο πόνος είναι τόσο ισχυρός που ο ασθενής αναγκάζεται να σταματήσει το βάδισμα. Σε αυτές τις περιπτώσεις τα αποτελέσματα μιας λουτροθεραπείας είναι περισσότερο από ικανοποιητικά.

### **3.Κνησμός**

Άλλοτε είναι αποτέλεσμα διαφόρων παθήσεων του δέρματος και άλλοτε όχι. Έχουμε δηλαδή κνησμό με μια δερματική αλλοίωση αλλά έχουμε και κνησμό χωρίς δερματική αλλοίωση (λειτουργικές διαταραχές του ήπατος ή των ενδοκρινών αδένων). Η επίδραση των λουτρών είναι τοπική και οφείλεται εις την ειδική δράση των θειούχων στοιχείων.

Τουλάχιστον 7 δερματοπάθειες ανταποκρίνονται θετικά στα θερμομεταλλικά νερά:

#### **1.Εκζεμα**

#### **2.Κνησμός, αιδοίου, πρωκτού**

#### **3.Ψωρίαση**

#### **4.Νεανική ακμή**

#### **5.Ροδόχρους ακμή**

#### **6.Συνέπειες των εγκαυμάτων**

#### **7.Ιχθύαση**

Η υδροθεραπεία δε θα πρέπει να χρησιμοποιείται στις οξείες παθήσεις του δέρματος, τις πυοδερματίτιδες. Ειδικότερα για τις δερματολογικές παθήσεις αντεδεικνύεται η χρήση των θερμομεταλλικών νερών στην σπογγοειδή μυκητίαση, τον καρκίνο και τη φυματίωση του δέρματος.

#### **Τρόπος εφαρμογής**

1.Μπάνιο διάρκειας 15' - 30' για τα εκζέματα.

2.Ψεκάσμος νερού που περνά από κόσκινο, για το πρόσωπο, οξείες εκζεματικές καταστάσεις.

3.Νηματοειδής καταϊωνισμός (ντούζ) υπό πίεση 6 - 13 ATM, σε θερμοκρασία 42°C, από απόσταση 30εκμ. μόνο για λίγα δευτερόλεπτα έως 4 λεπτά. Ιδιαίτερα αποτελεσματικός στις λειχηνοποιήσεις, ροδόχροα ακμή.

#### **2.4 ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΣΤΗΝ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΩΝ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΩΝ ΠΑΘΗΣΕΩΝ**

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι οι άτυπες ασθένειες είναι εκείνες που μπορούν να αποκομίσουν οφέλη από την λουτροθεραπεία με ιαματικά νερά και κυρίως το βρογχικό άσθμα, η χρόνια βρογχίτιδα, το εμφύσημα και η βρογχεκτασία. Τα νερά που έχουν μελετηθεί και έχουν χρησιμοποιηθεί περισσότερο για την θεραπεία αυτών των άτυπων βρογχοπνευμονοπαθειών είναι τα θειούχα, τα διττανθρακικά, τα χλωριούχα, τα ανθρακικά, αρσενικούχα και ραδιενεργά.

Τα μεταλλικά αυτά νερά επιδρούν στις νόσους των αναπνευστικών οδών με μηχανισμούς συνδεδεμένους τόσο με τις χημικές ιδιότητες (θείον, αρσενικό κ.τ.λ.) όσο και με τις φυσικές ιδιότητες (ραδιενέργεια, καταπραϋντική και αντισπαστική δράση).

### Θειούχα νερά

Η δράση αυτών των νερών σύμφωνα με κάποιους πρέπει να αναζητηθεί στις αντιαλλεργικές και αντιμολυσματικές ιδιότητες του θείου. Τα θειούχα νερά στα πλαίσια των χρόνιων αναπνευστικών παθήσεων βρίσκουν πεδίο θεραπευτικής εφαρμογής στις τραχειοβρογχίτιδες, στις χρόνιες βρογχίτιδες, στο βρογχικό άσθμα, σε χρόνιες φλεγμονές όπως ρινίτιδες, φαρυγγίτιδες. Η χορήγηση αυτών των νερών στις αναπνευστικές παθήσεις μπορεί να ομαδοποιηθεί στο ακόλουθο σχήμα:

- 1.Υγρές εισπνοές
- 2.Ξηρές εισπνοές
- 3.Aerosol

Σοβαρή αντένδειξη θεωρείται πάντα η πνευμονική φυματίωση σε ενεργή φάση. Πολλοί συγγραφείς, ιδιαίτερα οι Γάλλοι, θεωρούν ότι τα θειούχα νερά ενδείκνυνται όταν στην αλλεργική αιτιο - παθογένεση συμμετέχει και ένας μολυσματικός παράγοντας. Τα αποτελέσματα είναι εμφανή κατά την δεύτερη ή τρίτη εβδομάδα. Ο βήχας γίνεται λιγότερο συχνός και λιγότερα έντονος, η απόχρεμψη λιγότερο συχνή και πιο ρευστή και κατά συνέπεια η δύσπνοια μειώνεται. Πρέπει να τονίσουμε όμως ότι ενώ ένα σημαντικό ποσοστό ασθενών αποκομίζει οφέλη, από μια τέτοια θεραπεία, υπάρχουν και ασθενείς που παρουσιάζουν επιδείνωση στην κατάστασή τους.

#### 2.4.1 ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΕΙΣΠΝΕΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ:

1.Εποχή: Οι θεραπείες γίνονται από τον Ιούνιο έως τον Σεπτέμβριο. Αναφέρεται ότι την εποχή του καλοκαιριού είναι καλύτερη η ποιότητα των νερών, αυτό όμως δεν ευσταθεί. Θα ήταν προτιμότερο οι λουτροπηγές να λειτουργούν όλο το χρόνο ή περισσότερους μήνες (Μάιο - Οκτώβριο). Έτσι, δεν θα παρατηρείται και ο συνοστισμός στην προσέλευση των ασθενών τους καλοκαιρινούς μήνες.

2.Προετοιμασία: Η σωστή επιλογή της λουτροπηγής αποτελεί το 50% της επιτυχίας της εισπνευσιοθεραπείας.

3.Διάρκεια: Συνήθως διαρκεί 21 μέρες, αλλά ο χρόνος μπορεί να παραταθεί ή να βραχυνθεί. Για ν' αποφευχθεί μια πιθανή θερμική αντίδραση η θεραπεία μπορεί να χρειασθεί να γίνει διακεκομμένα, με μεσοδιαστήματα μιας ή δυο ημερών.

4.Κλίμα: Χρειάζεται παρατεταμένη ηλιοφάνεια, ελάχιστη υγρασία, οι άνεμοι να είναι ασθενείς, να μην εμφανίζονται ομίχλες και η γύρω περιοχή να έχει δάση για περισσότερο οξυγόνο. Ο ιονισμός της ατμόσφαιρας επιδρά στην ισορροπία του συμπαθητικού - παρασυμπαθητικού νευρικού συστήματος του ασθενούς. Τοπικοί παράγοντες που πρέπει επίσης να ελέγχονται είναι η πυκνότητα των αλλεργιογόνων στην περιοχή της λουτροπηγής καθώς και ο βαθμός ρύπανσης της ατμόσφαιρας.

5.Τρόπος ζωής - διαιτητική αγωγή: Αποφεύγεται η σωματική και πνευματική κόπωση αλλά επιβάλλονται οι περιπάτοι. Το διαιτολόγιο είναι λιτό και δεν περιλαμβάνει δύσπεπτες τροφές.

#### 2.4.2 ΠΗΓΕΣ ΚΑΤΑΛΛΗΛΕΣ ΓΙΑ ΕΙΣΠΝΕΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

##### Σμόκοβο

Η εκμετάλλευση των θερμοπηγών Σμοκόβου άρχισε το 1902.

Νερά: αλκαλικά - θειούχα με θερμοκρασία 40,2°C, 36,3 °C και 29,3 °C.

Κλίμα: ήπιο, υγιεινό σε υψόμετρο 450μ.

Ενδείξεις: βρογχικό άσθμα, χρόνια βρογχίτιδα, λαρυγγίτιδα, ρινίτιδα.

##### Κυλλήνη

Πηγές γνωστές από την Βυζαντινή και Ρωμαϊκή εποχή. Η χρήση τους άρχισε από το 1860.

Νερά: υδρόθειο - χλωριονατριούχα με θερμοκρασίες 20,9 °C, 25,9 °C.

Κλίμα: μεσογειακό

Ενδείξεις: βρογχικό άσθμα, βρογχίτιδα, τραχειίτιδα, λαρυγγίτιδα.

## 2.5 ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΣΤΗΝ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΑ

"Ινστιτούτο μαιευτικής και γυναικολογίας του Πανεπιστημίου Πάρμας"

Η συγκεκριμένη θεραπεία συνίσταται σε χρόνιες φλεγμονές του γυναικείου γεννητικού συστήματος για τις οποίες προσδιορίζεται η πάροδος διαιτίας από το αρχικό επεισόδιο της φλεγμονής. Εξετάστηκαν 831 κλινικά ιστορικά (σε σύνολο 885 περιπτώσεων που προσήλθαν στις ιαματικές πηγές στην διάρκεια 1975 - 76). Αυτά τα στοιχεία τα προμήθευσε το Κέντρο Μελετών και Ερευνών (Κ.Μ.Ε.) των ιαματικών πηγών του Salsomaggiore).

Αποτελέσματα της έρευνας για:

### 1. Τραχηλίτιδες - Κολπίτιδες

Εξετάστηκαν 134 άτομα,

α)ΙΑΣΕΙΣ 36 = 26,87

β)ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ 95 = 70,49

γ)ΣΤΑΣΙΜΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ 3 = 2,23

### 2. Μητροπάθειες

Οι μορφές αυτής της παθήσεως έχουν ευεργετικά αποτελέσματα από τις θεραπείες με ιαματικές πηγές κυρίως δε με νερά χλωριούχου και ιωδιούχου νατρίου, τα οποία χορηγούνται με λουτρό ή με πίεση και πυκνότητα σταδιακά αυξανόμενα. Εξετάστηκαν 61 περιπτώσεις,

α)ΙΑΣΕΙΣ 10 = 16,39

β)ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ 43 = 70,49

γ)ΣΤΑΣΙΜΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ 8 = 13,12

### 3. Στειρότητα

Στο τομέα της γυναικείας στειρότητας οι δύο τομείς όπου σήμερα η θεραπεία με ιαματικές πηγές φαίνεται να έχει καλύτερες ενδείξεις είναι:

- Η σαλπινγκική στειρότητα που είναι συνέπεια προηγούμενων φλεγμονών
- Η στειρότητα της μήτρας "σύνδρομο Asherman".

Η στατιστική οδήγησε στο συμπέρασμα από τις 73 περιπτώσεις που εξετάστηκαν να έχουνε ίαση (επήλθε εγκυμοσύνη σε 33 περιπτώσεις, ποσοστό 45,21%).[15]

[15]Ν.Βλασσόπουλος(1999),Λουτροθεραπεία,Ποσιθεραπεία και Θεραπευτικές εφαρμογές

(<http://www.iama.gr/ethno/Therm/vlasopul.html>)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο  
ΜΟΡΦΕΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

### 3.1 ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η υδροθεραπεία ορίζεται ως η χρήση του νερού ως θεραπευτικό μέσο. Είναι μια από τις παλιότερες μεθόδους θεραπείας. Η ευεργετική επίδραση του νερού στον οργανισμό ήταν γνωστή από τον πατέρα της ιατρικής Ιπποκράτη, που χρησιμοποιούσε εμβυθίσεις σε ζεστό ή κρύο νερό για την θεραπεία διαφόρων παθήσεων όπως μυϊκών σπασμών, παραλύσεων, ρευματισμών και αρθροπαθειών. Την υδροθεραπεία ακολουθούσαν για την θεραπεία ασθενειών και τραυματισμών από πολλούς λαούς, συμπεριλαμβανομένων των Αρχαίων Αιγυπτίων, Ελλήνων και Κινέζων.

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 τις οποίες θα αναφέρουμε και θα αναλύσουμε παρακάτω.[17]

### 3.2 ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ

#### 3.2.1 ΕΡΕΘΙΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Η αλλαγή του περιβάλλοντος καθώς και ο τρόπος διαβίωσης ενός ατόμου κατά το 25ήμερο που κάνει λουτροθεραπεία το ότι δηλαδή είναι απαλλαγμένο από το άγχος της εργασίας, από το άγχος της οικογενειακής φροντίδας, φέρουν μια ψυχική ηρεμία η οποία δρα ευεργετικά στο νευροφυτικό με αποτέλεσμα η λουτροθεραπεία να έχει ευεργετικά αποτελέσματα.

Άλλος παράγοντας είναι ο ψυχολογικός. Η πίστη δηλαδή που έχει ο ασθενής ότι με τη λουτροθεραπεία θα αποκατασταθεί το πρόβλημά του. Αυτή η πίστη του ενισχύεται ακόμα περισσότερο όταν πληροφορείται ότι άτομα με το ίδιο πρόβλημα έχουν ιαθεί.

[17]Πηγή απο [www.karpasia-hp.com](http://www.karpasia-hp.com)(2010),

(<http://www.karpasia-hp.com/newsletter/15/details.cfm?go=2> )



### 3.2.2 ΕΡΕΘΙΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΟ ΙΑΜΑΤΙΚΟ ΝΕΡΟ

α) Θερμικά

β) Χημικά

γ) Μηχανικά

#### **A) Θερμικό ερέθισμα**

Έχουμε θερμικό ερέθισμα όταν η θερμοκρασία του ιαματικού νερού είναι ανώτερη ή κατώτερη της θερμοκρασίας του σώματός μας η οποία καλείται ουδέτερη ή αδιάφορος και είναι 33° ως 34 °C. Έτσι ένα λουτρό με θερμοκρασία 21° ως 25°C χαρακτηρίζεται ως δροσερό, χλιαρό χαρακτηρίζεται αυτό με θερμοκρασία 26° - 32°C. Αδιάφορο αυτό με θερμοκρασία 33° - 34°C και από 38°C και πάνω υπέρθερμο. Τα θερμά λουτρά λοιπόν προκαλούν περιφερική υπεραιμία και χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία χρόνιων παθήσεων (ρευματισμοί, αρθρίτιδες, νευρίτιδες).

Αυτά τα λουτρά αυξάνουν τις καύσεις στον οργανισμό και αυτό διαπιστώνεται με την αύξηση των αλάτων και του ουρικού οξέος που αποβάλλονται με τα ούρα.

Θερμά λουτρά μικρής διάρκειας φέρνουν ευεξία και εξαφανίζουν την κόπωση. Ενώ αντίθετα λουτρά μεγαλύτερης διάρκειας προκαλούν εξάντληση.

#### **B) Χημικό ερέθισμα**

Αυτό προκαλείται από τα διαλυμένα στα ιαματικά νερά στερεά συστατικά τα οποία βρίσκονται υπό μορφή ιόντων. Αυτά κατά τη διάρκεια του λουτρού προσκολλώνται στο δέρμα ερεθίζουν τις νευρικές ίνες και δια της νευρικής οδού το ερέθισμα μεταφέρεται σ' ολόκληρο τον οργανισμό αντίθετα τα αέρια που βρίσκονται σε αεριώδη κατάσταση προσκολλώνται για λίγο, απορροφώνται, διεισδύουν βαθύτερα στο δέρμα και με την κυκλοφορία μεταφέρονται σ' όλα τα όργανα και τους ιστούς του οργανισμού (CO<sub>2</sub> , H<sub>2</sub>s, ραδόνιο).

#### **Γ) Μηχανικό ερέθισμα**

Προκαλείται από την πίεση του ιαματικού νερού στο σώμα του λουομένου (υδροστατική πίεση). Η επίδραση της υδροστατικής πίεσης γίνεται καταφανής σε λουτρά αδιάφορης θερμοκρασίας στα λουτρά που δεν έχουμε καθόλου θερμικό παράγοντα.

Διαπιστώθηκε λοιπόν ότι σε αυτά τα λουτρά η πίεση στις περιφερειακές φλέβες ανέρχεται. Η αύξηση αυτής της πιέσεως όμως είναι μικρά εφ' όσον το ύψος του νερού παραμένει κάτω από το ύψος της καρδιάς.

Όταν το νερό ανέλθει πάνω από το ύψος της καρδιάς έχουμε μεγαλύτερη συμπίεση του θώρακος και κατ' αυτόν τον τρόπο αύξηση της φλεβικής πίεσεως .

Η υδροστατική πίεση έχει σημαντική δράση στη διούρηση. Στην αρχή κάθε λουτρού η ποσότητα των ούρων αυξάνει, ανεξάρτητα από την θερμοκρασία, αυξάνει δε τόσο περισσότερο όσο μεγαλύτερη είναι η "στήλη" ύδατος που πιέζει την κοιλιά.[15]

### 3.3 ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ ΟΦΕΛΗ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

1. Προάγει τη μυϊκή χαλάρωση
2. Μειώνει την ευαισθησία στον πόνο
3. Μειώνει το μυϊκό σπασμό και την σπαστικότητα
4. Αυξάνει την ευκολία κίνησης της άρθρωσης βελτιώνοντας και διατηρώντας την τροχιά των δύσκαμπτων αρθρώσεων
5. Ειδικές θεραπευτικές ασκήσεις μπορούν να ξεκινήσουν πιο γρήγορα επισπεύδοντας τον χρόνο της αποκατάστασης και προλαμβάνοντας επιπλοκές
6. Αυξάνει τη μυϊκή δύναμη στις περιπτώσεις υπερβολικής αδυναμίας
7. Μειώνει τις βαρυντικές δυνάμεις (αρχική κινητοποίηση)
8. Βελτιώνει την περιφερική και λεμφική κυκλοφορία συμβάλλοντας έτσι στην απορρόφηση οιδημάτων και αιματωμάτων
9. Βελτιώνει την κιναισθησία του σώματος και την σταθερότητα του κορμού
10. Βελτιώνει το ηθικό και την αυτοπεποίθηση του ασθενούς (ψυχολογικά)
11. Βοηθά στην απόκτηση της ισορροπίας και βελτιώνει την νευρομυϊκή συναρμογή διευκολύνοντας την λειτουργική αποκατάσταση και ανεξαρτητοποίηση του ασθενούς [16]

[15] Ν. Βλασσόπουλος(1999), Λουτοθεραπεία, Ποσιθεραπεία και Θεραπευτικές εφαρμογές

[16] Δ. Πράσινο(2005), Υδροθεραπεία([http://news.pathfinder.gr/health/features/water\\_therapy.html](http://news.pathfinder.gr/health/features/water_therapy.html))

## 3.4 ΜΟΡΦΕΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

### 3.4.1 ΠΗΛΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Βασίζεται στη χρήση «ώριμου» πηλού. Η εφαρμογή του πηλού είναι δυνατόν να είναι ολική ή μερική, με εμβάπτιση του σώματος σ' αυτόν ή με επάλειψη. Η θεραπευτική δράση του πηλού είναι διπλή: ασκεί δράση τοπική (στην επιφάνεια του δέρματος) και γενική (σε διάφορες λειτουργίες, χάρις σε ουσίες που διεισδύουν μέσα στον οργανισμό). Η δράση της πηλοθεραπείας οφείλεται κυρίως σε τρεις παράγοντες: μηχανικό, θερμικό και χημικό.

#### A) ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΠΗΛΟΥ:

Θεραπευτικός πηλός είναι ο πηλός που ασκεί στον ανθρώπινο οργανισμό θεραπευτική δράση, όπως:

- Ρευματολογικές διαταραχές (τραυματολογικές διαταραχές, φλεγμονώδεις αθροπάθειες, νευραλγίες)
- Μετατραυματική αγωγή (σε διαστρέμματα, μώλωπες, αιματώματα, κατάγματα)
- Γυναικολογικές παθήσεις (φλεγμονώδεις παθήσεις των γεννητικών οργάνων, διαταραχές εμμήνου κύκλου εμμηνόρροιας, ενοχλήσεις από συμφύσεις κατόπιν γυναικολογικών εγχειρήσεων, αιδοίτιδες, κολπίτιδες, πυελοπεριτονίτιδες)
- Καρδιαγγειακές παθήσεις (αγγειακές παθήσεις, φλεβίτιδα ενδοαρτηρίτιδα)
- Δερματικές παθήσεις (εκζέματα, νεανικές ακμές, ψωρίαση, τοπικές δερματίτιδες, κνησμός διαφόρων αιτιολογιών)
- Παθήσεις νευρικού συστήματος (τραυματικές περιφερικές παραλύσεις των νεύρων, αλλά αν υπάρχει αισθητική απώλεια.)
- Στην αισθητική σαν καλλυντικό

#### B) ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΠΗΛΟΥ:

- Αύξηση της θερμοκρασίας του δέρματος
- Αύξηση ηλεκτρικής αγωγιμότητας
- Μεταβολές δυναμικότητας της μεμβράνης
- Επιρροές στο φαινόμενο απορρόφησης
- Υπεραιμία των τριχοειδών αγγείων

- Ενεργοποίηση ιδροποιών αδένων
- Ενεργοποίηση (Ενζύμων - Ορμονών)[18]

### 3.4.2 ΕΙΣΠΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η εισπνοθεραπεία διεξάγεται σε ειδικά διαμορφωμένους χώρους, τα εισπνευσιοθεραπευτήρια, και θεωρείται πως ανακουφίζει από παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος[19]

### 3.4.3 ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑ

Το νερό πολλών ιαματικών πηγών της χώρας μας ενδείκνυται όχι μόνο για λουτροθεραπεία, την οποία οι περισσότεροι γνωρίζουμε, αλλά και για ποσιθεραπεία. Πρόκειται για μια μορφή εσωτερικής υδροθεραπείας που βασίζεται στην πόση ιαματικού νερού το οποίο έχει συγκεκριμένα ποιοτικά χαρακτηριστικά, π.χ. διουρητική δράση. Η ποσιθεραπεία ενδείκνυται κυρίως για τα νοσήματα των χοληφόρων οδών και της χοληδόχου κύστης, για τη χολολιθίαση, καθώς και για τα προβλήματα του γαστρεντερικού συστήματος. Είναι μια ολοκληρωμένη θεραπεία με συγκεκριμένη διάρκεια και κανόνες όσον αφορά την ποσότητα του νερού που πρέπει να πίνετε ημερησίως, αλλά και τον τρόπο πόσης του. Επιπλέον, η πόση του ιαματικού νερού γίνεται στον τόπο όπου αναβλύζει το νερό της πηγής και συνδυάζεται με τη χαλάρωση και τη γαλήνη που προσφέρει το τοπίο.

[18] Πηγή από [www.laspoloutra.com](http://www.laspoloutra.com) (2008), Πηλοθεραπεία ([http://www.laspoloutra.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=48&Itemid=63](http://www.laspoloutra.com/index.php?option=com_content&view=article&id=48&Itemid=63))

[19] Πηγή από <http://lykomidis.wordpress.com/2010/01/09/Ιαματικά-λουτρά-ανακαλύψτε-τις-θεραπ/> (2010), Ιαματικά λουτρά Ελλάδος

### 3.4.3.1 ΟΦΕΛΗ ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑΣ:

Τα νερά των πηγών που είναι κατάλληλα για ποσιθεραπεία είναι όξινα ανθρακικά (περιέχουν διοξείδιο του άνθρακα), υδροθειούχα και χλωριονατριούχα υποτονικά. Ένα από τα κύρια χαρακτηριστικά του πόσιμου ιαματικού νερού είναι η διουρητική του δράση. Γι' αυτό και θεωρείται ευεργετικό για το ουροποιητικό και το γαστρεντερικό σύστημα. Έχει φανεί δηλαδή -τόσο από μελέτες όσο και από εμπειρικές παρατηρήσεις- ότι το ιαματικό νερό διαλύει τις πέτρες στα νεφρά και στη χολή, βοηθώντας με αυτό τον τρόπο στην αποβολή τους από τον οργανισμό. Έχει παρατηρηθεί ακόμα ότι το ιαματικό νερό έχει την ιδιότητα να λειαιίνει τις πέτρες του ουροποιητικού, οι οποίες έχουν ακίδες και κυριολεκτικά γδέρνουν το βλεννογόνο του ουρητήρα. Πρόσφατη μελέτη (2006) από το Πανεπιστήμιο της Πάρμας έδειξε ότι η χρήση των θερμομεταλλικών νερών για ποσιθεραπεία ωφέλησε όχι μόνο στη θεραπεία των νεφρολιθιάσεων, αλλά και στην πρόληψή τους. Διαπιστώθηκε, δηλαδή, ότι το ιαματικό νερό αποτρέπει τη δημιουργία κρυστάλλων ασβεστίου στα ούρα - το πρόδρομο στάδιο της δημιουργίας λίθων στο ουροποιητικό σύστημα και ένα από τα συχνότερα ευρήματα στις εξετάσεις ούρων. Η ποσιθεραπεία θεωρείται επίσης ευεργετική για την αντιμετώπιση της δυσπεψίας, της ήπιας γαστρίτιδας, της δυσκοιλιότητας και της εντερίτιδας, ενώ έχουν ξεκινήσει επιστημονικές μελέτες διεθνώς, προκειμένου να τεκμηριωθεί η ευεργετική της δράση σε σοβαρότερα νοσήματα, όπως η οστεοαρθρίτιδα και ορισμένες νευρολογικές νόσοι. Από την άλλη μεριά, η ποσιθεραπεία αντενδείκνυται για όσους έχουν έλκος στομάχου. Γι' αυτό και ο γιατρός που συστήνει υδροθεραπεία (ποσιθεραπεία και λουτροθεραπεία) στους ασθενείς του πρέπει να πάρει ένα λεπτομερές ιστορικό όσον αφορά τις παθήσεις του γαστρεντερικού συστήματος.

### 3.4.3.2 ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑ:

Η ποσιθεραπεία γίνεται στο περιβάλλον της πηγής και συνδυάζεται με το περπάτημα και την απόλαυση του ήρεμου τοπίου στο οποίο αναβλύζει το ιαματικό νερό, καθώς και με τη διατροφή που ορίζει ο γιατρός του θερμαλιστικού κέντρου. Επομένως, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να κάνουν ποσιθεραπεία μόνο σε συγκεκριμένα θερμαλιστικά κέντρα όπου πρέπει πρώτα να εξεταστούν από τον υπεύθυνο γιατρό, ο οποίος θα καθορίσει τον τρόπο με τον οποίο θα κάνει το κάθε άτομο ποσιθεραπεία (ποσότητα νερού, διάρκεια θεραπείας κλπ.). Σε γενικές γραμμές, η πόση του νερού είναι 250 ml - 1lt νερού την ημέρα. Η καλύτερη ώρα πόσης είναι το πρωί πριν το φαγητό.

Ένας κύκλος ποσιθεραπείας διαρκεί 3-4 εβδομάδες. Επιπλέον, τόσο οι επιστημονικές έρευνες όσο και η εμπειρική παρατήρηση δείχνουν ότι απαιτούνται τουλάχιστον δύο κύκλοι ποσιθεραπείας για να φανούν τα ευεργετικά της οφέλη στην υγεία.

Σήμερα όμως οι υπέρμαχοι της θερμαλιστικής ιατρικής -η οποία συμπεριλαμβάνει τη λουτροθεραπεία και την ποσιθεραπεία- δεν αρκούνται πλέον στις εμπειρικές παρατηρήσεις και τις μαρτυρίες του παρελθόντος όσον αφορά τα οφέλη του ιαματικού νερού στην υγεία μας.

Γι' αυτό και γίνονται πλέον πολλές επιστημονικές έρευνες που τεκμηριώνουν την ιαματική δράση του νερού, ενώ στις περισσότερες χώρες με ιαματικές πηγές έχει ήδη θεσπιστεί η ειδικότητα της θερμολιστικής ιατρικής στο πανεπιστήμιο (στην Ελλάδα δεν υπάρχει ακόμη αυτή η ειδικότητα). Μάλιστα, στο πλαίσιο του πρώτου πανευρωπαϊκού φόρουμ για τον θερμολισμό, που έγινε στην Ιταλία, το Πανεπιστήμιο της Πάρμας ανακοίνωσε ορισμένα ενδιαφέροντα στατιστικά στοιχεία. Οι Ιταλοί ερευνητές διαπίστωσαν μείωση της λήψης φαρμάκων κατά 21% σε εκείνους που έκαναν ποσιθεραπεία για προβλήματα του ουροποιητικού και του γαστρεντερικού (κυρίως για λιθιάσεις). Επιπλέον, η μελέτη τους έδειξε ότι το κόστος για την αγωγή (φάρμακα, εξετάσεις) των 1.514 ατόμων που εξετάστηκαν κατά τη διάρκεια δύο κύκλων ιαματικής θεραπείας (λουτροθεραπείας και ποσιθεραπείας, από το 2005 έως το 2007) μειώθηκε κατά 50.018 ευρώ, μια μείωση που θεωρείται ιδιαίτερα σημαντική. Όσον αφορά τη χώρα μας, πρόσφατα ξεκίνησε η συνεργασία του Συνδέσμου Δήμων και Κοινοτήτων Ιαματικών Πηγών Ελλάδας με το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, έτσι ώστε να διαπιστωθεί ποια ιχνοστοιχεία περιέχει το νερό κάθε λουτρόπολης, καθώς και ποια δράση έχει το καθένα από αυτά στον οργανισμό μας.

### 3.4.3.3 ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΠΟΣΙΘΕΡΑΠΕΙΑ:

Στη χώρα μας οι ιαματικές πηγές που είναι κατάλληλες για ποσιθεραπεία είναι οι ακόλουθες:

- Τραϊανούπολης - Αλεξανδρούπολης Έβρου (τηλ.: 25510- 61.225, 61.215, 61.333).

Οι θερμές ιαματικές πηγές της περιοχής αποτελούσαν πόλο έλξης από την αρχαιότητα τόσο για λουτροθεραπεία όσο και για ποσιθεραπεία. Το νερό της πηγής είναι θερμό υδροθειούχο-χλωριονατριούχο.

- Λουτρακίου - Περαχώρας Κορινθίας (τηλ.: 27440- 69.000).

Πρόκειται για μια διεθνούς φήμης λουτρόπολη, κατάλληλη για ποσιθεραπεία και λουτροθεραπεία. Το νερό της πηγής είναι χλωριονατριούχο και εξαιρετικά πλούσιο σε μαγνήσιο, που έχει διουρητική δράση.

- Αγίου Βάρβαρου - Τρύφου Αιτωλοακαρνανίας (τηλ.: 26460-31.214).

Τα λουτρά βρίσκονται μεταξύ των Ακαρνανικών ορέων και του Αμβρακικού κόλπου. Το νερό είναι υδροθειούχο.

- Πλατυστόμου Φθιώτιδας (τηλ.: 22360-24.245).

Από την πηγή αναβλύζει υδροθειούχο νερό.

- Δρανίτσας - Καΐτσας (τηλ.: 22320-93.033, 93.423).

Βρίσκονται στα όρια των νομών Καρδίτσας και Φθιώτιδας. Το νερό είναι υδροθειούχο υποτονικό ολιγομεταλλικό.

- Κόκκινου Νερού Καρίτσας Λάρισας (τηλ.: 24950- 91.209). Η πηγή αυτή βρίσκεται κοντά στη θάλασσα και το νερό της είναι σιδηρούχο οξυανθρακικό.

- Θέρμων Μήρυνας Λήμνου (τηλ.: 22540- 22.315). Το νερό των Θέρμων είναι χλωριονατριούχο, πολύ χαμηλής περιεκτικότητας σε άλατα, με διουρητική δράση.
  - Κιβωτού Γρεβενών (τηλ.: 24620- 41.798) Το νερό της πηγής είναι υδροθειούχο.
  - Αμμουδάρας Καστοριάς (τηλ.: 24670- 21.750-1). Από την πηγή της Αμμουδάρας αναβλύζει υδροθειούχο νερό κατάλληλο για ποσιθεραπεία και λουτροθεραπεία.
  - Αγιάσου Λέσβου (τηλ.: 22520- 22.206). Το νερό της πηγής είναι χλωριονατριούχο και πλούσιο σε μαγνήσιο.
  - Γιάννης Δήμου Κιλκίς (τηλ.: 23410-39.101). Το νερό της πηγής είναι οξυανθρακικό μεταλλικό.
  - Αγραπιδών Λιμνοχωρίου Δήμου Αετού Φλώρινας (τηλ.: 23860- 41.440). Από την πηγή αναβλύζει ολιγομεταλλικό υποτονικό ιαματικό νερό.
  - Θερμιών Παρανεστίου Δράμας (τηλ.: 25240- 22.333). Το νερό της πηγής είναι οξυανθρακικό μεταλλικό.
- Επίσης, αναγνωρισμένες πηγές ποσιθεραπείας των οποίων το νερό εμφιαλώνεται είναι η ιαματική πηγή της Σουρωτής Δήμου Βασιλικών και του Ξινού Νερού Φλώρινας. [20]

### 3.4.4 ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η Λουτροθεραπεία είναι η εμβύθιση ολόκληρου του σώματος ή μέρους του σώματος σε κάποιο υλικό (νερό, λάσπη) για θεραπευτικούς σκοπούς. Ο τρόπος εφαρμογής της γίνεται με:λούσεις, καταιονήσεις, περιτυλήξεις, επιθέματα, λασπόλουτρα, υδρομάλαξη - δινόλουτρα.

Πριν την έναρξη κάθε λουτροθεραπείας πρέπει να καθοριστεί η διάρκεια της, η θερμοκρασία και η μορφή του λουτρού. Είναι υποχρεωτική η ιατρική εξέταση όχι μόνο των πασχόντων αλλά και των υγιών ακόμα ατόμων.

Επειδή ακόμα η ευεργετική δράση των ιχνοστοιχείων, που περιέχονται στα θερμομεταλλικά νερά καθώς και αν αυτά περνάνε μέσα από το δέρμα και με ποιό τρόπο δεν είναι πλήρως εξακριβωμένη σαν μοναδική αποδεκτή δράση της λουτροθεραπείας είναι αυτή, που πηγάζει από τις φυσικές ιδιότητες του φυσικού νερού (άνωση, οσμωτική πίεση και θερμοκρασία). Αυτές οι ιδιότητες σε συνδυασμό με την κινησιοθεραπεία, που πρέπει απαραίτητα να γίνεται μέσα στο νερό κάνουν τη μέθοδο πολύ αποτελεσματική στην αντιμετώπιση παθήσεων του μυοσκελετικού συστήματος. Έτσι λοιπόν η λουτροθεραπεία είναι μια μορφή φυσικοθεραπείας που προκαλεί συνήθως κατά την πρώτη εβδομάδα μεγάλες τροποποιήσεις στον οργανισμό και στα πάσχοντα όργανα. Κατά γενικό κανόνα πρέπει να διακόπτεται η λουτροθεραπεία όταν οι μεγάλες παροξύνσεις κατά το έβδομο λουτρό δεν έχουν υποχωρήσει.

Η διάρκεια του λουτρού ποικίλει από 15' έως 25'. Η χρονική διάρκεια πρέπει να είναι μικρά κατά τα πρώτα λουτρά και να αυξάνεται βαθμιαίως. Η δε μέση διάρκεια μιας λουτροθεραπείας είναι τρεις βδομάδες. Τα λουτρά γίνονται συνήθως το πρωί ή αργά το απόγευμα και πάντοτε με κενό στομάχι. Πάρα πολλές φορές τις πρώτες μέρες της θεραπείας ο ασθενής αρχίζει να αισθάνεται αδιαθεσία, αϋπνία, κεφαλαλγία, πυρετό ή υποθερμία, ολιγουρία ή πιο σπάνια πολυουρία. Ακόμα έχουμε διαταραχές στο πεπτικό σύστημα που συνοδεύονται από ανορεξία έως και δυσκοιλιότητα ή διάρροια. Έχουμε ακόμα επιδείνωση των αθριτικών πόνων, κρίση ουρικής αρθρίτιδας και υπατικές αντιδράσεις. Αυτή τη πρώτη φάση που χαρακτηρίζει την "ιαματική κρίση" ή "λουτρική αντίδραση" ακολουθεί μια "θετική φάση", σχετικής ευεξίας. Τη δεύτερη φάση ακολουθεί μια τρίτη που ονομάζεται "ιαματική κόπωση" η οποία πολλές φορές μπορεί να είναι παρά πολύ πρόωρη και δεν πρέπει να συγχέεται με την "ιαματική κρίση".[21]

**Τα οξυανθρακούχα λουτρά** μερικών ιαματικών λουτρών της Γαλλίας, της Γερμανίας καθώς και της **Υπάτης** έχουν αξιόλογη δράση σε πολλές παθήσεις και διαταραχές γενικά του κυκλοφορικού συστήματος. Τα λουτρά της Υπάτης οφείλουν τη δράση τους στο CO<sub>2</sub> και το H<sub>2</sub>S που περιέχουν. Πλεονέκτημα αποτελεί το ότι διαθέτουν αδιάφορο θερμοκρασία. Με έρευνες που έγιναν από το 1902 και μετέπειτα έρευνες που στηρίζονται στην ανταλλαγή αερίων στους πνεύμονες αποδείχθηκε ότι κατά τη διάρκεια οξυανθρακούχου λουτρού, έχουμε αύξηση εκπνεομένου διοξειδίου του άνθρακος ενώ η κατανάλωση οξυγόνου παραμένει αμετάβλητη.

Η αύξηση του εκπνεομένου CO<sub>2</sub> αποδίδει στην απορρόφηση του διοξειδίου από το δέρμα. (Hediger 1928). Το CO<sub>2</sub> ακόμα δρα στα νεύρα της θερμότητας του δέρματος και έτσι ο λουόμενος αισθάνεται μια ευχάριστη θερμότητα ακόμα και όταν η θερμοκρασία του λουτρού είναι κατά τι μικρότερη της θερμοκρασίας του σώματος. Αυτό οφείλεται ακόμα στο ότι οι φυσαλίδες του CO<sub>2</sub> οι οποίες είναι κακοί αγωγοί θερμότητας κάθονται πάνω στο δέρμα και έτσι εμποδίζεται η απώλεια θερμότητας από το σώμα.

Η απορρόφηση του CO<sub>2</sub> προκαλεί διεύρυνση των τριχοειδών αγγείων του δέρματος και έχουμε πτώση της αρτηριακής πίεσης .

Τα τριχοειδή αγγεία διευρυμένα λαμβάνουν μεγαλύτερο όγκο αίματος το οποίο με τις φλέβες πηγαίνει στην καρδιά. Έτσι η καρδιά δεχόμενη μεγαλύτερη ποσότητα αίματος αυξάνει το έργο της δηλαδή τη συστολική της ενέργεια.



Η καρδιά δέχεται μεγαλύτερη ποσότητα αίματος, αλλά εξωθεί αυτό στις αρτηρίες με μεγαλύτερη ευκολία (λόγω της ελάττωσης των περιφερειακών αντιστάσεων). Ο αριθμός δε των σφύξεων στην διάρκεια του λουτρού μειώνεται κατά 10 - 15 το λεπτό.

Το **υδρόθειο** επίσης που περιέχει το ιαματικό νερό της **Υπάτης** έχει αξιόλογο επίδραση στον οργανισμό. Από έρευνες που έγιναν αποδείχθηκε ότι το υδρόθειο απορροφάται όπως το διοξείδιο του άνθρακος δια μέσου του δέρματος, έχει δε ειδική δράση στις αρτηρίες διότι το τοίχωμα αυτών περιέχει σε φυσιολογική κατάσταση μεγάλη ποσότητα θείου. Η ελάττωση του θείου στο τοίχωμα των αρτηριών έχει σαν αποτέλεσμα την απόθεση χοληστερίνης, ασβεστίου και έτσι έχουμε σκλήρυνση αυτών.

Το υδρόθειο και οι άλλες θειούχες ενώσεις έχουν αξιόλογη επίδραση στο δέρμα και ιδίως στις παθολογικές καταστάσεις αυτού.

Τα θειούχα λουτρά προκαλούν εις την πάσχουσα επιδερμίδα διάλυση της αλλοιωμένης στιβάδος και κατόπιν δια του δέρματος απορρόφηση του υδροθείου και ανάπλαση αυτής. Τα θειούχα λουτρά επίσης κανονίζουν τις εκκρίσεις του δέρματος - όλες εκείνες τις σημηματορροϊκές καταστάσεις που οφείλονται στην ανώμαλη λειτουργία των θυλακοειδών αδένων.[15]

[15]N Βλασσόπουλος(1999),Λουτροθεραπεία,Ποσιθεραπεία και θεραπευτικές εφαρμογές(<http://www.iama.gr/ethno/Therm/vlasopul.html> )

### 3.4.4.1 ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΩΝ ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΣ

Ο Κάτοχος Διπλώματος Ι.Ε.Κ. ειδικότητας «Ειδικός Λουτροθεραπείας – SPA» έχει πιστοποιημένη κατάρτιση θεωρητική και τεχνική που τον καθιστούν ικανό και υπεύθυνο στην εφαρμογή προγράμματος Λουτροθεραπείας – SPA για κάθε λουόμενο ή ομάδα λουομένων.

Ειδικότερα:

- Μερικά για την πλήρη κατανόηση στα Λουτροθεραπευτήρια - SPA και στην ικανοποίηση των αναγκών της λουτρικής πελατείας
- Έρχεται σε επαφή με τον πελάτη-λουόμενο, εξηγεί και καθοδηγεί τη διαδικασία της λουτροθεραπείας
- Συμβάλλει στην υλοποίηση του προγράμματος της λουτροθεραπείας ως απλής ή συνδυασμένης
- Αξιολογεί την ποιότητα και αναφέρει την εκτέλεση του προγράμματος λουτροθεραπείας
- Παρακολουθεί την λουτροθεραπεία εκάστου ατόμου και αναφέρει πιθανά προβλήματα που εμφανίζονται στη διάρκεια της λούσης στον Υπεύθυνο Ιατρό. Σε περίπτωση ανάγκης προβαίνει στις απαραίτητες ενέργειες και προσφέρει τις αναγκαίες βοήθειες
- Ελέγχει τις απαραίτητες παραμέτρους (θερμοκρασία νερού, κλιματισμό, καθαριότητα, κλπ) πριν τη χρήση του λουτροθεραπευτικού εξοπλισμού (λουτήρες, κλπ) από το λουόμενο
- Ρυθμίζει το Λουτροθεραπευτικό εξοπλισμό και χρησιμοποιεί τα υλικά σύμφωνα με τις υποδείξεις του Υπεύθυνου - Ιατρού της μονάδας.[22]

### 3.4.5 ΘΑΛΑΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Στην αρχαία Ελλάδα, ο Ιπποκράτης ήταν ο πρώτος που ασχολήθηκε με τις θεραπευτικές ιδιότητες του θαλασσινού νερού. Τον 20ο αιώνα, η θαλασσοθεραπεία γίνεται ευρέως γνωστή σε όλη την Ευρώπη, με τη Γαλλία να κρατάει τα σκήπτρα, ενώ σήμερα οργανωμένα κέντρα προσφέρουν ποικιλία προγραμμάτων για αισθητικούς αλλά και ιατρικούς λόγους. Το ίδιο το θαλασσινό νερό, τα φύκια, η λάσπη επιστρατεύονται προκειμένου να σας προσφέρουν απλόχερα όλα τα πολύτιμα συστατικά τους. [23]

Η θαλασσοθεραπεία συμπεριλαμβάνει την χρήση διαφόρων κλιματικών και λουτρολογικών παραγόντων, που είναι συνδεδεμένοι με τη θάλασσα (αεροθεραπεία, ηλιοθεραπεία, θαλασσινά λουτρά), με σκοπό την σκληραγωγία και την θεραπεία.

[22] Πηγή από [www.thermalsprings.blogspot.com](http://www.thermalsprings.blogspot.com)(2008),([http://thermalsprings.blogspot.com/2008/05/blog-post\\_265.html](http://thermalsprings.blogspot.com/2008/05/blog-post_265.html) )

[23] Πηγή από [www.vita.gr](http://www.vita.gr)(2006),(<http://www.vita.gr/html/ent/262/ent.2262.asp> )

Η φυσιολογική επίδραση των θαλασσινών λουτρών στον οργανισμό, εξαρτάται από τους θερμικούς, μηχανικούς και χημικούς παράγοντες.

- Η θερμική επίδραση έχει σχέση με την διαφορά της θερμοκρασίας του σώματος και της θερμοκρασίας του νερού. Όσο χαμηλότερη είναι η θερμοκρασία του νερού, τόσο μεγαλύτερη είναι η θερμική απώλεια και τόσο πιο έντονη γίνεται η φυσιολογική επίδραση.

- Η μηχανική επίδραση σχετίζεται με την υδροστατική πίεση, την αντίδραση του νερού στις κινήσεις που κάνει ο λουόμενος ιδιαίτερα κατά την κολύμβηση και την ερεθιστική επίδραση των χτυπημάτων των θαλάσσιων κυμάτων.

- Η χημική επίδραση έχει σχέση με τα διαλυμένα άλατα στο νερό που συσσωρεύονται στο δέρμα, ερεθίζουν τους υποδοχείς του και προκαλούν ανταποκριτικές αντιδράσεις που διαρκούν ορισμένο χρονικό διάστημα.

- Στην ερεθιστική επίδραση παίζει ρόλο η σύνθεση του θαλασσινού νερού, το οποίο περιέχει νάτριο, κάλιο, ασβέστιο, χλώριο, βρώμιο, ιώδιο κλπ.

Η φυσιολογική αντίδραση λαμβάνει χώρα σε δύο βασικές φάσεις:

1) Πρώτη φάση: η φάση της αρχικής ψύχρανσης, συνοδευόμενη από απότομη πτώση της θερμοκρασίας του σώματος. Εμφανίζεται με το σπασμό των επιφανειακών και την διαστολή των βαθύτερα ευρισκομένων στο σώμα αγγείων. Παρατηρείται σύσπαση των λειών μυϊκών ινών, τρόμος και ρίγος. Επιβραδύνονται οι καρδιακοί παλμοί, η αναπνοή γίνεται αραιή και βαθιά. Αυξάνεται η αρτηριακή πίεση. Η πρώτη φάση είναι σύντομη, στους σκληραγωγημένους ανθρώπους εκδηλώνεται ασαφής.

2) Δεύτερη φάση: ο οργανισμός προσπαθεί να συντηρεί την θερμική ισορροπία. Παρουσιάζεται το αίσθημα της ζεστασιάς, και το δέρμα αποκτά ρόδινο χρώμα εξ' αιτίας της υπεραιμίας. Απότομα αυξάνεται το επίπεδο της χημικής θερμορύθμισης. Η αναπνοή γίνεται συχνή και βαθύτερη, αυξάνεται κατά 2 έως 3 φορές η κατανάλωση οξυγόνου, δυναμώνει η λειτουργία της καρδιάς, ενώ παράλληλα αυξάνεται το επίπεδο των οξειδωτικών εξεργασιών.

Κατά την παρατεταμένη παραμονή στο θαλασσινό νερό, μπορεί να εμφανιστεί και τρίτη φάση, η οποία είναι συνέπεια της εξάντλησης των μηχανισμών της θερμορύθμισης. Σ' αυτή τη φάση παρατηρείται πάρεση των δερματικών αγγείων, παθητική υπεραιμία με κυανώσεις, απότομη ψύχρανση και άλλα παθολογικά φαινόμενα. Γι' αυτούς τους λόγους στη θαλασσοθεραπεία είναι σημαντικό να αποφεύγεται η τρίτη φάση. Σύμφωνα με την αρχή του Αρχιμήδη, κατά την βύθιση στο γλυκό νερό, ο άνθρωπος «χάνει» τα 9/10 περίπου του βάρους του, ενώ κατά την βύθιση στο θαλασσινό νερό ακόμη περισσότερο. Έτσι, δημιουργούνται συνθήκες όμοιες με την κατάσταση έλλειψης της βαρύτητας. Αυτή η φαινομενική μείωση του βάρους, επιτρέπει σε ασθενείς με ευκολία να εκτελούν γυμναστικές ασκήσεις μέσα στη θάλασσα, κάτι που γι' αυτούς είναι αδύνατο έξω από το νερό.

Τα θαλασσινά λουτρά στους ασθενείς αρχίζουν μετά από 3 έως 5 ημέρες προσαρμογής στις τοπικές συνθήκες. Ο ασθενής, πριν κάνει μπάνιο πρέπει να είναι ξεκούραστος, να βυθίζεται δε στο νερό με ξηρό και θερμό δέρμα. Γι' αυτό μπορεί να εκτελεί κάποιες κινήσεις ή να κάνει μαλάξεις στο σώμα του πριν να μπει στο νερό. Με την είσοδο στο νερό πρέπει να κάνει κινήσεις ή να επιπλέει στο νερό με ελεύθερο κολύμπι. Οι κινήσεις πρέπει να είναι αργές με ελαφρά ή μέτρια φόρτιση και να πραγματοποιούνται με ρυθμό κολύμβησης 15 έως 30 κινήσεις χεριών μέσα σε ένα λεπτό. Ο ρυθμός των κινήσεων εξαρτάται από την εκγύμναση του καρδιαγγειακού συστήματος. Εκτός τούτου, συνιστάται στους ασθενείς η ύπτια κολύμβηση, που προσφέρει στον ασθενή δυνατότητα για ξεκούραση. Το κάθε θαλασσινό μπάνιο διαρκεί στην αρχή 2 έως 5 λεπτά, με σταδιακή αύξησή του μέχρι τα 15 λεπτά. Η θεραπεία εκτελείται 2 έως 3 φορές την ημέρα. Μετά την έξοδο από το νερό, είναι απαραίτητο το σκούπισμα με ζεστή πετσέτα.

Η θαλασσοθεραπεία ενδείκνυται για αρτηριακή υπέρταση δευτέρου βαθμού, για αρχική αρτηριοσκλήρυνση, για χρόνιες νεφρίτιδες και για προβλήματα του σύγχρονου πολιτισμού όπως άγχος, ημικρανίες, ψυχοσωματικές παθήσεις, αϋπνίες και σύνδρομο υπερκόπωσης. Ενώ αντενδείκνυται για κατάθλιψη, φοβία, επιληψία και για παθήσεις των νεφρών, των νεύρων και της καρδιάς. [22]

[22] Πηγή από [www.thermalsprings.blogspot.com](http://www.thermalsprings.blogspot.com)(2008),  
([http://thermalsprings.blogspot.com/2008/05/blog-post\\_265.html](http://thermalsprings.blogspot.com/2008/05/blog-post_265.html) )

### 3.4.5.1 ΠΡΟΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΚΕΝΤΡΩΝ ΘΑΛΑΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Η Ελληνική Επιτροπή Ατομικής Ενέργειας(ΕΕΑΕ) ανακοίνωσε ότι, σύμφωνα με το νέο νομοθετικό πλαίσιο (υπουργική Απόφαση Αρ. 9833, ΦΕΚ Β/1055/ 2-6-2009), που καθορίζει τους όρους και τις προϋποθέσεις λειτουργίας των Μονάδων Ιαματικής Θεραπείας των Κέντρων Ιαματικού Τουρισμού και των Κέντρων Θαλασσοθεραπείας, καθώς και τα δικαιολογητικά που απαιτούνται για την απόκτηση του ειδικού σήματος λειτουργίας τους, ισχύουν τα ακόλουθα:

- 1) Στις ιαματικές πηγές, όπου γίνεται χρήση ιαματικών φυσικών πόρων που περιέχουν ραδόνιο και πιθανά άλλα ραδιενεργά στοιχεία, πρέπει να λαμβάνονται υπόψη οι ισχύοντες Κανονισμοί Ακτινοπροστασίας,
- 2) Στα Κέντρα Ιαματικού τουρισμού και Μονάδες Ιαματικής Θεραπείας εφαρμόζονται ως προς το απασχολούμενο προσωπικό οι Κανονισμοί Ακτινοπροστασίας,
- 3) Για τη χορήγηση του Ειδικού Σήματος Λειτουργίας στις Μονάδες Ιαματικής Θεραπείας, στα Κέντρα Ιαματικού Τουρισμού και τα Κέντρα Θαλασσοθεραπείας απαιτείται, μεταξύ άλλων δικαιολογητικών, η προσκόμιση πιστοποιητικού καταλληλότητας από άποψη ακτινοπροστασίας. Το πιστοποιητικό αυτό εκδίδεται από την Ελληνική Επιτροπή Ατομικής Ενέργειας με βάση ραδιολογική μελέτη, η οποία θα εκπονείται είτε από την ΕΕΑΕ ή από εξουσιοδοτημένο από αυτήν φορέα. [24]

[24]Τ.Ρόκου(2009),Προυποθέσεις λειτουργίας κέντρων θαλασσοθεραπείας,  
([http://www.traveldailynews.gr/new.asp?newid=45322&subcategory\\_id=26](http://www.traveldailynews.gr/new.asp?newid=45322&subcategory_id=26) )

### 3.4.6 ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΕΥΕΞΙΑΣ-SPA

Ο Τουρισμός Ευεξίας θεωρείται ο πλέον ταχύτατα αναπτυσσόμενος τομέας του τουρισμού υγείας, αν και στην σημερινή του μορφή ο ακριβής προσδιορισμός του είναι μάλλον ασαφής και συγκεχυμένος.

Ιστορικά, ο τουρισμός αυτής της μορφής ήταν αναπτυγμένος για αιώνες στην Ευρώπη και αναφερόταν κυρίως στην επίσκεψη τουριστών σε ιαματικές πηγές (spras), για θεραπευτικούς ή και προληπτικούς λόγους.

Στις μέρες μας, ο όρος spa και κατ επέκταση και ο τουρισμός ευεξίας, τείνει να συμπεριλάβει μια ευρεία μορφή τουριστικών επιχειρήσεων αλλά και εξαιρετικά διευρυμένων υπηρεσιών.

Παράλληλα, στους κλασικούς προορισμούς των τουριστών αυτού του είδους, (τα ιαματικά κέντρα και τις ιαματικές τους πηγές), έχει διαφοροποιηθεί το προσφερόμενο τουριστικό προϊόν, ανταποκρινόμενα και αυτά με την σειρά τους στις σύγχρονες απαιτήσεις της τουριστικής ζήτησης. Η αλματώδης ανάπτυξη του τουρισμού ευεξίας, βασίζεται στην σύγχρονη τάση του καταναλωτή για αναζήτηση ενός πιο υγιεινού τρόπου ζωής, καθώς και στην επιθυμία του να «δραπετεύσει» έστω και για λίγο από την καθημερινότητα και το στρες των πόλεων.

Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να αναδειξεί τις διακοπές που συνδυάζονται με υπηρεσίες spas, σαν μια από τις πλέον δημοφιλείς επιλογές του ταξιδιώτη του 21ου αιώνα.

Βασικός συντελεστής στην ταχύτατη ανάπτυξη του τουρισμού ευεξίας είναι η εφαρμογή υπηρεσιών που βασίζονται στην φιλοσοφία του spa.

Υπηρεσίες spa με την κλασική τους έννοια, είχαν ως βασικό συστατικό των υπηρεσιών τους το νερό μιας ιαματικής πηγής. Αργότερα ενσωματώθηκε στην έννοια και η χρήση του θαλασσινού νερού. (Θαλασσοθεραπεία).

Στις μέρες μας, το γενικευμένο παγκόσμιο ενδιαφέρον για τα SPA έχει οδηγήσει στην υιοθέτηση του όρου από μια σειρά επιχειρήσεις που προσφέρουν διευρυμένες υπηρεσίες στους πελάτες τους.

Υπηρεσίες που απέχουν σημαντικά από την κλασική έννοια του όρου.

Η διεθνής Ομοσπονδία SPA (International Spa Association), θέλοντας να συμβάλει ως προς το να μπει μια τάξη στο χάος που επικρατεί στο τομέα αυτό, έχει προτείνει έξι κύριες κατηγορίες επιχειρήσεων spa, προσδιορίζοντας παράλληλα και το είδος των υπηρεσιών που αυτές οι επιχειρήσεις προσφέρουν.

Με βάση την πρόταση αυτή, ένα σύγχρονο κέντρο spa μπορεί να συνδυάζει τις υπηρεσίες spa με προγράμματα άθλησης(γυμναστήρια), με φροντίδες καλλωπισμού και χαλάρωσης(κέντρα αισθητικής κομμωτήρια), με προγράμματα υγιεινής διαβίωσης (spa προορισμού), με προγράμματα κοσμητικής αισθητικής και εναλλακτικών / συμπληρωματικών θεραπειών(ιατρικό spa), με προγράμματα που έχουν σαν βάση τα νερά ιαματικής πηγής( ιαματικά κέντρα ), και με προγράμματα βελτίωσης της εμφάνισης και εξειδικευμένη διατροφή(ξενοδοχειακό spa ).

Σε εθνικό επίπεδο, η ελληνική Πολιτεία με τον νόμο 3498/2006 δίνει το ακόλουθο ορισμό:  
"Κέντρα αναζωογόνησης (spa), είναι ειδικές εγκαταστάσεις με κατάλληλη υποδομή και εξοπλισμό στις οποίες γίνεται χρήση:

ή ιαματικών φυσικών πόρων

ή θερμαινόμενου θαλασσινού νερού

ή θερμού φυσικού νερού με προσθήκες ιαματικών φυσικών πόρων

ή ζεστού φυσικού νερού με την προσθήκη πηλών, βοτάνων, φυτών, αρωμάτων, ηφαιστειακής ή χαλαζιακής άμμου, φωτός, θερμότητας, μασάζ, ατμόλουτρων διαφόρων τύπων, με σκοπό την παροχή υπηρεσιών αναζωογόνησης, ευεξίας και αισθητικής του σώματος".[25]

#### 3.4.6.1 ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ SPA

1.Κάθε Κέντρο Αναζωογόνησης(SPA),οφείλει να έχει εσωτερικό κανονισμό λειτουργίας,ο οποίος περιλαμβάνει τον αριθμό,τις αρμοδιότητες και την οργάνωση του προσωπικού,τις υποχρεώσεις και τα δικαιώματα του,τον προσδιορισμό του ειδικού ενδύματος που φέρει κάθε κατηγορία προσωπικού ανάλογα με την ειδικότητα του,τον χρόνο αντικαταστάσεως του ειδικού αυτού ενδύματος και οδηγίες σχετικά με τις παρεχόμενες υπηρεσίες και τη λειτουργία των θεραπευτικών εγκαταστάσεων,το σύστημα τήρησης της σειράς προτεραιότητας κατά την ιατρική εξέταση και την πραγματοποίηση των συνεδριών ανάλογα με το χρόνο προσέλευσης,τις ειδικές ανάγκες,το είδος της συνεδρίας και τις κρατήσεις που έχουν πραγματοποιηθεί με στόχο την ομαλή διεξαγωγή της συνεδρίας,καθώς και κάθε άλλη λεπτομέρεια που είναι απαραίτητη για την εύρυθμη λειτουργία του Κέντρου και την προστασία του καταναλωτή.

2.Ο εσωτερικός κανονισμός λειτουργίας έχει σαν σκοπό την προστασία των χρηστών και του προσωπικού του Κέντρου και γνωστοποιείται στην αρμόδια Υπηρεσία του Ε.Ο.Τ με την υποβολή ακριβούς αντιγράφου πριν την έναρξη λειτουργίας του Κέντρου. Ικανοποιητικός αριθμός αντιτύπων του Κανονισμού βρίσκεται σε εμφανές σημείο του χώρου υποδοχής του Κέντρου και τίθεται στη διάθεση των καταναλωτών. [26]

[25]Πηγή απο [www.aesthetics.gr](http://www.aesthetics.gr)(2005),Τουρισμός ευεξίας,  
(<http://www.aesthetics.gr/content/view/1365/1/> )

[26]Α.Αναστασιάδης(2006),([http://www.loutropoleis.com/attachments/018\\_Kanonismos.pdf](http://www.loutropoleis.com/attachments/018_Kanonismos.pdf) )

### 3.5 ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

#### 1.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.

#### 2.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 συγκαταείται 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.

#### 3.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.

#### 4.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 η ξαπλώνει στο νερό. Οι ασκήσεις μπορεί να εκτελούνται παθητικά, υποβοηθούμενα ή με αντίσταση από τον φυσιοθεραπευτή.[16]

[16] Δ. Πράσινος (2005) Υδροθεραπεία, ([http://news.pathfinder.gr/health/features/water\\_therapy.html](http://news.pathfinder.gr/health/features/water_therapy.html))

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο  
ΝΟΜΟΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

#### 4.1 ΙΣΧΥΟΥΣΑ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΘΕΡΜΟΜΕΤΑΛΛΙΚΑ ΝΕΡΑ

A)Βασικός Νόμος είναι ο 2188/20, ο οποίος αναφέρεται στα εξής:

α. Χαρακτηρισμός- ανακήρυξη Ιαματικών Πηγών και ανάκληση ανακήρυξης.

β Κανονισμός λειτουργίας Υδροθεραπευτηρίων.

γ. Άδεια λειτουργίας καταστημάτων Ιαματικών Πηγών

δ Κατάταξη των Πηγών σε Δημόσιες και Ιδιωτικές.

B) Ο Νόμος 4844/30 αναφέρεται σε διατάξεις που αφορούν την Εκμ/ση των Ιαματικών Πηγών. Επίσης ο Νόμος αυτός καθορίζει την ζώνη προστασίας των Ιαματικών Πηγών ως κύκλο με κέντρο την Πηγή και ακτίνα 1.000 μ. Εντός της ζώνης προστασίας γίνονται μόνο έργα και εκμεταλλεύσεις του εδάφους τέτοια που δεν παραβιάζουν τον Ιαματικό Υδροφορέα. Ο ίδιος Νόμος προβλέπει τη συγκρότηση Τεχνικής Επιτροπής, έργο της οποίας είναι η γνωμοδότηση επί των έργων που προβλέπεται να γίνουν εντός της ζώνης προστασίας.

Γ) Ν 4086/60. Ο Νόμος αυτός διαχωρίζει τις Ιαματικές Πηγές σε Τουριστικής και Τοπικής σημασίας. Οι Ι.Π. Τουριστικής σημασίας υπάγονται στην άμεση αρμοδιότητα του ΕΟΤ.

Τις Ιαματικές Πηγές Τοπικής Σημασίας ο ΕΟΤ υποχρεούται να παραχωρεί κατά εκμετάλλευση στους ΟΤΑ στα Διοικητικά όρια των οποίων αναβλύζουν.[7]

Δ)Ο Νόμος 3498/2006, "Ανάπτυξη ιαματικού τουρισμού και λοιπές διατάξεις(ΦΕΚ Α' 230/24.10.2006).Το νομοσχέδιο αυτό ξεκινά μια σειρά νομοθετικών πρωτοβουλιών,οι οποίες με αντίστοιχα προγράμματα υλοποίησης ,σκοπεύουν στο να επιλύσουν προβλήματα που λιμνάζουν εδώ και 40 χρόνια στον χώρο του τουρισμού,να εκσυγχρονίσουν τις υποδομές του τουρισμού,να αναβαθμίσουν ποιοτικά το τουριστικό μας προϊόν,να διαμορφώσουν τουριστική συνείδηση,και τελικά,να δημιουργήσουν τις προϋποθέσεις,ώστε η χώρα μας να εκμεταλλευτεί τις νέες αγορές και την τεράστια παγκόσμια ανάπτυξη του τουριστικού ρεύματος,που οι ειδικοί προβλέπουν για τα επόμενα 25-30 χρόνια και να πάρει μεγάλο μερίδιο απο την αγορά αυτή.[26]

[7]Μαρία Τριβυζά(1999),Ιαματικές Πηγές Ελλάδος,(<http://www.iama.gr/ethno/Therm/triviza.html> )

[27]Α.Κυριακή(2010),Πτυχιακή,Ιαματικός τουρισμός Νότιας Ελλάδας,Στοιχεία Προσφοράς και Ζήτησης(<http://nefeli.lib.teicrete.gr/browse/sdo/tour/2010/ArvanitiKyriaki/attached-document-1277114802-617763-20858/Arvaniti2010.pdf> )

## 4.2 ΝΟΜΟΙ ΚΑΙ ΟΡΟΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ

Για να μπορέσει να λειτουργήσει οποιαδήποτε μορφή επιχείρησης απαιτείται «σύσταση». Το γεγονός πως οι ιαματικές πηγές έπρεπε να προσφέρουν τις υπηρεσίες τους στο ευρύ κοινό, ώθησε την κυβέρνηση Βενιζέλου, το 1920 στην δημιουργία του πρώτου νομοθετικού πλαισίου. Το πρώτο που έγινε στην Ελλάδα ήταν ο νόμος 2188/21-5/17-6/20 (ΦΕΚ 132/Α/1920) «Περί Ιαματικών πηγών». Είναι ο πρώτος νόμος που βάζει την βάση για την λειτουργία και αξιοποίηση των ιαματικών πηγών. Αποτελείται από 14 άρθρα. Στον νόμο αυτό, καθορίζονται τα εξής : τι θεωρείται ιαματική πηγή, το καθεστώς ιδιοκτησίας (σύμφωνα με αυτόν το νόμο η ίδια η πηγή ως ιδιοκτησία «περιέρχεται στα χέρια» του Δημοσίου), καθώς και ο τρόπος εκμετάλλευσης αυτών.

Ο επόμενος νόμος που έγινε είναι ο Ν. 4844/30-7/4-8/19 "Περί Διατάξεων αφορωσών την εκμετάλλευση των Ιαματικών Πηγών". Αποτελείται από 18 άρθρα. Ο νόμος αυτός αναφέρεται στην προστασία των ιαματικών πηγών, ώστε να μην αλλοιωθεί η σύσταση του νερού από ανθρώπινες επεμβάσεις, καθώς και τις ποινές στους παραβάτες.

Το 1954 εκδόθηκε ένα νομοθετικό διάταγμα του βασιλέως Παύλου. Αυτό είναι το Νομοθετικό Διάταγμα 3016/54 και αναφέρεται «περί τροποποιήσεως και συμπληρώσεως των διατάξεων τινών αφορωσών την λειτουργία και εκμετάλλευση των ιαματικών πηγών και περί τρόπου προσλήψεως Υδρολόγων ιατρών». Είναι ένα διάταγμα που αποτελείται από 13 άρθρα. Αυτός ο νόμος συμπληρώνει τον προηγούμενο και το κυριότερο αναγνωρίζει την ανάγκη για ύπαρξη θέσης ιατρού υδρολόγου. (ΚΠΕ)

Ο Νόμος 4086/60 αναφέρεται στις ιαματικές πηγές και αποτελείται από 23 άρθρα .Ο νόμος αναφέρεται «περί τροποποιήσεως και συμπληρώσεως διατάξεων τινών περί Ιαματικών Πηγών». Το βασικότερο που αναφέρεται στον νόμο αυτό είναι η κατάταξη των ιαματικών πηγών σε πηγές τουριστικής σημασίας και τοπικής σημασίας. Ακόμα η παραχώρηση εκμετάλλευσης των πηγών από τον ΕΟΤ στους Οργανισμούς Τοπικής Αυτοδιοίκησης, η ύπαρξη υδρολόγων γιατρών καθώς και τα προσόντα των λουτρονόμων και η κατανομή των εσόδων, κατά το άρθρο 8.

Περί εγκρίσεως κανονισμού του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού – Περί εποπτείας και υ955 λειτουργίας των υδροθεραπευτηρίων ιαματικών πηγών και των εν αυταίς εγκαταστάσεων», αναφέρεται η Υπ. Απόφαση 11/77/Τ/60.

Το 1990 ψηφίζεται ο Νόμος 1892/1990. Είναι ένας αναπτυξιακός νόμος που εκτός των άλλων αναφέρεται στην ίδρυση δημιουργία, επέκταση και εκσυγχρονισμό των εγκαταστάσεων των ιαματικών πηγών, των κέντρων τουρισμού υγείας, των χιονοδρομικών κέντρων και των κέντρων θαλασσοθεραπείας. Βάση προδιαγραφών οριζόμενες με απόφαση των Υπουργών Περιβάλλοντος, Χωροταξίας και Δημοσίων Έργων και Τουρισμού η αγορά εξοπλισμού, με σύμφωνη γνώμη του ΕΟΤ.

## 4.3 ΣΧΕΔΙΟ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΜΟΝΑΔΩΝ ΙΑΜΑΤΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

### 4.3.1 ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ:

1. Στις Μονάδες Ιαματικής Θεραπείας και τα Κέντρα Ιαματικού Τουρισμού απασχολείται κύριο, διοικητικό και τεχνικό προσωπικό. Στο κύριο προσωπικό ανατίθεται η παροχή των υπηρεσιών που προσφέρονται στη Μονάδα ή στο Κέντρο σύμφωνα με τις άδειες που έχουν χορηγηθεί για την ίδρυση και τη λειτουργία του και τα τμήματα που λειτουργούν και αποτελείται από τους γιατρούς, τους αισθητικούς, τους λουτρονόμους, τους γυμναστές, τους φυσιοθεραπευτές, τους διαιτολόγους κ.λπ., οι οποίοι πρέπει να κατέχουν αντίστοιχη επαγγελματική άδεια και εφόσον δεν προβλέπεται άδεια, αναγνωρισμένο πτυχίο τριτοβάθμιας εκπαίδευσης με την επιφύλαξη του άρθρου 12 παρ. 1 και τους βοηθούς τους, οι οποίοι πρέπει να κατέχουν πτυχίο ή βεβαίωση μεταδευτεροβάθμιας κατάρτισης ή πιστοποίηση από αρμόδιο φορέα. Στο διοικητικό και τεχνικό προσωπικό ανατίθενται ανάλογα με τα τυπικά και ουσιαστικά προσόντα του καθενός όλες οι υποστηρικτικές υπηρεσίες και ιδίως η γραμματειακή υποστήριξη, η μηχανοργάνωση των υπηρεσιών, η λειτουργία του ταμείου και του λογιστηρίου, η συντήρηση του μηχανολογικού εξοπλισμού και των ηλεκτρικών και λοιπών εγκαταστάσεων, καθώς και η καθαριότητα σύμφωνα με τους ισχύοντες κανόνες υγιεινής, όπως ειδικότερα καθορίζονται με τον Εσωτερικό Κανονισμό Λειτουργίας.

2. Ο αριθμός του προσωπικού κάθε Μονάδας ή Κέντρου είναι ανάλογος με τη δυναμικότητά του, όπως αυτή προκύπτει από το ειδικό σήμα λειτουργίας του. Ειδικότερα, ο αριθμός του λουτρονομικού προσωπικού κάθε Μονάδας ή Κέντρου δεν μπορεί να είναι μικρότερος από τον αριθμό που προκύπτει από τη σχέση ένας λουτρονόμος προς οκτώ ατομικούς ή δύο οικογενειακούς λουτήρες, ένας λουτρονόμος προς επτά συσκευές τοπικής-μερικής λούσεως ή ένας λουτρονόμος προς δέκα συσκευές ρινοπλύσεων ή ατομικών εισπνοών ή ένας λουτρονόμος για κάθε ποσιθεραπευτήριο. Στον αριθμό αυτό προστίθενται ένας λουτρονόμος ανά δεξαμενή ή άλλης μορφής ομαδική αγωγή σε ιδιαίτερο χώρο ή συγκρότημα, έτσι ώστε η Μονάδα ή το Κέντρο να μπορεί να ανταποκριθεί στον ανώτατο αριθμό ατόμων που μπορεί να εξυπηρετήσει κατά τη διάρκεια μιας μέρας. Στις Μονάδες ή τα Κέντρα που απασχολούνται περισσότεροι από οκτώ λουτρονόμοι ορίζεται ένας προϊστάμενος λουτρονόμων.

3. Τα μέλη του προσωπικού ασκούν όλες τις πράξεις που τους έχουν ανατεθεί με την επιφύλαξη της παραγράφου 1. Η εργασία του προσωπικού δεν πρέπει να υπερβαίνει το νόμιμο ωράριο, όπως αυτό καθορίζεται κάθε φορά από την εργατική νομοθεσία.

4. Όσοι πρόκειται να απασχοληθούν ή απασχολούνται με οποιαδήποτε σχέση σε Μονάδες Ιαματικής Θεραπείας ή Κέντρα Ιαματικού Τουρισμού πρέπει να εφοδιάζονται με το βιβλιάριο υγείας, το προβλεπόμενο κατά τις οικείες διατάξεις περί υγειονομικού ελέγχου των επιχειρήσεων υγειονομικού ενδιαφέροντος, στο οποίο θα βεβαιώνεται ότι ο κάτοχός του πέρασε

από ιατρική εξέταση και δεν βρέθηκε ότι πάσχει από μεταδοτικό ή άλλο νόσημα μη συμβατό με την απασχόλησή του ως και ότι δεν είναι φορέας εντερικών παθογόνων μικροβίων, ιών και παρασίτων .

5. Το προσωπικό υποβάλλεται ετησίως σε κλινικό έλεγχο, σε συνέχεια του οποίου μπορεί να συστηθούν συμπληρωματικές ιατρικές εξετάσεις, εάν κριθούν αναγκαίες. Ο γιατρός της Μονάδας Ιαματικής Θεραπείας ή του Κέντρου Ιαματικού Τουρισμού παρακολουθεί υπεύθυνα την υγιεινή κατάσταση όλων των εργαζομένων και αναφέρει τις περιπτώσεις ασθενείας στο διευθυντή. Σε περίπτωση ασθενείας και διαπίστωσης έπειτα από κλινικό έλεγχο προσωρινής ακαταλληλότητας για εργασία εισηγείται την προσωρινή απομάκρυνση του νοσούντος, η οποία γίνεται με απόφαση του διευθυντή και τη χορήγηση της προβλεπόμενης κατά νόμο αναρρωτικής άδειας.

6. Το προσωπικό πρέπει να εκτελεί την υπηρεσία που του ανατίθεται σύμφωνα με τον παρόντα Κανονισμό και τον Εσωτερικό Κανονισμό Λειτουργίας της Μονάδας ή του Κέντρου και να είναι πλήρως κατατοπισμένο από το διευθυντή και το γιατρό στον τομέα της εργασίας του, ώστε να είναι σε θέση να δίνει ακριβείς πληροφορίες στους καταναλωτές, στους προϊσταμένους του και στο γιατρό. Εάν διαπιστώσει έλλειψη ή ανωμαλία, που ανάγεται στον τομέα των καθηκόντων του, οφείλει να το αναφέρει αμέσως αρμοδίως, άλλως βαρύνεται με την ευθύνη της αμέλειας και της άγνοιας ζητημάτων του τομέα του. Η παράλειψη αυτή αποτελεί πειθαρχικό αδίκημα.

7. Το προσωπικό φέρει, κατά τη διάρκεια της εργασίας του, ειδικό ομοιόχρωμο κατά κατηγορία ένδυμα, που ορίζεται με τον εσωτερικό κανονισμό λειτουργίας, ειδικά υποδήματα και περικάλυμμα της κεφαλής, καθώς και ένδειξη με το όνομα και την ειδικότητά του.

#### 4.3.2 ΠΡΟΦΙΛ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗ(ΑΡΘΡΟ 10 ):

1. Σε κάθε Μονάδα Ιαματικής Θεραπείας ή Κέντρο Ιαματικού Τουρισμού ορίζεται από τον επιχειρηματία υπεύθυνος διευθυντής και ο αναπληρωτής του, οι οποίοι θα πρέπει να κατέχουν τουλάχιστον πτυχίο Ανώτατου Εκπαιδευτικού Ιδρύματος της ημεδαπής ή αντίστοιχο τίτλο σπουδών της αλλοδαπής ή τριετή αποδεδειγμένη σχετική επαγγελματική εμπειρία σε ΜΙΘ ή ΚΙΤ ή Κέντρα Θαλασσοθεραπείας ή Spa και καλή γνώση μιας από τις γλώσσες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, κατά προτίμηση της αγγλικής. Το ονοματεπώνυμο και τα λοιπά στοιχεία του διευθυντή και του αναπληρωτή του αναφέρονται στην αίτηση του επιχειρηματία για τη χορήγηση πιστοποιητικού καλής λειτουργίας και γνωστοποιούνται στην αρμόδια Διεύθυνση του ΕΟΤ όπως και σε κάθε περίπτωση μεταβολής, ιδίως παραίτησης, αντικατάστασης ή απόλυσης.

2. Μέχρι την τοποθέτηση διευθυντή και τη γνωστοποίησή της κατά τα ανωτέρω, ο επιχειρηματίας ασκεί τις αρμοδιότητες του διευθυντή και υπέχει κάθε ποινική και αστική ευθύνη.

3. Ο διευθυντής είναι υπηρεσιακός και πειθαρχικός προϊστάμενος του κύριου, του διοικητικού και του τεχνικού προσωπικού και υπέχει κάθε ποινική και αστική ευθύνη που απορρέει

από τη νομοθεσία που διέπει τη λειτουργία και την αρτιότητα της Μονάδας ή του Κέντρου, καθώς και την προστασία των πηγών, των δεξαμενών, των πέριξ αυτών χώρων και του φυσικού πόρου του οποίου έχει επιτραπεί η χρήση.

Μεριμνά και ευθύνεται για την πρόσληψη του αναγκαίου αριθμού κύριου, διοικητικού και τεχνικού προσωπικού, για την τήρηση του παρόντος Κανονισμού και του Εσωτερικού Κανονισμού Λειτουργίας της Μονάδας ή του Κέντρου και για την εν γένει κανονική λειτουργία τους κατά τον προορισμό τους, εφαρμόζοντας τις υποδείξεις του υπεύθυνου γιατρού σε θέματα αρμοδιότητας του τελευταίου.

Δηλώνει την ημερομηνία έναρξης λειτουργίας της Μονάδας ή του Κέντρου, αποφασίζει έπειτα από υπόδειξη του γιατρού το ωράριο λειτουργίας αυτών και μεριμνά για την ενημέρωση της αρμόδιας Υπηρεσίας κατά τα οριζόμενα στο άρθρο 2.

Μεριμνά για την έγκαιρη έκδοση του πιστοποιητικού καλής λειτουργίας της Μονάδας ή του Κέντρου, τη γνωστοποίηση του τιμοκαταλόγου των παρεχόμενων σε αυτά υπηρεσιών πριν την έναρξη της λειτουργίας τους και την ανάρτηση θεωρημένου από τον ΕΟΤ τιμοκαταλόγου σε εμφανές σημείο του χώρου υποδοχής.

4. Ο διευθυντής της Μονάδας Ιαματικής Θεραπείας ή του Κέντρου Ιαματικού Τουρισμού οφείλει να βρίσκεται στις εγκαταστάσεις τους κατά το χρόνο λειτουργίας τους. Κατευθύνει, παρακολουθεί, κατανέμει και ελέγχει τις εργασίες του κύριου, του διοικητικού και του τεχνικού προσωπικού, ορίζει τα καθήκοντά του, ρυθμίζει θέματα οργάνωσης και μεριμνά για την εύρυθμη λειτουργία της Μονάδας ή του Κέντρου, αποφασίζει άμεσα για κάθε ζήτημα που ανακύπτει και ρυθμίζει την εναλλαγή του προσωπικού με βάση τα νόμιμα ωράρια εργασίας και τις πραγματικές ανάγκες. Σε περίπτωση απουσίας του ο νόμιμος αναπληρωτής του αποφασίζει για τα ζητήματα που χρήζουν άμεσης αντιμετώπισης.

#### 4.3.3 ΠΡΟΦΙΛ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΙΑΤΡΟΥ(ΑΡΘΡΟ 11):

1. α. Κατά τη διάρκεια του ωραρίου λειτουργίας της Μονάδας Ιαματικής Θεραπείας ή του Κέντρου Ιαματικού Τουρισμού πρέπει να βρίσκεται στις εγκαταστάσεις αυτών τουλάχιστον ένας γιατρός. Σε περίπτωση που υπηρετούν περισσότεροι του ενός γιατροί, οι αρμοδιότητες και τα καθήκοντά τους καθορίζονται με τον εσωτερικό κανονισμό λειτουργίας.

β. Ο γιατρός δύναται να συνεπικουρείται από πτυχιούχους νοσηλευτές.

γ. Οι μικρής δυναμικότητας (έως και 15 λουτήρες χωρίς πισίνα αμιγούς ιαματικού ή ανάμικτου ιαματικού και θαλάσσιου ύδατος) και γειτνιάζουσες ΜΙΘ μπορούν να εξυπηρετούνται από τον ίδιο γιατρό.

δ. Ο γιατρός δεν εξετάζει στο χώρο του υδροθεραπευτηρίου εξωτερικούς ασθενείς.

2. Ο γιατρός υποδεικνύει τις ώρες λειτουργίας της Μονάδας ή του Κέντρου.

3. Η παροχή ιατρικών υπηρεσιών από το γιατρό στις Μονάδες Ιαματικής Θεραπείας και στα Κέντρα Ιαματικού Τουρισμού προϋποθέτει την εγγραφή του στον οικείο ιατρικό σύλλογο. Η ιατρική εγκατάσταση και ο απαραίτητος ιατρικός και φαρμακευτικός εξοπλισμός πρέπει να διατηρούνται σε άριστη κατάσταση, σύμφωνα με τις διατάξεις που ισχύουν κάθε φορά για την παροχή υπηρεσιών πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας.
4. Εξετάζει κάθε καταναλωτή και αφού διαπιστώσει ότι η κατάσταση της υγείας του επιτρέπει τη χρήση του ιαματικού φυσικού πόρου καθορίζει το ατομικό του πρόγραμμα συνεδριών, την επιθυμητή θερμοκρασία και τη διάρκεια της συνεδρίας, η οποία για τις λούσεις δεν μπορεί να υπερβαίνει τα είκοσι λεπτά. Ενημερώνει σχετικά το ΔΑΥ.
5. α. Ο γιατρός οφείλει να επιθεωρεί από πλευράς υγιεινής τις εγκαταστάσεις υδροθεραπείας της Μονάδας ή του Κέντρου τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα, αλλά και όποτε του ζητηθεί από το διευθυντή και παρέχει τις συμβουλές του στους λουόμενους.  
β. Παρακολουθεί υπεύθυνα την υγιεινή κατάσταση όλων των εργαζομένων και αναφέρει τις περιπτώσεις ασθένειας στο διευθυντή. Σε περίπτωση ασθένειας και διαπίστωσης, έπειτα από κλινικό έλεγχο, προσωρινής ακαταλληλότητας για εργασία, εισηγείται την προσωρινή απομάκρυνση του νοσούντος και τη χορήγηση της προβλεπόμενης κατά νόμο αναρρωτικής άδειας.
6. Μεριμνά για την ενημέρωση του προσωπικού σε θέματα υγιεινής και ασφάλειας στον τομέα εργασίας του καθενός.
7. Ασκεί κάθε άλλη αρμοδιότητα που του ανατίθεται με τον παρόντα Κανονισμό, τον Εσωτερικό Κανονισμό Λειτουργίας και τις λοιπές ισχύουσες διατάξεις.
8. Στο τέλος κάθε λουτρικής περιόδου ή κάθε εξαμήνου επί ετήσιας λειτουργίας υποβάλλει στο διευθυντή γενική έκθεση με στατιστικά στοιχεία και συμπεράσματα από τη γενικότερη κίνηση του Κέντρου και προτάσεις. Αντίγραφο της έκθεσης και σε ηλεκτρονική μορφή υποβάλλεται στον ΕΟΤ.

#### 4.3.4 ΛΟΥΤΡΟΝΟΜΟΙ:

1. Οι λουτρονόμοι πρέπει να έχουν τουλάχιστον δίπλωμα ΙΕΚ του ΟΤΕΚ με ειδικότητα ειδικός λουτροθεραπείας ή ΙΕΚ του ΟΕΕΚ με ειδικότητα βοηθός φυσικοθεραπευτή σε ιαματικές πηγές και λουτρά ή αναγνωρισμένου ΙΕΚ άλλης παρεμφερούς ειδικότητας ή αναγνωρισμένων ισοτίμων - αντιστοίχων σχολών του εξωτερικού και καλή γνώση μιας από τις γλώσσες της Ευρωπαϊκής Ένωσης και κατά προτίμηση της αγγλικής. Σε περίπτωση που σε σχετική πρόσκληση δεν προσέλθουν άτομα με τα ανωτέρω προσόντα, μπορούν να προσληφθούν ως λουτρονόμοι άτομα με προϋπηρεσία τριών τουλάχιστον λουτρικών περιόδων σε Μονάδες Ιαματικής Θεραπείας



ή σε Κέντρα Ιαματικού Τουρισμού ή σε υδροθεραπευτήρια που είχαν ιδρυθεί και λειτουργούσαν κατά το προϊσχύσαν δίκαιο και πιστοποιημένες γνώσεις παροχής πρώτων βοηθειών. Η προϋπηρεσία βεβαιώνεται από το διευθυντή. Σε περίπτωση που από το δίπλωμα δεν προκύπτει γνώση παροχής πρώτων βοηθειών απαιτείται σχετική πιστοποίηση.

2. Οι λουτρονόμοι έχουν την ευθύνη καθοδήγησης των καταναλωτών για τη σωστή χρήση των εγκαταστάσεων της Μονάδας ή του Κέντρου, το συντονισμό των συνεδριών, την ασφαλή και λειτουργική πραγματοποίησή τους, σύμφωνα με τις υποδείξεις του γιατρού, για την τήρηση των όρων υγιεινής και καθαριότητας στους χώρους που γίνονται οι συνεδρίες και για την παροχή πρώτων βοηθειών. Οι καταναλωτές καλούνται από το λουτρονόμο να εισέλθουν στους ειδικούς κατά περίπτωση χώρους για την πραγματοποίηση της συνεδρίας με βάση τη σειρά προτεραιότητας που έχει καθοριστεί από το Γραφείο Κίνησης.

3. Στα καθήκοντα των λουτρονόμων περιλαμβάνονται ιδίως:

α. Ο έλεγχος τήρησης της καθαριότητας και της απολύμανσης των εν γένει εγκαταστάσεων και μέσων που προορίζονται για ατομική ή ομαδική χρήση από τους καταναλωτές.

β. Η προετοιμασία και η παρακολούθηση της πραγματοποίησης του λουτρού ή άλλης συνεδρίας, σύμφωνα με τις διατάξεις του εσωτερικού κανονισμού και τις οδηγίες του γιατρού στο ατομικό δελτίο του καταναλωτή (ποσότητα, διάρκεια, θερμοκρασία κ.λπ.).

γ. Η παρακολούθηση και η εξυπηρέτηση των καταναλωτών κατά τη διάρκεια πραγματοποίησης της συνεδρίας, η παροχή υποστήριξης σε αυτούς και η άμεση επέμβαση σε περίπτωση ανάγκης.

δ. Η πιστή εφαρμογή των διατάξεων του εσωτερικού κανονισμού και των εντολών του διευθυντή και του γιατρού.

ε. Η αναφορά αρμοδίως κάθε γεγονότος που αντιβαίνει στον κανονισμό.

#### 4.3.5 ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΛΟΥΤΡΟΝΟΜΩΝ(ΑΡΘΡΟ 13):

1. Στις Μονάδες Ιαματικής Θεραπείας και στα Κέντρα Ιαματικού Τουρισμού που απασχολούνται περισσότεροι από οκτώ λουτρονόμοι ορίζεται προϊστάμενος λουτρονόμων, ο οποίος πρέπει τουλάχιστον να έχει τα εξής προσόντα:

α. Δίπλωμα ΙΕΚ του ΟΤΕΚ με ειδικότητα ειδικός λουτροθεραπείας ή ΙΕΚ του ΟΒΕΚ με ειδικότητα βοηθός φυσικοθεραπευτή σε ιαματικές πηγές και λουτρά ή αναγνωρισμένου ΙΕΚ άλλης παρεμφερούς ειδικότητας.

β. Τριετή προϋπηρεσία ως λουτρονόμου.

γ. Καλή γνώση μιας από τις γλώσσες της Ευρωπαϊκής Ένωσης και κατά προτίμηση της αγγλικής.

2. Ο προϊστάμενος λουτρονόμων:

- α. Κατευθύνει, συντονίζει και επιβλέπει την εργασία των λουτρονόμων και ρυθμίζει τη σειρά αυτών στις ειδικές εργασίες.
- β. Ευθύνεται για την τήρηση της τάξης και της καθαριότητας της Μονάδας Ιαματικής Θεραπείας ή του Κέντρου Ιαματικού Τουρισμού για την εμφάνιση και τη συμπεριφορά των λουτρονόμων, για τον έλεγχο της κανονικής προετοιμασίας, διενέργειας και παρακολούθησης των συνεδριών.
- γ. Επιβλέπει την τήρηση της σειράς προτεραιότητας και βοηθά το διευθυντή στην ομαλή λειτουργία της Μονάδας ή του Κέντρου.
- δ. Εξυπηρετεί τους καταναλωτές και τους παρέχει συμπληρωματικές οδηγίες για τη χρήση των εγκαταστάσεων.
3. Ο προϊστάμενος λουτρονόμων αναπληρώνεται από έναν από τους λουτρονόμους που ορίζεται με απόφαση του διευθυντή.[22]

#### 4.4 ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΦΥΣΙΚΩΝ ΠΟΡΩΝ

1. Ο Ε.Ο.Τ. έχει την αρμοδιότητα προστασίας της ποιότητας, της ποσότητας και των φυσικών, χημικών και βιολογικών χαρακτηριστικών των ιαματικών φυσικών πόρων.
2. Με προεδρικό διάταγμα, το οποίο εκδίδεται μετά από πρόταση των Υπουργών Περιβάλλοντος, Χωροταξίας και Δημόσιων Έργων και Τουριστικής Ανάπτυξης, καθορίζονται ζώνες προστασίας των ιαματικών φυσικών πόρων ανάλογα με τα υδρογεωλογικά δεδομένα και το περιβάλλον κάθε ιαματικής πηγής.
3. Ο χωροταξικός σχεδιασμός, επεκτάσεις ή τροποποιήσεις υφιστάμενων σχεδίων πόλεων ή ο πολεοδομικός καθορισμός επιτρεπόμενων χρήσεων, όταν αφορούν ζώνες προστασίας ιαματικών πηγών, δεν πρέπει να αναιρούν ή παραβιάζουν την προστασία των ιαματικών φυσικών πόρων.
4. Η χωροθέτηση ή εγκατάσταση ή επέκταση γεωργικών, κτηνοτροφικών, λατομικών, βιομηχανικών, βιοτεχνικών ή τουριστικών μονάδων, καθώς και η εν γένει ανάπτυξη άλλων δραστηριοτήτων εντός των ζωνών προστασίας δεν πρέπει να επηρεάζει τη διατήρηση της ποιότητας ή ποσότητας των ιαματικών φυσικών πόρων και επιτρέπεται μετά από σύμφωνη γνώμη της Επιτροπής Προστασίας Ιαματικών Φυσικών Πόρων.

[22] Πηγή απο [www.thermalsprings.blogspot.com](http://www.thermalsprings.blogspot.com)(2008),  
([http://thermalsprings.blogspot.com/2008/05/blog-post\\_265.html](http://thermalsprings.blogspot.com/2008/05/blog-post_265.html))

5. Μετά από γνώμη της Επιτροπής Προστασίας Ιαματικών Φυσικών Πόρων και απόφαση του αρμόδιου οργάνου του Ε.Ο.Τ., η οποία εγκρίνεται με κοινή απόφαση των Υπουργών Περιβάλλοντος, Χωροταξίας και Δημόσιων Έργων και Τουριστικής Ανάπτυξης και δημοσιεύεται στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως, είναι δυνατόν να λαμβάνονται τα κατά περίπτωση κατάλληλα μέτρα για την προστασία αναγνωρισμένων ιαματικών φυσικών πόρων και να εξειδικεύονται οι επιτρεπόμενες ή μη δραστηριότητες και οι επιβαλλόμενοι περιορισμοί ανά ζώνη προστασίας.
6. Στην απόφαση αναγνώρισης ιαματικών φυσικών πόρων είναι δυνατόν, μετά από γνώμη της Επιτροπής Προστασίας Ιαματικών Φυσικών Πόρων και εισήγηση του Ε.Ο.Τ., να περιλαμβάνονται και ειδικά μέτρα προστασίας, τόσο της περιοχής στην οποία αναβλύζει ή αντλείται ο ιαματικός φυσικός πόρος όσο και του υδροφόρου ορίζοντα. Σε περίπτωση που οι φυσικοί ιαματικοί πόροι εμπίπτουν σε κοινόχρηστους χώρους αιγιαλού παραλίας, αρμόδιος για την προστασία αυτών είναι ο Υπουργός Οικονομίας και Οικονομικών.[28]

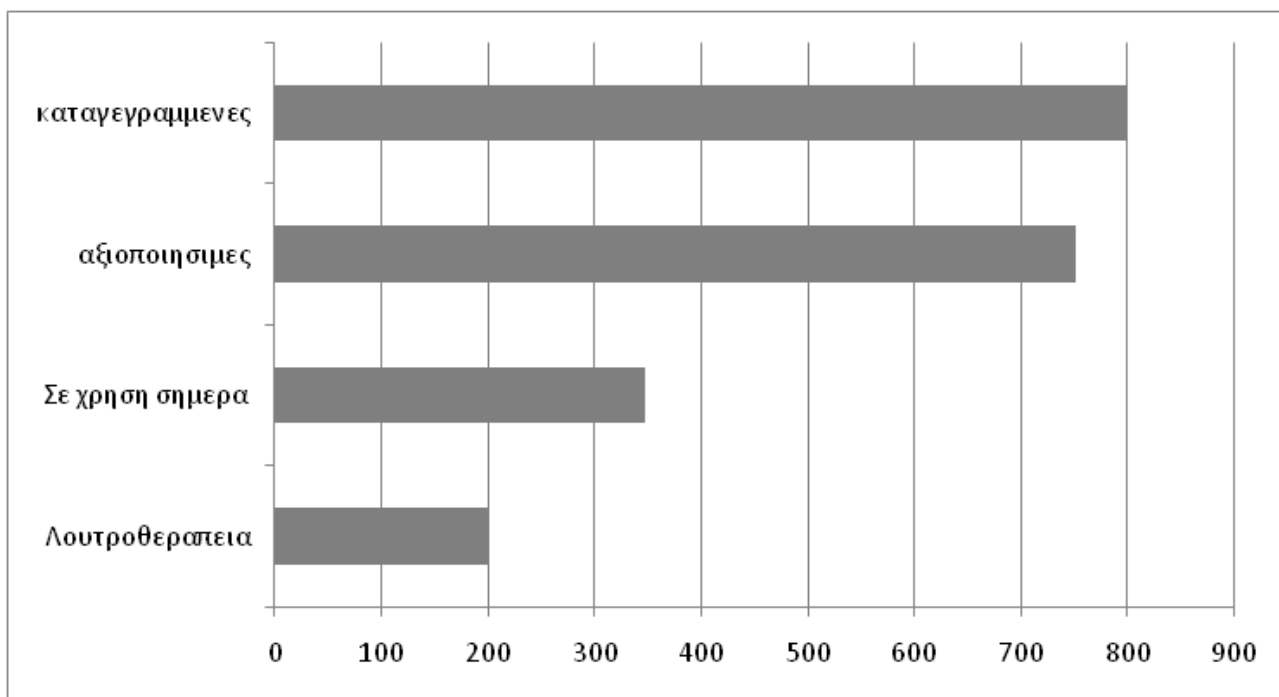
[28] Πηγή από [www.fireservice.gr](http://www.fireservice.gr) (2006),  
([http://www.fireservice.gr/pyr/cms\\_files/dynamic/c79322/doc.file/n3498-06\\_el\\_GR.pdf](http://www.fireservice.gr/pyr/cms_files/dynamic/c79322/doc.file/n3498-06_el_GR.pdf))

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο  
ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

## 5.1 ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Σύμφωνα με στοιχεία του Ινστιτούτου Γεωλογικών και Μεταλλευτικών Ερευνών (ΙΓΜΕ) υπάρχουν καταγεγραμμένες 822 Πηγές Θερμομεταλλικών Νερών στην Ελλάδα, από αυτές οι 752 δύνανται να αξιοποιηθούν. Σήμερα από τις 752 πηγές χρησιμοποιούνται οι 348 (42%) σε μεγάλο ή μικρό βαθμό, από αυτές οι 200 (57.5%) χρησιμοποιούνται για λουτροθεραπεία ,και 148 (42.5%) για πόση ύδατος.

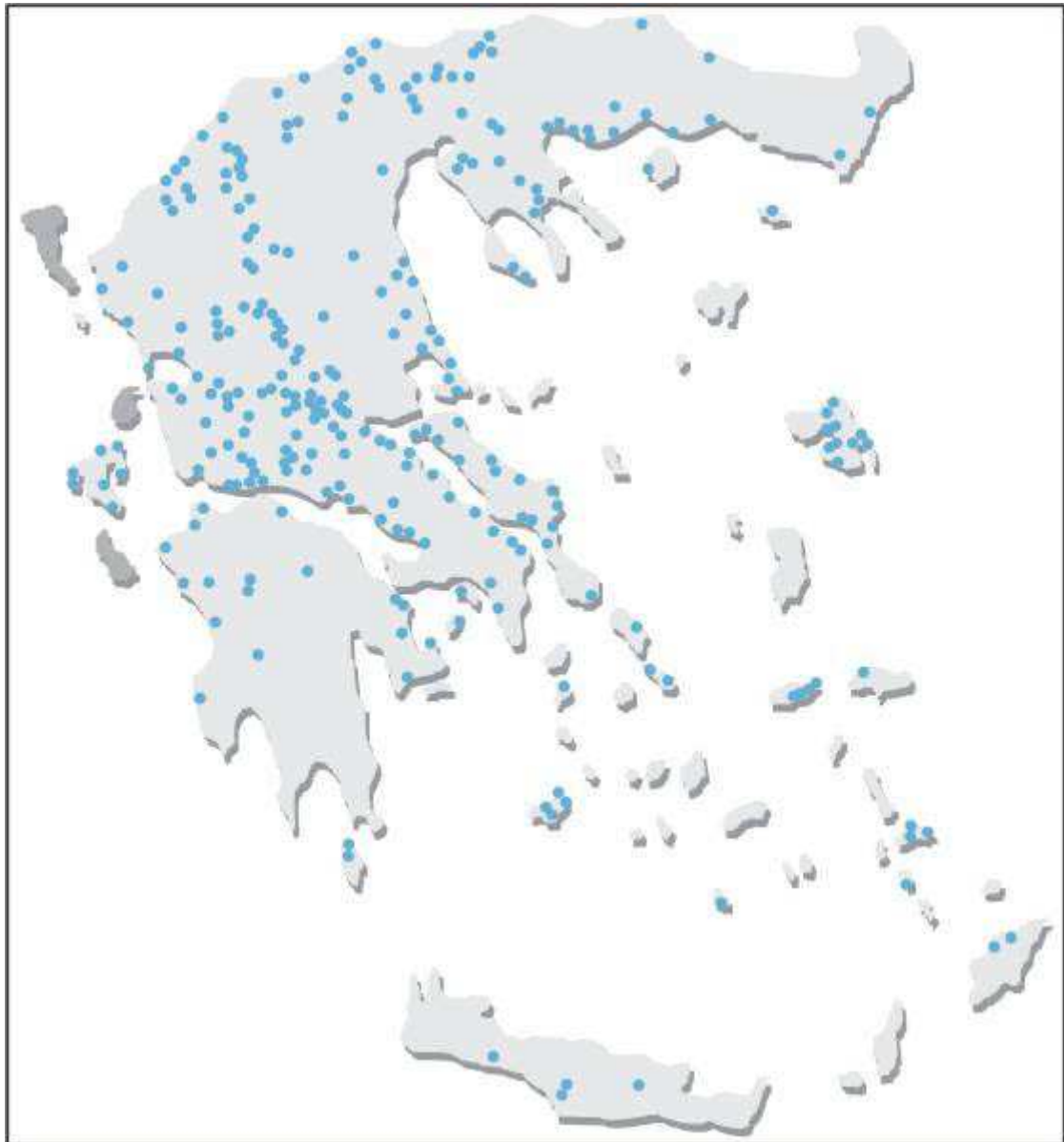
(σχήμα 1)



Η Γεωγραφική κατανομή των 822 Θερμομεταλλικών-Ιαματικών πηγών

Γεωγραφικά , οι 822 θερμομεταλλικές πηγές συναντώνται στο σύνολο σχεδόν του ελλαδικού χώρου και κυρίως στην περιφέρεια ,σε περιοχές με εξαιρετο φυσικό περιβάλλον και κλίμα (σχήμα 2-3)

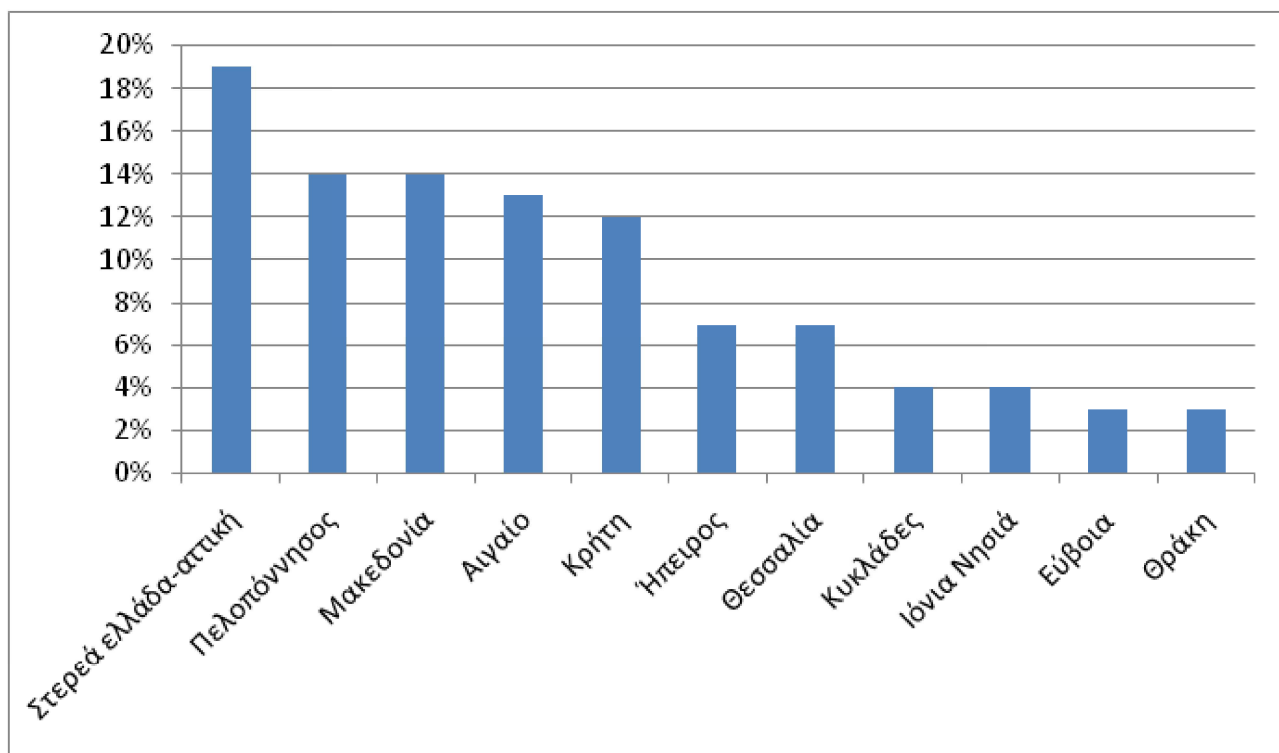
γεωγραφική κατανομή θερμών-θερμομεταλλικών πηγών στην Ελλάδα



Σχημα 2

πηγη: Σούλιος Γ. Εκμετάλευση και διαχείριση υπόγειου νερού.Σημειώσεις Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τμήμα Γεωλογίας [http://www.geo.auth.gr/763/ch4\\_files/p6.jpg](http://www.geo.auth.gr/763/ch4_files/p6.jpg)

**Σχημα 3:**Γεωγραφική κατανομή των 822 θερμομεταλλικών πηγών σε επίπεδο περιφέρειας ή νομού



πηγή: [Ελληνικός οργανισμός Τουρισμού. (1996). Λουτροπόλεις και ιαματικές πηγές.

Επιστημονική Επιμέλεια Ν. Λεούση, Αθήνα.]

Από το παραπάνω διάγραμμα παρατηρείται ότι οι περιφέρειες στερεάς Ελλάδας-Εύβοιας και Αττικής συγκεντρώνουν το μεγαλύτερο μέρος (22%) των θερμομεταλλικών πηγών. Σημαντικό ποσοστό πηγών συγκεντρώνουν η Μακεδονία (14%), το Αιγαίο (13%) και η Κρήτη (12%). Ακολουθούν η Θεσσαλία (7%) και η Ήπειρος (7%), οι Κυκλάδες (4%) και τα Ιόνια Νησιά (4%), και η Θράκη (3%).

### 5.1.1 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΑΚΗΣ

1) Ιαματική Πηγή Τραϊανούπολης - Ν. Έβρου: Η λουτρόπολη βρίσκεται 14 περίπου χιλιόμετρα ανατολικά της Αλεξανδρούπολης, δίπλα στον ιστορικό χώρο της αρχαίας Τραϊανούπολης η οποία χτίστηκε από τον Ρωμαίο αυτοκράτορα Τραϊανό το 113-114 μ.Χ. Οι θερμές ιαματικές πηγές ήταν ο βασικός πόλος έλξης πληθυσμού ήδη από την αρχαιότητα. Σήμερα, θεωρούνται από τις σημαντικότερες του ελλαδικού χώρου.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (51οC) υδροθειοχλωριονατριούχο.

Εγκαταστάσεις: Παρέχει της υπηρεσίες της με πλήρως ανακαινισμένο και εμπλουτισμένο υδροθεραπευτήριο (20 ατομικοί λουτήρες, 6 διπλούς λουτήρες, υδρομασάζ, εισπνοθεραπεία, ποσιθεραπεία κλπ). Επίσης, η επιχείρηση παρέχει τη δυνατότητα διαμονής σε ξενοδοχειακές εγκαταστάσεις Γ' κατηγορίας. Σημειώνεται ακόμη ότι η θέρμανση των εγκαταστάσεων γίνεται με νερό θερμό-ιαματικό. Η διαχείριση γίνεται από την Διαδημοτική Επιχείρηση Λουτρών Αλεξανδρούπολης Τραϊανούπολης (Δ.Ε.Λ.Τ.Α.). Στόχος της είναι να συνδυάσει τον ιαματικό – θεραπευτικό τουρισμό, με τις σύγχρονες τάσεις του θερμαλισμού για ψυχική υγεία και σωματική ευεξία καθώς και με άλλες ήπιες – εναλλακτικές μορφές τουρισμού που η ευρύτερη περιοχή προσφέρει.



2) Ιαματική Πηγή Ψαροθέρων Σαμοθράκης - Ν. Έβρου: Στο βόρειο τμήμα του νησιού, σε απόσταση 13 χιλιομέτρων περίπου από την Καμαριώτισσα, το λιμάνι της Σαμοθράκης, βρίσκονται τα Θέρμα ή Λουτρά των οποίων οι ζεστές θειούχες πηγές ήταν ήδη γνωστές από την εποχή του Βυζαντίου για τις ιαματικές ιδιότητες τους.

Χαρακτηρισμός νερού: Πέντε πηγές καλύπτουν τις ανάγκες του υδροθεραπευτηρίου.

Η θερμοκρασία των πηγών είναι 30οC έως 100οC. Είναι η ιαματική φυσική ανάβλυση νερού με τη μεγαλύτερη θερμοκρασία στη χώρα μας. Υπέρθερμο, αλιπηγή υδροθειούχος πηγή .

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 2 ομαδικούς και 5 ατομικούς λουτήρες, με λειτουργία κατά τους θερινούς μήνες. Η διαχείριση γίνεται από τη Δημοτική Επιχείρηση Ανάπτυξης Σαμοθράκης.

3) Ιαματική Πηγή Γεννησαίας - Νομός Ξάνθης: Τα λουτρά Γεννησαίας, Δήμου Αβδήρων, βρίσκονται στο 18ο χιλιόμετρο της Εθνικής οδού Ξάνθης – Κομοτηνής, σε μικρή απόσταση από τη λίμνη Βιστωνίδα.

Χαρακτηρισμός νερού: Αλκαλικών γαιών υπέρθερμο (65.5 οC)

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 15 ατομικούς και 6 ομαδικούς λουτήρες, ξενοδοχειακές μονάδες και εστιατόριο. Η διαχείριση της λουτρόπολης γίνεται από την Δημοτική Επιχείρηση Ανάπτυξης Δήμου Αβδήρων (Δ.Ε.Α.Δ.Α.), η οποία έχει συσταθεί για το λόγο αυτό.

4) Ιαματική Πηγές Εχίνου - Νομός Ξάνθης: Οι ιαματικές πηγές βρίσκονται βόρεια της Ξάνθης σε απόσταση 42 χιλιομέτρων και 15 χιλιόμετρα από τον Εχίνο και αναβλύζουν σε υψόμετρο 650 μέτρων.

Χαρακτηρισμός νερού: Τέσσερις πηγές με θερμοκρασία νερού από 22 οC έως 60 οC τροφοδοτούν το υδροθεραπευτήριο. Αλκαλικών γαιών υπέρθερμο.

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 2 ομαδικούς και 3 ατομικούς λουτήρες. Η διαχείριση της λουτρόπολης γίνεται από την Κοινότητα Θερμών.

5) Ιαματική Πηλός Κρηνίδων - Νομός Καβάλας: Μοναδική παρουσία στο χώρο της συστηματικής πηλοθεραπείας, ο φυσικός θεραπευτικός πηλοταμιευτήρας βρίσκεται 3 χιλιόμετρα περίπου δυτικά του οικισμού των Κρηνίδων, στο Δήμο Φιλίππων, 17 χιλιόμετρα βορειοδυτικά της Καβάλας. Οι εκπληκτικές ιδιότητες της λάσπης είναι γνωστές στην περιοχή τουλάχιστον από τα τέλη του περασμένου αιώνα, όπως φαίνεται και από την ύπαρξη παλιού κτίσματος κοντά στα λουτρά.

Χαρακτηρισμός πηλού: Τυρφοειδής χαμηλής περιεκτικότητας σε οργανικά

Εγκαταστάσεις: Σήμερα το υφιστάμενο Πηλοθεραπευτικό Κέντρο εκσυγχρονίζεται διαρκώς, ενώ σχεδιάζεται η δημιουργία νέου θερμολιθικού κέντρου με αυξημένες δυνατότητες τόσο στον τομέα των υπηρεσιών (πηλοθεραπεία και υδροθεραπεία, ατομικώς και ομαδικώς) όσο και στον τομέα της λειτουργίας (σε ετήσια πλέον βάση).

Η Δημοτική Επιχείρηση Λασπόλουτρα Κρηνίδων διαχειρίζεται τον φυσικό πόρο του πηλού.

6) Ιαματική Πηγή Ελευθερών - Νομός Καβάλας: Τα ιαματικά λουτρά βρίσκονται στην κοιλάδα του ποταμού Μαρμαρά σε απόσταση 42 χιλιομέτρων από την Καβάλα. Τα ζεστά μεταλλικά νερά που αναβλύζουν στην περιοχή χρησιμοποιούνταν από τους ρωμαϊκούς χρόνους, όπως φαίνεται από ένα θολωτό βυζαντινό που σώζεται σε σχετικά καλή κατάσταση.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπάρχουν τέσσερις φυσικές αναβλύσεις με θερμοκρασία από 40 °C μέχρι 52 °C. Οξυπηγές αλκαλικές χλωριονατριούχες πηγές.

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 2 ομαδικούς και 16 ατομικούς λουτήρες, ξενώνες και εστιατόριο. Το δικαίωμα της διαχείρισης έχει παραχωρηθεί, πρόσφατα, στην Αναπτυξιακή Εταιρία της Νομαρχιακής Αυτοδιοίκησης Καβάλας. Η περίοδος λειτουργίας των εγκαταστάσεων είναι από τον Ιούνιο έως τον Σεπτέμβριο.

7) Ιαματική Πηγές Θερμίων Παρανεστίου - Νομός Δράμας: Οι πηγές απέχουν 25 χιλιόμετρα βόρεια της πόλης του Παρανεστίου, σε υψόμετρο 620 μέτρων.

Εκεί υπάρχει ένα παλιό πέτρινο υδροθεραπευτήριο το οποίο μαρτυρά ότι οι κάτοικοι της περιοχής έκαναν χρήση των ιαματικών πηγών εδώ και αιώνες.

Χαρακτηρισμός νερού: Αναβλύζουν πέντε ιαματικές πηγές θερμοκρασίας από 20 °C μέχρι και 58 °C. Υπέρθερμο μεταλλικό υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Φυσικοί λουτήρες με λειτουργία κατά τους θερινούς μήνες. Ο Δήμος Παρανεστίου έχει το δικαίωμα εκμετάλλευσης και διαχείρισης των πηγών.

### 5.1.2 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

1) Ιαματικές Πηγή Αγίας Παρασκευής - Νομός Χαλκιδικής: Τα λουτρά της Αγίας Παρασκευής βρίσκονται στη χερσόνησο της Κασσάνδρας, 85 χλμ. νότια του Πολυγύρου, πρωτεύουσα του νομού. Εκεί υπάρχει ένα φημισμένο SPA με σύγχρονες εγκαταστάσεις το οποίο απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες και συνιστάται για πολλές παθήσεις.

Χαρακτηρισμός νερού: Φαινόμενο της ηφαιστειακής δραστηριότητας, η πηγή χαρακτηρίζεται μεσόθερμη (37,5-39 °C), αλιπηγή, βαρικούχος και υδροθειούχος

Εγκαταστάσεις: Ένας πλήρης εξοπλισμένος χώρος με πισίνες, σάουνες, χαμάμ, κατεωνιστήρες, υδρομασάζ (ατομικά και ομαδικά). Λειτουργία όλο το χρόνο.

2) Ιαματική Πηγή Αγκίστρου - Νομός Σερρών: Σε απόσταση 1,5 χιλιομέτρου από την κοινότητα Αγκίστρου, βρίσκονται τα ιαματικά λουτρά. Ιδιαίτερη προτίμηση παρατηρείται από νεαρά άτομα, κυρίως κατά τους χειμερινούς μήνες.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (41 °C) αλκαλικό υδροανθρακικό

Εγκαταστάσεις: Τρεις (3) ομαδικοί λουτήρες και ξενώνας σε λειτουργία ετήσια. Υπό εκπόνηση μελέτη νέου κέντρου αποθεραπείας.

3) Ιαματική Πηγή Θερμών Νιγρίτας - Νομός Σερρών: Οι ιαματικές πηγές των Θερμών Νιγρίτας είναι γνωστές για το μεταλλικό νερό τους. Βρίσκονται μόλις πέντε χιλιόμετρα από τη Νιγρίτα και 22 χιλιόμετρα νότια των Σερρών.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (25 – 56 °C) αλκαλικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με ομαδικούς και ατομικούς λουτήρες, λειτουργία κατά τους θερινούς μήνες (διαχείριση από τον Ε.Ο.Τ)

4) Ιαματική Πηγή Σιδηροκάστρου - Νομός Σερρών: Επτά χιλιόμετρα από την πόλη του Σιδηροκάστρου, σε μια έκταση 300 μέτρων βρίσκονται τα ιαματικά λουτρά Σιδηροκάστρου. Τα τελευταία χρόνια έχουν εκσυγχρονισθεί με άριστες εγκαταστάσεις, ώστε να μπορούν να φιλοξενήσουν περισσότερους λουόμενους με ανώτερη ποιότητα.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (33 – 50 °C) μεταλλικό υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Η Δημοτική Επιχείρηση Λουτρών Σιδηροκάστρου ανήκει 100% στον ομώνυμο σεραϊκό δήμο. Το υδροθεραπευτήριο και η ξενοδοχειακή μονάδα της δημοτικής επιχείρησης δέχονται κάθε χρόνο περισσότερους από 40 000 επισκέπτες.

Συγκεκριμένα, ο κύριος όγκος των πελατών της αφορά τη λουτρική περίοδο (Ιούνιο – Οκτώβριο) άτομα τρίτης ηλικίας, τα οποία επισκέπτονται τα λουτρά για θεραπευτικούς λόγους και μένουν στο ξενοδοχείο για 10 μέρες. Τους υπόλοιπους μήνες, πελάτες είναι κυρίως ζευγάρια που καταφτάνουν στην επιχείρηση προκειμένου να ξεκουραστούν και να χαλαρώσουν το Σαββατοκύριακο.

Το υδροθεραπευτήριο διαθέτει: α) παραδοσιακό χαμάμ, χωρητικότητας 20 ατόμων. Λειτουργεί ξεχωριστά για άντρες και γυναίκες, β) τρία ομαδικά υδρομασάζ (2 έως 8 ατόμων) και 9 ατομικά.

5) Ιαματική Πηγή Νέας Απολλωνίας - Νομός Θεσσαλονίκης: Σε απόσταση 51 χιλιομέτρων νοτιοανατολικά της Θεσσαλονίκης, στη νότια πλευρά της λίμνης Βόλβη, βρίσκονται τα λουτρά της Νέας Απολλωνίας. Όπως αναφέρει ο Στράβωνας τα λουτρά κτίστηκαν τον 5ο αιώνα π.Χ. από τον Φίλιππο τον Α'. Τα ερείπια της αρχαίας Απολλωνίας βρίσκονται κοντά στα λουτρά. Επίσης, κοντά στη λίμνη βρίσκεται μια δεξαμενή η οποία λέγεται πως ήταν το λουτρό του Μέγα Αλέξανδρου και της Ολυμπιάδας.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (49 °C) ολίγομεταλλικό υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Σύγχρονο υδροθεραπευτήριο με 54 ατομικούς λουτήρες, ομαδικοί λουτήρες, πισίνα, σάουνα, χαμάμ και υδρομασάζ. Λειτουργεί και πλήρες ιατρικό κέντρο. Λειτουργία όλο το χρόνο.

6) Ιαματική Πηγή Σέδες (Θέρμης) - Νομός Θεσσαλονίκης: Σε μία πυκνοφυτεμένη έκταση πεντακοσίων στρεμμάτων, 25 χιλιόμετρα ανατολικά της Θεσσαλονίκης, βρίσκονται τα ιαματικά λουτρά Θέρμης. Παλαιότερα λειτουργούσαν τέσσερις βυζαντινές δεξαμενές εκ των οποίων η μεγαλύτερη φιλοξενούσε έως 80 άτομα. Σήμερα υπάρχει μόνο η μία.

Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (32-38 °C) χλωριονατριούχο ολιγομεταλλικό. Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 2 ομαδικούς λουτήρες χωρητικότητας 40 ατόμων και 15 ατόμων και 11 ατομικούς λουτήρες, ιατρείο, γραφείο, ξενώνες, εστιατόριο, εκκλησία. Ο Δήμος Θεσσαλονίκης, ο οποίος έχει την κυριότητα των λουτρών, καλύπτει όλα τα έξοδα των παρεχομένων υπηρεσιών (ιατρική παρακολούθηση των λουομένων, φυσιοθεραπευτική αγωγή, κοινωνική φροντίδα κλπ), των εργασιών συντήρησης των ξενοδοχειακών εγκαταστάσεων και του περιβάλλοντα χώρου, καθώς και τα έξοδα για την κάλυψη των λειτουργικών αναγκών και του εξοπλισμού των Λουτρών Θέρμης. Λειτουργεί από τον Ιούλιο έως τον Οκτώβριο.

7) Ιαματική Πηγή Λαγκαδά - Νομός Θεσσαλονίκης: Τα ιαματικά λουτρά της περιοχής αποτελούν μια από τις μεγαλύτερες λουτροπόλεις της χώρας.

Βρίσκονται 19 χιλιόμετρα βορειοανατολικά της Θεσσαλονίκης, δίπλα στη πόλη του Λαγκαδά, και πολύ κοντά στη λίμνη Κορώνεια. Οι πρώτες εγκαταστάσεις λουτροθεραπείας χρονολογούνται από το 900 μ.Χ. και κατασκευάστηκαν από το στρατιωτικό γιατρό του Βυζαντίου Ιουστινιανό. Στις βυζαντινές αυτές εγκαταστάσεις και ιδιαίτερα στο θαυμάσιο μαρμάρινο ομαδικό λουτήρα αναφέρονται διάφοροι γεωγράφοι και περιηγητές κατά τον 17ο αιώνα. Η συστηματική οργάνωση της λουτρόπολης του Λαγκαδά άρχισε το 1925.

Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (39 °C) θειονατριούχο

Εγκαταστάσεις: Η λουτρόπολη αναπτύσσεται στο χώρο των παλαιών βυζαντινών εγκαταστάσεων και διαθέτει ομαδικό βυζαντινό λουτήρα, σύγχρονο ομαδικό λουτήρα, τριάντα εννιά (39) ατομικούς λουτήρες, αμμόλουτρο, πηλοθεραπευτήριο, ξενώνες, εγκαταστάσεις αναψυχής και άθλησης. Λειτουργεί όλο το χρόνο.

8) Ιαματική Πηγή Σουρωτής - Νομός Θεσσαλονίκης: Η πηγή της Σουρωτής αναβλύζει το διάσημο νερό της από την αρχαιότητα. Γάλλοι αξιωματικοί κατά τη διάρκεια του Α' Παγκοσμίου πολέμου, εκτιμώντας την εξαιρετική ποιότητα του νερού, το εμφιάλωναν και το έστελναν στην Γαλλία. Η εμφιάλωση συνεχίστηκε από τα σερβικά στρατεύματα. Το 1987 δημιουργήθηκε η Κοινοτική Επιχείρηση Εμφιάλωσης Μεταλλικού Νερού Σουρωτής, που το 1998 μετατράπηκε σε Ανώνυμη Εταιρία.

Χαρακτηρισμός νερού: 16 °C Φυσικό Μεταλλικό Νερό

Εγκαταστάσεις: Τρία (3) εμφιαλωτήρια, σύγχρονα, με τέσσερις (4) γραμμές παραγωγής: ΦΜΝ σε γυάλινη φιάλη 0,25 lit και 0,75 lit καθώς και σε κουτί αλουμινίου 0,33 lit, "Σουρωτή" με φυσικό άρωμα φρούτων και επιτραπέζιο νερό ("ΥΔΩΡ" Σουρωτής)

9) Ιαματική Πηγή Πικρολίμνης - Νομός Κιλκίς: Οι φυσικές μεταλλικές αναβλύσεις βρίσκονται 5 χιλιόμετρα βορειοδυτικά της πόλης του Κιλκίς.

Χαρακτηρισμός νερού: πηλός

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο, σάουνα, 2 πισίνες με λάσπη και τμήμα ποσιθεραπείας. Λειτουργία καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Είναι αξιοσημείωτο ότι από την Πικρολίμνη Κιλκίς, αγοράζουν πηλό από την Ιταλία για συσκευασία καλλυντικών τα οποία και εισάγουμε.

10) Ιαματική Πηγή Αριδαίας Λουτρακίου (Ποζάρ) - Νομός Κιλκίς: Οι ιαματικές πηγές του Λουτρακίου Πέλλας βρίσκονται 30 χιλιόμετρα από την Έδεσσα, σε υψόμετρο 390 μέτρων. Τα νερά της μικρής λουτρόπολης προσφέρονται για όλες 15τις εποχές του χρόνου. Οι καταρράκτες, που αποτελούντο σήμα κατατεθέν των λουτρών, απέχουν περίπου 4 χιλιόμετρα.

Χαρακτηρισμός νερού: Πέντε (5) ιαματικές πηγές αναβλύζουν με παροχή 650 κυβικά μέτρα. Θερμό (37 – 38 °C) ολιγομεταλλικό υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο όπου λειτουργούν 4 ομαδικές πισίνες, 50 ατομικοί λουτήρες και μια εξωτερική πισίνα. Διαχειρίζεται η αμιγής Δημοτική Επιχείρηση «Λουτρά Λουτρακίου». Λειτουργία όλο το χρόνο. Ο αριθμός των επισκεπτών φτάνει τους 700.000 ετησίως, από τους οποίους διανυκτερεύουν στην περιοχή 20.000 άτομα.

### 5.1.3 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

1) Ιαματική Πηγή Αγραπιδιών – Λιμνοχωρίου - Νομός Φλώρινας: Οι εγκαταστάσεις βρίσκονται στον Δήμο Αετό, 37χιλιόμετρα νοτιοανατολικά τηςΦλώρινας.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπόθερμο (28 °C ) ολιγομεταλλικό – υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με ομαδικούς λουτήρες

2) Ιαματική Πηγή Ξινού Νερού - Νομός Φλώρινας: Το Ξινό Νερό απέχει περίπου 5 χιλιόμετρα από το Αμύνταιο. Η επιχείρηση εκμετάλλευσης του μεταλλικού νερού λειτουργεί από το 1958. Το 1992 γίνεται ιδιοκτησία της κοινότητας Ξινού Νερού, η οποία αργότερα θα υπαχθεί στον Δήμο Αμυνταίου.

Χαρακτηρισμός νερού: Ανήκει στην κατηγορία των ψυχρών (αλκαλικών γαιών) υδροανθρακικών οξυπηγών. Το pH των πηγών του "ΞΥΝΟΥ ΝΕΡΟΥ" είναι 6,6 και γι' αυτό έχει ευχάριστη χαρακτηριστική υπόξινη γεύση. Επειδή δε περιέχει μαγνήσιο και ασβέστιο ενδείκνυται στην γεροντολογία, μια και στο γήρας υπάρχουν οστεοπορωτικές αλλοιώσεις των οστών.

Φυσικό μεταλλικό νερό

Εγκαταστάσεις: Εμφιαλωτήριο το οποίο διαχειρίζεται Δημοτική Επιχείρηση. Εμφιαλώνονται φυσικό μεταλλικό νερό, σόδα και αναψυκτικά

3) Ιαματική Πηγή Αμμουδάρας - Νομός Καστοριάς: Το υδροθεραπευτήριο βρίσκεται 2,5 χιλιόμετρα από το Αργός Ορεστικό, την πρωτεύουσα του Δήμου Ορέστιδος. Το κτίριο ξεκίνησε να λειτουργεί το 1998 και θεωρείται είναι από τα σύγχρονα που υπάρχουν σήμερα στη χώρα μας όσον αφορά εξοπλισμό και παρεχόμενες υπηρεσίες.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (15°C ) υδροχλωριονατριούχο ολιγομεταλλικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με ατομικούς και ομαδικούς λουτήρες. Λειτουργία αίθουσας με μηχανήμα εισπνοθεραπείας. Ξενώνας.

4) Ιαματική Πηγή Κιβωτού - Νομός Γρεβενών: Στην περιοχή του Δήμου Ηρακλειωτών 4 χιλιόμετρα βόρεια από το χωριό Κιβωτός αναβλύζουν τα νερά της πηγής. Η πηγή χρησιμοποιούταν παλιά από τους κατοίκους της περιοχής για θεραπεία, όπως φαίνεται από παλιά κτίσματα που βρίσκονται κοντά.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (15 °C ) ολιγομεταλλικό – υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Υπό ολοκλήρωση μελέτη σύγχρονου θερμαλιστικού κέντρου

#### 5.1.4 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΗΠΕΙΡΟΥ

1) Ιαματική Πηγή Αμάραντου - Νομός Ιωαννίνων: Τα λουτρά Αμάραντου βρίσκονται στην περιοχή της Κόνιτσας, σε υψόμετρο 1260 μέτρα. Στις παρυφές ασβεστολιθικού βράχου διοχετεύεται από το εσωτερικό της γης θερμός αέρας.

Χαρακτηρισμός νερού: Από συνολικά 15 πηγές-ρήγματα διοχετεύεται θερμός αέρας με ίχνη ραδονίου. Η θερμοκρασία των ατμίδων είναι γύρω στους 33 – 38 °C. Η μέγιστη υγρασία φτάνει το 97-100%. Είναι φυσικές μεσόθερμες «ατμίδες».

Εγκαταστάσεις: Τα λουτρά είναι γνωστά από την Τουρκοκρατία αλλά μόνο τα τελευταία χρόνια έχουν αξιοποιηθεί δίνοντας νέα διέξοδο στις δραστηριότητες των ανθρώπων της περιοχής. Σήμερα υπάρχει ένα σύγχρονο αμμοθεραπευτήριο με ατομικές καμπίνες για λουτροθεραπεία και εισπνοθεραπεία και θάλαμο ξεκούρασης. Είναι το μοναδικό αμμοθεραπευτήριο στην Ελλάδα αλλά και στην Ευρώπη.

Λειτουργεί τους μήνες Ιούνιο με Σεπτέμβριο.

2) Ιαματική Πηγή Καβασιλών – Πυξαρίας - Νομός Ιωαννίνων: Οι ιαματικές πηγές των Καβασιλών – Πυξαρίας βρίσκονται στον Δήμο Κόνιτσας, σε απόσταση 4 χιλιομέτρων από το ομώνυμο χωριό, δίπλα στο Σαραντάπορο ποταμό.

Από την αριστερή όχθη είναι οι ιαματικές πηγές Καβασίων, οι οποίες φημίζονται ιδιαίτερα για την αποκατάσταση καταγμάτων. Απέναντι ακριβώς, στην δεξιά όχθη του Σαρανταπόρου, βρίσκονται τα ζεστά λουτρά Πυξαρίας.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπόθερμο (30 °C) θειούχο και υδροθειοχλωριονατριούχο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 2 ομαδικούς λουτήρες

3) Ιαματική Πηγή Πρεβέζης - Νομός Πρεβέζης: Οι ιαματικές πηγές της Πρέβεζας βρίσκονται μέσα στο κέντρο της πόλης κοντά στον Αμβρακικό κόλπο.

Ονομάζονται και Παλιοσάραγα που σημαίνει Παλιά Παλάτια, αφού τα λουτρά στεγάζονται στο παλιό σαράι του Αλί Πασά. Η συστηματική οργάνωση της πηγής ξεκινάει από το 1920.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (21,5 °C) υδροθειοχλωριονατριούχο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 22 ατομικούς λουτήρες

### 5.1.5 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

1) Ιαματική Πηγή Κόκκινου Νερού - Νομός Λαρίσης: Οι πηγές του Κόκκινου Νερού βρίσκονται κοντά στην Καρίτσα και σε απόσταση 60 χιλιομέτρων από τη Λάρισα. Έχουν πάρει το όνομά τους από το κόκκινο νερό που αναβλύζει σταμάτητα από τις θεραπευτικές πηγές για ποσιθεραπεία.

Χαρακτηρισμός νερού: Οξυπηγή σιδηρούχος ψυχρή (17°C) πηγή

Εγκαταστάσεις: 5 κρήνες ποσιθεραπείας

2) Ιαματική Πηγή Δρανίτσας – Κάιτσας - Νομός Καρδίτσας: Ο Δήμος Ξυνιάδος του νομού Φθιώτιδας και ο Δήμος Ταμασίου νομού Καρδίτσας συγκροτώντας τη Διαδημοτική επιχείρηση «Ιαματικών Λουτρών», αξιοποίησαν το λουτρότοπο με γούστο συνεχίζοντας τις προσπάθειες για το καλύτερο.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (21 °C) υδροθειούχο, υποτονικό, ολιγομεταλλικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο, με 18 ατομικούς λουτήρες. Λειτουργεί όλους τους θερινούς μήνες. Ξενοδοχεία. Έργα αναβάθμισης της υποδομής των Λουτρών σε εξέλιξη.

3) Ιαματική Πηγή Σμοκόβου - Νομός Καρδίτσας: Οι ιαματικές πηγές βρίσκονται 30 χιλιόμετρα νοτιοδυτικά της Καρδίτσας σε υψόμετρο 450 μέτρων. Αν και γνωστές από τα αρχαία χρόνια, αξιοποιούνται το 1662 από τους μοναχούς Μόσχο και Φράγκο Στραβοένογλου που έχτισαν πρόχειρες εγκαταστάσεις διαμονής και λουτήρες.

Χαρακτηρισμός νερού: Περίπου 20 πηγές έχουν καταγραφεί στο παρελθόν και ανήκουν στην σπάνια κατηγορία των θειούχων αλκαλικών. Προκειμένου περί ποσιθεραπείας πρέπει να σημειωθεί ότι τα νερά είναι τα μαλακότερα απ' όλα τα πόσιμα και ιαματικά ελληνικά ύδατα. Η ολική σκληρότητά τους φτάνει το ¼ του γερμανικού βαθμού, ενώ των συνήθων πόσιμων υδάτων διακυμαίνεται μεταξύ 18 και 25 γερμανικών βαθμών.

Επιπλέον η σχετικά μεγάλη διακύμανση της θερμοκρασίας (29-40,2 °C) ευνοεί τη διενέργεια ποικιλότροπης θεραπείας. Θερμό υδροθειούχο - υποτονικό – ολιγομεταλλικό.

Εγκαταστάσεις: Η Κοινοτική Επιχείρηση Λουτρών Σμοκόβου προχώρησε στην ανακατασκευή και όλων των ξενοδοχειακών εγκαταστάσεων καθώς και των καταστημάτων ώστε να αναβαθμιστούν οι παρεχόμενες υπηρεσίες και να γίνεται στο μέγιστο δυνατό ευχάριστη η παραμονή των λουομένων. Προχώρησε επίσης στην πλήρη ανανέωση των λουτρικών εγκαταστάσεων με την ολική αντικατάσταση των λουτήρων με σύγχρονες και με δυνατότητα υδρομασάζ. Θεραπευτικά προγράμματα:

λουτροθεραπεία, εισπνοθεραπεία, ρινοπλύσεις, ομαδικές εισπνοές (ατμοθεραπεία – σάουνα). Τα Λουτρά λειτουργούν από την 1η Ιουνίου έως τις 15 Οκτωβρίου

4) Ιαματική Πηγή Σουλαντά - Νομός Καρδίτσας: Οι ιαματικές πηγές

βρίσκονται στα όρια των οικισμών Βαθύλακκου και Αηδονοχωρίου, σε απόσταση 40 χλμ. από την Καρδίτσα.

Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (36 °C) υδροθειούχο - υποτονικό ολιγομεταλλικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο, όμως δεν διαθέτει την απαραίτητη υποδομή. Δυστυχώς, οι περισσότερες ιαματικές πηγές της περιοχής δεν είναι για τηνώρα αξιοποιημένες (Δαφνοσπηλιάς, Αμαράντων, Ραχούλας, Απιδιάς, Θραψιμίου, Αηδονοχωρίου, Ρεντίνας, κλπ).

#### 5.1.6 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

1) Ιαματική Πηγή Κόκκινου Στεφανιού - Νομός Αιτωλοακαρνανίας: Στις ΒΑ ακτές της λίμνης Τριχονίδας και σε απόσταση 30 χιλιομέτρων από το Αγρίνιο βρίσκονται τα λουτρά της Μυρτιάς. Η πηγή χρησιμοποιείται από τον 19 αιώνα για τις θεραπευτικές της ιδιότητες. Τα λουτρά ονομάζονται έτσι από έναν βράχο που βρίσκεται δίπλα στη λίμνη, ο οποίος το ηλιοβασίλεμα γίνεται κόκκινος και στεφανώνει τα λουτρά.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (19 °C) φθοριούχο θειονατριούχο ολιγομεταλλικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 22 ατομικούς λουτήρες και 1 δεξαμενή. Λειτουργία από τον Ιούνιο μέχρι τον Οκτώβριο

2) Ιαματική Πηγή Αγ. Βαρβάρου - Νομός Αιτωλοακαρνανίας: Σε απόσταση 50 χλμ. από το Αγρίνιο, στα όρια του Δήμου Μεδεώνος βρίσκεται η πηγή του Αγίου Βαρβάρου.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (16 °C) θειούχο αλκαλικών γαιών ολιγομεταλλικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 10 ατομικούς και 3 ομαδικούς λουτήρες, υδρομασάζ, σάουνα.



3) Ιαματική Πηγή Καϊάφα - Νομός Ηλείας: Τα λουτρά της Ζαχάρως βρίσκονται δίπλα στη λίμνη Καϊάφα και απέχουν 25 χιλιόμετρα από την Αρχαία Ολυμπία. Η συστηματική λειτουργία τους άρχισε το 1907. Μέχρι το 1960 η εκμετάλλευση των λουτρών ανήκε σε ιδιώτες. Στην δεκαετία του 60 όμως πέρασε στον ΕΟΤ στον οποίο ανήκει μέχρι και σήμερα. Πρέπει να σημειωθεί ότι η περιοχή Καϊάφα είναι χαρακτηρισμένη ως περιοχή ιδιαίτερου φυσικού κάλλους και περιλαμβάνεται στον εθνικό κατάλογο της Natura 2000.

Χαρακτηρισμός νερού: Τα νερά αναβλύζουν από ένα σπήλαιο που είναι χωρισμένο σε δύο σπηλιές: τη μικρή και τη μεγάλη. Στη μεγάλη η θερμοκρασία κυμαίνεται από 32 °C έως 35 °C ενώ στη μικρή από 29 °C έως 32°C. Περίπου στα 200 μέτρα υπάρχει μία υδροχλωριονατριούχος πηγή για ποσιθεραπεία. Έχει χρώμα πρασινωπό και ιδιάζουσα γεύση.

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 20 ατομικούς λουτήρες, ποσιθεραπευτήριο και 2 δεξαμενές εντός του φυσικού σπηλαίου (διαχείριση από τον ΕΟΤ)

4) Ιαματική Πηγή Κυλλήνης - Νομός Ηλείας: Οι ιαματικές πηγές βρίσκονται 12 χιλιόμετρα από την ιστορική πόλη της Κυλλήνης, 78 χιλιόμετρα δυτικά της Πάτρας, και είναι μισθωμένες στον όμιλο Δασκαλαντωνάκη. Αναμένεται η λειτουργία του νέου υδροθεραπευτηρίου το οποίο κατασκευάστηκε επί ΕΟΤ, μαζί με τη λειτουργία όλου του Συγκροτήματος Ξενοδοχείων, Κάμπινγκ κλπ. Πρόκειται για μια πολύ μεγάλη έκταση με τεράστιες δυνατότητες ανάπτυξης τόσο στον θεραπευτικό όσο και στο Θαλάσσιο Τουρισμό. Οι ιαματικές πηγές είναι από τις λίγες που έχουμε που είναι κατάλληλες για ασθματικούς και η ατέλειωτη αμμουδιά στην παραλία δημιουργεί τις ιδανικότερες προϋποθέσεις για την όποια τουριστική ανάπτυξη.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπόθερμο (26 °C) θειούχο και υδροθειούχο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 37 ατομικούς λουτήρες, εισπνοθεραπευτήριο με 93 συσκευές εισπνοθεραπείας και 2 θαλάμους ομαδικών εισπνοών, 22 συσκευές ρινοπλύσεων και ποσιθεραπευτήριο

### 5.1.7 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

1) Ιαματική Πηγή Θερμοπυλών - Νομός Φθιώτιδας: Τα λουτρά Θερμοπυλών απέχουν 15 χιλιόμετρα από την πόλη της Λαμίας. Ο μύθος λέει ότι ο Ήφαιστος, μετά από παράκληση της θεάς Αθηνάς, δημιούργησε τις πηγές για να πλένεται και να ανακτά τις δυνάμεις του ο Ηρακλής μετά τους άθλους του. Η ονομασία της περιοχής όπως αναφέρει ο Ρωμαίος ιστορικός Τίτος Λίβιος 59 π.Χ. οφείλεται στην ύπαρξη των θερμών ιαματικών πηγών που έρεαν ανάμεσα από το στενό τις "Πύλες". Η οργάνωση των πηγών άρχισε το 1935.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (40°C) υδροθειονατριούχο μεταλλικό υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο και ξενοδοχείο (διαχείριση γίνεται από τον ΕΟΤ)

2) Ιαματική Πηγή Καμένων Βούρλων - Νομός Φθιώτιδας: Από τις πιο ονομαστές λουτροπόλεις της Ελλάδας και γνωστό κέντρο παραθερισμού, 178 χιλιόμετρα βορειοδυτικά της Αθήνας. Τα θερμομεταλλικά νερά των πηγών της περιοχής είναι από τα πιο σπάνια παγκοσμίως, λόγω της πλούσιας σύστασης τους σε φυσικά μέταλλα, άλατα και ραδόνιο. Οι πηγές είχαν παραχωρηθεί προς αξιοποίηση και εκμετάλλευση στον Αστέρα, ο οποίος με τη σειρά του υπομίσθωσε το όλο συγκρότημα στη Μήτσης Α.Ε. Ήδη έγινε μεγάλη ανακαίνιση του Ξενοδοχείου Γαλήνη και άρχισε τη λειτουργία του ένα υπερσύγχρονο Θερμαλιστικό Κέντρο με 19πλήθος παρεχομένων υπηρεσιών, το οποίο λειτουργεί όλο το χρόνο απευθυνόμενο και σε ξένη πελατεία.

Παράλληλα λειτουργεί και το παλαιό Κλασσικό Υδροθεραπευτήριο το οποίο απευθύνεται στην παραδοσιακή πελατεία της Λουτρόπολης. Φαίνεται εδώ το πόσο σημαντικό είναι το να προετοιμάζεται η

πελατεία για κάτι καλύτερο το οποίο ίσως δεν μπορεί να το δεχτεί απότομα. Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (34-41°C) ραδιενεργό χλωριονατριούχο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο υπό ιδιωτική διαχείριση και πλήρεις λοιπές υποδομές.

3) Ιαματική Πηγή Εκκάρας - Νομός Φθιώτιδας: Η ιαματική πηγή της Εκκάρας βρίσκεται στον Δήμο Θεσσαλιώτιδας. Οι υδροθειούχες πηγές αναβλύζουν σε τέσσερα σημεία και το νερό αξιοποιείται από τους κατοίκους της ευρύτερης περιοχής για υδροθεραπεία. Η Εκκάρα είναι ιδιαίτερα δημοφιλής με τους νέους όχι μόνο για θεραπευτικούς λόγους αλλά και για λόγους αναψυχής.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπόθερμο (28-29°C) υποτονικό ολιγομεταλικό

Εγκαταστάσεις: Υπό εξέλιξη εργασίες νέου θερμαλιστικού κέντρου

4) Ιαματική Πηγή Πλατυστόμου - Νομός Φθιώτιδας: Τα Λουτρά απέχουν 35 χιλιόμετρα από τη Λαμία, σε υψόμετρο 420 μέτρων. Στο Πλατύστομο υπάρχουν δυο θερμομεταλλικές πηγές με διαφορετική σύσταση νερού και χρήση. Η λειτουργία τους ξεκίνησε το 1933.

Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (33°C) ολιγομεταλικό υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Εκσυγχρονισμένο υδροθεραπευτήριο (διαχείριση από τον ΕΟΤ)

5) Ιαματική Πηγή Υπάτης - Νομός Φθιώτιδας: Δυτικά της Λαμίας, σε απόσταση 17 χιλιομέτρων, στο οικοσύστημα του όρους Οίτη βρίσκεται η ιαματική πηγή της Υπάτης. Τα νερά της πηγής ανάβλυσαν πιθανόν μετά από το μεγάλο σεισμό του 427 π.Χ. Βαθιά μέσα στην πηγή σώζονταν πέτρες τοποθετημένες κλιμακωτά, απόδειξη ότι εκεί υπήρχε σκάλα για να κατεβαίνουν οι λουόμενοι. Η πηγή ήταν αφιερωμένη στην θεά της ομορφιάς όπως φαίνεται από επιγραφές του 4ου π.Χ. Αιώνα που σώζονται. Η θεραπευτική αξία των ιαματικών νερών είναι μοναδική στην Ελλάδα.

Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (33,5°C) υδροθειοχλωριούχο και αλκαλικών γαιών οξυπηγή

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο και πλήρεις λοιπές υποδομές (διαχείριση από τον ΕΟΤ). 66

6) Ιαματική Πηγή Αιδηψού - Νομός Εύβοιας: Στην βορειοδυτική ακτή της νήσου Εύβοιας, 152 χιλιόμετρα από την Χαλκίδα, βρίσκεται η λουτρόπολη της Αιδηψού. Αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους πόλους έλξης σε ό,τι αφορά τον ιαματικό τουρισμό. Οι πηγές είναι γνωστές από την εποχή του Αριστοτέλη και του

Στράβωνα και η χρήση τους χρονολογείται από τον 3ο π. Χ. αιώνα. Διακρίθηκε στον τομέα του ιαματικού τουρισμού κατά τα ρωμαϊκά χρόνια. Στα νεότερα χρόνια και κυρίως μετά τον Πρώτο Παγκόσμιο πόλεμο η φήμη της πόλης εξαπλώνεται παντού, διάσημες προσωπικότητες, πολλοί συγγραφείς και ποιητές βρίσκουν την έμπνευσή τους στην Αιδηψό. Υπάρχουν περισσότερες από 80 θερμές πηγές με θερμοκρασίες

που φτάνουν μέχρι και τους 86°C. Η κύρια ομάδα αυτών των πηγών είναι διάσπαρτη σε διαφορετικά σημεία της πόλης όπου από εκεί το ιαματικό νερό διοχετεύεται με κανάλια σε όλα τα υδροθεραπευτήρια της πόλης. Τα νερά αυτά αναβλύζουν και μέσα στη θάλασσα και κοντά σε παραλίες, από τον πυθμένα της θάλασσας και δίνουν μια 20ημίθερμη θερμοκρασία στο θαλασσινό νερό. Το φαινόμενο αυτό θεωρείται σπάνιο σε παγκόσμια κλίμακα. Επίσης, υπάρχει και ένα είδος τεχνητών ιαματικών υδατοπτώσεων (καταρακτών) στην παράλια περιοχή.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (82- 86°C) μεταλλικό υπερτονικό

Εγκαταστάσεις: Το υδροθεραπευτήριο του ΕΟΤ είναι ένα από τα πιο σύγχρονα ευρωπαϊκά κέντρα λουτροθεραπείας αποτελούμενο από εξαιρετικό υλικοτεχνικό εξοπλισμό και έμπειρο επιστημονικό προσωπικό. Διαθέτει πλήθος ατομικών λουτήρων, εσωτερική και εξωτερική πισίνα κινησιοθεραπείας, θεραπευτικά ντους, αίθουσες μασάζ, δινόλουτρα, μεγάλους και άνετους χώρους υποδοχής – αναμονής,

μπαρ, διοικητικά γραφεία και γραφεία ιατρών. Λειτουργεί όλο το χρόνο.

### 5.1.8 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ ΚΑΙ ΑΤΤΙΚΗΣ

1) Ιαματική Πηγή Λουτρών Ωραίας Ελένης - Νομός Κορινθίας: Στο χωριό Γαλατάκι, υπάρχουν τα Λουτρά αυτά που σύμφωνα με τον Πausanία λουζόταν η Ωραία Ελένη. Η ιαματική πηγή βρίσκεται προς το νότιο μέρος του αρχαίου Λιμένα της Κορίνθου, Κεγχρεές. Προ της εκβολής σχηματιζόταν τότε μικρό ρεύμα, ενώ

σήμερα το νερό της πηγής εκβάλλει αμέσως στη θάλασσα επειδή βρίσκεται πιο έξω. Τα Λουτρά της Ωραίας Ελένης απέχουν 17 χιλιόμετρα από την Κόρινθο και βρίσκονται στο κέντρο ενός πλήθους αρχαιολογικών τόπων.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (19 °C) χλωριονατριούχο μεταλλικό

Εγκαταστάσεις: Υπό εκπόνηση μελέτη σύγχρονου θερμολιστικού κέντρου

2) Ιαματική Πηγή Λουτρακίου - Νομός Κορινθίας: Η λουτρόπολη απέχει μόλις 80 χιλιόμετρα από την Αθήνα και είναι διεθνούς φήμης, θεραπευτικός σταθμός και τουριστικό θέρετρο και για τα αξιόλογα ιαματικά νερά αλλά και για το σπάνιο φυτικό περιβάλλον. Υπήρξε η πρώτη γνωστή λουτρόπολη στα παγκόσμια χρονικά, με την τότε ονομασία Θέρμες ή Θέρμα, όπου αναπτύχθηκε σημαντικός αρχαίος πολιτισμός. Το 1855 δημιουργείται στο Λουτράκι η πρώτη Δημοτική Επιχείρηση Εκμετάλλευσης Ιαματικών Λουτρών που προσφέρει οργανωμένες υπηρεσίες στον τομέα του Τουρισμού Υγείας. Το 1928 με τη λειτουργία του πρώτου καζίνο της Ελλάδας ξεκινάει και η ουσιαστική τουριστική ανάπτυξη του Λουτρακίου. Το 1936 το Λουτράκι μεταβάλλεται σε «Σταθμό Θερμών Λουτρών» κερδίζοντας τον τίτλο του πρώτου Κέντρου Λιθιάσεως στην Ελλάδα αλλά και στην ευρύτερη περιοχή της Ανατολικής Μεσογείου.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπόθερμο (30- 31,4 °C) χλωριονατριούχο ραδιενεργές

Εγκαταστάσεις: Διαθέτοντας υπερσύγχρονα υδροθεραπευτήρια πλήρως εξοπλισμένα για λουτροθεραπεία, ποσιθεραπεία και φυσικοθεραπεία, αλλά και άψογη τουριστική υποδομή, διεκδικεί μία από τις πρώτες θέσεις στον διεθνή κατάλογο των οργανωμένων κέντρων θεραπευτικού τουρισμού. Λειτουργεί όλο το χρόνο, υπό την εκμετάλλευση της Δημοτικής Επιχείρησης «ΘΕΡΜΑΙ – ΛΟΥΤΡΑΚΙ», και κάτω από την επίβλεψη ειδικών γιατρών και εμπειρών φυσιοθεραπευτών. Φυσικά και θερμά λουτρά, υδρομασάζ, σάουνα, γυμναστική και φυσιοθεραπεία. Υπάρχουν επίσης εγκαταστάσεις εμφιάλωσης.

3) Ιαματική Πηγή Μεθάνων - Νομός Αττικής: Η χερσόνησος των Μεθάνων βρίσκεται στην ανατολική Πελοπόννησο, σε μικρή απόσταση από τον Πειραιά.

Σύμφωνα με τον Πausανία, οι πηγές εμφανίστηκαν τον 3ο αιώνα π.Χ., μετά την έκρηξη του ηφαιστείου Καμένης. Οι ιαματικές αναβλύζουν κατά μήκος της παραλίας των Μεθάνων σε διαφορετικά σημεία.

Χαρακτηρισμός νερού: Η θερμοκρασία στις πηγές κυμαίνεται από 34,4 °C με 41,2°C.

Οι ιαματικές πηγές στην περιοχή των Μεθάνων διακρίνονται σε θειούχες, χλωριονατριούχες και οξυπηγές.

Εγκαταστάσεις: Η συστηματική χρήση των πηγών ξεκίνησε το τέλος του 19ου αιώνα με τους λουόμενους να προσέρχονται εντός των λάκκων στους οποίους το ιαματικό νερό έτρεχε απευθείας από τις πηγές. Το πρώτο Υδροθεραπευτήριο κατασκευάστηκε το 1912 στις πηγές Αγ. Νικολάου. Έπειτα, το 1930 ανεγέρθη το Υδροθεραπευτήριο του Δημοσίου. Αξίζει να σημειωθεί ότι στους σεισμούς του 1922 τα νερά των πηγών σταμάτησαν να τρέχουν για μισή ώρα. Όταν επανήλθαν και πάλι παρατηρήθηκε αύξηση της θερμοκρασίας των υδάτων κατά 1-2 βαθμούς! Η διαχείριση του υδροθεραπευτηρίου γίνεται από τον ΕΟΤ.

4) Ιαματική Πηγή Ηραίας - Νομός Αρκαδίας: Στο Β.Δ. τμήμα του Νομού Αρκαδίας, στον Δήμο Ηραίας είναι τα περίφημα Ιαματικά Λουτρά, που βρίσκονται στο χωριό Λουτρά. Στη θέση του χωριού βρισκόταν κατά την αρχαιότητα η πόλη Ηραία, μία από τις σημαντικότερες της Αρκαδίας.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπόθερμο (18 °C) θειούχο

Εγκαταστάσεις: Τα τελευταία χρόνια έχει ξεκινήσει μια συστηματική προσπάθεια για τη σωστή εκμετάλλευση και αξιοποίηση των πηγών, με την δημιουργία νέας πτέρυγας υδροθεραπευτηρίου και την ανακαίνιση της παλαιάς, ενώ τη λειτουργία την ανέλαβε ο ίδιος ο Δήμος με αυτεπιστασία. Ο πλήρως ανακαινισμένος χώρος τους διαθέτει 20 υπερπολυτελείς καμπίνες, με 20 μπανιέρες, εν των οποίων οι τρεις είναι για υδρομασάζ. Λειτουργία από τις 15 Ιουνίου έως τις 15 Οκτωβρίου.

### 5.1.9 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΒΟΡΕΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

1) Ιαματική Πηγές Θερμών Αγ. Κυρήκου Ικαρίας - Νομός Σάμου: Οι ιαματικές πηγές που βρίσκονται 3 χιλιόμετρα από τον Αγ. Κυρήκο, πρωτεύουσα και λιμάνι του νησιού, κατέχουν δεσπόζουσα θέση ανάμεσα στις κυριότερες πηγές της Ελλάδας. Είναι αξιοσημείωτο ότι από τις 2.500 πηγές που υπάρχουν στη χώρα, 108 βρίσκονται στην Ικαρία. Στην αρχαιότητα η οικονομία της πόλης μάλλον στηριζόταν στην εκμετάλλευση των ισχυρών θερμών πηγών παρά τη γεωργία, τόσο ώστε να δημιουργείται πλεόνασμα και οι Θερμαίοι να μπορούν να πληρώνουν ετήσια εισφορά 3.000 δραχμών στην Αθηναϊκή Συμμαχία. Στα Θέρμα σώζονται ελάχιστοι λουτήρες της ελληνιστικής και ρωμαϊκής περιόδου.

Χαρακτηρισμός νερού: Οι πηγές ανήκουν στην κατηγορία των θερμών ραδιενεργών αλιπηγών, διαφέροντας μεταξύ τους ως προς την ένταση της ραδιενέργειας και της θερμοκρασίας (35,5 - 55,5 °C). Οι ιαματικές πηγές Θερμό Λευκάδας είναι χλωριονατριούχα νερά και στην περιοχή των Θέρμων βρίσκεται η ιαματική πηγή Σπηλαίου η οποία διαθέτει ατμόλουτρο, σάουνα και πισίνα με χλωριονατριούχο νερό.

Η παραγωγή τους είναι 1.000 κυβικά ανά ώρα με δυνατότητα πολλών χιλιάδων λούσεων το 24ωρο.

Εγκαταστάσεις: 3 υδροθεραπευτήρια και ξενοδοχειακές εγκαταστάσεις. Οι πηγές ανήκουν στο Δήμο Ικαρίας και έχουν πολλά περιθώρια ανάπτυξης. Σε εξέλιξη βρίσκεται επενδυτικό σχέδιο για τη Λουτρόπολη Ικαρίας με το οποίο επιδιώκεται η ανάπτυξη και οικονομική ενίσχυση μίας κατά τεκμήριο προβληματικής περιοχής, χωρίς σημαντικές πλουτοπαραγωγικές δυνατότητες, εκτός από τις εξαιρετικές πηγές της.

2) Ιαματική Πηγή Αγιασμάτων Χίου - Νομός Χίου: Οι ιαματικές πηγές αναβλύζουν κοντά στην παραλία και παρουσιάζουν σημαντική κίνηση το καλοκαίρι. Λειτουργούν από τον Ιούλιο μέχρι τον Σεπτέμβριο.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμη (60 °C) χλωριονατριούχος ισότονος πηγή

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 12 ατομικούς λουτήρες και 2 δεξαμενές, ενοικιαζόμενα δωμάτια

3) Ιαματική Πηγή Δήμου Αγιάσου - Νομός Λέσβου: Οι πηγές βρίσκονται βορειοδυτικά του Δήμου Αγιάσου, 23 χιλιόμετρα από την πόλη της Μυτιλήνης.

Χαρακτηρισμός νερού: Μαγνησιούχο μεσομεταλλικό (14 °C)

Εγκαταστάσεις: Γίνονται μελέτες για την ανάπτυξη των ιαματικών πηγών

4) Ιαματική Πηγή Πολυχίτου - Νομός Λέσβου: Οι ιαματικές πηγές αναβλύζουν 1,5 χιλιόμετρο περίπου από τον Πολίχνιτο, στο νοτιοδυτικό τμήμα της Λέσβου, σε υψόμετρο 60 μέτρων.

Χαρακτηριστικό των λουτρών είναι οι ζεστοί υδρατμοί, το χοχλάκισμα του νερού, καθώς και τα κόκκινα και κίτρινα χρώματα των

πετρωμάτων. Οι πηγές έχουν τη μεγαλύτερη γεωθερμική θερμοκρασία (φθάνει τους 92 °C) και το νερό τους είναι αλμυρό. Είναι οι πιο θερμές φυσικές πηγές της Ελλάδας.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (80 – 92 °C) χλωριονατριούχο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 2 ομαδικούς λουτήρες

5) Ιαματική Πηγή Αγ. Ιωάννου Λισβορίου - Νομός Λέσβου: Οι θερμές πηγές του Αγίου Ιωάννη Λισβορίου βρίσκονται βορειοανατολικά του Πολυχίτου.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (69 °C) χλωριονατριούχο με μεγάλη περιεκτικότητα σε σίδηρο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με ομαδικούς λουτήρες και ξενώνας

6) Ιαματική Πηγή Κόλπου Γέρας - Νομός Λέσβου: Η ιαματική πηγή «Θερμά» βρίσκεται στην ανατολική ακτή του κόλπου της Γέρας, σε απόσταση 6,5 χιλιόμετρα δυτικά της πόλης της Μυτιλήνης. Βρίσκεται στον μικρότερο από τους δύο κόλπους του νησιού, γνωστός και ως "κόλπος των ελαιώνων" και αποτελεί ένα από

τα πιο σημαντικά οικοσυστήματα της Ελλάδας. Ο χώρος γύρω από την πηγή πιθανολογείται αρχαιολογικός, αφού κατά παράδοση ήταν το ιερό της θεάς Ήρας.

Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (40 °C) χλωριονατριούχο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 2 ομαδικούς λουτήρες (διαχείριση από Δημοτική Επιχείρηση).

7) Ιαματική Πηγή Ευθαλούς - Νομός Λέσβου: Η ιαματική πηγή της Ευθαλούς είναι γνωστή από την αρχαιότητα αλλά αρχίζει να αποτελεί τόπο θεραπείας διαφόρων ασθενειών από το Μεσαίωνα.

Βρίσκεται 5 χιλιόμετρα βορειοανατολικά της πόλης Μόλυβου, στη βόρειο ακτή της Λέσβου, σε μια από τις πιο τουριστικές παραλίες. Στην περίοδο της οικονομικής και πνευματικής ακμής του νησιού, στο τέλος του 19ου και στις αρχές του 20ου αιώνα, οι ιαματικές πηγές αποτελούσαν εκλεκτό τόπο διακοπών και θεραπείας των αστών της ευρύτερης περιοχής. Σήμερα δέχονται μεγάλο αριθμό (περί τις 10.000) επισκεπτών από το Μάιο έως και τον Οκτώβριο.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (46.5 °C) ραδιενεργό χλωριονατριούχο

Εγκαταστάσεις: Μικρό υδροθεραπευτήριο και πλήρης τουριστική υποδομή

8) Ιαματική Πηγή Θερμής - Νομός Λέσβου: Ο κόλπος της Θέρμης βρίσκεται 12 χιλιόμετρα βόρεια της Μυτιλήνης, στην ανατολική πλευρά του νησιού. Η ιστορία τους χάνεται στην αρχαιότητα αλλά η ρωμαϊκή εποχή ήταν εκείνη όπου τα λουτρά γνώρισαν την μέγιστη ακμή τους. Στα ομώνυμα λουτρά έχουν βρεθεί δύο αρχαίες δεξαμενές, ελληνιστικά μάρμαρα, ρωμαϊκές επιτύμβιες στήλες και οθωμανικές καμάρες.

Χαρακτηρισμός νερού: Σιδηρούχο αλιπηγή υπέρθερμο (46.5 °C)

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 11 ατομικούς και 2 ομαδικούς λουτήρες

9) Ιαματική Πηγή Θερμών Λήμνου - Νομός Λέσβου: Οι λουτρικές εγκαταστάσεις βρίσκονται 4 χιλιόμετρα από τη Μύρινα. Υπήρχαν από την εποχή της Τουρκοκρατίας, ανακαινίστηκαν και πρόσφατα ξεκίνησαν τη νέα τους λειτουργία.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (35 - 45 °C) μεταλλικό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 10 ομαδικούς και 4 ατομικούς λουτήρες και ξενώνας.

10) Ιαματική Πηγή Πλάκας Λήμνου - Νομός Λέσβου: Στο νησί της Λήμνου από τα αρχαία χρόνια γίνονταν εξόρυξη ενός είδους πηλού γνωστό για τις θεραπευτικές του ικανότητες, τη λεγόμενη "Λήμνια Γη". Μέχρι τα τέλη του 19ου αιώνα πωλούνταν στα φαρμακεία και τον χρησιμοποιούσαν ως φάρμακο και ως

αντίδοτο στα δηλητήρια. Στην Πλάκα προς την παραλία του Αγίου Χαράλαμπου βρίσκονται τα ιαματικά λασπόλουτρα όπου γίνεται "πηλοθεραπεία" σε υπαίθριες εγκαταστάσεις.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό μεταλλικό υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Δεν υπάρχουν, καθώς αυτήν την στιγμή εκπονούνται οι μελέτες «αναγνώρισης» του πηλού και του νερού ως ιαματικών.

### 5.1.10 ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

1) Ιαματική Πηγή Καλλιθέας - Νομός Δωδεκανήσου: Το υδροθεραπευτήριο της Καλλιθέας βρίσκεται 6 χιλιόμετρα από την πόλη της Ρόδου.

Οι εγκαταστάσεις βρίσκονται κατασκευάστηκαν από τον Ιταλό αρχιτέκτονα Πιέτρο Λομπάρντι, ο οποίος σχεδίασε και το κτίριο του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου στο Στρασβούργο, κατά την περίοδο της Ιταλικής κατοχής.

Χαρακτηρισμός νερού: Ψυχρό (19.1 °C) χλωριονατριούχο - υποτονικό

Εγκαταστάσεις: Ανενεργές

2) Ιαματική Πηγή Μανδρακίου Νισύρου - Νομός Δωδεκανήσου: Τα λουτρά βρίσκονται σε απόσταση 1.5 χιλιομέτρου από το Μανδράκι, την πρωτεύουσα της Νισύρου, όπου υπάρχουν εγκαταστάσεις που μαρτυρούν μια πλούσια ιστορία στον τομέα της υδροθεραπείας και λέγεται ότι ο Ιπποκράτης επισκεπτόταν το νησί για τα ιαματικά του νερά. Τα λουτρά λειτουργούν από το 1870.

Χαρακτηρισμός νερού: Υπέρθερμο (50 °C) υδροθειούχο

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 10 ατομικούς λουτήρες, 3 κοινές δεξαμενές, 2 συσκευές εισπνοθεραπείας και ξενοδοχείο (διαχείριση από Δημοτική Επιχείρηση)

3) Ιαματική Πηγή Θερμών Καλύμνου - Νομός Δωδεκανήσου: Τα λουτρά βρίσκονται στο λιμάνι της Πόθιας, πρωτεύουσας του νησιού της Καλύμνου.

Χαρακτηρισμός νερού: Μεσόθερμο (37 °C) αλιπηγό υπέρτονος ασθενώς ραδιενεργό

Εγκαταστάσεις: Υδροθεραπευτήριο με 16 ατομικούς λουτήρες.



Πίνακας 1: Θεραπευτικές Ενδείξεις Ιαματικών Πηγών Ελλάδας

Ιαματική Πηγή	Ρευματικές	Αρθρίτιδες	Γυν/κές	Δερμ/τικές	Νεύρων	Αναπνευστικού
Αγ. Βαρβάρου Ν. Αιτ/νίας		√	√	√		
Αγ. Παρασκευής Ν. Χαλκιδικής		√	√	√		
Αγκίστρου Ν. Σερρών		√				
Αγραπιδιάς Ν. Φλώρινας		√				√
Αδάμαντου Ν. Κυκλάδων		√	√		√	
Αιδηψού Ν. Εύβοιας		√	√	√	√	
Αμάραντου Ν. Ιωαννίνων		√			√	√
Αμμουδάρας Ν. Καστοριάς		√		√		
Αριδαίας Ν. Πέλλας		√	√	√	√	
Γεννησαίας Ν. Ξάνθης		√	√	√		
Δρανίτσας Ν. Καρδίτσας		√	√			
Εκκάρας Ν. Φθιώτιδας		√		√		
Ελευθερών Ν. Καβάλας		√		√		
Ευθαλούς Ν. Λέσβου		√	√	√	√	
Θερμής Ν. Λέσβου		√	√	√		
Θερμιών Ν. Δράμας		√				
Θερμοπυλών Ν. Φθιώτιδας		√	√	√	√	
Θερμών Ν. Λέσβου		√	√			
Θερμών Ν. Δωδεκανήσου		√	√			
Ικαρίας Ν. Σάμου		√	√	√	√	
Καβασίλων Ν. Ιωαννίνων		√	√	√	√	
Καιάφα Ν. Ηλείας		√	√	√	√	
Καμένων Βούρλων Ν. Φθιώτιδας		√	√	√		
Κιβωτού Ν. Γρεβενών		√		√		
Κόκκινου Νερού Ν. Λαρίσης				√		
Κόκκινου Στεφανιού Ν. Αιτ/νίας		√	√	√		
Κόλπου Γέρας Ν. Λέσβου		√		√		
Κρηνίδων Ν. Καβάλας		√	√	√		
Κύθνου Ν. Κυκλάδων		√	√	√	√	
Λαγκαδά Ν. Θεσσαλονίκης		√	√			
Λουτρακίου Ν. Κορινθίας		√	√	√		
Λουτροχωρίου Ν. Πέλλας		√		√		√
Λουτρών Ωραίας Ελένης Ν. Κορινθίας		√				
Μανδρακίου Ν. Δωδεκανήσου		√	√			
Μεθάνων Ν. Αττικής		√	√	√		√

Νέας Απολλωνίας Ν. Θεσσαλονίκης	√	√	√	√	√
Νιγρίτας Ν. Σερρών	√	√	√		
Πλάκας Ν. Λέσβου	√		√	√	
Πλατυστόμου Ν. Φθιώτιδας	√	√	√		
Πολυχνίτου Ν. Λέσβου	√	√	√	√	
Πρεβέζης Ν. Πρεβέζης	√	√	√		
Σέδες Ν. Θεσσαλονίκης	√	√	√	√	
Σιδηροκάστρου Ν. Σερρών	√	√			
Σμοκόβου Ν. Καρδίτσας	√	√	√	√	
Σουλαντά Ν. Καρδίτσας	√		√		
Τραϊανούπολης Ν. Έβρου	√	√	√	√	√
Υπάτης Ν. Φθιώτιδας	√		√	√	
Ψαροθέρων Ν. έβρου	√	√	√		

Πηγή: Σύνδεσμος Δήμων και Κοινοτήτων Ιαματικών Πηγών Ελλάδα[29]

[29]Μαρή Ειρήνη(2007),Πτυχιακή,ο Ιαματικός Τουρισμός στην Ελλάδα,  
(<http://nefeli.lib.teicrete.gr/browse/sdo/tour/2007/MariEirini/attached-document/mari.pdf> )

## 5.2 ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΤΟΠΙΚΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗΣ ΣΗΜΑΣΙΑΣ

Σύμφωνα με τον Ν.486/60 οι ιαματικές πηγές τις χώρας χωρίζονται σε Τουριστικής και Τοπικής σημασίας. Οι ιαματικές πηγές Τουριστικής σημασίας ανήκουν όσον αφορά την κυριότητα και την εκμετάλλευση είτε απευθείας στον ΕΟΤ, είτε στην Τοπική Αυτοδιοίκηση με παραχώρηση του ΕΟΤ, ο οποίος, όμως, διατηρεί το δικαίωμα της επικαρπίας. Μετά από τις εξελίξεις στον ΕΟΤ τα δικαιώματα κυριότητας και εκμετάλλευσης των πηγών του εκχωρήθηκαν στην Α.Ε ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΑ ΑΚΙΝΗΤΑ. Οι ιαματικές πηγές Τοπικής σημασίας, βάσει της ισχύουσας νομοθεσίας ανήκουν στον Δήμο στον οποίο υπάγεται η πηγή, ο οποίος έχει τη δυνατότητα να παραχωρήσει τα δικαιώματα εκμετάλλευσης της πηγής σε ιδιώτη .(ΕΟΤ)

### 5.2.1 ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΤΟΠΙΚΗΣ ΣΗΜΑΣΙΑΣ

- 1.Ιαματική πηγή Πρέβεζας 48 100 Πρέβεζας.
- 2.Ιαματική πηγή Αγ..Βαρβάρου 300 04 Τρυφος
- 3.Ιαματική πηγή Αγ. Ιωάννου 81 100 Λισβορι Λέσβος
- 4.Ιαματική πηγή Αγ. Φωκά 85 300 Κως
- 5.Ιαματική πηγή Αγ. Νικολάου Χαλκιδικής
- 6.Ιαματική πηγή Αδαμαντος 84801 Μήλος
- 7.Ιαματική πηγή Αμμουδάρας 52 200 Αμμουδάρα
- 8.Ιαματική πηγή Αμαραντου 44 100 Αμάραντος
- 9.Ιαματική πηγή Αραχωβιτικων 260 01 Αραχωβίτικα
- 10.Ιαματική πηγή Αγιασμάτων 82 100 Χίος
- 11.Ιαματική πηγή Λουτρακίου Πέλλας 58 400 Λούτρκι Πέλλας

- 12.Ιαματική πηγή Ξυθλοκερας 27 100 Κοινοτητα Ξυλοκέρας
- 13.Ιαματική πηγή Παλαιοβραχας 35 003 Παλιόβραχα
- 14.Ιαματική πηγή Γενησαίας 67 100 Νέα Κεσσάνη
- 15.Ιαματική πηγή Γιαλτρών 34 300 Γιάλτρα Ευβοίας
- 16.Ιαματική πηγή Δρανιτσας Καιτσας 35 010 Μακρυράχη
- 17.Ιαματική πηγή Εχινού 67 300 Θερμά Ξάνθης
- 18.Ιαματική πηγή Ευθαλούς Λέσβου 81 100 Μυθημα
- 19.Ιαματική πηγή Θερμης Λέσβου 81 100 Θέρμη Λέσβου
- 20.Ιαματική πηγή Θερμων Καλύμνου 85 200 Κάλυμνος
- 21.Ιαματική πηγή Κόκκινο Στεφάνι 30 100 Κόκκινο Στεφάνι
- 22.Ιαματική πηγή Κόκκινο Νερό 41 001 Καρδίτσα Λαρίσης
- 23.Ιαματική πηγή Καβασιλων Πηξαριας 44 100 Ιωάννινα
- 24.Ιαματική πηγή Κόλπου Γέρας 81 100 Μυτιλήνη
- 25.Ιαματική πηγή Λιτσεκίου 30 100 Λιτσέκι- Αιτ/νίας
- 26.Ιαματική πηγή Θερμη Θεσ/νίκης (Σεδες) 546 25
- 27.Ιαματική πηγή Σιδηρόκαστρο 62 300 Σιδηρόκαστρο
- 28.Ιαματική πηγή Μανδρακίου 85 303 Νίσυρος Δωδ/νήσου
- 29.Ιαματική πηγή Μουρτσιάνου 300 11 Μεσολόγγι-Αιτ/νίας

30.Ιαματική πηγή Ν. Απολλωνίας 54 624 Ν. Απολλώνια-Θεσ/νίκη

31.Ιαματική πηγή Τραιανούπολης 68 100 Τραιανούπολη-Έβρου

32.Ιαματική πηγή Χανοπουλου47 100 Χανόπουλο - Άρτας

33.Ιαματική πηγή- Χελοβα Μπανιώτη 300 03 Λυσιμάχια Αιτ/νία

34.Ιαματική πηγή Σουβαλας Βαθύ Αίγινας 185 31

35.Ιαματική πηγή Ψαροθερμων 680 02 Σαμοθράκη Έβρου

36.Ιαματική πηγή Σελιανιτικων 25 100 Αίγιο Ν. Αχαΐας

37.Ιαματική πηγή Στάχτης Ποριαρη 300 62 Δήμος Πυλλήνης

38.Ιαματική πηγή Πικρολίμνη Κιλκίς- Πηλοθεραπευτήριο Υδροθεραπευτήριο Δήμος Κιλκίς

39.Ιαματική πηγή Κρηνίδων Καβάλας- Πηλιοθεραπευτήριο Δήμος Φιλίππων-Λυδίας.

●Στη διαδικασία της ανακήρυξης βρίσκονται οι Ιαματικές Πηγές:

1.Ι.Π. Κιβωτού Γρεβενών.

2.Ι.Π. Λουτροχωρίου Πετραίας Πέλλας.

3.Ι.Π. Θερμία Παρανέστι Δράμας.

4.Ι.Π. Αγραπιδιών και Λιμνοχωρίου Φλωρίνης.

## 5.2.2 ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗΣ ΣΗΜΑΣΙΑΣ

- 1.Αιδηψός
- 2.Θερμοπύλες
- 3.Καμμένα Βούρλα
- 4.Πλατύστομο
- 5.Υπάτη
- 6.Βουλιαγμένη
- 7.Μέθανα
- 8.Λουτράκι
- 9.Κουνουπέλι
- 10.Κυλλήνη
- 11.Καιάφας
- 12.Ελευθεραί
- 13.Νιγρίτα Θέρμα
- 14.Νιγρίτα
- 15.Λαγκαδάς
- 16.Σμόκοβος
- 17.Ικαρία
- 18.Κύθνος
- 19.Σουρωτή
- 20.Ξυλό Νερό
- 21.Καλλιθέα Ρόδου
- 22.Ποτάμιο
- 23.Κίρρας
- 24.Σάριζα Άνδρου[7]

Πίνακας 2: Ιαματικές Πηγές Τουριστικής Σημασίας σε Σχέση με το Είδος Θεραπείας που παρέχουν

Όνομασία Ιαματικής Πηγής & Νομός	Είδος Θεραπείας				
	Λουτροθεραπεία	Εισπνοθεραπεία	Ποσιθεραπεία	Πηλοθεραπεία	Αριθμός Θεραπειών
1. Αιδηψός (Ν. Εύβοιας)	Ναι	Ναι	Όχι	Όχι	2
2. Θερμοπύλες (Ν. Φθιώτιδας)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
3.ΚαμμέναΒούρλα (Ν. Φθιώτιδας)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
4. Πλατύστομο (Ν. Φθιώτιδας)	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	2
5. Υπάτη (Ν. Φθιώτιδας)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
6. Βουλιαγμένη (Ν. Αττικής)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
7. Μέθανα (Ν. Αττικής)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
8. Λουτράκι (Ν. Αττικής)	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	2
9. Κουνουπέλι (Ν. Ηλείας)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
10. Κυλλήνη (Ν. Ηλείας)	Ναι	Ναι	Όχι	Όχι	2
11. Καϊάφας ( Ν. Ηλείας )	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	2
12. Ελευθεραί (Ν. Καβάλας )	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
13. Νιγρίτα Θέρμα (Ν. Σερρών)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
14. Νιγρίτα (Ν. Σερρών)	Όχι	Όχι	Ναι	Όχι	1
15. Λαγκαδάς (Ν. Θεσσαλονίκης)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
16. Σμόκοβος (Ν. Καρδίτσας)	Ναι	Ναι	Ναι	Όχι	3
17. Ικαρία (Ν. Σάμου)	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
18. Κύθνος (Ν. Κυκλάδων )	Ναι	Όχι	Όχι	Όχι	1
19. Σουρωτή* (Ν. Θεσσαλονίκης)	Όχι	Όχι	Όχι	Όχι	1
20. Ξινό Νερό (Ν. Φλώρινας)	Όχι	Όχι	Ναι	Όχι	2
21.Καλλιθέα Ρόδου (Ν. Δωδεκανήσου)	Ναι	Όχι	Ναι	Όχι	2
22. Ποτάμιο ** (Ν. Σάμου)	Όχι	Όχι	Όχι	Όχι	0
23. Κίρρας ** (Ν. Φώκιδας )	Όχι	Όχι	Όχι	Όχι	0
24.Σάριζα Άνδρου (Ν. Κυκλάδων)	Όχι	Όχι	Ναι	Όχι	1

## 5.3 ΟΡΓΑΝΩΜΕΝΕΣ ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

**1.Αιδηψός:** Τα ιαματικά λουτρά της Αιδηψού, είναι γνωστά από τα αρχαιοελληνικά χρόνια. Οι ιαματικές πηγές της Αιδηψού έχουν ιστορία μεγαλύτερη των 20.000 ετών! Αναφέρονται από τον Αριστοτέλη και τον Στράβωνα και σήμερα αποτελούν ίσως την πιο ονομαστή λουτρόπολη της Ελλάδας. Στη Βόρεια Εύβοια τα Λουτρά Αιδηψού, είναι γνωστά για τις θεραπευτικές ιδιότητες των νερών που αναβλύζουν σε μεγάλη θερμοκρασία. Στα Λουτρά λειτουργούν υδροθεραπευτήρια σε ξενοδοχεία. Ανάμεσά τους είναι και το υδροθεραπευτήριο του ΕΟΤ που θεωρείται ότι διαθέτει τις πιο σύγχρονες και πλήρεις εγκαταστάσεις υδροθεραπείας και φυσιοθεραπείας στον ελληνικό χώρο. Σημαντικό απόκτημα για τα Λουτρά είναι η λειτουργία του νέου συγκροτήματος «Θέρμαι Σύλλα». Νερό θερμοκρασίας 37° C μπορούν να εκμεταλλευτούν όσοι πάσχουν από ρευματοειδή αρθρίτιδα, χρόνια ρευματική αρθροπάθεια, και γενικά αρθροπάθειες, χολολιθιάσεις, νεφρολιθιάσεις, λοιμώξεις αιμοφόρων οδών, εκζέματα και δερματοπάθειες, τόσο στους ατομικούς λουτήρες όσο και στη μεγάλη πισίνα και στις άκρες του θερμοποτάμιου σε φυσικά ανοίγματα (γούρνες).

**2.Αιτωλοακαρνανία - Τρύφοι:** Το υδροθεραπευτήριο του Τρύφου προσφέρει και ποσιθεραπεία, μαζί με τις κλασικές μεθόδους υδροθεραπείας, κυρίως για την εξάλειψη των πεπτικών και εντερικών διαταραχών.

**3.Απολλωνία:** Στο χωριό (απόσταση 55 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη), στις όχθες της Βόλβης θα βρείτε υδροθεραπευτήριο με σύγχρονες εγκαταστάσεις. Τα λουτρά Απολλωνίας είναι κατάλληλα για αρθριτικά και δερματικά νοσήματα, καθώς και παθήσεις των περιφερειακών νεύρων. Από το 1970 και μετά, με ιδιαίτερη ένταση την τελευταία δεκαετία, έχει αναπτυχθεί ένας σημαντικός τομέας απασχόλησης στις εγκαταστάσεις των ιαματικών λουτρών Νέας Απολλωνίας με ξενοδοχειακές μονάδες και αξιόλογη παροχή υπηρεσιών τουρισμού (υδροθεραπευτήριο, δεξαμενές για ομαδικά λουτρά). Πλέον, το παλιό προσφυγικό χωριό αποτελεί κεφαλοχώρι της περιοχής και έδρα του νεοσύστατου Δήμου Απολλωνίας. Από τη Νέα Απολλωνία μην παραλείψετε να βρεθείτε στη μαγευτική λίμνη Βόλβη, η οποία προστατεύεται από τη Διεθνή Συνθήκη Ramsar και φιλοξενεί έναν από τους σημαντικότερους υδροβιότοπους της χώρας. Στο βόρειο τμήμα της λίμνης δεσπόζει και το μοναδικό παραλίμνιο δάσος της Απολλωνίας με τα υπεραιωνόβια δένδρα του, συνολικής έκτασης 300 στρεμμάτων.

**4.Ψωρονέρια:** Φτάνοντας λίγο μετά τη διασταύρωση της Άμφισσας στη πηγή Καλλιδρόμου ή Ψωρονέρια, η εικόνα που αντικρίζουμε θυμίζει τους πιστούς που βαπτίζονται στον Ιορδάνη προκειμένου να τους δοθεί η χάρη του Αγίου Πνεύματος.



Στα Ψωρονέρια, δίνεται η χάρη της γατριάς από δερματοπάθειες, ψωριάσεις και αρθριτικά.

**5.Έβρος - Τραϊνούπολη:** Οι παθήσεις που θεραπεύει η πηγή της Τραϊανούπολης είναι: ρευματισμοί, νευρίτιδες και νευραλγίες, δερματοπάθειες και γυναικολογικά προβλήματα, παθήσεις των νεφρών, του ήπατος και της χολής, αναπνευστικές δυσλειτουργίες, κ.ά.

**6.Ζάκυνθος:** Στην περιοχή Καρώνης, στο δημοτικό διαμέρισμα των Ορθονίων, βρίσκεται μία πανέμορφη μικρή παραλία με βότσαλο, 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 θειϊκών και θειούχων ενώσεων. Που κάνει καλό; Απαλύνει το δέρμα, εξαλείφει τις ρυτίδες, θεραπεύει δερματικές παθήσεις.

**7.Θέρμη:** Λίγα χλμ. έξω από τη Θεσσαλονίκη, υπάρχουν τα ομώνυμα λουτρά με θειούχες ιαματικές πηγές και εγκαταστάσεις διαμονής και λουτροθεραπείας, ανοιχτές από τον Ιούλιο έως τον Οκτώβριο.

**8.Θερμοπύλες:** Λίγο μετά τον ανδριάντα του Λεωνίδα. Σε πολλές σαλπγγίτιδες και σε περιπτώσεις στενώσεων ή υπερτροφικών ωοθηκών, οι γυναίκες ασθενείς αταφεύγουν σε ορμονικές θεραπείες με φάρμακα, ενώ το πρόβλημα τους είναι καθαρά ψυχολογικό. Δηλαδή, τους λείπει μία απαραίτητη μυοχαλάρωση προκειμένου όλος ο ορμονικός τους κύκλος να λειτουργήσει φυσιολογικά.

**9.Ικαρία:** Γνωστή περισσότερο για τις θεραπευτικές ιδιότητες των ιαματικών λουτρών και λιγότερο για την άγρια φυσική της ομορφιά, η Ικαρία τα τελευταία χρόνια 49 αναδεικνύεται ως ένας ανερχόμενος τουριστικός προορισμός που χαρακτηρίζεται από άγρια ομορφιά, πυκνή βλάστηση, ψηλά βουνά, ποτάμια και χαράδρες.

Οι πηγές στην Ικαρία, θεωρούνται μεταξύ των πλέον ραδιενεργών πηγών της υδρογείου. Το ραδόνιο εισπνεόμενο ή προσροφόμενο από το δέρμα φθάνει λόγω της διαλυτότητας του στα λιποειδή των νεύρων επιδρώντας ευεργετικά στις οδυνηρές νευρίτιδες και νευραλγίες. Συντελεί στην αποβολή του ουρικού οξέως δηλαδή θεραπεύει την ουρική αρθρίτιδα. Η παρουσία οιστρογόνων στις πηγές Μουσταφά και Σπηλαιίου ωφελούν στις γυναικολογικές παθήσεις. Δεν υφίσταται κίνδυνος αφού η ραδιενέργεια οφείλεται σχεδόν αποκλειστικά στο ραδόνιο και όχι στα άλατα ραδίου, αφ' ετέρου το νερό που καταλήγει στους λουτήρες έχει μειωμένο ποσό ραδιενέργειας καθώς αναμιγνύεται με το θαλασσινό.

Οι ιαματικές πηγές της Ικαρίας είναι της κατηγορίας των αλιπηγών ραδιενεργών. Περισσότερο ραδιενεργές είναι της Αρτέμιδος (754 Mache, 50,4°C), του Απόλλωνος (557 Mache, 45,4°C), Μουσταφά-Λίτζα (350 Mache, 43°C), Κράτσα (240 Mache, 46,8°C) κ.ά. Θερμότερη από όλες (58,7°C), αλλά φτωχότερη σε ραδιενέργεια (8,2 - 9 Mache) είναι η πηγή Θερμό. Στην περιοχή έχουν βρεθεί ερείπια από αρχαία λουτρά.

**10.Ιωάννινα - Καβάσιλα:** Το ιαματικό, «θερμομεταλλικό» νερό τους θεραπεύει ρευματισμούς, αρθροπάθειες και δερματοπάθειες. Επίσης υπάρχουν και τα ατμόλουτρα στον Αμάραντο Κόνιτσα, από τα μοναδικά του είδους στην Ελλάδα σε υψόμετρο 1.260 μ.

**11.Καβάλα - Ελευθερές:** Οι τέσσερις θερμές πηγές θεραπεύουν τους ρευματισμούς, τις αρθρίτιδες, γυναικολογικά προβλήματα, ενώ παράλληλα χαλαρώνουν το μυϊκό και νευρικό σύστημα. Από το 1924 στους ιαματικούς βούρκους Κρηνίδων Καβάλας ο άργιλος και το θείο απορροφούν τα νεκρά κύτταρα στο δέρμα, που απομακρύνονται με το θειούχο νερό στις ντουζιέρες, ώστε να αποκτήσει στιλπνότητα και μία απαστράπτουσα επιδερμίδα. Οι πηγές Ελευθερών Καβάλας βρίσκονται 42 χλμ από την Καβάλα, στην εθνική οδό προς Θεσσαλονίκη, μέσα σε μια κατάφυτη κοιλάδα που διασχίζεται από τον ποταμό Μαρμαρά. Απέχουν 1,5 χλμ από τη θάλασσα.

**12.Καμένα Βούρλα:** Η λουτρόπολη των Καμένων Βούρλων βρίσκεται σε απόσταση 178 χλμ. βόρεια της Αθήνας και 50 χλμ. νότια της Λαμίας, πάνω στον εθνικό δρόμο. Είναι μία από τις πιο φημισμένες λουτροπόλεις του ελληνικού χώρου.

Οι πηγές των ιαματικών νερών των Καμένων Βούρλων βρίσκονται στους πρόποδες του όρους Κνημίδα και σε απόσταση 300 - 400 m περίπου από την παραλία της κωμόπολης. Λίγο βορειότερα είναι οι ιαματικές πηγές του Κονιαβίτη. Τα ιαματικά νερά αναβλύζουν από πολλές πηγές, της ίδιας περίπου χημικής σύστασης, διαφορετικής όμως ραδιενέργειας και θερμοκρασίας. Οι πηγές των Καμένων Βούρλων χαρακτηρίζονται σαν ραδιενεργές - χλωριονατριούχες και η πηγή του Μύλου Κονιαβίτη σαν υδροθείο - χλωριονατριούχες.

Οι παθήσεις που θεραπεύονται είναι εκείνες του κυκλοφοριακού συστήματος, οι ρευματισμοί, οι δερματοπάθειες και τα γυναικολογικά προβλήματα, όπως οι εξής:

Ουρικές αρθρίτιδες (ποδάγρα και εν γένει νευροαρθριτισμοί). Εκφυλιστικές αρθροπάθειες (οστεοαρθρίτιδες ή παραμορφωτικές αρθρίτιδες γονάτων, ισχίων και άλλων αρθρώσεων). Χρόνιες ρευματοειδείς αρθρίτιδες. Ρευματικές παθήσεις τενόντων - μυών. Τόνωση νευρικού συστήματος (κουρασμένοι οργανισμοί). Διαταραχές ή ανεπάρκειες αδένων έσω εκκρίσεων, ιδίως ωοθηκών. Χρόνιες γυναικολογικές παθήσεις.

Μερικές μορφές βρογχικού άσθματος. Εκζέματα αρθριτικής ή νευρικής φύσης, αλλεργικές δερματοπάθειες.

**13.Καρδίτσα - Σμόκοβο:** Τα ευεργετικά συστατικά του νερού τους θεραπεύουν μια μεγάλη γκάμα παθήσεων, με πρώτες τις ρευματοπάθειες και τις παθήσεις των αναπνευστικών οδών. Οι περισσότεροι έρχονται από την Πτολεμαΐδα, με έντονο αναπνευστικό πρόβλημα λόγω των μολυσματικών έργων της ΔΕΗ. Η πιο θερμή

πηγή ανέρχεται στους 41,6 °C., ενώ η μέση θερμοκρασία του νερού από το 1662 είναι 40,2 βαθμοί. Το νερό συγκεντρώνεται σε μια δεξαμενή από την οποία με θερμομονωτικούς σωλήνες μεταφέρεται στο υδροθεραπευτήριο για τη λούση, το τμήμα εισπνοών, ρινοπλύσεων και το ομαδικό χαμάμ. Κάθε μπανιέρα διαθέτει υδρομασάζ και ρυθμιστή θερμοκρασίας προκειμένου να αντιστοιχεί στην θερμοκρασία που συστήνει ο γιατρός. Με μία γεώτρηση λαμβάνεται κρύο νερό 18 °C της ίδιας σύστασης που αναμιγνύουμε με το ζεστό». Καϊάφας: Με το αυτοκίνητο φτάνετε σε τρεις ώρες. Είναι το μέρος όπου ο μύθος θέλει τον Κένταυρο Νέσσο να ξέπλυne την πληγή που του προκλήθηκε μετά από χτύπημα βέλους από τον Ηρακλή. Δίπλα ακριβώς στα λουτρά υπάρχει μία υπαίθρια μικρή λιμνούλα, η οποία κάθε απόγευμα είναι δωρεάν για το κοινό. Κάνουν καλό: Στις αρθριτικές, δερματικές και γυναικολογικές παθήσεις, στις χολολιθιάσεις και ηπατίτιδες, στις παθήσεις του γαστρεντερικού συστήματος, στις υποτονικές δυσπεψίες και στις ατονικές δυσκοιλιότητες από χολική ανεπάρκεια.

Στα λουτρά του Γερανίου Καϊάφα, νοτιοανατολικά του Πύργου Ηλείας, το σινάφι των καρδιοπαθών ανταμώνει στα χαλκοπράσινα νερά μιας μικρότερης σπηλιάς με 32° C, αφού η καρδιά τους δεν αντέχει μεγαλύτερη θερμοκρασία. Σε ένα μικρότερο ακόμη σπήλαιο, οι πάσχοντες πίνουν κρύο θειούχο νερό. «Το ύδωρ του Γερανίου Αύλακος το συστήνει ο γιατρός των λουτρών δια ποσιμοθεραπεία», μας τονίζει ο τελευταίος υδρολόγος του Πανεπιστημίου Αθηνών Γιάννης Καραπαναγιώτης.

**14.Καστοριά - Αμμουδάρα:** Το κέντρο θεραπείας ενδείκνυται για τις παθήσεις των άκρων και για τις ρευματοπάθειες.

**15.Κιλκίς - Πικρολίμνη:** Η Πικρολίμνη βρίσκεται στην Ξυλοκερατιά του Κιλκίς, 23 χλμ. από την Θεσσαλονίκη. Στη λίμνη έκτασης 4.500 στρεμμάτων, οι θειούχες λάσπες περιέχουν σημαντική ποσότητα θειούχων ενώσεων και νιτρικών αλάτων που όταν θερμαίνονται παρεισφρύνουν στον οργανισμό μέσω του δέρματος επιδρώντας στις απολήξεις των νεύρων.

Στις όχθες της εδρεύει το πρώτο, σύγχρονο κέντρο πηλοθεραπείας στα Βαλκάνια που φροντίζει για την υγεία, την ομορφιά και επιδρά καταπραϋντικά σε μυοσκελετικά προβλήματα, ρευματισμούς, αρθριτικά, οσφυαλγία, ισχιαλγία, δισκοκήλη, δερματοπάθειες (ακμή κ.λπ.), σαλπινγίτιδες.

**16.Κυλλήνη:** Παλιά αρχιτεκτονική οικημάτων, ερειπωμένη μέσα σε δάσος ευκαλύπτων, θυμίζει τις δόξες της Κυλλήνης, όταν έσπευδαν να θεραπεύσουν πλήρως το αναπνευστικό τους βρογχικό άσθμα, εμφύσημα, χρόνιες βρογχίτιδες, αναπνευστική ανεπάρκεια. Δεν είναι τυχαίο που οι φιλάρεσκοι Ρωμαίοι έχτισαν το θέρετρο τους ακριβώς εδώ.

**17.Κως:** Λίγο μετά το Ψαλίδι βρίσκονται τα Θερμά, που όπως θα κατάλαβες πήραν την ονομασία τους από τις θερμές πηγές που υπάρχουν στην περιοχή. Τα καυτά νερά καταλήγουν στη θάλασσα κι έχουν μεγάλη περιεκτικότητα σε θειάφι. Κάνουν καλό: Σε αρθρίτιδες, δερματοπάθειες, εφιδρωματικές καταστάσεις, κυκλοφορικές διαταραχές, νευρώσεις, παραλύσεις, ρευματισμοί. Η περιοχή χρειάζεται φροντίδα για τον εκσυγχρονισμό της κυρίως ως προς τις συνθήκες λειτουργίας του όλου χώρου, αλλά και βελτίωση στο δρόμο που οδηγεί στα Θερμά. Λαγκαδάς: 18 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη, μπορείτε να απολαύσετε θερμά θεραπευτικά λουτρά. Υπάρχει ξενοδοχείο, εστιατόριο καθώς και ένας δροσερός καλοφυτεμένος κήπος. Τα λουτρά του Λαγκαδά είναι κατάλληλα για αρθριτικά και ρευματικά νοσήματα καθώς και παθήσεις των περιφερικών νεύρων. Το 900 π.Χ. περίπου ο γιατρός του Βυζαντίου Ιουστινιανός κατασκεύασε τον μαρμάρινο ομαδικό λουτήρα και άλλες εγκαταστάσεις λουτροθεραπείας στον Λαγκαδά, δίπλα στη λίμνη που πήρε το όνομα Κορώνεια, από τη μητέρα του Ασκληπιού, θεού της Ιατρικής και της Υγείας. Σήμερα, η λουτρόπολη του Λαγκαδά διαθέτει υδροθεραπευτήριο με δυο ομαδικούς λουτήρες 41° C και 60 ατομικούς από τους οποίους οι 23 είναι εξοπλισμένοι με υδρομασάζ. Ακόμη, φυσιοθεραπευτήριο, ιατρείο, δυο πισίνες Ολυμπιακών προδιαγραφών, γήπεδα μπάσκετ, τένις, βόλλεϋ, πάρκα. Τα νερά είναι φθοριούχα, θειονατριούχα διτανθρακικά, αλκαλικών γαιών. Λήμνος – Μύρινα: Θεραπεύει την ουρική αρθρίτιδα, τις λοιμώξεις των ουροφόρων οδών και τις παθήσεις των νεφρών. Στην Πλάκα προς την παραλία του Αγίου Χαραλάμπους βρίσκονται τα ιαματικά λασπόλουτρα, όπου γίνεται «πηλοθεραπεία» σε υπαίθριες εγκαταστάσεις. Είναι χαρακτηριστικό ότι μέχρι τα τέλη του 19ου αιώνα, τον συγκεκριμένο πηλό τον πούλαγαν στα φαρμακεία σε σφραγισμένα δισκία και τον χρησιμοποιούσαν ως αντίδοτο στα δηλητήρια.

**18.Λουτρά Ηραίας:** Στο κέντρο του χωριού λειτουργεί σύγχρονο υδροθεραπευτήριο με αυτεπιστασία του Δήμου, από τις 15 Ιουνίου έως και τις 15 Οκτωβρίου. Το υδροθεραπευτήριο διαθέτει είκοσι (20) υπερπολυτελείς καμπίνες με αντίστοιχες μπανιέρες από τις οποίες οι τρεις είναι για υδρομασάζ. Τα θειούχα και σιδηρούχα νερά των πηγών είναι τα πλέον ενδεδειγμένα ιατρικά, με αποδεδειγμένες θεραπευτικές ιδιότητες για: αρθρίτιδες, αυχενικό σύνδρομο, γυναικολογικά, κυκλοφορικό και νευρικό σύστημα, οστεοπόρωση, ρευματισμούς και ίσως τα καλύτερα για τη θεραπεία ήπατος και χολής. Οι Ιαματικές Πηγές βρίσκονται κοντά στην Εθνική οδό Τρίπολης-Πύργου. Στη γέφυρα Κοκλαμά ο δρόμος αριστερά περνά από τα χωριά Γαρατζίνου, Λιοδώρα και φτάνει στις Ιαματικές Πηγές Λουτρών Ηραίας. Λουτράκι: Η πρώτη αναφορά στα νερά του Λουτρακίου γίνεται στον Ξενοφώντα. Οι πηγές λένε ότι χάρη σ' αυτά θεραπεύτηκε ο Σύλλας και στόμα με στόμα το μυστικό έμαθαν οι πάντες στη ρωμαϊκή επικράτεια. Οι Θέρμες, το σημερινό Λουτράκι, θεωρείται η αρχαιότερη ελληνική λουτρόπολη. Το πρώτο δημοτικό «λουτρικό κατάστημα» έγινε το 1874. Τα λουτρά που είναι το σημερινό υδροθεραπευτήριο Θερμά κτίστηκαν το 1934 και φέτος πρόκειται να ανακαινιστούν εσωτερικά. Θεσμός έχει γίνει στο Λουτράκι και το Μεσογειακό Συνέδριο Ιαματικής Ιατρικής. Στα Λουτρά Λουτρακίου λειτουργούν ένα υδροθεραπευτήριο με 4 ομαδικές πισίνες 12 ατόμων και 12 ατομικούς λουτήρες, με διαχωρισμό ανδρών-γυναικών.

Η θεραπεία στο Λουτράκι, δεν ενδείκνυται για όσους πάσχουν από έλκη, ηπατικές ανεπάρκειες, μη αντισταθμιζόμενες παθήσεις της καρδιάς, πρόσφατη εγκεφαλική συμφόρηση, μεγάλη αρτηριακή υπέρταση, προχωρημένες γενικά νεφρίτιδες και λιθιάσεις.

**19.Μέθανα:** Οι Ιαματικές πηγές των Μεθάνων είναι αποτέλεσμα της ηφαιστειακής δράσης, ονομαστές εδώ και χιλιάδες χρόνια για την αποτελεσματική και σωτήρια επίδρασή τους στην υγεία και την ομορφιά. Κείμενα του Πausανία, του Στράβωνα και του Οβίδιου, μαρτυρούν την ύπαρξη και την φήμη τους από τους αρχαίους χρόνους. Έχουν ευεργετικές θεραπευτικές ιδιότητες για πολλές παθήσεις όπως αρθροπάθεια, δισκοπάθεια, σπονδυλοαρθρίτιδα, ρευματοπάθεια, κατάγματα, γυναικολογικές παθήσεις, στειρότητα, νευρώσεις, κοπώσεις, παθήσεις αναπνευστικού συστήματος, χρόνιες βρογχίτιδες, δερματικά νοσήματα κλπ. Οι ιαματικές εγκαταστάσεις των Μεθάνων βρίσκονται στις εξής περιοχές: Άγιοι Ανάργυροι (Λουτρόπολη Μεθάνων), Άγιος Νικόλαος (Λουτρόπολη Μεθάνων) και Λουτρά Πausανία (στον οικισμό του Αγίου Νικολάου Κουνουπίτσας σε απόσταση 11 χιλιομέτρων από τα Μέθανα).

**20.Μυτιλήνη:** Η φύση χάρισε στον Πολιχνίτο τις πιο θερμές πηγές στην Ευρώπη, που αναβλύζουν μέσα από ηφαιστειογενή πρωτογενή και δευτερογενή πορώδη πετρώματα. Η θερμοκρασία του νερού είναι μεταξύ 67 και 92 βαθμών Κελσίου και στους λουτήρες μεταξύ 42 και 44 βαθμών Κελσίου. Θεωρούνται εφάμιλλες του Βισμπάντεν της Γερμανίας και έχουν θεραπευτικές ιδιότητες (πέρα από τις χαλαρωτικές) για χρόνιους ρευματισμούς, αρθροπάθειες, χρόνιες σπονδυλαρθρίτιδες, οσφυοϊσχιαλγία, δευτεροπαθείς δερματικές παθήσεις, ουρική αρθρίτιδα, φλεγμονώδεις παθήσεις γυναικολογικής προέλευσης, δυσλειτουργία σαλπίγγων κ.ά. Ιαματικές Πηγές Λουτρόπολης Θερμής: Τα ιαματικά νερά της Θερμής ήταν περίφημα και στην αρχαιότητα. Στις ανασκαφές που έγιναν για την ανέγερση του ξενοδοχείου "Σάρλιτσα Παλλάς" βρέθηκαν μικροί λουτρώνες και συστήματα αποχετεύσεως. Συστήνονται για την θεραπεία ρευματισμών, γυναικολογικών, δερματικών παθήσεων και παθήσεων κυκλοφορικού. Η Θερμή (Δήμος Λουτροπόλεως Θερμής) απέχει 11 χλμ. από την πόλη της Μυτιλήνης, αποτελεί το κέντρο της γύρω περιοχής και χωρίζεται σε δύο μέρη στην Κάτω και Άνω Θερμή.

**21.Ιαματικές πηγές Εφταλούς:** Με θερμοκρασίες 43,6-46,5. C, ενδείκνυται για τη θεραπεία ρευματισμών, αρθριτισμού, ισχιαλγίας, νευραλγίας, ψαμμιάσεως, χολολιθιάσεως, γυναικολογικών και δερματικών παθήσεων. Περιοχή: Μόλυβος(Μήθυμνα).

**22.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. Σήμερα λίγες πηγές χρησιμοποιούνται και αυτές είναι ελάχιστα αξιοποιημένες. Οι πιο σημαντικές από αυτές είναι οι παρακάτω: Λουτρά του Λάκκου, Λουτρά του Μακρινού, η Πικροπηγή ή Τσιλλονέρι, τα Λουτρά του Προβατά.

Ενδείκνυνται: Στις ρευματοειδείς αρθρίτιδες, στις παθήσεις των περιφερειακών νεύρων, στις γυναικολογικές παθήσεις και στις δερματικές. Μπορείτε να πάτε στον Αδάμαντα (μέσα σ' ένα σπήλαιο όπου έχουν κατασκευαστεί και χώροι για μπάνιο) με θερμοκρασία 33,3° C, στις Αλυκές με 22° C, στην Κάναβα με 50°C, στο Παλιοχώρι με 50°C, στα Μαντράκια με 54°C, στον Αδάμαντα στην περιοχή Χάρου με 42°C, στον Προβατά, Τρία Πηγάδια και αλλού. Όλες αυτές οι πηγές θεωρούνται κατάλληλες για ρευματοειδείς αρθρίτιδες, παθήσεις των περιφερειακών νεύρων, γυναικολογικές, δερματικές και άλλες. Χαρακτηριστικό είναι ότι στις περιοχές αυτές μετρούνται υψηλές θερμοκρασίες και στο έδαφος.

**23.Νέα Απολλωνία:** Εκτός από τα άνω και κάτω άκρα, το ιαματικό νερό της λουτρόπολης θεραπεύει γυναικολογικά προβλήματα, ανακουφίζει από τους ρευματισμούς και τις παθήσεις των νεύρων.

**24.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.

Δυστυχώς η σημερινή εικόνα των λουτρών είναι άθλια και όπως μας είπαν άνθρωποι που κάνουν λουτροθεραπείες κινδυνεύει να απαξιωθεί η φήμη μιας από τις καλύτερες λουτροπηγές της χώρας.

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

**26.Πέλλα - Λουτράκι:** Οι θεραπευτικές ενδείξεις είναι απεριόριστες- ενδεικτικά αναφέρονται οι παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος, οι ρευματοπάθειες, οι αρθροπάθειες, οι ισχιαλγίες, οι δερματοπάθειες, τα προβλήματα του πεπτικού και κυκλοφορικού συστήματος κ.ά.

**27.Πλατύστομο:** Οι δύο πηγές βρίσκονται 1,5 χλμ. δυτικά από το χωριό, σε υψόμετρο 420 μέτρα του βουνού Όθρη. Μπορείτε να κάνετε λουτροθεραπεία με νερό της αλκαλικής θειοπηγής (32,1°C), ποσιθεραπεία με θειούχο νερό της ψυχρής πηγής (25 °C), ή και τα δύο μαζί - 0,14 mache ραδιενέργειας. Θεραπεύουν: Παχυσαρκία, αρθριτικά, χολιθίαση, μικρή ανεπάρκεια ύπατος, νεφρολιθίαση, κυστίτιδα, δυσπεψία, δυσκοιλιότητα.

**28.Πόζαρ:** Λουτρόπολη της Αριδαίας πριν την Έδεσσα. Στο Λουτράκι νομού Πέλλας, 13 χλμ. δυτικά της Αριδαίας, υπάρχουν οι μεταλλικές πηγές Λουτρά Λουτρακίου ή Λουτρά Πόζαρ. Οι ιαματικές πηγές Λουτρών Λουτρακίου ή Λουτρών Πόζαρ, αναβλύζουν σε υψόμετρο 360 -390 μ. και σε θερμ. 37° C. Δημιουργούνται από το νερό της βροχής που εισχωρεί στο έδαφος και φτάνει σε μεγάλο βάθος, όπου θερμαίνεται, ανεβαίνει ψηλότερα και στην πορεία του εμπλουτίζεται με μέταλλα και άλλα συστατικά.

Οι θεραπευτικές ιδιότητες του νερού συνιστώνται για παθήσεις του κυκλοφοριακού και του αναπνευστικού συστήματος, ρευματοπάθειες, γυναικολογικές και δερματικές παθήσεις. Επίσης, ενδείκνυται η ποσιθεραπεία για παθήσεις ήπατος, νεφρών, χολής, πεπτικού και ουροποιητικού συστήματος.

Η λουτρόπολη απέχει 3 χιλιόμετρα από το Λουτράκι και βρίσκεται στην κοιλάδα του ρέματος του Αγ. Νικολάου (σλαβικό όνομα "Τόπλιτσα", σε ελεύθερη μετάφραση "Θερμοπόταμος"). Η κοιλάδα ακολουθεί τις στροφές του ποταμού και το φυσικό της κάλλος είναι απaráμιλλο, με πολλούς τεχνητούς καταρράκτες (μέρος των αντιπλημμυρικών έργων, κομψά εντεταγμένων στο περιβάλλον), οργιάζουσα βλάστηση και θεαματικές βραχώδεις, απόκρημνες πλαγιές εκατέρωθεν. Οι λουτήρες είναι δύο ειδών, μικροί των 3-4 ατόμων που ονομάζονται και "μπανιέρες" και μεγάλοι των 20 ατόμων που ονομάζονται "πισίνες". Σε αρκετά σημεία επίσης το ζεστό νερό αναβλύζει ελεύθερο και χύνεται στο ρέμμα (εξ ου και το όνομά του). Η χρήση του νερού ως ποσίμου είναι ελεύθερη, από μια κρήνη δίπλα στο εστιατόριο της Δημοτικής Επιχείρησης των Λουτρών. Λειτουργεί επίσης και μεγάλη ανοικτή πισίνα των 25 μέτρων (με βάθος από 1 έως 2,80 μέτρα), η οποία τροφοδοτείται με ζεστό και κρύο νερό της περιοχής.

**29.Πρέβεζα:** Εκτός των κλασικών θεραπειών τα λουτρά προσφέρουν πλήρη ανάνηψη από τις ραχίτιδες.

**30.Ροδόπη:** Έξω από το παρθένο δάσος Φρακτού, στην οροσειρά της Δυτικής Ροδόπης, πίσω από μια βουνοπλαγιά και 10 χλμ. από το Παρανέστι Δράμας, η διαπεραστική μυρωδιά του θείου αναμιγνύεται έντονα με άρωμα βασιλικού. Η προσέλευση πολλών επισκεπτών τα καλοκαίρια στα λουτρά, δημιούργησε τον οικισμό Θέρμια στα Πομακοχώρια. Ο γραμματέας της κοινότητας Θερμών, μας παραπονέθηκε για την άρνηση των επιστημόνων να γίνει δειγματοληψία και εξέταση του νερού, επειδή η πηγή δεν ανήκει στον Σύνδεσμο. Η θερμοκρασία του είναι 47 °C, τσούζει, αλλά θεραπεύει τις δερματοπάθειες. Σέρρες - Σιδηρόκαστρο: Οι ιδιότητες του νερού είναι τέτοιες που μπορούν να θεραπεύουν πλήρως τις παθήσεις και τα προβλήματα των άκρων, χρόνια ή μη, καθώς και κάποια γυναικολογικά προβλήματα. Πολλοί νέοι, αθλητικοί σύλλογοι και επαγγελματίες χορευτές παραθερίζουν χειμώνα και καλοκαίρι στα ιαματικά υδρόλουτρα Σιδηροκάστρου όπου η πληρότητα ανέρχεται στο 90% κατά τη λουτρική περίοδο. Στο σύγχρονο υδροθεραπευτήριο Σιδηροκάστρου, για τα άτομα με ειδικές ανάγκες υπάρχουν ανυψωτικά μηχανήματα και τραχήλατα προκειμένου να οδηγούνται στο κρεβάτι, στον λουτήρα, στο ντους, καθώς και ειδικές ράμπες για τους τετραπληγικούς. Όργανα διαθερμίας, υπερήχων, μηχανήματα έλξης, παραφινοθεραπείας, λουτρά πεταλούδας με υδρομασάζ, σάουνα, πισίνα ανοιχτή και κλειστή. Οι παλιοί ομαδικοί λουτήρες τύπου χαμάμ, θερμοκρασίας 39-40 °C διακοσμούνται με βιτρώ βυζαντινών σχεδίων.

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



**32.Φθιώτιδα - Υπάτη:** Σε απόσταση 18χλμ. από τη Λαμία βρίσκονται τα Λουτρά της Υπάτης, κοντά στην ομώνυμη κωμόπολη στους πρόποδες της Οίτης, που περιβάλλεται από ένα καταπράσινο και πανέμορφο φυσικό περιβάλλον. Το νερό της θεραπεύει το δύσκολο πρόβλημα των ημικρανιών. Επίσης ενδείκνυται για καρδιαγγειακές παθήσεις, μυϊκά προβλήματα και παθήσεις του νευρικού συστήματος.[30]

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο  
ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ

## 6.1 ΙΑΜΑΤΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ

### 6.1.1 ΓΕΡΜΑΝΙΑ

Η πιο σημαντική αγορά στην Ε.Ε. για τον ιαματικό τουρισμό και γενικότερα τον τουρισμό υγείας είναι η αγορά της Γερμανίας, ακόμη και χωρίς να συμπεριλαμβάνονται τα κρατίδια της πρώην Ανατολικής Γερμανίας. Τα στοιχεία που δίνονται ότι συνέχεια αναφέρονται στη Γερμανία πριν την ενοποίηση. Στη Γερμανία το 1993 λειτουργούσαν 269 θέρετρα, τα οποία λειτουργούσαν είτε υπό ιδιωτικό καθεστώς, είτε ανήκαν στους δήμους ή στην κεντρική διοίκηση, και πρόσφεραν διάφορες μορφές θεραπείας. Υπάρχουν τέσσερις βασικές κατηγορίες θέρετρων στην Γερμανία: ιαματικά, όπου τα μεταλλικά νερά ή ο πηλός είναι η βάση της θεραπείας, παραθαλάσσια θέρετρα, ορισμένα εκ των οποίων ισχυρίζονται πως είναι κέντρα θαλασσοθεραπείας, τα θέρετρα Kneipp τα οποία εφαρμόζουν ειδικές μορφές υδροθεραπείας βασισμένες στη χρήση όλων των μορφών του κρύου νερού, και τα θέρετρα όπου το κλίμα είναι ο βασικός παράγοντας θεραπείας. Ο κλάδος κεντρικά αντιπροσωπεύεται από την Deutscher Baderverband, που εδρεύει στην Βόννη, και αποτελείται από πέντε ενώσεις. Οι ενώσεις αυτές συμπεριλαμβάνουν τις διοικήσεις των θέρετρων (συμμετέχουν ως μέλη οι τοπικές ενώσεις), εξειδικευμένους ιατρούς, σε θέματα ιαματικής θεραπείας, τους παραγωγούς εμφιαλωμένων μεταλλικών νερών, τις επιχειρήσεις πώλησης εμφιαλωμένων μεταλλικών νερών και μία ένωση που ασχολείται με την έρευνα.

Η Γερμανία επίσης είναι η χώρα όπου ο ιαματικός τουρισμός είναι πολύ σημαντικός για την εγχώρια βιομηχανία τουρισμού. Ο οργανισμός Deutscher Baderverband ισχυρίζεται πως οι επίσημα αναγνωρισμένες ιαματικές εγκαταστάσεις προσελκύουν το 50% του Γερμανικού τουρισμού, χωρίς αυτό βέβαια να σημαίνει ότι τις επισκέπτονται μόνο για ιαματική θεραπεία ή ότι είναι η κύρια πηγή εσόδων για τα αντίστοιχα τουριστικά θέρετρα. Η Deutscher Baderverband κάνει μία σημαντική προσπάθεια για ανάπτυξη της αγοράς του ιαματικού τουρισμού, χωρίς οπωσδήποτε να επιδοκιμάζεται από όλα τα μέλη της. Στόχος της είναι ο εκσυγχρονισμός της εικόνας του κλάδου και η καθιέρωση του τουριστικού παρόντα ως τμήμα του παρεχόμενου προϊόντος. Προωθεί νέα προϊόντα σύμφωνα με τις σύγχρονες συνθήκες της αγοράς. (παραμονή μικρής διάρκειας στα διάφορα θέρετρα), χρησιμοποιώντας την υπάρχουσα ιατρική υποδομή (συμπεριλαμβανομένου και του ιατρικού προσωπικού), χωρίς να παραβιάζει τις βασικές αρχές του κλάδου. Στα τρέχοντα ενδιαφέροντα της είναι η αύξηση του αριθμού των επισκεπτών, η αναμόρφωση του νόμου στο χώρο της υγείας καθώς και ο ανταγωνισμός στα πλαίσια της Ενιαίας Ευρωπαϊκής Αγοράς.

Σημαντικός παράγοντας για την καθιέρωση του κλάδου στην Γερμανία αποτέλεσε η αναγνώριση της ιαματικής θεραπείας από τους ασφαλιστικούς φορείς.

Με εξαίρεση τους δημόσιους υπαλλήλους (καλύπτονται απόδιαφορετική νομοθεσία) και από τις παροχές στις μητέρες και στους συνταξιούχους, τα σχήματα επιχορήγησης για Θεραπεία σε ένα ιαματικό θέρετρο είναι δύο :εκείνοι που διαμένουν εντός του θέρετρου και εκείνοι που διαμένουν σε κάποιο ξενοδοχείο της περιοχής αλλά λαμβάνουν καθημερινή θεραπευτική αγωγή σε κάποιο θέρετρο (με μεγαλύτερη ελευθερία επιλογής σχετικά με το ιαματικό θέρετρο αλλά και με το χρονικό διάστημα παραμονής). Στην πρώτη περίπτωση σχεδόν όλο το κόστος καλύπτεται από τα ασφαλιστικά ταμεία εκτός από μία μικρή συμμετοχή, η οποία σε ειδικές περιπτώσεις μπορεί και να μην υπάρχει. Στην δεύτερη περίπτωση τα ασφαλιστικά ταμεία καλύπτουν το 90% του ιατρικού κόστους και ένα μικρό μέρος των εξόδων διαμονής, ενώ η διάρκεια της θεραπευτικής αγωγής λαμβάνεται ως μέρος της ετήσιας άδειας των εργαζομένων, ενώ επανάληψη της ίδιας θεραπευτικής αγωγής (για την ίδια ασθένεια) λαμβάνεται μία φορά σε διάστημα τριών χρόνων.

### 6.1.2 ΙΤΑΛΙΑ

Ιαματικά θέρετρα υφίστανται στην Ιταλία από την εποχή των Ρωμαϊκών χρόνων και αποτελούν ακόμη και τώρα ένα σημαντικό στοιχείο της Ιταλικής ζωής. Οι περισσότεροι Ιταλοί πιστεύουν στις θεραπευτικές ιδιότητες των θερμών νερών και συμφωνά με έρευνα που διεξάχθηκε το 1989 το 86% των Ιταλών, ηλικίας 14 και άνω, θεωρεί την ιαματική αγωγή είτε «πολύ» είτε «αρκετά» χρήσιμη, ενώ ένα ποσοστό 22% (ενήλικες 14 και άνω), έχουν παραμείνει για ορισμένο χρονικό διάστημα σε κάποιο ιαματικό θέρετρο Από αυτούς το 46% τα επισκέφθηκε για να ακολουθήσει κάποια θεραπευτική αγωγή, το 44% για διακοπές, το 9% ως συνοδοί φίλων ή συγγενών, το 7% για παρακολούθηση συνεδρίου και ένα ποσοστό 4% δεν έδωσε κάποια αιτιολόγηση (το σύνολο ξεπερνά το 100% καθώς υπήρχε η δυνατότητα πολλαπλών απαντήσεων) Τα τελευταία χρόνια όμως οι περικοπές του προϋπολογισμού σε θέματα υγείας και οι διάφορες αναθεωρήσεις των κανονισμών έχουν περιορίσει αισθητά την δυνατότητα αποζημίωσης για το κόστος παρακολούθησης ιαματικής Θεραπευτικής αγωγής. Μέχρι πριν από μερικά χρόνια, σχεδόν κάθε δημόσιος υπάλληλος δικαιούνταν 12 ημέρες ιαματικής θεραπείας, εκτός της κανονικής άδειας.

Οι πρώτοι περιορισμοί όσον αφορά τη δυνατότητα αποζημίωσης εφαρμόστηκαν το 1990 και συνεχώς διευρύνονται . Σύμφωνα με τις διοικήσεις των θέρετρων, το κλίμα αβεβαιότητας που δημιουργείται, με την εφαρμογή συνεχώς νέων κανονισμών δε δίνει τη δυνατότητα στον κλάδο να απελευθερώσει όλο το δυναμικό του. Οι κανονισμοί αποζημίωσης το 1990 όριζαν πως η επιλογή του θέρετρου ήταν στην κρίση του ασθενή, η αγωγή όμως θα έπρεπε να καθοριστεί από γιατρό και να εγκριθεί από τοπική επιτροπή υγείας. Από το κόστος της θεραπευτικής αγωγής το 30% το καλύπτει ο ασθενής, όπως επίσης και τα κόστη διαμονής και ταξιδιού.

Το μεγαλύτερο χρονικό διάστημα που μπορεί να ορίσει ο γιατρός για θεραπεία, για να ληφθεί ως αναρρωτική άδεια και όχι ως κανονική, είναι 12 ημέρες (και 3 ημέρες επιπλέον για ταξίδι). Το διάστημα αυτό θα πρέπει να απέχει από την κανονική περίοδο αδείας τουλάχιστον 15 ημέρες. Η πρόβλεψη αυτή υπάρχει για να περιορίζονται οι αδικαιολόγητες απουσίες. Όμως τα τελευταία χρόνια, η παραπάνω τακτική δέχεται μεγάλη κριτική, καθώς δε δίνει τη δυνατότητα σε όσους έχουν ανάγκη Θεραπείας μεγαλύτερης διάρκειας, να παρατείνουν την διαμονής τους, κάνοντας χρήση της αδείας τους, εάν φυσικά το επιθυμούν.

Στην Ιταλία υπάρχουν συνολικά 430 (στοιχεία 1994) ιαματικά κέντρα υδροθεραπείας. Άλλες μορφές θέρετρων υγείας δεν αναπτύχθηκαν, εκτός από 5 κέντρα θαλασσοθεραπείας, και τα οποία σύμφωνα με τη Γαλλία δεν καλύπτουν τα πρότυπα που εφαρμόζονται στη δική τους χώρα. Από τα 5 κέντρα θαλασσοθεραπείας τα 4 βρίσκονται στη Αδριατική και το ένα στην Puglia. Μία μικρή μειοψηφία των ιαματικών θέρετρων της Ιταλίας, είναι κρατικά και εκπροσωπούνται ως τομέας από την Assoterme. Τα υπόλοιπα ανήκουν είτε σε ιδιώτες είτε στις τοπικές αρχές, και εκπροσωπούνται από την Fetherterme. Υπάρχει και μία τρίτη ένωση η Unionterme. Ένας καινούργιος οργανισμός ιδρύθηκε το 1989 και ονομάζεται Associazione Nazionale Comuni Termali (Ankot), στην οποία εκπροσωπούνται οι δήμοι που έχουν ιαματικές εγκαταστάσεις στην περιοχή τους. Η ένωση αυτή ξεκίνησε ως πρωτοβουλία των πέντε πιο σημαντικών λουτροπόλεων της Ιταλίας (Montecatini, Abano, Chianciano, Salsomaggiore και Ischia), οι οποίες θεωρούσαν ότι ο ανταγωνισμός μεταξύ των προηγούμενων οργανισμών δε βοηθούσε στη προώθηση του κλάδου, καθώς δε λάβαιναν υπόψη το τουριστικό δυναμικό των πηγών. Η λουτρόπολη Salsomaggiore, υπήρξε πρωτοπόρος στην προσπάθεια διατήρησης τόσο της παραδοσιακής της πελατείας αλλά και προσέλκυσης νέων αγορών.

Η πιο γνωστή και η πιο οργανωμένη πόλη της Ιταλίας όσον αφορά τον ιαματικό τουρισμό είναι το Montecatini όπου παρέχονται εκτός της θεραπευτικής αγωγής όλες οι υπηρεσίες μιας πόλης, με επιλογές στα καταλύματα (πολυτελείας ή πιο απλά) και στις παρεχόμενες υπηρεσίες (οργανωμένα πάρκα για περιπάτους, γήπεδα αθλοπαιδιών, πολιτιστικά γεγονότα, εκθέσεις, συναυλίες, εμπορικά καταστήματα, διασκέδαση). Σε μεγάλο βαθμό τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν τα ιαματικά θέρετρα της Ιταλίας, είναι παρόμοια με αυτά που αντιμετωπίζει ο κλάδος του ιαματικού τουρισμού σε όλη την Ευρώπη. Τα πρώτα στοιχεία του 1990 έδωσαν το συμπέρασμα πως ο κλάδος του ιαματικού τουρισμού αντιστεκόταν ακόμη στην ύφεση από πλευράς Γερμανών τουριστών. Η περίοδος όμως αυτή θεωρείται ότι είναι μεταβατική, έως ότου τα ιαματικά θέρετρα της π. Ανατολικής Ευρώπης -κυρίως της π. Ανατολικής Γερμανίας, της Ουγγαρίας και της Τσεχοσλοβακίας- να αναδιοργανωθούν και κατορθώσουν να είναι ανταγωνιστικά.

Ο Εθνικός Οργανισμός Τουρισμού της Ιταλίας στην προσπάθεια του να καταπολεμήσει τις ανησυχίες των ιταλικών λουτροπόλεων, τα 1990 πραγματοποίησε διαφημιστικές καμπάνιες τόσο στην Βόρεια Ευρώπη όσο και στις Ηνωμένες Πολιτείες, η οποία είναι μία τελείως νέα αγορά για τον Ιταλικό ιαματικό τουρισμό.

### 6.1.3 ΓΑΛΛΙΑ

Ο θεραπευτικός τουρισμός στη Γαλλία, όπως στη Γερμανία και στην Ιταλία, αποτελεί παράδοση για τη χώρα με τη μόνη διαφορά ότι ποτέ δεν έγιναν συγκεκριμένες ενέργειες προσέλκυσης αλλοδαπών επισκεπτών. Παρόλο που έχουν γίνει αρκετές βελτιώσεις στον τομέα του τουρισμού υγείας, για την περαιτέρω ανάπτυξη του κλάδου, ακόμη και στην εγχώρια αγορά, απαιτείται να ληφθούν πρόσθετες ενέργειες. Τα έως τώρα μέτρα αφορούσαν κυρίως τις πόλεις Vichi, Vittel και Comtreville, πολύ γνωστές για τα μεταλλικά τους νερά, με κύριο στόχο, αφενός την δημιουργία προγραμμάτων που να ανταποκρίνονται στις νέες τάσεις της αγοράς, αφετέρου την προώθηση της άποψης ότι η προληπτική ιατρική είναι εναλλακτική θεραπεία. Εάν η τάση των Γάλλων να επισκεφθούν ιαματικά θέρετρα ήταν στα ίδια επίπεδα με τους Ιταλούς και τους Γερμανούς, η αγορά θα ήταν τουλάχιστον τρεις φορές μεγαλύτερη. Σήμερα οι επισκέπτες των θέρετρων υγείας εκτιμάται ότι ξεπερνούν το 1.000 000 το χρόνο (600.000 για ιαματικά κέντρα υδροθεραπείας, 200 000 για κέντρο θαλασσοθεραπείας και 200.000 για θέρετρα που παρέχουν διάφορες μορφές υδροθεραπείας με τη χρήση νερού δικτύου). Στοιχεία για τους αλλοδαπούς επισκέπτες των κέντρων αυτών δεν υπάρχουν, δεν θεωρείται όμως ότι αποτελούν σημαντικό ποσοστό. Οι 1.200 εγκαταστάσεις ιαματικής θεραπευτικής αγωγής, που εκτιμάται ότι λειτουργούν έχουν αναπτυχθεί σε περίπου 100 συμπλέγματα πηγών, διασκορπισμένες σε 40 διοικητικά διαμερίσματα. Ο κλάδος αντιπροσωπεύεται από δύο ενώσεις την Union Nationale des Etablissements (UNET) Syndicat Nationale des Etablissements (SNET). Οι διοικήσεις των ιαματικών θέρετρων αντιπροσωπεύονται στην Federation Thermale et Climatique de France. Τα πρότυπα λειτουργίας των θέρετρων καθορίζονται από το Υπουργείο Υγείας. Η πολιτική σχετικά με τον ιαματικό τουρισμό καθορίζεται από την Hault Comite du Thermalisme et du Climatisme, μία επιτροπή αποτελούμενη από εκπροσώπους της κυβέρνησης και του κλάδου. Επίσης σε συνεργασία με το υπουργείο τουρισμού γίνεται σημαντική προσπάθεια σύνδεσης ιαματικών πηγών και τουρισμού. Επιπλέον υπάρχουν 43 κέντρα θαλασσοθεραπείας, ενώ δεν είναι δυνατός ο ακριβής προσδιορισμός του αριθμού των κέντρων υδροθεραπείας που χρησιμοποιούν νερό δικτύου.

Η μεγάλη διάρκεια παραμονής στα ιαματικά θέρετρα της Γαλλίας υποδηλώνει πως εκτός των περιπτώσεων ατόμων που είναι σοβαρά ασθενείς ή πάσχουν από χρόνια προβλήματα υγείας, ένας πολύ μικρός αριθμός εργαζομένων μπορεί να διαθέσει το χρόνο για μία ολοκληρωμένη αγωγή 21 ημερών, για αυτό άλλωστε και ο μέσος όρος ηλικίας των επισκεπτών είναι σχετικά μεγάλος. Η μικρή διάρκεια αγωγής στα κέντρα θαλασσοθεραπείας (περίπου 6 ημέρες), έχει σαν αποτέλεσμα, χωρίς να είναι και η μοναδική αιτία, ο μέσος όρος ηλικίας των επισκεπτών να είναι μικρότερος. Αποζημίωση για το κόστος της αγωγής στα κέντρα θαλασσοθεραπείας, λαμβάνει μόνο το 10% των επισκεπτών, γεγονός που σε μεγάλο ποσοστό οφείλεται στο ότι η θαλασσοθεραπεία δεν είναι ακόμη αποδεκτή από τα ιατρικά επαγγέλματα. Για τη στάση αυτή του ιατρικού κλάδου δεν υπάρχει κάποια τεκμηριωμένη άποψη, εκτός από το επιχείρημα ότι τα περισσότερα κέντρα θαλασσοθεραπείας συνδέονται άμεσα με πολυτελείς εγκαταστάσεις διαμονής. Στην Γαλλία υπάρχουν 43 κέντρα θαλασσοθεραπείας (κάποια στιγμή ήταν 45). Στον αριθμό αυτό δε συμπεριλαμβάνονται τα κέντρα αποκατάστασης και επαγγελματικής επανένταξης. Το πρώτο κέντρο λειτούργησε το 1964 στο Quiberon. Οι λόγοι ανάπτυξης των κέντρων αυτών στην Γαλλία ήταν κυρίως δύο. Ο πρώτος σχετίζεται με την οικονομική διαφοροποίηση που έπρεπε να υπάρξει στα πρώην κέντρα αλιείας, λόγω της φθίνουσας πορείας που παρουσίαζε ο κλάδος της αλιείας και ο δεύτερος με την προσπάθεια ανάπτυξης στις βόρειες ακτές της χώρας (όπου ήδη υπήρχαν πολύ γνωστά τουριστικά θέρετρα, π.χ. La Baule, St Malo), εγκαταστάσεων που θα μπορούσαν να προσελκύσουν επισκέπτες και τους 12 μήνες του χρόνου. Αυτό σε μεγάλο βαθμό εξηγεί και την ανάπτυξη των κέντρων θαλασσοθεραπείας περιμετρικά των ήδη υπάρχοντων πολυτελών ξενοδοχείων της περιοχής δίνοντας έτσι στο προϊόν μία εικόνα πολυτελή. Σημειώνεται εδώ ότι στη Γερμανία, Ιταλία, Γαλλία, η προληπτική ιατρική στηρίζεται σε σημαντικό βαθμό στη υδροθεραπεία από τις μικρές ηλικίες. Τα πακέτα διακοπών προορισμού σε αυτά τα κέντρα συνδυάζονται τις περισσότερες φορές και με προσφορά άλλων τουριστικών υπηρεσιών αναψυχής, αναζωογόνησης, σπορ (όπως σκι, ιστιοπλοΐα, ιππασία, τένις, κλπ) και πολιτιστικών δραστηριοτήτων της υψηλής κοινωνικής ζωής (όπως κινηματογράφο, θέατρο, φεστιβάλ μουσικής κλπ) γιατί απευθύνονται όχι μόνο σε ασθενείς αλλά και στους συνοδούς των ασθενών, καθώς και σε άλλους επισκέπτες συνήθως ανωτέρου εισοδηματικού επιπέδου. Εξάλλου, απαιτείται η μακρά παραμονή των ατόμων σε αυτά τα θέρετρα, μεγαλύτερη από τα συνήθη τουριστικά θέρετρα, προκειμένου να φανούν τα αποτελέσματα μιας ορισμένης θεραπείας στην οποία υποβάλλονται, ιδίως αν πρόκειται για ειδικές θεραπείες (όπως αντικαπνική θεραπεία, θεραπεία του άγχους, ψυχοθεραπεία, κινησιοθεραπεία, χαλάρωση, διαιτητική, εκμάθηση ύπνου, έρευνα της σωστής γραμμής-στάσης του σώματος, αισθητικής κλπ). Επομένως η αναγκαστική παραμονή των επισκεπτών για ένα ορισμένο χρονικό διάστημα στα κέντρα του Ιαματικού Τουρισμού (π.χ. 21 ημέρες στη Γαλλία, 21-28 ημέρες στη Γερμανία, 12-18 ημέρες στην Ιταλία)

απαιτεί να δημιουργηθεί όχι μόνο η κατάλληλη ατμόσφαιρα για την χαλάρωση και την αναζωογόνηση του οργανισμού αλλά και η δημιουργία και άλλων δραστηριοτήτων και τόπων έλξης των τουριστών που θα τους απασχολούν κατά τις ελεύθερες ώρες. Έτσι δημιουργούνται συγκροτήματα που διαθέτουν όλη τη γενική και ειδική υποδομή και το κατάλληλο περιβάλλον που απαιτείται για τον τουρισμό μακράς παραμονής όπως πάρκα πρασίνου, κήποι, ποταμοί, λίμνες, κλινικές, κέντρα θεραπείας, κατάλληλος εξοπλισμός, ειδικευμένοι γιατροί, στέγαση σχετική με τη θεραπεία, ελεγχόμενη διαίτα κλπ που βοηθά στην αποτελεσματικότητα της συγκεκριμένης θεραπείας.[31]

#### 6.1.4 ΙΣΠΑΝΙΑ

Με τόσα πολλά που έχει να προσφέρει δεν είναι τυχαίο που ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας βαθμολόγησε την Ισπανία και την κατάταξε στην 7η θέση για το καλύτερο σύστημα υγειονομικής περίθαλψης στην Ευρώπη. Η ίδια έκθεση αναφέρει ότι οι Ισπανοί είναι οι δεύτεροι πιο ικανοποιημένοι με την ποιότητα της υγειονομικής τους περίθαλψης.

Σε αυτό έχει συμβάλει η οικονομική κατάσταση της χώρας αφού έχει την ισχυρότερη πλευρά της κλίμακας και βοήθησε στην ενίσχυση των νοσοκομείων και στην εμφάνιση πολλών καταρτισμένων ανθρώπων του κλάδου υγείας.[32]

Στην Ισπανία λειτουργούν 92 κέντρα Ιαματικού Τουρισμού και ένα κέντρο Τουρισμού Υγείας. Αν και υπάρχουν οι κατάλληλες βάσεις και η οικονομία της χώρας μπορεί να ανταπεξέλθει στις ανάγκες αυτές, γενικά ο κλάδος του Τουρισμού Υγείας δεν είναι αναπτυγμένος και δεν προωθείται.[8]

#### 6.1.5 ΕΛΒΕΤΙΑ

Στην Ελβετία λειτουργούν 22 ιαματικά κέντρα και εξειδικεύονται περισσότερο στην θεραπεία για πρόληψη. Το κλίμα, το υψόμετρο της τοποθεσίας όπου βρίσκονται ορισμένα από τα κέντρα αυτά είναι ιδανικά για την προσφορά προϊόντων που προορίζονται για ανάρρωση και χαλάρωση.

[31] Κοινάκη Αικατερίνη-Πλουμή Μαρία(2007), Πτυχιακή, Ιαματικός Τουρισμός, (<http://nefeli.lib.teicrete.gr/browse/sdo/tour/2007/Koinaki/attached-document/2007Koinaki.pdf>)

[32] Πηγή από [www.medicaltourism.com](http://www.medicaltourism.com) (<http://www.medicaltourismco.com/spain-hospitals/medical-tourism-spain.php>)

[8] Γρηγοριάδου Αφροδίτη(2009), Πτυχιακή, Τουρισμός 3ης ηλικίας, (<http://nefeli.lib.teicrete.gr/browse/sdo/tour/2009/GrigoriadouAfroditi/attached-document-1259315425-949588-21742/grigoriadou>)



### 6.1.6 ΑΥΣΤΡΙΑ

Η Αυστρία είναι ευλογημένη με ένα ευρύ φάσμα πρώην ηφαιστειακών περιοχών. Οι Ιαματικές Πηγές διατίθενται στις εταιρείες μεταλλικού νερού και κέντρων spa και συνδέονται με τις βιομηχανίες τουρισμού ευεξίας. Οι ιαματικές πηγές έχουν καταστεί σημαντικός παράγοντας για τον εσωτερικό τουρισμό. Οι περισσότερες λουτροπόλεις προσφέρουν μασάζ, σάουνες και άλλες περιποιησεις ομορφιάς. Άλλες ειδικεύονται στην προσέγγιση νέων με πιο περιπετειώδης δραστηριότητες με πισίνες με κύματα κ.α. Ωστόσο άλλες ιαματικές πηγές διατηρούν μακροχρόνιες παραδόσεις των θεραπευτικών αγωγών και είναι περισσότερο δημοφιλή με τους ηλικιωμένους και άτομα που βρίσκονται σε προγράμματα αποτοξίνωσης.

Στην Αυστρία λειτουργούν 100 ιαματικά κέντρα, εκ των οποίων τα 20 είναι αποκλειστικά για υδροθεραπεία. Η Αυστρία έχει αναπτύξει πολύ τον τομέα αυτό ώστε να παρουσιάζεται διεθνώς ως προορισμός αναζωογόνησης κατά της καθημερινής ρουτίνας. Μαζί με την Ελβετία αποτελούν μοναδικές χώρες όπου τα κέντρα Τουρισμού Υγείας τους εξειδικεύονται στην κλιματοθεραπεία. Εκτός από τη λουτροθεραπεία προσφέρουν πλήθος αθλητικών δραστηριοτήτων καθώς και πολιτιστικές και κοινωνικές εκδηλώσεις. Κεντρικός άξονας της διαφημιστικής καμπάνιας του κλάδου είναι ότι ο συνδυασμός φυσικής ομορφιάς, κλίματος, ατμόσφαιρας, θερμών νερών και ιαματικού πηλού παρέχουν ξεκούραση, χαλάρωση και ίαση από διάφορες ενοχλήσεις. Επομένως, δεν είναι απαραίτητο να τις επισκέπτονται μόνο άτομα με προβλήματα υγείας, αλλά και όσοι επιθυμούν να βρεθούν σε ένα περιβάλλον κατάλληλο για αναζωογόνηση του σώματος και της ψυχής. Τα κέντρα είναι επανδρωμένα με εξειδικευμένο προσωπικό το οποίο δημιουργεί ένα πρόγραμμα θεραπείας και δραστηριοτήτων προσαρμοσμένο στις ανάγκες του κάθε χρήστη.

### 6.1.7 ΠΟΡΤΟΓΑΛΙΑ

Στην Πορτογαλία λειτουργούν 40 κέντρα Ιαματικού Τουρισμού και για τον κλάδο του Τουρισμού Υγείας συμβαίνει το ίδιο με την Ισπανία, δηλαδή δεν υπάρχουν προοπτικές.

### 6.1.8 ΒΕΛΓΙΟ

Στο Βέλγιο λειτουργούν λίγα κέντρα Ιαματικού Τουρισμού ενώ τα κέντρα Τουρισμού Υγείας είναι περισσότερα. Εκ των επισκεπτών οι περισσότεροι είναι ημεδαποί τουρίστες αφού βρέθηκε ότι επί συνόλου 240.222 διανυκτερεύσεων (1990) στα κέντρα τουρισμού, το 88.88% πραγματοποιήθηκε από Βέλγους και το υπόλοιπο 11,17% από αλλοδαπούς επισκέπτες.

### 6.1.9 ΒΟΡΕΙΑ ΕΥΡΩΠΗ

Στην Βόρεια Ευρώπη και συγκεκριμένα στη Σουηδία και τη Φιλανδία τα προϊόντα του Τουρισμού Υγείας που προσφέρονται είναι πολύ υψηλών προδιαγραφών, τόσο από άποψη κοινωνική όσο και ιατρική.

### 6.1.10 ΑΓΓΛΙΑ

Στην Αγγλία, οι φάρμες υγείας είναι γνωστές ως τόποι Τουρισμού Υγείας ενώ τα κέντρα Ιαματικού Τουρισμού έχουν ατονήσει. Μόνο δύο από τα κέντρα αυτά επαναλειτούργησαν το 1985.

### 6.1.11 ΠΡΩΗΝ ΑΝΑΤΟΛΙΚΕΣ ΧΩΡΕΣ

Επίσης στις πρώην Ανατολικές χώρες Ρωσία, Τσεχοσλοβακία, Ουγγαρία κλπ ο Ιαματικός Τουρισμός θεωρείται αναπτυσσόμενος τομέας, αφού ένα σημαντικό ποσοστό του πληθυσμού των χωρών αυτών αλλά και των ξένων τουριστών επισκέπτεται τα κέντρα Τουρισμού Υγείας. Έτσι, στην Ουγγαρία η οποία θεωρείται από τις πλέον αναπτυσσόμενες στον τομέα αυτό, αφού διαθέτει 100 - 120 τέτοια 59οργανωμένα κέντρα με πλήρη εξοπλισμό και υποδομή και γύρω στις 350 ιαματικές πηγές με εγκαταστάσεις, το 10% (1988) περίπου του πληθυσμού της επισκέπτεται τις ιαματικές λουτροπόλεις, ενώ το 22% των ξένων επισκεπτών έχει ως προορισμό τα κέντρα του Τουρισμού Υγείας.

Στην Τσεχοσλοβακία, η οποία διαθέτει και αυτή οργανωμένα κέντρα Τουρισμού Υγείας, το 3,5% (1988) του πληθυσμού της βρέθηκε ότι υποβλήθηκε σε ιαματική θεραπεία. Στη Ρωσία ένας στους δεκαπέντε Ρώσους πηγαίνει σε ιαματικά κέντρα. Σήμερα οι λουτροπόλεις αυτές προσελκύουν νέους και άτομα όλων των ηλικιών εκτός των άλλων και λόγω της στροφής προς τις παραδοσιακές μορφές φυσικής θεραπείας που παρατηρείται τα τελευταία χρόνια. Οι φυσικοί τρόποι θεραπείας ή όπως λέγεται της αφαρμάκου ιατρικής κερδίζουν συνεχώς έδαφος με τα νέα δεδομένα, δηλαδή την επιβάρυνση του περιβάλλοντος, το άγχος της καθημερινής ζωής, το κάπνισμα, κλπ. που θεωρούνται υπεύθυνα για τις περισσότερες ασθένειες και το πρόωρο γήρας. Επιστημονικά έχει αποδειχθεί ότι τα προϊόντα του Τουρισμού Υγείας αποτελούν προάσπιση για καλή υγεία και έχουν επίσης σημαντική συμβολή στην προληπτική ιατρική.[8]

[8]Γρηγοριάδου Αφροδίτη(2009),Πτυχιακή,Τουρισμός 3ης ηλικίας,  
(<http://nefeli.lib.teicrete.gr/browse/sdo/tour/2009/GrigoriadouAfroditi/attached-document-1259315425-949588-21742/grigoriadou>)

### 6.1.12 ΒΟΡΕΙΑ ΑΜΕΡΙΚΗ

Στην Βόρεια Αμερική ο Τουρισμός Υγείας ο οποίος έχει την έννοια της ξεκούρασης μόνο και όχι και της θεραπείας, προσφέρεται σε ειδικευμένους σταθμούς τα "Health Resorts" ή "Spa Resorts". Είναι ιδιωτικές επιχειρήσεις που βρίσκονται συνήθως σε πολυτελή ξενοδοχεία με μπάνια, πισίνες και αθλητική υποδομή, κυρίως στην Καλιφόρνια και Φλόριδα. Αξίζει να σημειωθεί ότι ένας στους τρεις Βρετανούς (35%) και ένας στους πέντε Αμερικανούς έχει επισκεφθεί τους τελευταίους 12 μήνες ένα κέντρο θαλασσοθεραπείας. Η Αμερική είναι άλλωστε και η χώρα που ξεκίνησε την σύγχρονη εκδοχή των spas. Η ανάπτυξη του κλάδου σε αυτή την χώρα είναι εκπληκτική. Υπάρχουν κατά εκτίμηση 12.100 spas στις Η.Π.Α ενώ σύμφωνα με τη Διεθνή Ένωση Spa (ISPA), το 2003, τα έσοδα από τις υπηρεσίες spa στις Η.Π.Α ήταν 11,2 δισεκατομμύρια δολάρια.

### 6.1.13 ΑΥΣΤΡΑΛΙΑ

Ευοίωνες προοπτικές φαίνεται να έχουν τα κέντρα υγιεινής ζωής (health living centers), στα πρότυπα της Μ.Βρετανίας. Τα κέντρα αυτά λειτουργούν, σε εντυπωσιακό φυσικό περιβάλλον, ιδεώδες για ανάπαυση χαλάρωση και αυτογνωσία. Υπάρχουν άφθονες δυνατότητες για περιηγήσεις και εξερεύνηση σε τροπικά δάση καθώς και για πλήθος σπορ όπως ιππασία, ορειβασία, τένις, ενώ οι υπηρεσίες κυμαίνονται από αισθητική περιποίηση προσώπου/σώματος και προγράμματα υγιεινής διατροφής έως μαθήματα αυτογνωσίας και γιόγκα, τεχνικές χαλάρωσης tai chi, διαλογισμό, αρωματοθεραπεία, σάουνα, βοτανοθεραπεία, ρεφλεξολογία κ.λπ. Ιδιαίτερα δημοφιλή μεταξύ των κατοίκων της Αυστραλίας είναι τα βραχυχρόνια (πενταήμερα ή επταήμερα) προγράμματα αναζωογόνησης, χαλάρωσης και αποτοξίνωσης του οργανισμού σε παρόμοια κέντρα.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο

### Προτάσεις ανάπτυξης Ιαματικού Τουρισμού

## 7.1 ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ

Στην χώρα μας η ύπαρξη πολλών φυσικών πόρων(ιαματικά νερά και αέρια,ιαματικές πηγές)είναι γνωστή.Δυστυχώς όμως αυτός ο πλούτος δεν αξιοποιείται στο έπακρο για λόγους όπως είναι η έλλειψη κατάλληλων υποδομών,σύγχρονου θεσμικού πλαισίου και επενδυτικών κινήτρων.Ο Ιαματικός Τουρισμός περιορίζεται σήμερα πρακτικά μόνο στην εξυπηρέτηση ηλικιωμένων ανθρώπων μέσω κυρίως των ασφαλιστικών τους ταμείων. Με την επιδίωξη της εκσυγχρόνισης της ισχύουσας νομοθεσίας απο το 1920 νομοθεσία περί Ιαματικών Πηγών έχει κατατεθεί σχέδιο νόμου για την "Ανάπτυξη του Ιαματικού Τουρισμού και του Θερμαλισμού" από το υπουργείο Ανάπτυξης,ώστε να θέσει τις βάσεις ανάπτυξης του Ιαματικού Τουρισμού και κατά συνέπεια να δημιουργηθούν και οι κατάλληλες υποδομές για την προσέλκυση ατόμων με υψηλό εισοδηματικό επίπεδο καθώς και εκείνων που επιζητούν βελτίωση της ευεξίας τους, συνδυασμό των ευεργετικών ιδιοτήτων των ιαματικών φυσικών πόρων με άθληση, με υπηρεσίες αισθητικής, αναζωογόνησης, αναψυχής, ακόμα και με εξειδικευμένα Κέντρα Αποκατάστασης Υγείας. Για το σκοπό αυτόν θεσπίζονται προϋποθέσεις και κίνητρα για την προσέλκυση επενδύσεων ανάπτυξης του Ιαματικού Τουρισμού, τη δημιουργία υψηλής ποιότητας υποδομών και προσφερόμενων υπηρεσιών, την εξασφάλιση προϋποθέσεων υγιούς ανταγωνισμού και παροχής υπηρεσιών υψηλού επιπέδου, ώστε η χώρα να καταστεί τόπος ιαματικού προορισμού. Για πρώτη φορά προτείνεται νομικό πλαίσιο για το θερμαλισμό ως ειδική μορφή τουρισμού, που έχει στόχο, όπως προαναφέραμε,την αναζωογόνηση και ευεξία του ανθρώπου με χρήση ιαματικών φυσικών πόρων, στη φυσική τους κατάσταση ή μετά από επεξεργασία ή μείξη με κοινό ή θαλασσίνο νερό σε ειδικές προς τούτο εγκαταστάσεις. Επίσης, μέχρι σήμερα η "ανακήρυξη" αφορούσε κατά κανόνα στο νερό. Με την πρόταση νόμου παρέχεται η δυνατότητα αναγνώρισης, σύμφωνα με τα επιστημονικώς παραδεκτά, οποιουδήποτε ρευστού ως ιαματικού φυσικού πόρου, όπως λ.χ. πηλού κατάλληλου για πηλοθεραπεία, αέριου κατάλληλου για εισπνοθεραπεία. Περαιτέρω, δίδεται ιδιαίτερη σημασία στον τομέα της προστασίας των ιαματικών φυσικών πόρων, δοθέντος ότι δεν αναφέρεται μόνο στην πηγή, δηλαδή στη φυσική ανάβλυση, αλλά και στην "αποθήκη" που τροφοδοτεί τη φυσική ανάβλυση, ανάλογα με τα ιδιαίτερα υδρογεωλογικά χαρακτηριστικά της κάθε περίπτωσης, με τον καθορισμό "περιοχής προστασίας" ταυτόχρονα με την αναγνώριση του φυσικού πόρου ως ιαματικού. Επίσης, η πρόταση νόμου περιέχει πρόβλεψη για διαπίστωση των ενδείξεων και των αντενδείξεων των ιαματικών φυσικών πόρων, καθώς και για καταγραφή (monitoring) των διακυμάνσεων της ποσότητας και της ποιότητας αυτών, ώστε να προστατεύονται επαρκώς οι φυσικοί πόροι, οι καταναλωτές, αλλά και οι υποψήφιοι επενδυτές, οι οποίοι, πλέον, έχουν τη δυνατότητα να ανατρέχουν στις πληροφορίες του "Μητρώου Ιαματικών Φυσικών Πόρων και Ιαματικών Πηγών" που δημιουργείται,

ώστε να σχεδιάσουν τις επενδύσεις με βάση πραγματικά δεδομένα. Παράλληλα παρέχεται η δυνατότητα αναγνώρισης ευρύτερων περιοχών, στις οποίες αφθονούν υδροθερμικοί φυσικοί πόροι και συντρέχουν και άλλοι παράγοντες, όπως φιλικό περιβάλλον, ως θερμοαισθητικών πάρκων. Με αυτή την πρόταση νόμου δημιουργούνται οι προϋποθέσεις για το συνδυασμό Ιαματικού Τουρισμού, Θερμοαισθητικού και Κέντρων Αποκατάστασης Υγείας, ώστε να επιτυγχάνεται πλήρης αξιοποίηση των ιαματικών φυσικών πόρων. Ταυτόχρονα, προβλέπεται, σε συνεργασία με τα συναρμόδια Υπουργεία και λοιπούς φορείς, η δημιουργία εξειδικευμένου επιστημονικού, διοικητικού και νοσηλευτικού προσωπικού, η "δια βίου" συνεχής εκπαίδευση του και προσφέρονται φορολογικά κίνητρα για την ειδικευση των υπηρετούντων γιατρών στις διάφορες χρήσεις των φυσικών πόρων, σε αναγνωρισμένες σχολές του εξωτερικού ή σε διεθνούς φήμης λουτροπόλεις. Με το υφιστάμενο θεσμικό πλαίσιο δεν υπάρχουν ενιαίοι κανόνες τιμολόγησης του ιαματικού φυσικού πόρου, ούτε προβλέπεται η δημιουργία "φορέα διανομής" εκεί που η διαθέσιμη ποσότητα ιαματικού φυσικού πόρου το επιτρέπει. Με την πρόταση νόμου δίνεται η δυνατότητα δημιουργίας "φορέα διανομής", ενώ ορίζεται ενιαία τιμολόγηση του ιαματικού φυσικού πόρου για όσους είναι συνδεδεμένοι με το ίδιο δίκτυο διανομής και καθορίζονται ενιαία κριτήρια τιμολόγησης.[33]Ακόμα, η βελτίωση των εγκαταστάσεων των λουτροπόλεων της χώρας με σύγχρονη υποδομή και εξοπλισμό είναι αναγκαία για την πλήρη αξιοποίηση των ιαματικών ιδιοτήτων των νερών των πηγών. Ταυτόχρονα, η ένταξη των πηγών σε ένα πλέγμα ποικίλων εγκαταστάσεων που να συνδυάζουν και άλλες δραστηριότητες (αθλητισμός για όλες τις ηλικίες, πολιτιστικά, εγκαταστάσεις αναψυχής για νέους και παιδιά, πάρκα πρασίνου) επιτυγχάνεται η ανάδειξη των πηγών σε παραθεριστικά κέντρα τουρισμού μακράς παραμονής και όλων των ηλικιών. Επομένως ένας άλλος βασικός σκοπός των αναπτυξιακών σχεδιασμών του τομέα του τουρισμού θα πρέπει να είναι η προσέλκυση επενδύσεων, ώστε να αναπτυχθούν και στην Ελλάδα σύγχρονα κέντρα τουρισμού υγείας, όπως γίνεται με ταχείς ρυθμούς στις χώρες της Κεντρικής Ευρώπης. Τα κέντρα αυτά προσφέρονται για την ανάπτυξη των εναλλακτικών μορφών του τουριστικού προϊόντος και παρουσιάζουν τελευταία αυξημένη ζήτηση. Ήδη έχει επιδειχθεί ενδιαφέρον από ξένους και Έλληνες επενδυτές για την αξιοποίηση των ιαματικών πηγών της Ελλάδας και τη μετατροπή τους σε σύγχρονα κέντρα τουρισμού υγείας. Τα απαιτούμενα έργα υποδομής για τις λουτροπόλεις και γενικά τους τόπους έλξης επισκεπτών καθ' όλη σχεδόν τη διάρκεια του έτους θα πρέπει να είναι μεγάλης κλίμακας γιατί οι χώροι που θα προσφέρονται προορίζονται εκτός της θεραπείας ιατρικών παθήσεων και τη γενικότερη βελτίωση της φυσικής κατάστασης και υγείας των επισκεπτών τους. Όπως επισημαίνουμε, τα κέντρα λουτροθεραπείας που έχουν δημιουργηθεί σε μερικές λουτροπόλεις αποτελούν και κέντρα παραθερισμού συγκεντρώνοντας έτσι και ένα αρκετά μεγάλο αριθμό παραθεριστών.

Οι περιοχές με ήδη αναπτυγμένη υποδομή για τις ανάγκες του εποχιακού τουρισμού ξεκινούν με σημαντικό πλεονέκτημα συγκριτικά με περιοχές που δεν έχουν αναδειχθεί σε τουριστικά κέντρα. Τα μη καθιερωμένα τουριστικά κέντρα παρόλα τα φυσικά πλεονεκτήματα που διαθέτουν αποτελούν " νέους τουριστικούς τόπους" που θα πρέπει να διαθέτουν πολύ καλό εξοπλισμό για να μπορέσουν να ανταγωνιστούν με επιτυχία τα ήδη καθιερωμένα κέντρα .

Βασικό αίτημα είναι η ευχέρεια προσπέλασης δηλαδή οι περιοχές που προορίζονται για κέντρα τουρισμού μακράς παραμονής πρέπει να βρίσκονται κοντά σε αερολιμένα και να εξυπηρετούνται από καλό οδικό δίκτυο. Γενικότερα, η σωστά οργανωμένη υποδομή μεταφορών εκτός των άλλων συμβάλλει και στην αξιοποίηση του φυσικού δυναμικού των πηγών λόγω της μεγαλύτερης έκτασης και προβολής που θα αποκτήσουν.

Η πλήρης αξιοποίηση μετά από αξιολόγηση της θεραπευτικής ικανότητας αλλά και της δυναμικότητας των ιαματικών πηγών στην Ελλάδα να αποτελέσουν τομέα αναπτυξιακών και επενδυτικών πρωτοβουλιών προς όφελος της οικονομίας σε εθνικό αλλά και σε τοπικό επίπεδο . Η αξιοποίηση των πηγών από ιδιώτες είτε από την Τοπική Αυτοδιοίκηση με τη δημιουργία κοινοτικών επιχειρήσεων αποτελεί και μια μορφή τοπικής και περιφερειακής ανάπτυξης της χώρας.

## 7.2 ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΟΠΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

- 1.Εισροή περισσότερου συναλλάγματος εφόσον θα έχουμε τουρισμό μακράς παραμονής.
- 2.Νέες θέσεις απασχόλησης με την τόνωση της οικονομικής δραστηριότητας λόγω της ανάπτυξης των ιαματικών πηγών αλλά και λόγω κατασκευής αρχικής υποδομής όπως είναι η υποδομή υγείας και αθλητικών εγκαταστάσεων (νοσοκομείων, γηπέδων κλπ.),
- 3.Ζήτηση για ανάπτυξη υπηρεσιών αγοράς ( τράπεζες, καταστήματα, εστιατόρια κλπ.).
- 4.Ζήτηση αγαθών για περισσότερους μήνες το χρόνο και εξομάλυνση της εποχικότητας των τουριστικών δραστηριοτήτων κατά τη διάρκεια των θερινών μηνών - φορολογικά και άλλα έσοδα για τις τοπικές αρχές.
- 5.Βελτίωση των υπηρεσιών στον τομέα μεταφορών (αεροδρόμια, οδικές συνδέσεις κλπ.)
- 6.Ζήτηση για εγκαταστάσεις και ειδική υποδομή (ιατρική) υψηλού επιπέδου για τον εξοπλισμό των υδροθεραπευτηρίων και των ιατρικών μονάδων.

Δεν θα πρέπει να διαφεύγει της προσοχής ότι πριν από κάθε είδους ανάπτυξη για την αξιοποίηση των ιαματικών πηγών χρειάζεται να ληφθούν μέτρα για την προστασία του τοπίου και την εξασφάλιση της ποιότητας του περιβάλλοντος γιατί οι περισσότερες ιαματικές πηγές ευρίσκονται σε περιοχές όπου συνδυάζεται βουνό με θάλασσα κάτω από εξαιρετικές κλιματολογικές συνθήκες.

Η διατήρηση του γνήσιου φυσικού περιβάλλοντος στα κέντρα παραθερισμού / λουτροπόλεων αποτελεί κύριο μέλημα. Η προστασία των ιαματικών νερών, σημαντικών φυσικών πόρων που εντάσσονται γενικότερα στο υδάτινο δυναμικό της χώρας, αποτελεί πρωταρχικό σκοπό. Είναι γνωστό ότι η υποβάθμιση του περιβάλλοντος πέρα από τη καταστροφή της αρχικής φυσικής ομορφιάς συντελεί και στη μείωση της ανταγωνιστικότητας του συγκεκριμένου θέρετρου στην τουριστική αγορά.

Βασική είναι και η σημασία της έρευνας αγοράς και διαφήμισης, που γίνεται σε χώρες της Ευρώπης θέμα στο οποίο η Ελλάδα υστερεί πολύ, με αποτέλεσμα οι ιαματικές πηγές της Ελλάδος να μην είναι διεθνούς φήμης. Παρόλα αυτά, όμως όπως έχει αναφερθεί σε διεθνή συνέδρια ακόμα και από ξένους ειδικούς, η Ελλάδα έχει πολύ καλές ιαματικές πηγές που μπορούν να συνδυαστούν με το θαλάσσιο τουρισμό και οι λουτροπόλεις της να αποτελέσουν " πρότυπο " για όλες τις σχετικές πόλεις της περιοχής της Μεσογείου. Η βελτίωση των εγκαταστάσεων των λουτροπόλεων της χώρας με σύγχρονη υποδομή και εξοπλισμό είναι αναγκαία για την πλήρη αξιοποίηση των ιαματικών ιδιοτήτων των νερών τους. Ταυτόχρονα με την έναρξη και άλλων δραστηριοτήτων στο χώρο των πηγών, επιτυγχάνεται και η ανάδειξη τους σε παραθεριστικά κέντρα τουρισμού μακράς παραμονής και όλων των ηλικιών.

Επομένως, συμπερισματικά θα λέγαμε για τις ελληνικές λουτροπόλεις ότι ο σημερινός προορισμός τους που είναι κυρίως μόνο για θεραπευτικούς σκοπούς θα έπρεπε να επεκταθεί. Πρωταρχικός σκοπός είναι να αξιοποιηθούν οι δυνατότητες που προσφέρουν, ώστε να διευρυνθεί το πεδίο των δραστηριοτήτων τους και να αποτελέσουν κέντρα έλξης τουριστών όλων των ηλικιών για τους περισσότερους μήνες του χρόνου. Οι περισσότερες πηγές συνδυάζουν βουνό, θάλασσα, και θερμό κλίμα. Αυτό αποτελεί ιδανικό προνόμιο με πολλά περιθώρια αξιοποίησης και ανάδειξης τους σε αξιόλογα τουριστικά κέντρα υγείας για τουρισμό μακράς παραμονής για όλες τις ηλικίες.[33]

[33]Θεόδωρος Κοκαλας(2009),Θερμαλισμός και Ιαματικός Τουρισμός.Σύγχρονη εξέλιξη στην Ελλάδα και το Εξωτερικό,(<http://www.iama.gr/ethno/Therm/kokalas.html> )



## 8. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Συμπερασματικά λοιπόν θα μπορούσαμε να αναφέρουμε πως οι κατευθύνσεις πολιτικής για την περεταίρω βελτίωση και ανάπτυξη του τουρισμού θα πρέπει να επικεντρωθούν κυρίως:

1) Στην ανάπτυξη της υποδομής, γενικής (δρόμοι προσπέλασης, λιμάνια,αεροδρόμια) και ειδικής (υδροθεραπευτήρια, εξειδικευμένες ιατρικέςμονάδες, ξενοδοχεία υψηλών προδιαγραφών, πισίνες, γήπεδα γκολφ,πάρκα πρασίνου, αθλητικές εγκαταστάσεις κλπ) των γύρω περιοχών απότα Κέντρα Τουρισμού Υγείας, ώστε να καταστούν ανταγωνιστικά με τα ήδηκαθιερωμένα κέντρα του εξωτερικού.Έμφαση να δοθεί στην εκπόνηση μελετών για τη διατήρηση του φυσικούπεριβάλλοντος των περιοχών γύρω από τα κέντρα – πηγές, το οποίο είναιμοναδικό από άποψη φυσικού κάλλους και τοπίου.

2) Στην επέκταση του παραδοσιακού τουρισμού υγείας προς τις νέες εξελίξεις του κλάδου για την απόλεια της εποχικότητας και την προσέλκυση ατόμων νεότερης ηλικίας. Συγκεκριμένα προτείνεται η ανάπτυξη εκείνωντων μορφών τουρισμού υγείας όπου η Ελλάδα έχει συγκριτικόπλεονέκτημα, δηλαδή ίδρυση Κέντρων Τουρισμού Υγείας που θαεξειδικεύονται στην θαλασσοθεραπεία και την κλιματοθεραπεία.

3) Στην επιχειρηματική οργάνωση, διαχείριση, έρευνα αγοράς και διαφήμιση των υπηρεσιών του τομέα, ώστε να γίνουν τα Κέντρα Τουρισμού Υγείαςγνωστά σε εσωτερικό και εξωτερικό. Η εν γένει ενίσχυση της ταυτότηταςκαι της εικόνας της χώρας μπορεί να πραγματοποιηθεί, ειδικότερα στοντομέα αυτό και με τη σύνδεση του ονόματος του Κέντρου Υγείας με ταδιάφορα προϊόντα υγείας που είναι δυνατό να προσφέρει το κάθε κέντρο ήιαματική πηγή.

4) Στο συνδυασμό της προσφοράς του ιαματικού τουρισμού και Τουρισμού Υγείας με άλλες μορφές εναλλακτικού τουρισμού, όπως συνεδριακού,εκπαιδευτικού, αθλητικού, χειμερινού τουρισμού. Οι μορφές αυτές μπορούν να συνδυαστούν με την ανάπτυξη του τουρισμού υγείας, εφόσον θα έχει δημιουργηθεί η κατάλληλη υποδομή που θα μπορεί να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις τους. Επιπλέον οι μορφές εναλλακτικού τουρισμού γιατί με τον τουρισμό υγείας έχουν το πλεονέκτημα ότι μπορούν να κατευθυνθούν πέρα από τους μήνες αιχμής και επομένως μπορεί να επιτευχθεί εκτός των άλλων ωφελειών, η επάλεια της εποχικότητας.

5) Στην επάλεια της εποχικότητας με την προώθηση χειμερινών προγραμμάτων τουρισμού υγείας σε κέντρα που βρίσκονται κοντά σε αστικά κέντρα. Η λειτουργία πλήρως εξοπλισμένων ξενοδοχειακών μονάδων και απευθείας αεροπορική σύνδεση με τις χώρες προσέλευσης τουριστών, με σημαντικά μειωμένες τιμές, είναι βασική προϋπόθεση για την επιτυχία αυτών

των προγραμμάτων.

6) Στην προώθηση των προϊόντων υγείας που έχουν σχέση με τη γεωργία (βότανα, αρωματικά φυτά, άνθη, μελισσοκομεία κλπ) και την αλιεία (φύκια, σφουγγάρια κλπ) για την ενίσχυση του κλάδου των προϊόντων, που είναι κυρίως του πρωτογενούς τομέα, σε εθνικό και τοπικό επίπεδο. Επίσης προτείνεται και η ενίσχυση του κλάδου των μεταλλικών νερών, δεδομένου ότι το μεταλλικό νερό χρησιμοποιείται, όχι μόνο ως θεραπευτικό μέσο και επιτραπέζιο νερό, αλλά και ως πρώτη ύλη στην κοσμετολογία.

7) Στη δημιουργία τμήματος της Υδρολογίας στις ιατρικές σχολές για την επαναφορά της διδασκαλίας της υδροθεραπείας σε αυτές. Αυτό θεωρείται αναγκαίο με την αυξημένη ζήτηση που παρουσιάζεται τελευταία στον ιαματικό τουρισμό υγείας και κατ' επέκταση και στις εναλλακτικές μορφές ιατρικής.

8) Στις ερευνητικές εργασίες ιατρικού, κοινωνικού και οικονομικού περιεχομένου με θέμα τις θετικές επιπτώσεις του τουρισμού υγείας στην πρωτογενή πρόληψη της υγείας των ατόμων, οι οποίες θα έχουν θετικές επιπτώσεις σε κοινωνικό – οικονομικό επίπεδο, όπως μείωση των δαπανών του δημοσίου στον Τομέα Υγείας.[31]

[31]Κοινάκη Αικατερίνη-Πλουμή Μαρία(2007),Πτυχιακή,Ιαματικός Τουρισμός,  
(<http://nefeli.lib.teicrete.gr/browse/sdo/tour/2007/Koinaki/attached-document/2007Koinaki.pdf>)

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

### ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ

\*[www.medvoi365.gr](http://www.medvoi365.gr)

\*[www.autotriti-ekdromes.gr](http://www.autotriti-ekdromes.gr)

\*[www.ionianguide.com](http://www.ionianguide.com)

\*[www.menelaida.gr](http://www.menelaida.gr)

\*[www.thermosydravlikos.gr](http://www.thermosydravlikos.gr)

\*[www.teamtravel.gr](http://www.teamtravel.gr)

\*[www.loutrapozar.eu](http://www.loutrapozar.eu)

\*[www.karpasia-hp.com](http://www.karpasia-hp.com)

\*[www.laspoloutra.com](http://www.laspoloutra.com)

\*[www.thermalsprings.blogspot.com](http://www.thermalsprings.blogspot.com)

\*[www.vita.gr](http://www.vita.gr)

\*[www.aesthetics.gr](http://www.aesthetics.gr)

\*[www.fireservice.gr](http://www.fireservice.gr)

\*[www.apn.gr](http://www.apn.gr)

\*[www.medicaltourism.com](http://www.medicaltourism.com)

\*[www.domiki.gr](http://www.domiki.gr)

\*<http://lykomidis.wordpress.com/2010/01/09/Γαματικά-λουτρά-ανακαλύψτε-τις-θεραπ/>

\*[http://www.geo.auth.gr/763/ch4\\_files/p6.jpg](http://www.geo.auth.gr/763/ch4_files/p6.jpg)

## ΆΛΛΕΣ ΠΗΓΕΣ

\*Θ.Κοκάλας(2009),Ιαματικές Πηγές Ελλάδος

\*Ανατολή Μαραντίδου(2009)Μεταπτυχιακή διατριβή,Ιαματικές Πηγές,Κοινωνική,Οικονομική και περιβαλλοντική διερεύνηση στάσεων φορέων και επισκεπτών,Τμήμα Περιβάλλοντος,Πανεπιστήμιο Αιγαίου

\*Μαντζουράνη Καλλιόπη-Τζιφάκη Χρυσούλα(2006),Πτυχιακή,Επιπτώσεις,προοπτικές εξέλιξης του εναλλακτικού τουρισμού στην Ελλάδα,Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων,.ΑΤΕ.Ι Ηρακλείου

\*Μαρία Τριβυζά(1999),Ιαματικές Πηγές Ελλάδος

\*Γρηγοριάδου Αφροδίτη(2009),Πτυχιακή,Τουρισμός 3ης ηλικίας,Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων,Α.ΤΕ.Ι Ηρακλείου

\*Ν.Βλασσόπουλος,Λουτροθεραπεία,Ποσιθεραπεία και θεραπευτικές εφαρμογές

\*Δ.Πράσιнос(2005)Υδροθεραπεία

\*Ν.Ψάλτη(2008),Ποσιθεραπεία:Το ιαματικό νερό

\*Τ.Ρόκου(2009),Προϋποθέσεις λειτουργίας κέντρων θαλασσοθεραπείας

\*Α.Αναστασιάφης(2006)

\*Α.Κυριακή(2010)Πτυχιακή,Ιαματικός Τουρισμός Νότιας Ελλάδας,Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων,Α.ΤΕ.Ι Ηρακλείου

\*Μαρή Ειρήνη(2007),Πτυχιακή,Ο Ιαματικός Τουρισμός στην Ελλάδα,Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων,Ηράκλειο Κρήτης

\*Κοινάκη Αικατερίνη-Πλουμή Μαρία(2007),Πτυχιακή,Ιαματικός Τουρισμός:Στοιχεία προσφοράς και ζήτησης στην Ελλάδα,Συγκρίσεις με τη Διεθνη εμπειρία και πρακτική,Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων,Α.ΤΕ.Ι Ηρακλείου

\*Περράκη Συνοδινή-Γιαννουλίδου Παρασκευή(2005),Πτυχιακή,Ο τουρισμός υγείας στην Ελλάδα και η ανάπτυξή του,Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων,Α.ΤΕ.Ι Ηρακλείου

\*Χενία εκθέσεις-συνέδρια ΑΕ(2007),Τουρισμός Υγείας,Η Ελλάδα και ο Κόσμος

\*Ευστράτιος Κόλλιος(2009),Υδρομάλαξη και εισπνοθεραπεία στις ιαματικές πηγές