



# HİDROTERAPİYE GİRİŞ

ÖĞR. GÖR. ŞEYDA CANDENİZ

# Hidroterapi

Kaplıca donanımlarıyla ilgili son olarak, kaplıca merkezlerindeki doğal şifalı etkenlerle yapılan diğer tedavi yöntemlerinden hidroterapi olanakları;  
jakuzzi,  
jet duş,  
whirpool,  
sualtı basınçlı masaj,  
filiform duş,  
yürüme kulvarı,  
buhar duşları



# Balneoterapi

Termomineral sular, peloidler ve gazlar gibi doğal tedavi unsurlarının banyo, içme ve inhalasyon (solunma) yöntemleri ile kür tarzında tedavi amaçlı kullanılmasıdır.

Peloidterapi  
İçme Kürleri  
İnhalasyon Uygulamaları

## İnhalasyon Uygulamaları



Odalarda kendi başına uygulama



Gözetimli bireysel inhalatörler



Oda inhalasyonları



# Kaplıca Tedavisi Nedir?

Kaplıca tedavisi yeryüzünün bazı doğal faktörlerini bunların insan vücudu üzerindeki olumlu etkilerinden yararlanarak kullanır. Bu doğal faktörlerin başında maden suları yer alır. Yeraltında değişik derinlik ve katmanlardan yer üstüne çıkan maden suları banyolar, içmeler ve inhalasyon (buhar solunması) şeklinde uygulanırlar. Bu uygulama bir kaplıca merkezinde kür tarzında (günlük uygulamalar şeklinde ve belirli sürelerde) yapılır. Ayrıca, bu kaplıca merkezinin kurulu olduğu yörenin ikliminin de olumlu etkilerinden yararlanır.

# Tamamlayıcı Tedaviler

Kaplıcalarda bir dizi ek tedavi önlemi kompleks bir tür tedavi programı çerçevesinde balneoterapötik yöntemlerle integre edilir. Böylesi iki yöntem olarak tıbbi masaj ve egzersiz.

# Egzersiz Tedavi

Egzersiz tedavi geleneksel olarak ortopedik, romatolojik ve nörolojik hastalıkların tedavisinde kullanılmaktadır. Kalp-akciğer güç kapasitesinin antremanı, nefes ve gevşeme terapileri ve geriatrideki genel mobilizasyon ve aktifleştirme

# Su içi egzersiz

Bu egzersizler, kara egzersizlerinden anlamlı bir Őekilde daha yoğun uygulanabilirler ve özellikle yürüme zrller için endikedirler. Ayrıca, multimorbiditede, aktif hareket ile su ortamının karŐılıklı etkileŐiminden yararlanan zgn bir tedavi yöntemi olarak ta kullanılabilirler





# Afyon sandıklı



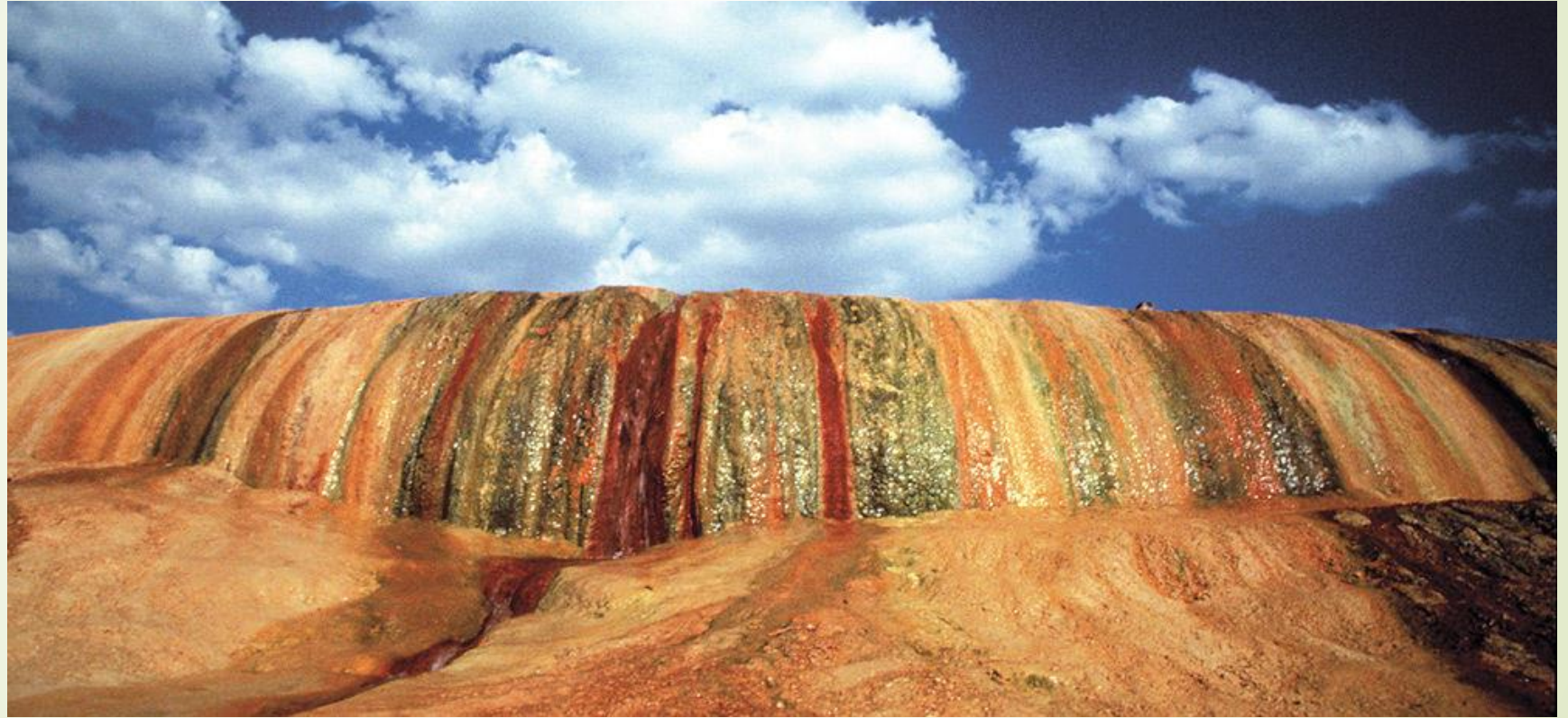
# BURSA OYLAT KAPLICASI



# AĞRI -DİYADİN



# DENİZLİ- KARAHAYT



# TUZLA KAPLICASI



# KIZILCAHAMAM



# BOLU- KARACASU



► **Kan Kırmızı Kaplıca (Red Hot Spring) – Japonya**

Su içerisinde bulunan minareller ve yoğun demir sebebiyle kaplıcanın suyu kırmızı renktedir.

