



# HİDROTERAPİ VE BALNEOTERAPİ 2

# Hidroterapi tanımı

- Suyun katı sıvı veya gaz hallerinde vücudun dışından veya içinden tedavi aracı olarak kullanılmasıdır.
- Amerika da ilk olarak 1903 yılında hidroterapi enstitüsü açılmıştır.
- Hidroterapinin ve egzersizin birleşmesi ise 1924 yılında gerçekleşmiştir.

# Hidroterapi

- Her birey için özel olarak düzenlenen, eğitilmiş kalifiye personelin gözetiminde ve ideal olarak amaca uygun inşa edilmiş havuzlarda gerçekleştirilen, nöromuskuloskeletal fonksiyonları geliştirme-iyileştirme amaçlı bir havuz tedavi programıdır.

# Hidroterapi Uygulamaları

## ► Hidroterapi Uygulamaları

### *Genel Su Banyoları:*

- Balneoterapi
- Akuaterapi -Havuzlar
- Hubbard Tank Banyoları
- Benaur Banyoları

### *Lokal Su Banyoları*

- Whirlpool Banyoları
- Kontrast Banyolar
- Duşlar
- Bitki banyoları

- **Akuaterapi mineralli sularda da yapılabilir ancak tercih edilen mineralin az olması yada hiç olmaması, ısının da ortalama 30-33 derece arasında bulunmasıdır.**

# DALDIRMA BANYOLARI

- Bu banyolarda hasta çenesine kadar suya batırılır. Sıcak ve soğuk olmak üzere ikiye ayrılır.
- sıcak veya soğuk uygulamada başı soğuk tutmak gerekir aksi halde hastada baş dönmesi baş ağrısı veya kulaklarda çınlama olabilir.

# UYGULAMA YÖNTEMİ

1. 15 – 25 cm derinliğinde banyo 34.5 suyla doldurulur.
2. Hastanın nabzı ölçülür ve sık sık hasta banyodayken tekrarlanır
3. Başın altına lastik bir yastık konulur. Başa soğuk kompresler konur.
4. Maksimum kas gevşemesi isteniyorsa sıcak su ilavesi ile sıcaklık 38- 40 dereceye yükseltilir. Sıcak su verilirken suyun direkt hastaya temas etmemesi gerekir.
5. Süresi 20 -30 arasında olmalıdır.

# Hubbard Tank Banyoları

- Kelebek yada 8 şeklinde , sadece 1 hastanın tedavi görebileceği küçük su havuzudur.
- Paslanmaz çelikten yapılır.



# Hubbard Tank Banyoları

- **Basınçlı su jetleri ile suya girdap kazandırılabilir**
- **Lokal su banyolarından girdap banyosunun tüm vücut tipi olarak da kabul edilebilir.**

# Benaur Banyoları

- **Evdeki banyo küvetleri içinde sıcak, nötral veya ılık su ile yapılan banyo tipidir.**
- **Hasta su içinde 20-30 dakika dinlenir.**

# Girdap Banyoları (whirlpool)

- Hızla sirkülasyonu sağlanan suyun içine ekstremitelerin batırıldığı lokal banyolardır.

# Girdap Banyoları

- **Banyo kenarına tespit edilmiş su basınç cihazı= jet bulunur.**
- **Jet banyo içindeki suyu alıp yine banyo içine basınçla verir.**

# Kontrast Banyo



# 4 KAP GALVANİK AKIM



# Oturma Banyoları

- **İnsanın içinde oturabileceği 25-30 cm derinliklerdeki kvetlerdir.**
- **Suyun yüksekliği hastanın göbek kısmına kadardır.**

# Duşlar

- **Suyun ısısı ve mekanik etkisinden de faydalanılır.**
- **Duř başlıklarıyla basınç ayarlanabilir, masaj etkisi sağlanabilir.**



# Kontraendikasyonlar

- **Kalp ve Solunum sist hastalıkları**
- **Ciddi periferik damar hastalıkları**
- **Kanama bozuklukları**
- **Atopik egzema**
- **Akut inflamatuvar artritler**
- **Ateşli hastalıklar**
- **Üriner enfeksiyonlar**
- **Enfekte açık yaralar**
- **Isı duyusunun bozulduğu ciddi yanıklar**

# HIDROTERAPİ EKİPMANI

- Havuz merdiveni
- Hasta taşıyıcı lifter
- Taşıyıcı
- Su içi paralel bar
- Su yüzeyinde kalmaya yardımcı aletler
- \*Cankurtaran yelekleri
- \*Cankurtaran simitleri
- Su yüzeyinde kalmaya yardımcı aletler
- \*Kolluklar
- \*Yatak
- \*aqua-bel
- Kickboard
- Kemer