

Geriatric Balneoloji

- ▶ Yaşlılığa bağlı gelişen biyolojik ve fizyolojik değişiklikler üzerine kaplıca kürlerinin olumlu bir etkisi söz konusu olabilir.
- ▶ Bu değişikliklerin patolojik düzeylere varmasında önleyici ve tedavi edici bir yöntem olarak kaplıca tedavisi anlam kazanabilir.

- ▶ Kaplıcada gerçekleştirilen kompleks bir kr tedavisi geçerli konvansiyonel yöntemlere katkı sağlayabilir.
- ▶ Yaşlılıkta sık karşılaşılan durumlar ve hastalıklarda kaplıca kr alternatif ve komplementer bir tedavi modalitesi olarak n görülebilir.

Yaşlılarda kaplıca tedavisinin yeri ve olanakları

- Yaşlılığa bağlı fizyolojik ve biyolojik değişimler üzerine
- Profilaktik ve terapötik etki
- Yaşlılık hastalıklarındaki tedavi edici rolü

Karagülle M Z: Kaplıca Tedavisinin Etkinliği. XVII. Ulusal Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kongresi, Antalya, 16-21 Mayıs 1999. Konferanslar ve Sempozyumlar. 195-201,

- ▶ Yaşlı kişilerde aynı anda birden fazla patolojinin varlığı olabileceği unutulmamalıdır.
- ▶ Pulmoner ve kardiyovasküler özellikle dikkate alınmalıdır.

Yaşlılarda başlıca sağlık sorunları

DERMATOLOJİK

PSİKOLOJİK

NÖROLOJİK

MUSKULOSKELETAL

GENEL

- ▶ Balneoterapinin banyo krleri Őeklinde kaplıca tedavisi planında yer alması, banyo uygulamalarının cilt üzerindeki primer etkilerinin de hesaba katılmasını gerektirir.

- ▶ İlerleyen yaşla birlikte deri duyarlılığında bozulma (hipertermal banyolarda geçerli risk!), ve elastikiyet kaybı ve kılcal damarların zedelenebilirliğinde artış (özellikle su altı tazyikli duş uygulamalarında risk) gibi değişikliklerin göz önünde tutulması gerekir .

Van Schaardenburg D, Van der Brande KJ, Ligthart GJ, Breedveld FC, Hazes JM: Muskuloskeletal disorders and disability in persons aged 85 and over: a community survey. Ann Rheum Dis 1994; 53:807-811.

- ▶ Kaplıca küründeki fiziksel aktivite ve yüklenmeler yaşlılıktaki kas kütlesi ve kemik yoğunluğu azalmasının yarattığı zeminde kolayca zedelenme ve kırıklara yol açabileceği unutulmamalıdır.

Yaşlılarda balneoterapi açısından dikkat edilmesi gereken özellikler

- Multimorbidite
- Pulmoner ve kardiyovasküler işlevlerde sınırlılık
- Damar elastikiyetinde azalma
- Derinin duyarlılığında azalma
- Kas kütlesinde azalma
- Kemik yoğunluğunda azalma

- ▶ Yaşlılarda bir balneoterapötik uyarana (örneğin termomineral su banyosuna) karşı geliştirilen yanıtlar daha yavaştır ve daha az yoğunudur

- ▶ Bir balneoterapi k r nde gözlenebilen objektif k r reaksiyonu yaşlıların dejeneratif hastalıklarında daha azdır.

Kliber M: Balneotherapie im Alter Wien Med. Wochens. 1993; 314:91–93.

- ▶ Kardiyovasküler yüklenmelerden kaçınıldığı durumlarda, yaşlılarda CO₂'li gaz banyoları, su banyolarına yeğlenmelidir.
- ▶ Ayrıca, özellikle kardiyovasküler işlevlerde yoğun yanıtların gelişmesine yol açan hipertermal banyolar (40°C ve üzerindeki tam banyolar) yerine, izotermal (33– 35°C) ve hafif hipotermal (30–33°C) olanlar değerlendirilmelidir.

Becker–Casademont R: Probleme der Hydro–therapie und Thermo–therapie im köheren. Lebensalter. in K.L. Schmidt (Ed.): Physikalische Medizin, Balneotherapie und Rehabilitation im köheren Lebensalter. Steinkopff, Darmstadt, 1987: 23–32. 2. Bouiange M: Thermal treatment: current therapcutic

YAŞLILIKTA KLİMATERAPİ

- ▶ Özel bir kür tedavi yöntemi olarak klimaterapi yaşlılıktaki bir çok sağlık sorununda alternatif bir yöntem olarak değerlendirilebilir .

- ▶ Yaşlılarda, klimaterapi planlanırken ve terapötik iklimsel etkenler belirlenirken yaşlılara uygun olanların seçilmesi gerekir.
- ▶ Örneğin, talassoterapi ve açık arazi kürleri yaşlılıkta en uygun iki klimaterapötik yöntemdir.