

fürdőkúra lombik helyett?

Gyógyvízben ülve, iszapnadrággal a derékukon gyógyulhatnak és reménykedhetnek a meddő nők – a fürdőkezelés jótekingony hatásai ma már orvosilag is bizonyítottak. Szerencsére, a kezeléseért még csak messzire sem kell utazni.

az ásvány- és gyógyvizeket már évezredekkel ezelőtt igyekeztek a betegségek gyógyítására felhasználni, ám míg korábban szájhagyomány nyomán keresték fel a nők a „csodatevő” gyógyvizet, ma már tényként lehet kezelni: a balneoterápia, azaz a gyógyfürdőkezelés kedvező hatást fejt ki a meddőségre is. E természetes gyógymód mára sem vesztett jelentőségéből, ráadásul különösen szerencsés helyzetben vagyunk: hazánk igen gazdag ásvány- és gyógyvízkészlettel rendelkezik, így nem kell a Holt-tengerig, vagy Karlovy Vary-ig utaznunk. A balneoterápia nőgyógyászati alkalmazásáról Dr. Varga Péterrel, a Harkányi Gyógyfürdőkórház szülész-nőgyógyász szakorvosával, a téma szakértőjével beszélgettünk.

hogyan hat a gyógyvíz?

Balneoterápiával hatékonyan kezelnek egy sor nőgyógyászati problémát (például: a kismedencei szervek krónikus gyulladásai, összenövésai, klimaxos panaszok) és a meddőség bizonyos formáit is. Utóbbi kapcsán azt mondja a doktor, hogy a fürdőkezelés elsősorban a károsodott vagy akár teljesen elzáródott petevezetők, a kismedencei összenövések, az elégtelen petefészek-működés vagy az endometriózis okozta meddőség eseteiben lehet hatásos. A gyógyvízes fürdőterápia – részben a víz ter-

mális és fizikai, másfelől a benne található kémiai oldott anyagok hatásainak következtében – növeli a kismedencei terület vérellátását, ez elősegítheti a tüszőérést, peteérést, miközben csökkenti a peteérést zavaró stresszhatásokat. A gyógyvízes kezelés megszüntetheti a gyulladással megzavarodott petevezetők elzáródását, vagyis segít, hogy a megtermékenyített petesejt a méhbe jusson. „A bal-

Szerző: Molnár Ágnes. Fotó: 123rf

neoterápiával tartós állapotjavulást, gyógyulást segíthetnek elő, viszonylag alacsony költséggel, a gyógyszerfogyasztás csökkentésével, mellék- és utóhatásoktól, illetve szövődeményektől mentesen” – jelenti ki Dr. Varga Péter, aki a fürdőterápia hatékonyságáról csak annyit mond: egy-egy esetre vonatkozóan nehéz megjósolni a siker esélyét. A fürdőkezelések eredményessége általában 30-40% körüli.

gyógyító ásványok

A fürdőkezelés egyik lényeges pontja, hogy az adott víz milyen ásványi anyagokat tartalmaz. „Nőgyógyászati szempontból a legjelentősebb a víz kén-, illetve szulfidtartalma, amely erőteljes izomlazító, értágító, gyulladáscsökkentő hatású, javítja a szövetek vérátáramlását, fokozza a tüszőhormon és sárgatest-hormon képződését, gátolja a gyulladással kapcsolatos folyamatokat” – mondja Varga doktor. Hazánkban a legmagasabb kén-tartalommal a harkányi mellett a mezőkövesdi, a balfi, a hévízi és egyes budapesti gyógyfürdők vize rendelkezik. „A kalcium gyulladáscsökkentő és antiallergén hatását a külső és belső nemiszervi gyulladások kezelésében hasznosítják – folytatja. Kalciumtartalmú a bükk, a balfi, a balatonfüredi, az egri, a szombathelyi, a hévízi és a budapesti ásványvíz. Az al-





Talán nem véletlen, hogy 1890-ben az a Tauffer Vilmos (1851-1917) volt az első magyar Balneológiai Egyesület megalapítója, aki a kor egyik legjelentősebb szülész-nőgyógyász professzora volt! Az elmúlt években intenzíven kutatják a gyógyvizek régóta megtapasztalt kiváló hatásait. Ennek egyik megnyilvánulása a nemrégiben Budapesten, nagy hazai és nemzetközi összefogással megalakult Európai Balneológiai Kutató Központ, amely a balneológia jótékony hatásait igyekszik tudományos igényvel összegezni. Ebben remélhetőleg a nőgyógyászati terület is helyet kap a mozgásszervi és más egyéb fontos szakterületek mellett.

földi konyhasós vizek általában jót is tartalmaznak, amelyeket a nőgyógyászati gyulladáshoz kapcsolódó megbetegedések és összenövések befolyásolásában lehet felhasználni. Ezek a vizek fokozzák a petefészkek működését is.” A balneoterápia lényege, hogy ezeket az ásványianyag-tartalmú gyógyvizeket fürdő, iszapkezelés, iszapfürdő formájában alkalmazzák a különféle betegségek gyógyítására, így nőgyógyászati megbetegedésekre is.

komplex kezelés a meddőségre

A balneoterápia egy komplex fizioterápiás kezelés része. A gyógyfürdő-kórházakban a fürdő- és iszapkezelés mellett fontos szerep jut például a gyógymasszázs, intimtornának. Nézzük részletesen a kúra „összetevőit”! A fürdőkezelésben a víz fizikai és biológiai hatásait használják ki.

A víz – felhajtóereje révén – nyomást gyakorol a kismedence szerveire, élénkíti a keringést. A kádfürdő 35-40 fokra felmelegíti a kismedencei szöveteket, így érvényesülnek értágító, görcsoldó, kötőszövet- és izomlazító, illetve fájdalomcsillapító hatásai. Ezeket az oldott ásványi anyagok, gázok tovább fokozhatják, amelyek a vízből a bőrön, a hüvelyhám, valamint a tüdőn át jutnak a szervezetbe.

Az iszapkezelés tulajdonképpen egy „iszapnadrág” viselését jelenti: a kismedencét alul combközépig, felül a köldök magasságáig 40-42°C-os, gyógyvízzel kevert iszapmasszával körbeöngölik (gumilepedővel, taka-róval) 20-25 percre. A iszapmassza jó fájdalomcsillapító, izomlazító, fokozza a petefészkek ösztrogén- és progeszterontermelését.

Gyógytorna/intimtorna: a gyakorlatok segítenek helyreállítani a kismedencei szervek alátámasztását, keringését és működését, erősítik a (záró)izmokat.

Gyógymasszázs alhasra, gerincre: javítja a vérkeringést az izmokban, amelyek ezáltal ellazulnak, csökken a fájdalom, serkenti a szövetekben az anyagcsere-folyamatokat és a nyirokkeringést is. Mindemellett reflexes, illetve stresszoldó hatásai is jelentősek.

„A balneo-fizioterápiás kezelést sorozatban, kúraszerűen végezzük. A Harkányi Gyógyfürdő-kórházban egy kúra általában 21-28 napos. Ezalatt végezzük a 9-15 alkalmas iszapnadrág-kezelést (másnaponta 20-25 percig) és a gyógyvizes kádfürdőt (másnaponta 20-25 percig) 34-35 fokra meleg vízben” – mondja Varga doktor. A fürdőterápiának vannak ellenjavallatai! Ilyen például a heveny gyulladáshoz kapcsolódó állapot, láz, terhesség, szívelégtelenség, daganatos betegségek, tuberkulózis.



fizetős és „ingyenes” megoldások

A kezelések számát és gyakoriságát látva felmerül a kérdés: hogyan lehet részt venni egy ilyen hosszú kúrában? „A megfelelő nőgyógyászati rehabilitációs központokban ez fekvő- és járóbetegként is lehetséges” – válaszolja a szakértő, és hozzáteszi: előbbi esetén az ellátás költségeit az egészségbiztosító fedezi a biztosított betegek számára. (Bizonyos kiegészítést csupán az ellátás komfortjában lévő különbségek alapján kérnek a kórházak). Természetesen érvényes beutaló hiányában – teljes fizetős ellátás igénybevétele mellett – is lehetséges a kezelések felvétele mind járó-, mind fekvőbetegként. Nőgyógyászati rehabilitáció vonatkozásban, az egyedüli, fekvőbeteg-ellátást is nyújtó Harkányi Gyógyfürdőkórházon kívül Parádfürdő és Hévíz intézményei nyújtanak rehabilitációs lehetőséget a társadalombiztosító által is finanszírozott, és szakmailag is elismert formában.

a beutalás menete

A fekvőbeteg osztályra történő beutalás nagyon egyszerű. Egy 3 hónapnál nem régebbi nőgyógyász szakorvosi vizsgálati leletet és javaslatot is tartalmazó, hivatalos, az OEP által támogatott szakrendelőben, szabályszerűen kiállított beutaló szükséges a beutaláshoz. Fontos tudnunk: a háziorvos csak OEP által támogatott nőgyógyászati szakrendelőből származó szakorvosi lelet birtokában irányíthatja a beteget rehabilitációs ellátásra! A beutalót nekünk kell eljuttatni az illetékes intézmény nőgyógyászati osztályára, felvételi irodájára. Ha járóbetegként vennénk igénybe a fürdőkezelést, akkor előzetesen fel kell keresni az adott intézmény nőgyógyászati rehabilitációs szakrendelését a szükséges beutaló (akár háziorvosi is) birtokában. Itt állítják ki a kezelőlapokat, amelyekkel – résztértés befizetése mellett – járóbetegként kapjuk meg a kezeléseket, ütemezés szerint. (A beutalással kapcsolatos tudnivalók általában megtalálhatók az intézmények honlapjain.)

Bemutatunk három magyarországi gyógyfürdőt, ahol gyógyvízzel kezelik a meddőséget.

(forrás: www.termalfurdo.net)

HARKÁNY

Zsigmondy Vilmos Harkányi Gyógyfürdőkórház

A messze földön ismert, jellegzetes szagú harkányi kénes gyógyvíz különleges helyet foglal el a kénes vizek között, ugyanis elősegíti a petesejt beágyazódását. A vízben található kén (hidrogén szulfid) gyorsabban szívódik fel, kísérletekkel is igazolták erős simaizom- és értágító hatását, valamint jótékonyan hat az immunrendszerre is. Mindemellett igazolták béta-endorfin („boldogsághormon”)-fokozó, ezáltal közvetve pozitív pszichés stresszoldó hatásait is. Mindezek együttesen – főleg az egyidejűleg alkalmazott, kiegészítő kezelések egymást fokozó hatásai révén – fontosak lehetnek a meddőségi problémák helyreállításában. Korábban azt mondták: minden harmadik, Harkányban kezelt nőbeteg állapotos lesz. Ilyen jóslásokba nem bocsátkoznánk, de az tény: egy korábbi felmérésben 636 beteget vizsgáltak. A harkányi gyógyvízes kezelést követően egy éven belül 44,5%-ban sikeres terhességről számoltak be.

<http://www.harkanykorhaz.hu/>

HÉVÍZ

Hévízgyógyfürdő és Szent András Reumakórház

A hévízi gyógytó a világ legnagyobb biológiailag is aktív, természetes termáltava. Különlegessége a fenekét több méter vastagságban borító gyógyiszap, amely kettős összetételű: részben vulkanikus, részben pedig tőzegiszap – ez világszinten is egyedülálló. Kén- és rádiumtartalmánál fogva különleges gyógyértékkel rendelkezik, és többféle betegség hatékony gyógyításában játszhat szerepet. Az iszappakolás során 38-42 fokos iszapot alkalmaznak, hiszen remek hőtároló, pakolásként sem hűl le, lazítja az izmokat, fokozza a vérkeringést, javítja az anyagcserét. A hévízi tó iszapjában kimutatható mennyiségű ösztrogént találtak, márpedig ez a tüszőhormon a bőrön át felszívódik. (Ezért alkalmazzák például kenőcsben is).

<http://www.spaheviz.hu/hu/>

PARÁDFÜRDŐ

Parádfürdői Állami Kórház

A Mátrában 290 méter magasan, festői környezetben, hatalmas erdők által körbevéve található a kórház. A környéken három, egymástól eltérő típusú, kiváló gyógyhatású víz található, amelyek gyógyászati értéke felbecsülhetetlen. A vasas-timsós fürdővizet



elsősorban nőgyógyászati problémákra alkalmazzák: gyulladós kórképekben, a meddőség bizonyos formáiban, petefészek-működés rendellenességeiben és hormonális diszfunkciók esetén, valamint nőgyógyászati műtét utáni gyógykezelésben. A Krónikus Nőgyógyászati Osztályon a női meddőség különböző formáit kezelik, például: kismencedencei szervek elégtelen vérellátása, krónikus kismencedencei gyulladások fennállása. IVF-beavatkozások előtti felkészülés, súlytöbblet miatti hormonális elégtelenség.

A TÓ, AMELY TEHERBE EJT?

Már a 19. században tartotta magát a hiedelem: aki a szovátai Medvetóhoz látogat, állapotos lesz. Ma is úgy tartják, hogy minden ötödik, meddőnek hitt nő teherbe esik egy szovátai út során. A Medvetó különleges összetételű, „csodatévő” vizét és hormontartalmú iszapját régóta használják a meddőség kezelésére is – iszappakolás (hasra kenve, illetve tamponként alkalmazva) és termálfürdőkezelés keretében. A szovátai sós iszap elismert mind az elsődleges, mind a másodlagos meddőség sikeres kezelésében, különösen a méh fejletlensége, petefészek-elégtelenség, illetve a petevezeték elzáródása miatti meddőségnél. A tó csak nyáron áll nyitva az idelátogatók előtt, ám az iszapot és a vizet a helyi hotelekben folyamatosan használják gyógyászati- és meddőségi kúrákhoz.