ΠΗΛΟ ΘΕΡΑ ΠΕΥΤΗΡΙΟ ΚΡΗΝΙΔΩΝ

Ιαματικός Πηλός

Κρηνίδων

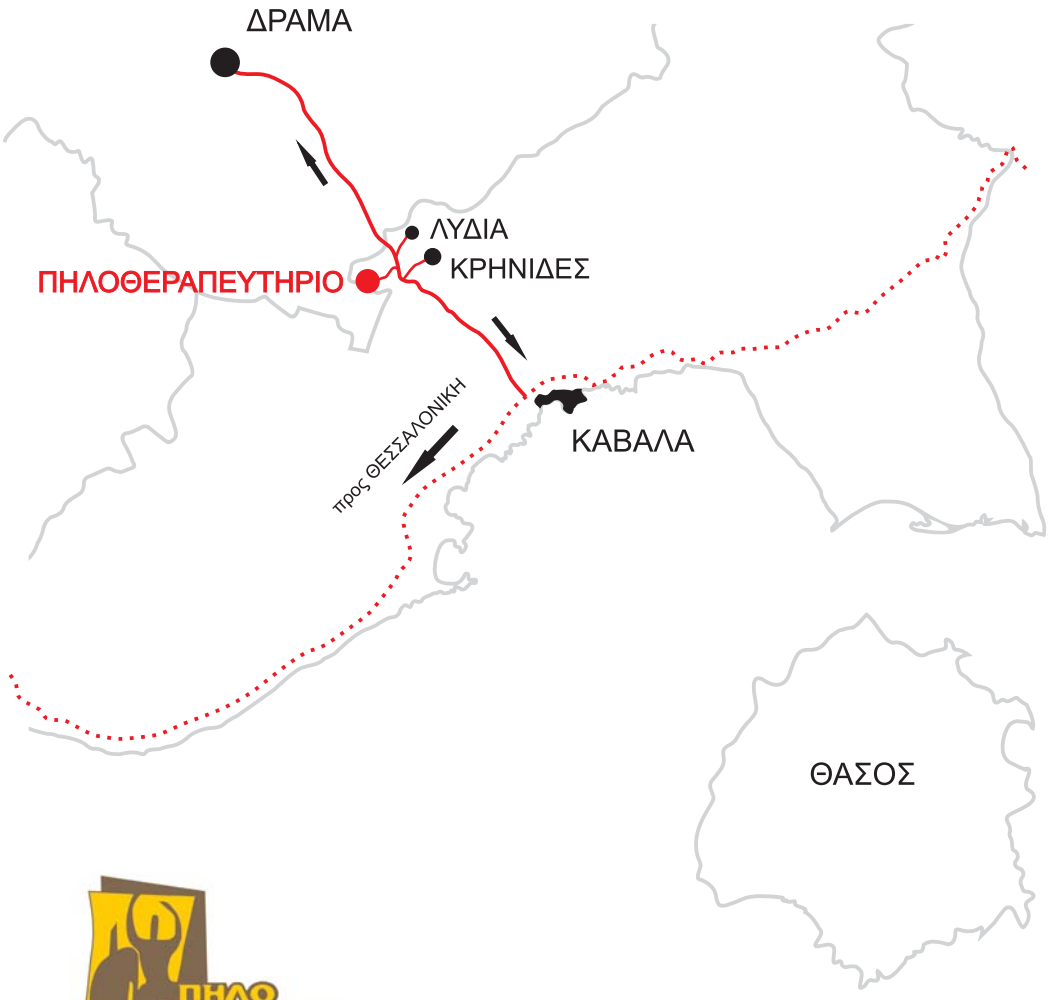
Φύση για τον Άνθρωπο και τη Ζωή

Φύση

Υγεία

Ιστορία

Αρχαιολογικός χώρος Φιλίππων



ΠΗΛΟ ΘΕΡΑ ΠΕΥΤΗΡΙΟ ΚΡΗΝΙΔΩΝ

Διαδρομές Υγείας - Ιστορίας - Πολιτισμού

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΤΟΠΟΣ ΚΡΗΝΙΔΩΝ

ΔΥΟ ΠΟΛΥΤΙΜΑ ΦΥΣΙΚΑ ΑΓΑΘΑ: ΙΑΜΑΤΙΚΟ ΝΕΡΟ - ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΠΗΛΟΣ

Ο χώρος που σήμερα ο άνθρωπος φροντίζει την υγεία του, με τη χρήση του θεραπευτικού πηλού και του ιαματικού νερού, από δεκάδες χιλιάδες χρόνια πριν μέχρι και σήμερα αποτελεί ένα «αειφόρο εργαστήρι της φύσης» που με θαυμαστή ακρίβεια παρασκευάζει το πολύτιμο αυτό για την υγεία μας υλικό. Κατά το παρελθόν, γεωλογικές, οικολογικές, βιολογικές, χημικές συνθήκες, και πολύπλοκοι μεταξύ τους φυσικοί μηχανισμοί στάθηκαν ευνοϊκοί καθώς δημιούργησαν το κατάλληλο περιβάλλον από το οποίο και μέσα στο οποίο παρασκευάσθηκε και ωρίμασε με φυσικό τρόπο ο θεραπευτικός πηλός.

Ο ώριμος σήμερα θεραπευτικός πηλός των Κρηνίδων είναι αποτέλεσμα φυσικών βιοχημικών, γεωχημικών και βιολογικών διεργασιών που συνέβησαν μεταξύ ενός στερεού συστατικού, της αργίλου, του υγρού που είναι το θερμό μεταλλικό νερό και οργανικού υλικού που είναι πολλά και διάφορα είδη φυτικών και ζωικών μικροοργανισμών. Τα οργανικά αυτά συστατικά (χούμο) και το μεταλλικό συστατικό, άργιλος, σχημάτισαν ώριμο θεραπευτικό πηλό.

Κατά τη διάρκεια των αιώνων η άργιλος ή πηλοειδές, λόγω της επαφής του με το μεταλλικό νερό, εμπλουτίζεται με χημικά στοιχεία και ιχνοστοιχεία. Παράλληλα εμπλουτίζεται και με οργανικά συστατικά τα οποία προέρχονται από την ανάπτυξη πολλών και διαφορετικών αλγών στον ίδιο χώρο του πηλοταμιευτήρα. Το νερό και οι φυτικοί αυτοί οργανισμοί με τη δράση τους και τα προϊόντα μεταβολισμού τους, μεταβάλλουν τα φυσικοχημικά χαρακτηριστικά του πηλοειδούς μετατρέποντας το σε ώριμο θεραπευτικό πηλό εμπλουτισμένο με πληθώρα οργανικών ενώσεων, που έχουν φαρμακοδυναμική επίδραση στον άνθρωπο. Με την αργή και σταθερή αυτή φυσική διεργασία το αρχικό πηλοειδές των Κρηνίδων άλλαξε τα φυσικοχημικά του χαρακτηριστικά και απέκτησε αύξηση ικανότητας συγκράτησης του νερού, πλαστικότητα για τη μηχανική του συμπεριφορά, διάσπαση των σωματιδίων της αργίλου σε μικρότερα σωματίδια, καθώς και πολλές άλλες χημικές, μηχανικές, βιολογικές ιδιότητες που το καθιστούν άριστο θεραπευτικό μέσο. Το υγρό συστατικό του πηλού των Κρηνίδων είναι το θερμό νερό που αναβλύζει στο χώρο των εγκαταστάσεων. Προέρχεται από μεγάλο βά-

θος και παίζει μεγάλο ρόλο στην προετοιμασία ωρίμανσης του πηλού. Η ωρίμανση κατά μεγάλο μέρος οφείλεται στα χημικά συστατικά και τη θερμοκρασία των 30°C του νερού των πηγών καθώς και στην επίδραση του πάνω στους φυτικούς και ζωικούς μικροοργανισμούς που σχηματίσθηκαν κατά τη διάρκεια των χρόνων που εξελίχθηκε η διαδικασία ωρίμανσης. Αυτοί οι φυτικοί και ζωικοί μικροοργανισμοί στο χώρο του περιβάλλοντος του λουτροτόπου δεν άλλαξαν καθώς δεν άλλαξε ο χημισμός του νερού και η θερμοκρασία του. Στις φυσικές λεκάνες ωρίμανσης του πηλού των Κρηνίδων παρέχεται από τους φυτικούς οργανισμούς που αναπτύσσονται στην επιφάνεια μία οργανική φωτοσυνθετική ουσία που αναμιγνύεται με τον ίδιο τον πηλό. Για το λόγο αυτό η βιολογική ωρίμανση του πηλού οφείλεται στη βιολογική προέλευση των οργανικών συστατικών του και τη παρέμβαση των μικροοργανισμών στο σχηματισμό των χουμομεταλλικών μονάδων στις οποίες και βρίσκονται οι ιδιαίτερες χημικές, φυσικοχημικές, βιολογικές και θεραπευτικές ιδιότητες του πηλού.

Αξίζει να σημειώσουμε ότι εκείνο που διαφοροποιεί το συγκεκριμένο χώρο από άλλους χώρους που έχουν ίδιους γεωλογικούς σχηματισμούς είναι η παρουσία του θερμού μεταλλικού νερού που μαζί με τον χουμώδη-θειούχο πηλό δημιουργούν μίγμα το οποίο βρίσκεται σε συνεχή βιολογική εξέλιξη-φυσική ωρίμανση. Στις ιδιαίτερες αυτές περιβαλλοντικές συνθήκες η βραδεία αποσύνθεση των φυτικών οργανισμών οδηγεί σε ενώσεις μεγάλου μοριακού βάρους, πλούσιες σε άνθρακα με σαφείς κολλοειδείς ιδιότητες και ισχυρή αναγωγική ικανότητα.

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΠΗΛΟΣ ΚΡΗΝΙΔΩΝ

ΠΡΟΪΟΝ ΕΝΟΣ ΜΟΝΑΔΙΚΟΥ ΓΕΩΛΟΓΙΚΟΥ, ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΥ ΚΑΙ ΧΗΜΙΚΟΥ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΥ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

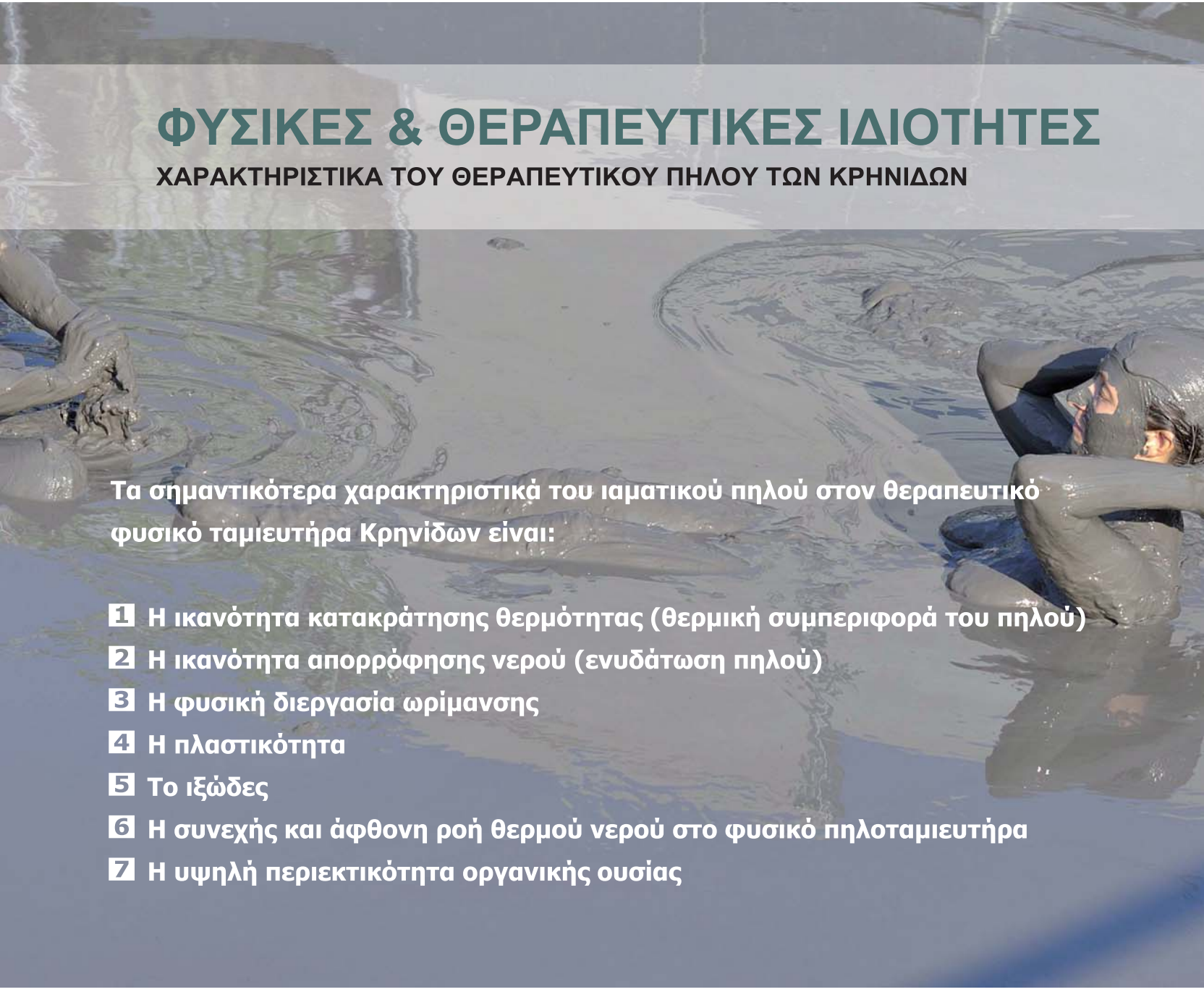
Στο υγρό και θερμό περιβάλλον της περιοχής Κρηνίδων η αποσύνθεση των οργανικών ουσιών παρήγαγε ως τελικά προϊόντα, διοξείδιο του άνθρακα, νερό και άζωτο. Η συνεχής και διαδοχική συσσώρευση των φυτικών οργανισμών και η αποσύνθεση στη συνέχεια μας έδωσαν γενετικά το χουμώδες υλικό που είναι ένα πολύπλοκο χημικό οργανικό υλικό. Έτσι δημιουργήθηκε η τύρφη. Ο μετασχηματισμός της σε θεραπευτικό πηλό βασίζεται στις δραστηριότητες που αναπτύσσουν οι μικρό-οργανισμοί. Αυτοί αποσυνθέτουν το φυτικό υλικό και έτσι προκύπτουν νέα συστατικά που ενσωματώνονται στον πηλό. Τα βακτήρια μπορούν να αναπτύξουν σωστά τις δραστηριότητές τους και να μετατρέψουν την τύρφη σε θεραπευτικό πηλό μόνο τότε όταν το γεωλογικό γεωχημικό, οικολογικό περιβάλλον, είναι κατάλληλο όπως στην περιοχή του λουτρότοπου Κρηνίδων. Παράλληλα η συνεχής ροή του θερμού νερού και η επαφή του με τον πηλό, φρόντισε στην ουδετεροποίηση των οξέων που σχηματίσθηκαν κατά τη διαδικασία της αποσύνθεσης. Η παρουσία και η βιολογική εξέλιξη της μικροχλωρίδας, το γεωλογικό περιβάλλον και η παρουσία του θερμού νερού είναι οι κύριοι παράγοντες που με τις χημικές, φυσικοχημικές, βιολογικές μακροχρόνιες διεργασίες, μας έδωσαν τον ώριμο φυσικό θεραπευτικό πηλό. Αυτό το μέσο θεραπευτικής αγωγής χρησιμοποίησε ο άνθρωπος από την εποχή των Ομηρικών χρόνων μέχρι σήμερα.

Ιαματικό νερό Κρηνίδων είναι: Αυτό που οι μηχανισμοί της φύσης δημιουργούν στο υπέδαφος του λουτρότοπου και αναβλύζει με φυσικό τρόπο και το οποίο λόγω των φυσικών και χημικών του ιδιοτήτων ασκεί ευεργετική επίδραση στον ανθρώπινο οργανισμό.

Θεραπευτικός πηλός Κρηνίδων είναι: Το Θερμό γήινο φυσικό υλικό το οποίο προέρχεται από την ανάμιξη ενός ανόργανου στερεού συστατικού, της αργίλου, πλούσιας οργανικής ύλης, και ιαματικού νερού, και το οποίο ασκεί θεραπευτική δράση στον ανθρώπινο οργανισμό που αποδεικνύεται από την πρακτική εμπειρία του παρελθόντος και τη σύγχρονη επιστημονική τεκμηρίωση.

ΦΥΣΙΚΕΣ & ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΥ ΠΗΛΟΥ ΤΩΝ ΚΡΗΝΙΔΩΝ



Τα σημαντικότερα χαρακτηριστικά του ιαματικού πηλού στον θεραπευτικό φυσικό ταμιευτήρα Κρηνίδων είναι:

1. **Η ικανότητα κατακράτησης θερμότητας (θερμική συμπεριφορά του πηλού)**
2. **Η ικανότητα απορρόφησης νερού (ενυδάτωση πηλού)**
3. **Η φυσική διεργασία ωρίμανσης**
4. **Η πλαστικότητα**
5. **Το ιξώδες**
6. **Η συνεχής και άφθονη ροή θερμού νερού στο φυσικό πηλοταμιευτήρα**
7. **Η υψηλή περιεκτικότητα οργανικής ουσίας**

Το μαύρο χρώμα του πηλού στο φυσικό θεραπευτικό ταμιευτήρα οφείλεται στο θειούχο σίδηρο, ο οποίος αποτελεί σημαντικό θεραπευτικό συστατικό. Κατά την επαφή του πηλού με την ανθρώπινη επιδερμίδα, τα θειούχα άλατα του σιδήρου αντιδρούν με τα όξινα συστατικά της, ελευθερώνοντας θειούχα ιόντα. Αυτά, με τη σειρά τους, απορροφώνται από την επιδερμίδα με αποτέλεσμα να έχουμε την ευεργετική επίδραση-θεραπεία των δερματολογικών παθήσεων. Τα θειούχα ιόντα δημιουργούν παράλληλα τη διαπιστωμένη αγγειοδυναμική δράση του πηλού. Ο μηχανισμός αυτός, σε συνδυασμό με τη θερμική δράση, ασκεί ευεργετική επίδραση-θεραπεία σε μυοσκελετικές ασθένειες. Η αγγειοδυναμική δράση του πηλού, σε συνδυασμό με την εξουδετέρωση και απορρόφηση των όξινων συστατικών της επιδερμίδας τον καθιστούν παράλληλα άριστο καλλυντικό μέσο.

Φυσικοχημικά χαρακτηριστικά του θεραπευτικού πηλού Κρηνίδων:

Τα σημαντικότερα φυσικοχημικά χαρακτηριστικά του πηλού των Κρηνίδων είναι:

1. Το ph έχει τιμή 7,30, η υδατοχωρητικότητα σε φυσική κατάσταση φθάνει το 50,5%, η οργανική ουσία το 6,8% και το στερεό υπόλειμμα (στους 950°C) το 85,5%. Τα υδατοδιαλυτά άλατα του πηλού (g/Kg) κατά αναλογία υπεροχής είναι το νάτριο, κάλιο, ασβέστιο, μαγνήσιο και ως ανιόντα το χλώριο, τα οξινοανθρακικά, τα θεϊκά κ.α. Το κύριο υδατοδιαλυτό συστατικό του πηλού είναι το χλωριούχο νάτριο, ενώ η υγρή φάση του πηλού χαρακτηρίζεται ακόρεστη. Συνεπώς σε συνδυασμό με τη σχετικά μεγάλη εναλλακτική σε κατιόντα ικανότητα, συμπεραίνεται ότι μπορεί να εναλλάξει και να παραλάβει κατά την επαφή με την επιδερμίδα κάποια ανεπιθύμητα συστατικά της.
2. Τα συστατικά του πηλού των Κρηνίδων διαλυτά σε όξινο περιβάλλον σε (%) αναλογία είναι το ανθρακικό ασβέστιο (3,20), το ανθρακικό μαγνήσιο (0,40) και ο θειούχος σίδηρος (0,80). Η χαμηλή περιεκτικότητα των ανθρακικών αλάτων στον πηλό του θεραπευτικού ταμιευτήρα, συμβάλλει στην καλύτερη μηχανική συμπεριφορά του και κατά συνέπεια αποτελεί και κριτήριο της ποιότητάς του. Η ίαση των δερματικών παθήσεων είναι αποτέλεσμα των θειούχων ιόντων.
3. Η χημική σύσταση των ορυκτών του πηλού συγκροτείται από Na_2O, K_2O, CaO, MgO, Fe_2O3, Al_2O_3, SiO_2, ορυκτολογικά αποτελείται από χαλαζία, αστρίους, μοντμορολλονίτη, μοσχοβίτη, καολίνη, διάφορες οργανικές ενώσεις και ανθρακικά άλατα. Ο πηλός παρουσιάζει επίσης μεγάλη ποικιλία ιχνοστοιχείων τόσο ως προς το είδος, όσο και ως προς τη συγκέντρωσή τους. Τα ιχνοστοιχεία αυτά είναι As, Br, Sb, La, U, Lu, Sm, Sc, Pa, Cr.
4. Το μέγεθος των σωματιδίων του πηλού (διάμετρος των κόκκων) επηρεάζει καθοριστικά τη μηχανική συμπεριφορά του πηλού. Η ιδιότητα αυτή είναι καθοριστική για την ομοιόμορφη επικάλυψη της επιδερμίδας από τον πηλό. Τα σωματίδια με πολύ μικρό μέγεθος όπως ο μαντμοριλλονίτης, ο καολόνης, τα άλλα ορυκτά της αργίλου και κυρίως η λιγνίτη, σχηματίζουν σπογγώδεις κολλοειδείς σχηματισμούς που αυξάνουν την πλαστικότητα του πηλού.
5. Η υδατοχωρητικότητα, το ειδικό βάρος, η ειδική θερμότητα, η θερμική αγωγιμότητα, η θερμοχωρητικότητα, αποτελούν τεχνολογικά χαρακτηριστικά του πηλού και έχουν τα δικά τους μεγέθη στον πηλό των Κρηνίδων.

ΘΕΡΑΠΕΙΑ - ΠΡΟΛΗΨΗ - ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΔΡΑΣΗΣ - ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΠΗΛΟΣ ΚΡΗΝΙΔΩΝ ΚΑΒΑΛΑΣ

Ο μηχανισμός δράσης του πηλού των Κρηνίδων κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής αγωγής, αποτελεί γεγονός σύνθετο και πολύπλοκο. Σημαντική προϋπόθεση για την επιτυχία της πηλοθεραπευτικής αγωγής αποτελεί η τήρηση των οδηγιών του θεράποντος ιατρού.

Όταν ο επισκέπτης-λουόμενος εισέλθει στον πηλοταμιευτήρα οι μηχανισμοί που ασκούν δράση και συμβάλλουν στη θεραπευτική αγωγή είναι:

Μηχανική δράση: Στον πηλοταμιευτήρα το σώμα δέχεται την επίδραση δύο μηχανικών παραγόντων. Της άνωσης και της υδροστατικής πίεσης. Η άνωση προκαλεί ελάττωση του σωματικού βάρους και κατά συνέπεια επέρχεται χαλάρωση και σημαντική ευχέρεια των κινήσεων στις αρθρώσεις, ενώ η πίεση κατανέμεται ομοιόμορφα στο σώμα. Η άνωση στον πηλοταμιευτήρα υποβαστάζει το σώμα και αντισταθμίζει αρκετά την επίδραση της βαρύτητας. Αυτή η στήριξη βοηθά στη χαλάρωση και μειώνει τον πόνο.

Θερμική δράση: Σημαντικές είναι οι ενέργειες του θεραπευτικού πηλού στο δέρμα, στην αναπνοή, στο αίμα, καθώς επίσης στο κυκλοφορικό σύστημα, το νευρικό και πεπτικό. Η θερμοκρασία επιφέρει αύξηση στο ενεργειακό δυναμικό των ιστών, ενεργοποιεί τους θερμορυθμιστικούς μηχανισμούς, και προκαλεί επιτάχυνση των μεταβολικών και οξειδοαναγωγικών εργασιών. Η θερμοκρασία διαστέλλει σε ικανοποιητικό βαθμό τα αιμοφόρα αγγεία που βρίσκονται επιφανειακά και αυξάνει την αιμάτωση του δέρματος με αποτέλεσμα την καλύτερη τροφικότητά τους. Η αύξηση της θερμοκρασίας των μυών έχει ως αποτέλεσμα την ευκολότερη και ισχυρότερη σύσπασή τους. Καθώς απαλύνεται ο πόνος ο λουόμενος μπορεί να κινηθεί με μεγαλύτερη άνεση και να αυξήσει το εύρος των κινήσεων στις δύσκαμπτες αρθρώσεις.

Χημική δράση: Η χημική δράση του πηλού των Κρηνίδων οφείλεται στην παρουσία οργανικών και ανόργανων συστατικών, ουσιών με ορμονική και αντιβιοτική δράση, βιοδιεγερτών, χημικών στοιχείων και ιχνοστοιχείων. Αυτά επιδρούν είτε με την επικάθησή τους στην επιδερμίδα, είτε με τη διείσδυσή τους μέσω του δέρματος και των βλεννογόνων στον οργανισμό και έτσι ασκούν χημική δράση στις λειτουργίες του οργανισμού.

Πιο συγκεκριμένα εξασκούν:

- τοπική επίδραση επί της επιφάνειας του δέρματος
- αντανακλαστική επί των εσωτερικών οργάνων
- γενική επίδραση στις λειτουργίες του σώματος - οργανισμού από ουσίες που διεισδύουν μέσα στον οργανισμό όπως το θείο, μεταλλικά στοιχεία με τη μορφή ιόντων ή μορίων. Το είδος και ο βαθμός απορρόφησης εξαρτάται από πολλούς παράγοντες όπως υδατολιποδιαλυτότητα των συστατικών αυτών, η θερμοκρασία του πηλού, η διάρκεια επαφής με το δέρμα, η συχνή επανάληψη της επαφής πηλού-δέρματος, τα συστατικά του πηλού, η αλληλεπίδραση των συστατικών στην απορρόφηση, ο βαθμός ύγρανσης του δέρματος, το ph του πηλού, καθώς και άλλοι παράγοντες.

Ο πηλός έχει έντονη αντιφλεγμονώδη, απορροφητική, αντιαλλεργική, αναλγητική και θρεπτική-αναγεννητική δράση. Προκαλεί ενεργοποίηση του νευροενδοκρινικού συστήματος και ευνοεί την εξυγίανση των αντιδράσεων του οργανισμού. Η εφαρμογή της πηλοθεραπείας επιταχύνει την απορρόφηση συμφύσεων και ουλών μετά από νοσήματα ή κακώσεις του κεντρικού και περιφερειακού νευρικού συστήματος, βελτιώνει τις συνθήκες αναγέννησης των περιφερειακών νεύρων, μετριάζει τις νευραλγίες, λύει τη μυϊκή σπαστικότητα και δυσκαμψία και υποβοηθά την αποκατάσταση της κινητικής λειτουργίας.

Ο θειούχος σίδηρος ο οποίος αντιδρά με τα όξινα συστατικά της επιδερμίδας ελευθερώνει τα θειούχα ιόντα, τα οποία είναι διαβατά και εισέρχονται στον οργανισμό. Η θεραπευτική τους δράση φαίνεται ότι γίνεται μέσω ενζυματικών αντιδράσεων στο κυτταρικό επίπεδο και σε χρόνο που υπολογίζεται ότι φθάνει στις 21 μέρες. Έτσι ο χρόνος θεραπευτικής αγωγής που προτείνεται στο λουτρότοπο Κρηνίδων είναι τρεις εβδομάδες. Ο θεραπευτικός χαρακτήρας οφείλεται και σε άλλα χημικά στοιχεία-ιχνοστοιχεία, φυσικοχημικά-βιολογικά χαρακτηριστικά του πηλού (π.χ. αρσενικό ph, ηλεκτρική αντίσταση κ.λπ.).

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΠΗΛΟΣ ΚΡΗΝΙΔΩΝ

Θεραπευτικός πηλός:

Ο Φυσικός Πόρος αναγνωρίσθηκε ως **«ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ»** με την γνωμοδότηση της 12ης συνεδρίασης της επιτροπής του νόμου 3498/2006.
Με βάση τα επιστημονικά δεδομένα χαρακτηρίσθηκε και ταυτοποιήθηκε ως:

«Τυρφοειδής Οργανικός Θεραπευτικός Πηλός Κρηνίδων Καβάλας»

Χαρακτηριστικά του θεραπευτικού πηλού:
Θερμοκρασία πηλού στον φυσικό ταμιευτήρα: 27° Κελσίου
PH: 7.30, Αγωγιμότητα 720 μS/cm
Χημική ανάλυση ώριμου πηλού: (Na_2O = 1,2), (K_2O = 3,4), (CaO = 1,2), (MgO = 1,1), (Al_2O_3= 18,5), (Fe_2O = 4,6), (SiO_2 = 6,2), σε (% W/W)
Τα ορυκτά της αργίλου στον πηλό είναι: ο μοντμοριλονίτης, ο καολίνης, ο μοσχοβίτης κ.α.

Θεραπευτικές ιδιότητες (ενδείξεις):
α) Παθήσεις μυοσκελετικού συστήματος β) Δερματικές παθήσεις.

Οι δερματοπάθειες που αντιμετωπίζονται με τον θεραπευτικό πηλό των Κρηνίδων είναι:

• Το οξύ έκζεμα, η ψωρίαση • Η ιχθύαση, η σκληροδερμία • Η νεανική ακμή, η ροδόχρους ακμή

Σημαντική επίσης είναι η προληπτική χρησιμοποίηση του πηλού Κρηνίδων στην αποφυγή ή ελάττωση του αριθμού των υποτροπών των χρόνιων από τις δερματοπάθειες που προαναφέραμε:

Ως αντενδείξεις αναφέρονται οι περιπτώσεις σπογγοειδούς μυκητίασης, αιμαδερματοπαθειών καρκίνου και φυματίωσης του δέρματος καθώς και των εκτεταμένων πυοδερματίτιδων.

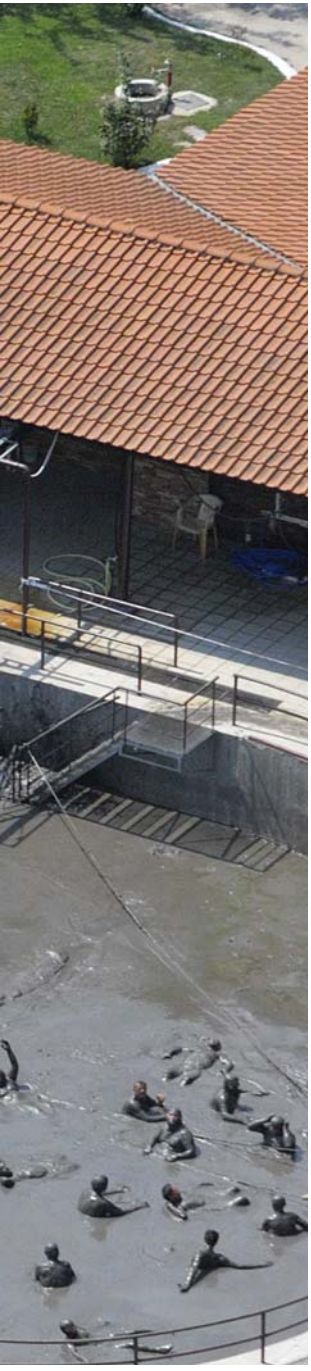
Ενδείξεις των ιαματικών Λασπόλουτρων για τα ρευματικά νοσήματα είναι:

Γενική ένδειξη: Όλα τα ρευματικά νοσήματα με μετώπωση ή τάση μεταπτώσεως σε χρόνια αρθρική παρά αρθρική βλάβη.

• Φλεγμονώδεις αρθροπάθειες π.χ. ρευματοειδής αρθρίτιδα • Εκφυλιστικές αρθροπάθειες, π.χ. οστεοαρθρίτιδα, σπονδυλοαρθρίτιδα • Ρευματισμός μαλακών μορίων π.χ. περιαρθρίτιδα ώμου.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΗΛΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ

ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ ΠΗΛΟΣ ΚΡΗΝΙΔΩΝ



Γενικές αρχές:

Ο κύκλος της πηλοθεραπείας που γενικά θεωρείται ικανός να επιφέρει αποτελέσματα είναι 12-15 χρήσεις.

Κανονικά, η αγωγή με πηλό γίνετια μία φορά το χρόνο. Δύο κύκλοι είναι επίσης δυνατοί, μόνο εάν μεσολαβήσει διάστημα τεσσάρων ως πέντε μηνών από τον ένα κύκλο στον άλλο. Η επανάληψη της πηλοθεραπείας για τρία τουλάχιστον συνεχόμενα χρόνια συνίσταται πάντα, εκτός εάν έχουν προκύψει αντενδείξεις. Η αγωγή γίνεται πάντα με άδειο στομάχι ή τουλάχιστον 3-4 ώρες μετά το φαγητό. Πριν την πηλοθεραπεία είναι απαραίτητο να κενωθεί η ουροδόχος κύστη και το έντερο.

Απαραίτητη η ιατρική φροντίδα.

Στον πηλοταμιευτήρα Κρηνίδων:

Ο επισκέπτης στο λουτρότοπο Κρηνίδων έχει τη δυνατότητα να πραγματοποιήσει την πηλοθεραπευτική του αγωγή:

α) με ολική εμβάπτιση του σώματος στον θερμό φυσικό ταμιευτήρα,

β) με τη μορφή τοπικού επιθέματος.

Αρχικά ο επισκέπτης συνομιλεί - συνεργάζεται με την ιατρική ομάδα του κέντρου και ενημερώνεται για το πρόγραμμα που θα ακολουθήσει. Η διαδικασία αγωγής που θα πραγματοποιήσει στο πηλοθεραπευτικό κέντρο Κρηνίδων ο επισκέπτης - λουόμενος, γενικά έχει τα εξής τρία διακριτά στάδια.

1. Προετοιμασία εισαγωγής στον πηλοταμιευτήρα

Υπάρχουν δύο ταμιευτήρες, ανδρών - γυναικών, καθώς και οι ανάλογοι χώροι προετοιμασίας. Οι ταμιευτήρες έχουν συνολικό εμβαδόν 500 τετραγωνικά μέτρα, το βάθος φθάνει το ένα μέτρο και είκοσι εκατοστά και η θερμοκρασία του θεραπευτικού πηλού αγγίζει τους 30°C. Ο χρόνος παραμονής στον πηλοταμιευτήρα είναι 20-25 λεπτά. Ο χρόνος αυτός υπαγορεύεται από τους διεθνείς ιατρικούς κανόνες για την ολική πηλοθεραπεία. Εάν ο επισκέπτης εφαρμόσει τοπικά επιθέματα, ο χρόνος παραμονής του επιθέματος στο συγκεκριμένο σημείο του σώματος οφείλει να έχει πάχος 2-4 εκατοστά. Στην ολική εμβάπτιση του σώματος στον θεραπευτικό πηλοταμιευτήρα, η πρόσθια πλευρά του λαιμού μένει ελεύθερη. Καθώς ο πηλός των Κρηνίδων αποτελεί άριστο καλλυντικό σκεύασμα οι επισκέπτες - λουόμενοι πραγματοποιούν λεπτές επαλείψεις πηλού στο πρόσωπο.

2. Απαλλαγή του σώματος από τον πηλό με καταιονισμό ιαματικού νερού

Αφού ολοκληρώσει ο λουόμενος την αγωγή με τον θεραπευτικό πηλό στον ομαδικό πηλοταμιευτήρα, απαλλάσσει το σώμα του από τον πηλό με κατάϊονισμό ιαματικού νερού. Η αίθουσα καταϊονισμού με τη μορφή κατακόρυφης βροχής βρίσκεται στον ίδιο χώρο του πηλοταμιευτήρα. Οι συνθήκες καταϊονισμού υπόθερμου ιαματικού νερού πραγματοποιούνται σε μέτρια ως χαμηλή πίεση (0,5-1,5 ατμόσφαιρες). Οι καταϊονίσεις με τη μορφή κατακόρυφης βροχής που είναι τοποθετημένες 2,50 μ. από το δάπεδο τροφοδοτούν τον λουόμενο αρχικά να απαλλαγεί από τον πηλό και συγχρόνως να αισθανθεί μυοχαλαρωτικά. Ο χρόνος καταϊονισμού οφείλει να διαρκεί από τρία μέχρι πέντε λεπτά.

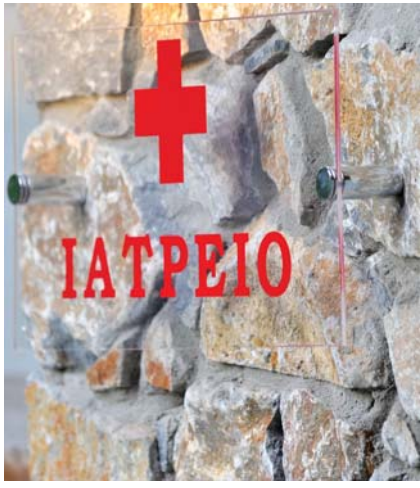
3. Εφιδρωτική αντίδραση

Το τρίτο στάδιο έχει σχέση με την εφιδρωτική αντίδραση. Μετά το μπάνιο ο λουόμενος ντύνεται με λουτρικό χιτώνα (μπουρνούζι) εφόσον έχει στη διάθεσή του και καταλήγει στον προσωπικό του χώρο διαμονής. Αποτελεί μέρος της συνολικής θεραπευτικής του αγωγής να παραμείνει στο κρεβάτι 30-50 λεπτά καλά σκεπασμένος για την εφιδρωτική αντίδραση. Κατά τη διάρκεια αυτή συνεχίζονται τα βιολογικά αποτελέσματα της πηλοθεραπείας.

Μετά την 5η-6η μέρα της αγωγής μπορεί να εμφανιστεί μια χειροτέρευση του τοπικού πόνου και της λειτουργικής συμπτωματολογίας. Αυτό μερικές φορές συνοδεύεται από γενικές διαταραχές όπως αδυναμία, υποτονικότητα, αδιαθεσία, αύξηση των ρευματικών πόνων, κούραση κ.α.

Γενικά στον κύκλο της συνολικής θεραπευτικής αγωγής με πηλό παρατηρούμε ένα μικρό πρώτο στάδιο αρνητικό στην αρχή της πηλοθεραπείας. Στη συνέχεια παρατηρούμε μια θετική καλή ανταπόκριση, τη λεγόμενη ρυθμιστική αντίδραση.

Προς το τέλος της θεραπευτικής αγωγής διακρίνουμε ένα μικρό στάδιο που χαρακτηριστικό του είναι η κόπωση. Τέλος, η ευχάριστη διαμονή, η υγιείς και ενδεδειγμένη διατροφή, η καλή συμπεριφορά των εργαζομένων προς τους επισκέπτες - λουομένους, το καθαρό και όμορφο περιβάλλον, οι φιλικές σχέσεις των λουομένων, είναι απαραίτητες προϋποθέσεις, και έχουν θετική επίδραση στο επιδιωκόμενο αποτέλεσμα.



ΥΠΟΘΕΡΜΟ - ΟΛΙΓΟΜΕΤΑΛΛΙΚΟ

Ca, Mg, HCO_3 ΥΠΟΤΟΝΙΚΟ - ΙΑΜΑΤΙΚΟ - ΝΕΡΟ ΚΡΗΝΙΔΩΝ

Ιαματικό νερό:

Ο θερμός υδάτινος φυσικός πόρος αναγνωρίσθηκε ως **«ΙΑΜΑΤΙΚΟΣ»** με τη γνωμοδότηση της 12ης συνεδρίασης της επιτροπής του νόμου 3498/2006.
Η επιτροπή αξιολόγησε τα επιστημονικά στοιχεία και δεδομένα και το μεταλλικό νερό χαρακτηρίσθηκε και ταυτοποιήθηκε ως:

«Υπόθερμο, Ca, Mg, HCO_3, Υποτονικό, Ιαματικό Νερό Κρηνίδων Καβάλας»

Χαρακτηριστικά Ιαματικού Νερού:
Θερμοκρασία Νερού: 28°Κελσίου
Ph: 7.5, Ηλεκτρ. Αγωγιμότητα 315 μS/cm,
Χημικά υπερέχοντα στοιχεία: Ca, Mg, HCO_3
Ραδιενεργά στοιχεία Rn=5,53, Ra <1, και U<1

Ιαματικές ιδιότητες – ενδείξεις:

1. **Ποσιθεραπεία:** Παθήσεις γαστρεντερικού και ουροποιητικού
2. **Λουτροθεραπεία:** Παθήσεις μυοσκελετικού και δερματικές παθήσεις

Τρόποι χρήσεως: Ποσιθεραπεία, Λουτροθεραπεία

Μορφές υδροθεραπείας στο κέντρο ιαματικού τουρισμού Κρηνίδων

1.Εσωτερική υδροθεραπεία

Ποσιθεραπεία: Ως αγωγή επιτυγχάνεται με την πόση ορισμένης ποσότητας ιαματικού νερού, στο περιβάλλον της πηγής.

Η ποσιθεραπεία συνιστάται στις εξής περιπτώσεις:

Παθήσεις γαστρεντερικού και ουροποιητικού συστήματος.

Η διάρκεια της ποσιθεραπείας ορίζεται σε 3-4 βδομάδες, κατά περίπτωση. Η ποσιθεραπεία πρέπει να γίνεται με άδειο στομάχι και η δόση του νερού μετράται συνήθως σε ποτήρια (250ml). Πριν ξεκινήσει η θεραπεία επιβάλλεται εξέταση του επισκέπτη από το γιατρό του ιαματικού κέντρου.

2. Εξωτερική υδροθεραπεία: Ιαματικά λουτρά (λουτροθεραπεία).

Τα ιαματικά λουτρά υπόθερμα (με θερμοκρασία 20-30°C), θερμά (με θερμοκρασία νερού 30-40°C) ενδείκνυνται για παθήσεις του μυοσκελετικού συστήματος καθώς και για δερματικές παθήσεις: Αρθροπάθειες, Ρευματοπάθειες, Δερματοπάθειες.

Το ιαματικό λουτρό γίνεται με την εμβύθιση του σώματος σε ατομικό λουτήρα ή πισίνα και διαρκεί περίπου 20 λεπτά. Συνίσταται να γίνεται το πρωί και μετά από ολοκληρωμένη πέψη. Ένας κύκλος θεραπείας διαρκεί συνήθως 2 εβδομάδες και περιλαμβάνει ένα λουτρό την ημέρα. Μετά το λουτρό προτείνεται ανάπαυση του λουομένου, καλά καλυμμένου για 20 έως 30 λεπτά.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ

ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΤΟΠΟ ΚΡΗΝΙΔΩΝ

Γενικά η πηλοθεραπεία στις Κρηνίδες έχει προκαλέσει τα εξής αποτελέσματα στον ανθρώπινο οργανισμό: αντιφλεγμονώδης και διαλυτική δράση, αυξημένη αντίσταση κατά των παραγόντων που προκαλούν τις ασθένειες, επίδραση στην ενδιάμεση ανταλλαγή, επίδραση στη γενική κοιναισθησία. Αυτοί οι μηχανισμοί είναι ικανοί να επιφέρουν θεμικά παροδικά ή και μόνιμα αποτελέσματα στη θεραπεία συγκεκριμένων ασθενειών. Η πηλοθεραπεία είναι χρήσιμη και αποτελεσματική σε όλες τις ρευματικές παθήσεις με εξαιρέσεις που αντιπροσω-πεύονται από παθήσεις που εμφανίζονται σπάνια και στις οποίες η πηλοθεραπεία αντενδεικνύεται.

Ο επισκέπτης-λουόμενος στις Κρηνίδες που επιθυμεί να διαχειριστεί την προσωπική σωματική και ψυχική του υγεία με τη συνεργασία της ιατρικής ομάδας και των εργαζομένων θα βιώσει την ευεργετική επίδραση του θερα-πευτικού πηλού.

Η έρευνα δείχνει ότι η οστεοαρθρίτιδα κατέχει την πρώτη θέση μεταξύ των ασθενειών στις οποίες η πηλοθε-ραπεία επιδρά ευεργετικά στο λουτρότοπο Κρηνίδων. Ο αριθμός των επισκεπτών για τη συγκεκριμένη ασθένεια είναι μεγάλος καθώς αποτελεί και την πιο διαδεδομένη ρευματική μορφή ασθένειας στους ανθρώπους.

Η αναλγητική και μυοχαλαρωτική δράση του πηλού καταπολεμούν τα συμπτώματα που χαρακτηρίζουν την ασ-θένεια, όπως πόνοι των αρθρώσεων, ανικανότητα λειτουργίας κ.λπ. Η έρευνα με προσωπικές συνεντεύξεις κατέ-γραψε θετικά αποτελέσματα σε περιπτώσεις σπονδυλοαρθρίτιδας, αρθρίτιδα στο χέρι και στο πόδι, γοναρθρίτιδα. Σε ότι αφορά την σπονδυλική στήλη, η αρθρίτιδα είναι μόνο μία από τις πολυάριθμες αιτίες πόνου της πλάτης. Η αναλγητική και ανακουφιστική δράση του πηλού φαίνεται να είναι πάντα ωφέλιμη, όποια και αν είναι η αιτία γέν-νησης της πάθησης του πόνου της πλάτης, με εξαίρεση ειδικών περιπτώσεων. Ευεργετική επίδραση παρατηρήθηκε και σε συγκεκριμένες ορθοπεδικές ασθένειες, όπως τα διαστρέμματα, οι αρθριτικές εξαρθρώσεις και οι συστολές των μυών. Στο πηλοθεραπευτήριο Κρηνίδων, μετά από έρευνα που πραγματοποιήθηκε, η κατανομή των επισκεπτών-λουομένων ως προς τις παθήσεις κατά σύστημα είναι η εξής:

• Μυοσκελετικό πρόβλημα 65% • Δερματικές παθήσεις 20% • Πεπτικό σύστημα 5%
• Προληπτικά 5% • Άλλα (νευρικό, αναπνευστικό) 5%.

Οι επισκέπτες που πραγματοποιούν πηλοθεραπεία στο λουτρότοπο Κρηνίδων δηλώνουν βελτίωση του προβλήματος που έχουν σε ποσοστό 83% στασιμότητα 12% και επιδείνωση 5%. Η ταξινόμηση που αφορά την ηλικία των επισκεπτών είναι οι εξής:

α) 30-40 ετών **12%, β) 40-50** ετών **32%, γ) 50-60** ετών **25%, δ) 60-70** ετών **17%, ε) 70-80** ετών **10%**

Ένα μικρό ποσοστό 4% αφορά ηλικίες κάτω των 30 ετών. Στις 30 Μαΐου 1995 το Κεντρικό Συμβούλιο Υγείας της χώρας μας ανακήρυξε τον πηλό και το θερμό μεταλλικό νερό των Κρηνίδων ως «ιαματικά» αναγνωρίζοντας μετά από τεκμηριωμένη μελέτη που πραγματοποίησε ο Δήμος Φιλίππων τις εξής θεραπευτικές ενδείξεις:

• Χρόνιες ρευματοπάθειες • Παθήσεις του δέρματος • Γυναικολογικές παθήσεις • Σπονδυλαρθρίτιδες
• Χρόνιες δερματοπάθειες • Ουρική αρθρίτιδα • Έκζεμα, ψωρίαση • Καλλυντικό σκεύασμα

ΚΡΗΝΙΔΕΣ...ΑΡΧΑΙΟΙ ΦΙΛΙΠΠΟΙ...
ΔΗΜΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ...

ΤΕΧΝΗ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Ο λουτρότοπος-λασπόλουτρα Κρηνίδων, γεωγραφικά αποτελεί μέρος μιας ευρύτερης ιστορικής περιοχής που ξεκινά από τα βάθη των αιώνων. Έργα τέχνης κοσμούν το μουσείο των Φιλίππων.

Το 360 π.Χ. ιδρύεται η πόλη των Κρηνίδων από τον Αθηναίο πολιτικό Καλλίστρατο και αποίκους της Θάσου. Όταν στα 356 π.Χ. απειλούνται οι κάτοικοι των Κρηνίδων από τους Θράκες, ζητούν τη βοήθεια του Φιλίππου Β΄ της Μακεδονίας. Αυτός διαβλέποντας την οικονομική και στρατηγική σημασία της πόλης την καταλαμβάνει την οχυρώνει και την μετονομάζει σε Φιλίππους. Το όνομα της πόλης γίνεται γνωστό σε όλο τον αρχαίο κόσμο με την κοσμοϊστορική φονική μάχη τον Οκτώβριο του 42 π.Χ. έξω από τα τείχη της πόλης, μεταξύ των δημοκρατικών και της Τριανδρίας. Η ήττα των δημοκρατικών σήμανε και την κατάργηση του δημοκρατικού πολιτεύματος της Ρώμης. Πρώτος οικιστής της Ρωμαϊκής αποικίας αμέσως μετά τη μάχη ήταν ο Ρωμαίος στρατηγός Αντώνιος. Το 30 π.Χ., ο αυτοκράτορας Οκταβιανός Αύγουστος εγκαθιστά στην πόλη λεγεωνάριους και αγρότες από την Ιταλική Χερσόνησο. Η πόλη αύξησε τον πληθυσμό της και έγινε αστικό κέντρο με Ρωμαϊκό χαρακτήρα. Η διέλευση της Εγνατίας οδού από την πόλη την κατέστησε το μεγαλύτερο αστικό κέντρο της περιοχής. Το 50 μ.Χ. ο Απόστολος Παύλος επισκέπτεται τους Φιλίππους για να διδάξει το Ευαγγέλιο. Ιδρύει την πρώτη Χριστιανική εκκλησία της Ευρώπης και βαφτίζει στις όχθες του ποταμού Ζυγάκτη, λίγο έξω από τον αρχαιολογικό χώρο, τη Λυδία, την πρώτη Ευρωπαία Χριστιανή. Το γεγονός αυτό ανέδειξε την πόλη σε μητρόπολη του Χριστιανισμού που γνωρίζει τεράστια ακμή κατά την περίοδο των Βυζαντινών χρόνων. Κατασκευάζονται σπουδαίοι ναοί, δημόσια κτίρια, ανοικοδομούνται τα τείχη της πόλης, κτίζονται πύργοι και το τείχος της ακρόπολης. Οι θέρμες που με επιμέλεια κτίζονται αποτελούν το κεντρικό σημείο στο συνολικότερο λειτουργικό σύστημα της πόλης.

Τα σημαντικότερα μνημεία και αρχιτεκτονικά σύνολα που συναντά ο επισκέπτης στον αρχαιολογικό χώρο Φιλίππων είναι: **Το αρχαίο θέατρο:** κτίσθηκε το 356 π.Χ. από το Βασιλιά της Μακεδονίας Φίλιππο Β΄. Πρόκειται για ένα από τα μεγαλύτερα θέατρα της αρχαιότητας. Στο χώρο του πραγματοποιούνται κατά τους καλοκαιρινούς μήνες θεατρικές παραστάσεις και συναυλίες. **Αρχαία αγορά:** αποτελούσε το διοικητικό κέντρο των Φιλίππων στη Ρωμαϊκή εποχή. **Ακρόπολη:** κτίσθηκε από τον Φίλιππο Β΄ και ολοκληρώθηκε από τον Βυζαντινό αυτοκράτορα Ιουστινιανό Α΄. **Παλαίστρα:** καλύφθηκε στο μεγαλύτερο τμήμα της από τη Βασιλική Β΄. **Θέρμες:** Μεγάλο συγκρότημα λουτρών. Οι Ρωμαίοι θέρμαιναν με τεχνητό τρόπο το νερό και απολάμβαναν καθημερινά το θερμό μπάνιο. Οι θέρμες είχαν μεγάλη ακμή και συνιστούσαν κοινωνικό χώρο συναντήσεων, σωματικής αγωγής, και πολλών εκδηλώσεων. **Η φυλακή του Αποστόλου Παύλου:** σύμφωνα με την παράδοση πιστεύεται ότι στο χώρο αυτό φυλακίστηκε ο Απόστολος Παύλος. Στην πραγματικότητα πρόκειται για Ρωμαϊκή δεξαμενή που μετατράπηκε σε λατρευτικό χώρο. **Η Βασιλική Α΄**: του 5ου αιώνα μ.Χ. με εντυπωσιακές τοιχογραφίες η **Βασιλική Β΄** και η **Βασιλική Γ΄** εντυπωσιάζουν για τα πλούσια γλυπτά τους. **Ο Οκταγωνικός ναός**: αντικατέστησε γύρω στα 400 μ.Χ. τον πρώτο μικρό ναό που ήταν αφιερωμένος στον Απόστολο Παύλο.

Έκδοση

- **Έκδοση**
  Δημοτική Κοινωφελής Επιχείρηση Καβάλας «ΔΗΜΩΦΕΛΕΙΑ»
- **Συγγραφή κειμένων**
  Δρ. Ζήσης Αγγελίδης
- **Φωτογραφικό υλικό**
  Δρ. Ζήσης Αγγελίδης
  Κωνσταντίνος Θωμαδάκης
  Φωτογραφικό Αρχείο Δήμου Φιλίππων
  Αχιλλέας Σαββόπουλος
- **Κείμενο Ιστορικής Αναδρομής**
  Κυριάκος Κελίδης
- **Χημικές αναλύσεις**
  Δρ. Μανασσής Μήτρακας
- **Φιλολογική επιμέλεια**
  Αννα Αγγελίδου
- **Δημιουργικό**
  Στεφόπουλος Αλέξανδρος

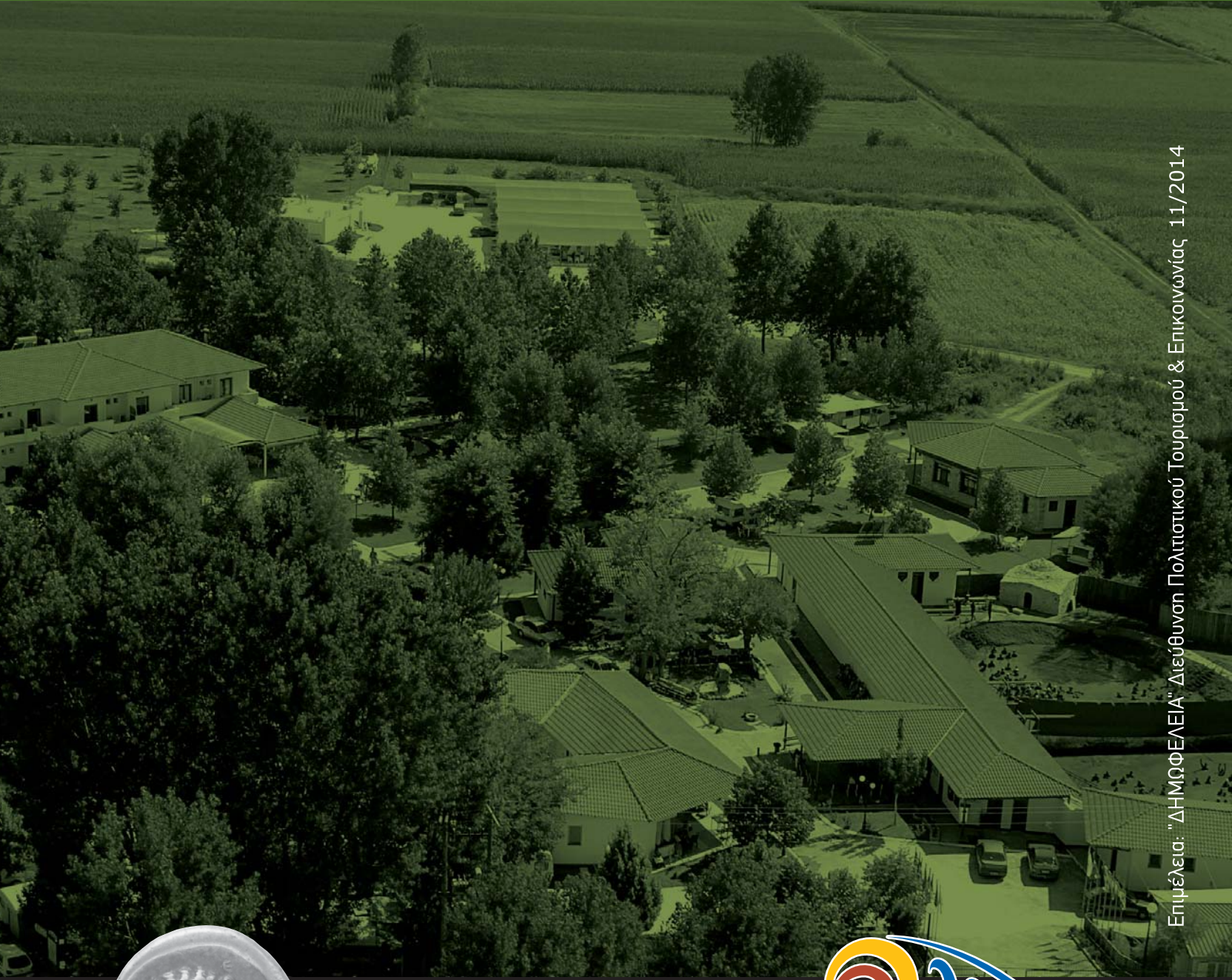
Χρήσιμα Τηλέφωνα

Πηλοθεραπευτήριο Κρηνίδων:
Τηλ.: 2510516162, fax: 2510518088
www.pilotherapia.gr Email: info@pilotherapia.gr

ΔΗΜΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ
Δημοτική Κοινωφελής Επιχείρηση Καβάλας «ΔΗΜΩΦΕΛΕΙΑ»:
Τηλ.: 2510831388, fax: 2510831378
www.kavalagreece.gr Email: promotion@kavalagreece.gr
Αρχαιολογικός χώρος Φιλίππων:
Τηλ.: 2510516251
Κέντρο Πληροφόρησης Επισκεπτών Καβάλας:
Τηλ.: 2510 231011
Αστυνομία Κρηνίδων:
Τηλ.: 2510516202
Κ.Τ.Ε.Λ. Καβάλας:
Τηλ.: 2510223593

GREECE

ALL TIME CLASSIC



Δήμος Καβάλας

ΔΗΜΩΦΕΛΕΙΑ

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΚΑΒΑΛΑΣ

Επιμέλεια: "ΔΗΜΩΦΕΛΕΙΑ" Διεύθυνση Πολιτιστικού Τουρισμού & Επικοινωνίας 11/2014