

ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

**ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ**

Η Ιστορία των Ιαματικών Λουτρών και η μετεξέλιξη τους σε spa

**ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: ΑΓΓΕΛΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑΛΙΝΑ
ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗ ΑΓΓΕΛΚΗ**

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ: ΜΟΝΟΥ ΘΕΟΔΟΥΛΑ

Εισαγωγή

- ❑ Κατά την οντογενετική του ανάπτυξη ο άνθρωπος διανύει το αρχικό στάδιο της ζωής του (ενδομήτριος ζωή) μέσα στο νερό (ενάμνιον υγρόν). Πολλές επιστημονικές θεωρίες σήμερα αναφέρουν ότι η ζωή του ανθρώπου προήλθε από το νερό.
- ❑ Οι περισσότεροι πολιτισμοί γεννήθηκαν και αναπτύχθηκαν γύρω από το νερό.
- ❑ Από την αρχαιότητα ως σήμερα, από την ανάγκη του ανθρώπου για καθαρισμό και θεραπεία αλλά και αναψυχή ως και την υιοθέτηση του γρήγορου ρυθμού στην καθημερινότητα, η ζήτηση για ποιοτικές παροχές στο σώμα και το πνεύμα παραμένει διαχρονική αξία για τον άνθρωπο
- ❑ Τα κέντρα spa συγκεντρώνουν τις καλύτερες θεραπείες από όλο τον κόσμο, με κύρια θεραπεία την μάλαξη (massage), η οποία εφαρμόζεται από τα πανάρχαια χρόνια, για την ανακούφιση του πόνου και της κόπωσης και είναι δυνατόν να χρησιμοποιηθούν σε καθημερινή βάση, για μια ολοκληρωμένη και ισορροπημένη ζωή, και στην επαναφορά του σώματος και του πνεύματος.

Η Ιστορία των Ιαματικών Λουτρών

- ❑ Στους αρχαίους πολιτισμούς το νερό ήταν συνδεδεμένο με την ιδέα της ζωής, χτίστηκαν ναοί αφιερωμένοι σε αυτό και προσφέρθηκαν θυσίες στο όνομά του. Θεωρούσαν τα φυσικά νερά και αέρια ως δώρα θεών, γιατί οι άνθρωποι μέσα στις θερμές πηγές, εκτός από το λουτρό καθαριότητας που έπαιρναν, μπορούσαν να θεραπεύουν τις πληγές και τους πόνους τους.
- ❑ Για το Χριστιανισμό το νερό είναι σύμβολο εξαγνισμού και καθαρισμού. Μέσα από τη βάπτιση ο πιστός απαλλάσσεται από το προπατορικό αμάρτημα, αναγεννιέται πνευματικά και δέχεται την ευλογία του Αγίου Πνεύματος.

Η Ιστορία των Ιαματικών Λουτρών

Τα λουτρά στην Αρχαία Ελλάδα



Η Ιστορία των Ιαματικών Λουτρών

Τα λουτρά στην Αρχαία Ελλάδα

- ❑ Από τον Μινωικό πολιτισμό, αντιλαμβανόμαστε τη σημαντική πρόοδο της υγιεινής μέσα από τα ερείπια των ανακτόρων της Κνωσού, όπου βρέθηκαν εγκαταστάσεις λουτρών και υδραγωγείων
- ❑ Πολλοί φιλόσοφοι μελέτησαν το φυσικό φαινόμενο των ζεστών και κρύων πηγών
- ❑ Τα Ασκληπιεία ήταν εστίες πολιτισμού στην Αρχαία Ελλάδα, κτισμένα κυρίως κοντά σε τρέχοντα νερά και ιαματικές πηγές
- ❑ **Μέθοδος:** Εγκοίμηση
- ❑ Ο Ιπποκράτης, εξετάζει στο βιβλίο του «Περί αέρων, υδάτων και τόπων» τις επιδράσεις του νερού στον οργανισμό και τις βλαβερές επιδράσεις στην υγεία των στάσιμων νερών των βάλτων
- ❑ Τα λουτρά (ψυχρά και θερμά) για τους αρχαίους Έλληνες, μέσο καθαριότητας αλλά και στοιχείο ιαματικής και θρησκευτικής τελετουργίας, με σαφείς ψυχαγωγικές προεκτάσεις.
- ❑ Τα λουτρά στην αρχαία Ελλάδα ήταν κυκλικά οικοδομήματα που αποκαλούνταν «βαλανεία».
- ❑ Χαρακτηριστικά παραδείγματα αρχαίων λουτρών, το ιερό του Απόλλωνα στην Κυρήνη, και στη Γόρτυνα της Αρκαδίας με πρώιμα συστήματα θέρμανσης κάτω από το έδαφος,
- ❑ Οι Σπαρτιάτες και οι Μακεδόνες προτιμούσαν τα ψυχρά λουτρά για σκληραγώγηση
- ❑ Οι Αθηναίοι θεωρούσαν τους άλυστους όπως και τους αγράμματους, βάρβαρους.

Η Ιστορία των Ιαματικών Λουτρών

Τα ρωμαϊκά λουτρά

❑ Θεμελίωση των πόλεων μακριά από τα λιμνάζοντα ύδατα, αποξήρανση των ελών με την κατασκευή υπονόμων για την υπόγεια παροχέτευση των υδάτων

Τα πρώτα ιδιωτικά θερμά λουτρά (Καρακάλα), με ιδιαίτερη αρχιτεκτονική.

❑ Οι λουτρικές τους εγκαταστάσεις, «*θήρμες*», περιελάμβαναν όλους τους τρόπους εφαρμογής των νερών, σε χλιαρά, ζεστά και ψυχρά λουτρά, όπως και χώρους για μαλάξεις, για συναντήσεις, για γυμναστικές ασκήσεις, ξεκούραση και ψυχαγωγία.



Τα μεσαιωνικά λουτρά

❑ Στον 12^ο αιώνα, νέο είδος επιδρωτικού μπάνιου με ζεστό αέρα, κοντά σε πηγές, σαν τη σημερινή σάουνα. με δωρεάν παροχή νερού.

❑ Μετατροπή των λουτρών σε κοινωνικό άσυλο από τους ηγεμόνες με συνέπεια τις δερματικές παθήσεις.

❑ Στα τέλη του 14ου αιώνα, ίδρυση των λουτρικών κέντρων κούρας: δημόσιος χώρος για ξεφάντωμα, όπου άκουγαν ταυτόχρονα και μουσική

❑ Στο τέλος του Μεσαίωνα, το θερμό λουτρό, μια από τις δημοφιλέστερες μορφές θεραπείας.

Η Ιστορία των Ιαματικών Λουτρών

Τα Βυζαντινά λουτρά

- ❑ Η μεταφορά της έδρας στην Κωνσταντινούπολη αλλά και η βαθιά ριζωμένη λουτρική διαδικασία αναβιώνουν την αίγλη των ρωμαϊκών προτύπων.
- ❑ Η αγάπη των Βυζαντινών για τα λουτρά οφείλονταν όχι μόνο στην καθαριότητα αλλά και στην γνώση των θεραπευτικών ιδιοτήτων των λουτρών
- ❑ Οι λουτρικές εγκαταστάσεις, τα γνωστά **βαλανεία** ή «**κατά τους βυζαντινούς, λούσμα**» διακρινόταν σε:
 - Τα δημόσια λουτρά,
 - Τα ιδιωτικά λουτρά
 - Τα θεραπευτικά λουτρά
 - Τα μοναστηριακά λουτρά
- ❑ Η συμμετοχή στα λουτρά επέβαλε την καταβολή πληρωμής, το λεγόμενο **βαλανικό αντίτιμο**

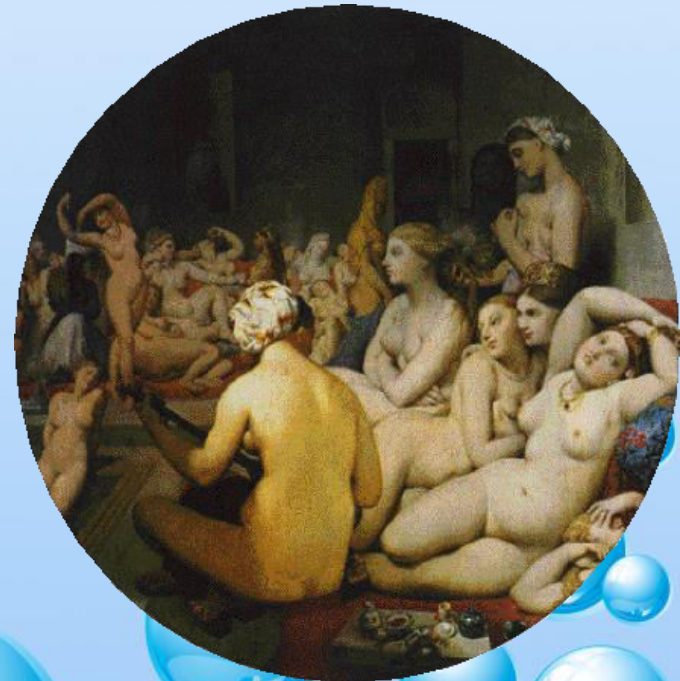
Τα Οθωμανικά λουτρά

- ❑ Τα λουτρά κατείχαν σημαντική θέση στην ατομική καθαριότητα των μουσουλμάνων, γεγονός που όριζε και η θρησκευτική τους πίστη.

Τα είδη των Τούρκικων Λουτρών

- **Ιαματικά λουτρά-Καρλίκα**
- **Δημόσια Λουτρά-Χαμάμ**

Η λέξη **hamam** έχει αραβική προέλευση και σημαίνει ζεστός χώρος με ιδιαίτερα κοινωνικό χαρακτήρα στη ζωή των Οθωμανών

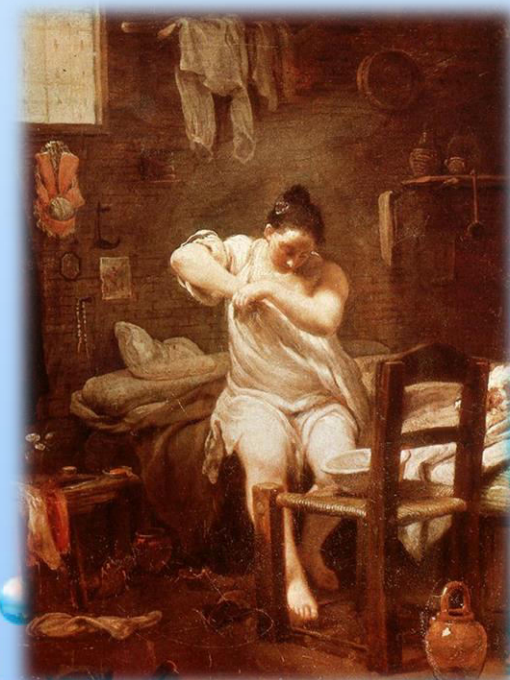


Η Ιστορία των Ιαματικών Λουτρών

Τα λουτρά στην Αναγέννηση, το Μπαρόκ και το Νεοκλασικισμό

- ❑ Η περίοδος της **Αναγέννησης** βρίσκει την Ευρώπη να μην συμβαδίζει με τις συνήθειες της λουτροθεραπείας εξαιτίας του τριακονταετή πόλεμου (1618-1648), που είχε ως συνέπεια την πτώχευση της αστικής τάξης και την έλλειψη ηθικών αξιών.
- ❑ Την περίοδο του **Μπαρόκ** υπήρξε μία παροδική μείωση των λουτρών (ιδιωτικών και δημόσιων), καθώς επικράτησε μία αρνητική αντίληψη περί υγιεινής και καθαριότητας.
- ❑ Ο θεραπευτικός χαρακτήρας των λουτρών επανήλθε στα τέλη του 17ου και αρχές 18^{ου} αι. με νέους αυστηρούς κανόνες να καθορίζουν τις ίδιες τις εγκαταστάσεις και τους όρους συμμετοχής των χρηστών.
- ❑ Στα **μέσα του 19ου αι.** το νεοκλασικό και νεοαναγεννησιακό στυλ των λουτρικών κέντρων δίνει τη θέση του στον εκλεκτικισμό, με έντονη ρομαντική έκφραση.

Το λουτρό εξελίσσεται σε σύστημα κοινωνικής εξυπηρέτησης με την ψυχαγωγία να αποτελεί αναπόσπαστο συνοδευτικό μέσο της θεραπευτικής αγωγής



Ιαματική λουτροθεραπεία

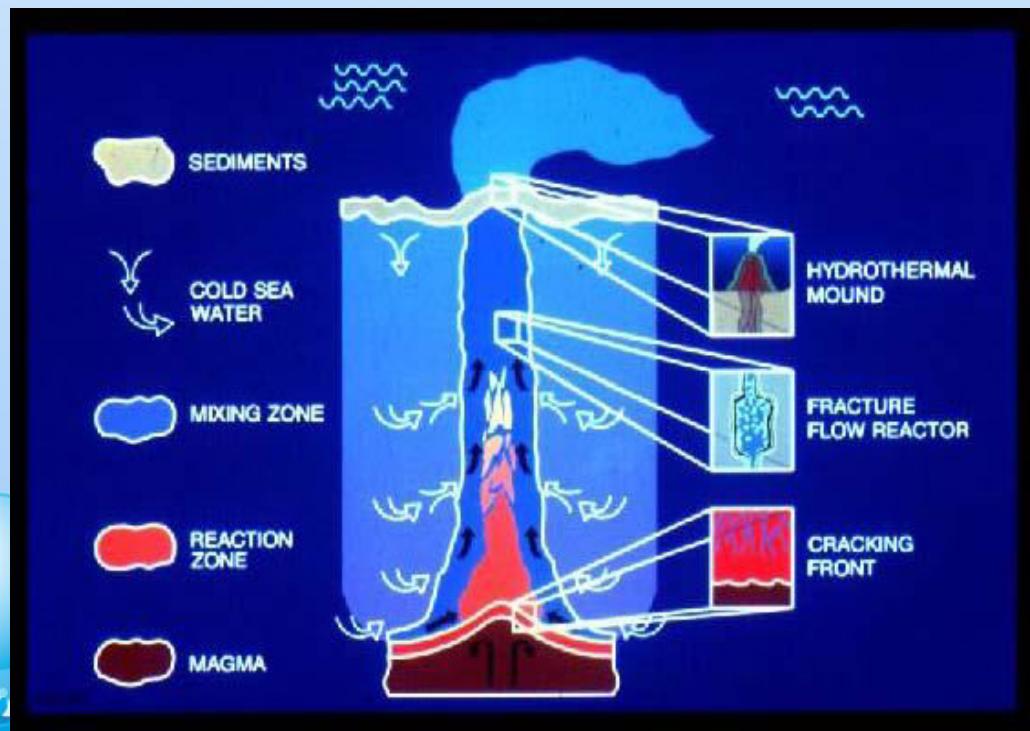
- ❑ **Ορισμός:** Η εφαρμογή των ιαματικών νερών στη θεραπευτική του ανθρώπου.
- ❑ Τα νερά των φυσικών ή ιαματικών πηγών είναι νερά, που πηγάζουν μέσα από πετρώματα και βράχους που βγαίνουν από τα έγκατα της γης

Οι ιαματικοί φυσικοί πόροι διακρίνονται στις εξής κατηγορίες:

1. Υγρά (θερμά ή ψυχρά μεταλλικά νερά πηγών ή γεωτρήσεων)
 2. Στερεά (πηλοειδή ανόργανα, οργανικά ή μεικτά)
 3. Αεριούχα (σπήλαια υδρατμών, εκπομπές αερίων, εκπομπές υδρατμών, ξηρά σπήλαια)
 4. Σύνθετα
- ❑ Ιστορικά στοιχεία αποδεικνύουν ότι οι αρχαίοι γνώριζαν τις ιαματικές ιδιότητες των πηγών. Η Ελλάδα ήταν και είναι μία από τις πλουσιότερες χώρες σε φυσικές πηγές
 - ❑ **Διάσημες ιαματικές πηγές:** Αιδηψού, Θερμοπυλών, τα λουτρά Καϊάφα στην Πελοπόννησο, Μήλου, Λαγκαδά, Λουτρακίου, Κυλλήνης κ.α
 - ❑ Η λουτροθεραπεία ανήκει στους κλάδους των επιστημών στις οποίες η πρακτική εμπειρία προηγήθηκε της επιστημονικής γνώσης.
 - ❑ Το 1945 περιήλθαν στη Γενική Γραμματεία Τουρισμού και από το 1950 μέχρι σήμερα υπάγονται στις αρμοδιότητες του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού (ΕΟΤ), που ιδρύθηκε το χρόνο εκείνο, σαν κλάδος του Υπουργείου Προεδρίας Κυβερνήσεως

Ιαματική λουτροθεραπεία

- ❑ Η δημιουργία μεταλλικών νερών: Μια κυκλική διαδικασία στην οποία επιφανειακά ύδατα, όπως το χιόνι, η βροχή και η θάλασσα, εισχωρούν στο υπέδαφος μέσω ρωγμών ή πόρων, και σχηματίζουν υπόγειες δεξαμενές (ταμιευτήρες). Οι δεξαμενές ανατροφοδοτούν πηγές στην επιφάνεια της γης λόγω της υπερχειλίσης τους ή λόγω ρωγμών. Κατά την κυκλική τους πορεία το νερό περνάει ή και παραμένει μέσα σε πετρώματα αποσπώντας ένα μέρος από τα συστατικά τους και συσσωρεύοντας μεταλλικά ιόντα.
- ❑ Διακρίνονται σε : κρύα (κάτω των 28°C) και σε ζεστά (άνω των 28 °C)
- ❑ Ανάλογα με τη θερμοκρασία και την περιεκτικότητά τους σε στοιχεία χωρίζονται σε:
 - ❖ Ακρατοπηγές
 - ❖ Ακρατοθέρμες πηγές
 - ❖ Απλές οξυπηγές
 - ❖ Οξυπηγές αλκαλικών γαιών
 - ❖ Χλωριονατριούχες πηγές
 - ❖ Αλιπηγές
 - ❖ Θειούχες πηγές
 - ❖ Ραδιενεργές πηγές
 - ❖ Αρσενικούχες πηγές
 - ❖ Σιδηρούχες πηγές
 - ❖ Ιωδιούχες πηγές



Υδροθεραπεία

Οι Θεραπευτικές ιδιότητες των λουτρών αποδίδονται :

- Στην παρουσία μεταλλικών αλάτων και στη διάσπαση τους,
- Σε ειδικές κολλοειδείς ουσίες και σε σπάνια αέρια και
- Στην ακτινοβολία την οποία αντλούν από τα βάθη της γης

Η υδροθεραπεία διακρίνεται σε:

1. Λουτροθεραπεία
2. Ποσιθεραπεία
3. Εισπνευσοθεραπεία
4. Πηλοθεραπεία ή Λασπόλουτρα
5. Θαλασσοθεραπεία
6. Κλιματοθεραπεία



Η Λουτροθεραπεία βασίζεται στο:

- **Θερμικό ερέθισμα** $>30^{\circ} \text{C}$: Διάταση των αγγείων, η υπεραιμία ,η τοπική εφίδρωση , η ανάπαυση των μυών , η βελτίωση της τοπικής θρέψης (εναλλαγή – διατροφή) και η αναλγησία .
- **Μηχανικό ερέθισμα**: Στην άνωση (χαλάρωση του κινητικού συστήματος και η ευχερέστερη κινητικότητα των αρθρώσεων) και στην υδροστατική πίεση (μετατόπιση των υγρών από τα άκρα στον κορμό, προκαλώντας έτσι αραιώση του αίματος και αυξημένη διούρηση).
- **Χημικό ερέθισμα**: Το δέρμα μπορεί να καταστεί διαπερατό σε μεταλλικά και άλλα ιόντα, τα οποία φθάνουν "κατά συνέχεια ιστού" σε βαθύτερο μόρια, όπως π.χ. οι αρθρώσεις, ενώ αντίθετα τα επίπεδα στο αίμα παραμένουν ασήμαντα από φαρμακολογικής απόψεως .Επισημαίνεται εδώ η συμμετοχή του θείου και του ραδόνιου στην κατασκευή του αρθρικού χόνδρου

Υδροθεραπεία

❑ Ενδείξεις λουτροθεραπείας:

1. Ρευματικές παθήσεις (ανακούφιση από τον πόνο, βελτίωση της κινητικότητας των αρθρώσεων , ελάττωση της φλεγμονής, και κατανίκηση της αναπηρίας)
2. Ορθοπεδικές παθήσεις (χρόνια οσφυαλγία)
3. Παθήσεις του κυκλοφορικού συστήματος
4. Παθήσεις δερματικές
5. Παθήσεις γυναικολογικές
6. Παθήσεις περιφερικών νεύρων
7. Διαταραχές του νευροφυτικού συστήματος.



Η Ποσιθεραπεία επιδρά στη:

- ❑ Διέγερση και αύξηση των εκκρίσεων του στομάχου καθώς και στην επιταχυμένη και αυξημένη παραγωγή οξέων . Τα ελαφρώς υπέρτονα ιαματικά νερά, λόγω της χημικής και οσμωτικής τους δράσης μπορούν να προκαλέσουν παρερχόμενη αύξηση του όγκου και να διεγείρουν έτσι τις περισταλτικές κινήσεις του εντέρου.
- ❑ Αποτελεσματική στην ουρική αρθρίτιδα και ενδεχομένως στην εκφυλιστική αρθροπάθεια, στην παχυσαρκία, στη λιθίαση της χοληδόχου κύστης , στις κολίτιδες, στη χρόνια δυσκοιλιότητα..).

Υδροθεραπεία

□ Εισπνευσιοθεραπεία:

- Η πυκνότητα των νερών αυτών πρέπει να είναι από 0,5- 2%. Τα υπέρτονα (δηλ. πιο πυκνά από το αίμα) διαλύματα διεγείρουν την έκκριση και υγροποιούν τη βλέννα, ενώ το υπότονα διαλύματα παρεμποδίζουν τις εκκρίσεις, προωθούν την καλή αιμάτωση και ηρεμούν τις κινήσεις του κροσσωτού επιθηλίου των αναπνευστικών οδών
- Αποτελεσματική στην αποκατάσταση των βλεννογόνων και στη ρύθμιση των φυσιολογικών εκκρίσεων και στις παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος

□ Πηλοθεραπεία > 40-46° C:

- Δράση σε όργανα **κατά βάθος**
- Επηρεάζεται η ανταλλαγή της ύλης και ειδικά με καλύτερη καύση του αζώτου των τροφών, με αποτέλεσμα να ανέρχεται η ποσότητα της υποβαλλόμενης ουρίας και του ουρικού οξέος.
- Μετά το λασπόλουτρο παρατηρείται ισχυρή εφίδρωση που αφενός πυκνώνει το αίμα, αφετέρου με τον ιδρώτα αποβάλλονται βακτηρίδια και τοξίνες.
- Έχει αντιφλεγμονώδη δράση και ελάττωση του πόνου



Υδροθεραπεία

□ **Η θαλασσοθεραπεία συνίσταται:** Στη θεραπευτική χρήση του θαλασσινού νερού, του θαλασσινού περιβάλλοντος, του κλίματος και της υγιεινής διαβίωσης

□ **Η κλιματοθεραπεία ενδείκνυται για:**

1. Παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος
2. Παθήσεις του νευρικού συστήματος
3. Παθήσεις του αγγειακού συστήματος κ.ά.
4. Μεταβολικές διαταραχές κ.ά.

□ **Εναλλακτικές μορφές υδροθεραπείας:**

- **Το λουτρό** σε πισίνα με συνδυασμό καταιονήσεων **μυών**
- **Το ατμόλουτρο** με εφίδρωση (αποτοξίνωση)
- **Η κολύμβηση** σε πισίνα, όπου ο ασθενής χρησιμοποιεί το μεγαλύτερο αριθμό μυών και έχει παράλληλα την ελάχιστη καταπόνηση (**υδροκινησιοθεραπεία**). Κατάλληλη για παθολογοανατομικές αλλοιώσεις, νευροαναπτυξιακές διαταραχές, αγκυλώσεις κλπ
- **Συνδυασμός ιαματικού νερού με ρεύματα (ηλεκτροθεραπεία)**, για την καλύτερη διαπερότητα των στοιχείων του νερού στον οργανισμό του ασθενή



Υδροθεραπεία

□ Λουτρική Αντίδραση

Παροδική κλινική επιδείνωση της γενικής κατάστασης του αρρώστου, ενδεχομένως με πυρετό, ανορεξία, πονοκεφάλους και αϋπνία. Μπορεί να είναι και τοπική με επιδείνωση των τοπικών συμπτωμάτων και δεν έχει σχέση με την τελική έκβαση της θεραπείας

- **Αντενδείξεις για Λουτροθεραπεία:** Παθήσεις της καρδιάς, εγκεφαλικές αιμορραγίες, σοβαρές βλάβες του μυοκαρδίου, αιμορραγίες διαφόρων οργάνων, εγκυμοσύνη μετά τον έκτο μήνα και κατά τις μέρες της εμμήνου ρύσης
- **Αντενδείξεις για Ποσιθεραπεία:** Λιθιάσεις των νεφρών ή της κύστης με συχνές κρίσεις ή αιματουρία, νεφρίτιδες, πυελίτιδες ή κυστίτιδες σε οξεία φάση, πρόσφατο έλκος του στομάχου ή του δωδεκαδακτύλου.
- **Αντενδείξεις για Εισπνευσιοθεραπεία:** Παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος σε οξεία φάση
- **Αντενδείξεις για Υδροκινησιοθεραπεία:** Επιληπτικά άτομα, εμπύρετες καταστάσεις, ακράτεια κοπράνων, υδρόφιλες ασθένειες (τύφος, χολέρα, δυσεντερία κλπ)

Τα λουτρά στον 20^ο αιώνα

- ❑ Ο πρώτος παγκόσμιος πόλεμος, σήμανε πολλές αλλαγές για τη περίοδο αυτή, όμως δεν επηρέασαν τα λουτρικά κέντρα, τα οποία συνέχισαν να φαντάζουν ως παλάτια που παρείχαν ψυχοσωματική ευεξία, αγαθό που καλύπτεται μέχρι και σήμερα με τον «θεραπευτικό τουρισμό».
- ❑ Με την έναρξη του δεύτερου παγκοσμίου πολέμου η λουτροθεραπεία γνωρίζει έντονη κάμψη (1944-1955). Οι λουτροπόλεις αναβιώνουν μόνο σε χώρες που δεν επηρεάστηκαν από το πόλεμο, όπως η Ελβετία.
- ❑ Ο δείκτης της δημόσιας υγείας, παρόλη την ποιοτική αναβάθμιση της ζωής, χειροτέρευσε αισθητά και οι ρευματικές παθήσεις αυξήθηκαν κατακόρυφα. Η ζήτηση για λουτροθεραπεία επομένως αυξανόταν και έπρεπε να λειτουργεί με επιστημονικά κριτήρια

❑ Τα ιαματικά κέντρα πρέπει να διαθέτουν τόσο ιατρικά κριτήρια όσο και ψυχαγωγικά

❑ Τον 20^ο αι. ξεκινά μια περίοδος μεγάλης ανοικοδόμησης λουτρικών κέντρων και λουτροπόλεων, άλλοτε στον κρατικό και άλλοτε στον ιδιωτικό τομέα.

❑ Τα περισσότερα κέντρα που λειτουργούν στην Ελλάδα είναι κέντρα ιαματικού τουρισμού και όχι κέντρα τουρισμού υγείας



Ιαματικός Τουρισμός

- ❑ Μέσο ξεκούρασης, αναζωογόνησης και ανανέωσης εκτός από μέσο θεραπείας.
- ❑ **Διακρίνεται σε:**
 1. Θεραπευτικό-Ιαματικό τουρισμό
 2. Τουρισμό Αναζωογόνησης
 3. Τουρισμό Αναπήρων
- ❑ **Θερμαλισμός:** Η αναζήτηση θεραπείας των ανθρώπων σε ιαματικά θερμαλιστικά κέντρα με ιαματικά νερά. Δεν είναι ανταγωνιστικός στις θεραπείες με φάρμακα αλλά συμπληρωματικός στην κλινική και χειρουργική. Η επαναληπτική φύση της θεραπείας και οι πολλές ώρες μεταξύ των λούσεων, παρέχουν στον ασθενή ελεύθερο χρόνο για άλλες δραστηριότητες.
- ❑ Οι λουτροπόλεις δημιουργήθηκαν προκειμένου να συνδυάζουν τη θεραπεία με την αναψυχή, και έτσι ο ασθενής είναι και τουρίστας ταυτόχρονα.
- ❑ Η βελτίωση των εγκαταστάσεων των λουτροπόλεων της χώρας με σύγχρονη υποδομή και εξοπλισμό, είναι αναγκαία για την πλήρη αξιοποίηση των ιαματικών ιδιοτήτων των νερών των πηγών.
- ❑ Πριν από κάθε είδους ανάπτυξη για την αξιοποίηση των ιαματικών πηγών χρειάζεται να ληφθούν μέτρα για την προστασία του τοπίου και την εξασφάλιση της ποιότητας του περιβάλλοντος γιατί οι περισσότερες ιαματικές πηγές ευρίσκονται σε περιοχές όπου συνδυάζεται βουνό με θάλασσα κάτω από εξαιρετικές κλιματολογικές συνθήκες

Ίδρυση και Οργάνωση Λουτρόπολης

□ **Ορισμός:** Ο χώρος ή μία ολόκληρη έκταση, η οποία είναι κατάλληλα χωροθετημένη και εξοπλισμένη με τα αναγκαία δίκτυα υποδομής και τις απαραίτητες υπηρεσίες (θεραπευτικές, εξυπηρετήσεως κλπ) και στην οποία έκταση γίνεται εκμετάλλευση των επιτόπιων φυσικών πόρων (νερό, κλίμα κ.α.), ώστε ο επισκέπτης να φροντίζει την προσωπική σωματική και ψυχική του υγεία.

□ Σχεδιασμός:

- Ο χωροτάκτης, επιλέγει την θέση της Λουτρόπολης με βάση το τοπογραφικό του χώρου, τα χαρακτηριστικά του τοπίου και το μέγεθος επιρροής των κλιματολογικών συνθηκών.

- Ο γιατρός, πρέπει να συμμετέχει στον σχεδιασμό μίας Λουτρόπολης

- Η Χρηματοδότηση αναγκαία για την υλοποίηση του προγράμματος

□ Σήμερα πολλές Λουτροπόλεις έχουν προσαρμοσθεί στις μοντέρνες ιατρικές απαιτήσεις. Ιδρύουν Κέντρα Υγείας και Αναψυχής και προσφέρουν σύγχρονες θεραπείες για την υπερένταση και τις άλλες μοντέρνες ασθένειες.



Υγεία και Ευεξία

- ❑ **Ορισμός της υγείας:** Η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας.
- ❑ Η ανάπτυξη του ιαματικού τουρισμού και η καθιέρωση του τουρισμού υγείας και ευεξίας ακολούθησε ταχείς ρυθμούς, γεγονός που επέφερε την αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών και την ολοένα επεκτεινόμενη αξιοποίηση των ιαματικών φυσικών πόρων.
- ❑ **Ο Σύνδεσμος Δήμων και Κοινοτήτων Ιαματικών Πηγών Ελλάδας** φτιάχτηκε το 1983 από ανθρώπους που αγαπούσαν το θερμαλισμό.
- ❑ Είχε κυρίως δύο **στόχους:**
 1. Τον εκσυγχρονισμό των Ελληνικών λουτροπόλεων και
 2. Τον επαναπροσδιορισμό της φυσιογνωμίας του ιαματικού τουρισμού

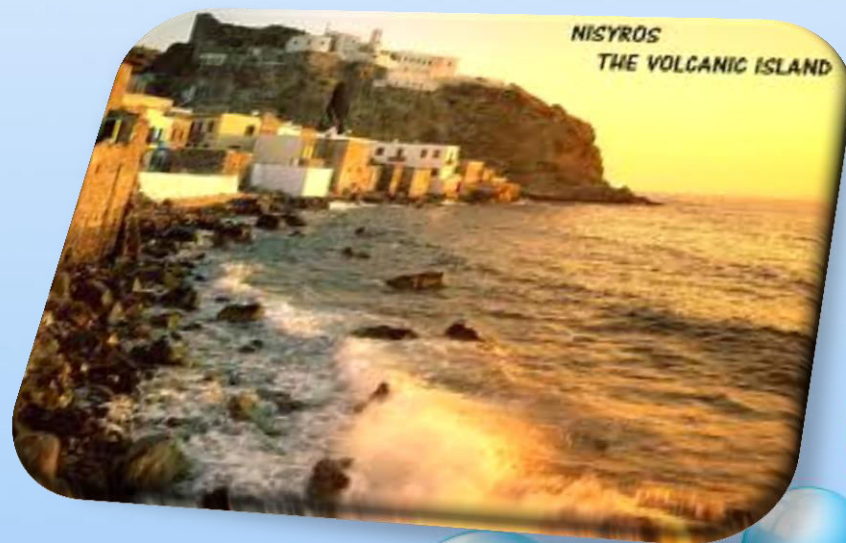
Ιαματικοί Φυσικοί Πόροι της Ελλάδας

- Υπάρχουν τεράστια περιθώρια ανάπτυξης του φυσικού αυτού πλούτου, δεδομένου ότι το μεγαλύτερο μέρος των πηγών βρίσκεται σε παράκτιες περιοχές και σε νησιά.
- Από την Πολιτεία είναι αναγνωρισμένες περίπου 75 πηγές ως ιαματικές πηγές:
 - Ανατολικής Μακεδονίας-Θράκης: **Θερμιών, Ψαροθέρμων, Τραϊανούπολης, Κρηνίδων, Ποταμιάς**
 - Κεντρικής Μακεδονίας: **Αγίας Παρασκευής, Σουρωτής, Θέρμης, Νέας Απολλωνίας, Αγκίστρου, Σιδηροκάστρου, Λαγκαδά, Πόζαρ, Λουτροχωρίου, Αγ.Αποστόλων (Δουμπιά), Γιάννες, Νιγρίτας, Πικρολίμνης, Ανθεμίων**
 - Δυτικής Μακεδονίας: **Αγραπιδιάς (Λιμνοχώρι), Ξινού Νερού, Αμμουδάρας, Κιβωτού, Ακριτών**
 - Ηλείου: **Αμάραντου, Καβασίλων & Πυξαριάς, Πρεβέζης, Αγίου Βαρβάρου**
 - Θεσσαλίας: **Σουλαντά, Σμοκόβου, Κόκκινου Νερού, Παραληθαίων**
 - Στερεάς Ελλάδας: **Εκκάρας, Καϊτσας, Υπάτης, Παλαιοβράχας, Πλατυστόμου, Κρεμαστών Βάλτου, Καμένων Βούρλων, Αιδηψού, Θερμοπυλών, Κόκκινο Στεφάνι**
 - Πελοποννήσου: **Μεθάνων, Ηραίας, Ωραίας Ελένης, Λουτρακίου, Καϊάφα**

Ιαματικοί Φυσικοί Πόροι της Ελλάδας

□ Αιγαίου:

- ΔΗΜΟΣ ΛΕΣΒΟΥ: **Κόλπου της Γέρας, Πολιχνίτου, Ευθαλούς**
- ΔΗΜΟΣ ΧΙΟΥ: **Αγιασμάτων**
- ΔΗΜΟΣ ΙΚΑΡΙΑΣ: **Ασκληπιού, Αγίας Κυριακής, Απόλλωνα Θέρμων, Θέρμο Λευκάδας, Σπηλαίου**
- ΔΗΜΟΣ ΛΗΜΝΟΥ: **Θερμών, Πλάκας**
- ΔΗΜΟΣ ΚΑΛΥΜΝΙΩΝ: **Θερμών,**
- ΔΗΜΟΣ ΚΥΘΝΟΥ: **Κύθνου**
- ΔΗΜΟΣ ΚΩ: **Αγίου Φωκά**
- ΔΗΜΟΣ ΡΟΔΟΥ: **Καλλιθέας**
- ΔΗΜΟΣ ΚΙΜΩΛΟΥ: **Πρασών**
- ΔΗΜΟΣ ΝΙΣΥΡΟΥ: **Μανδρακίου**
- ΔΗΜΟΣ ΣΑΝΤΟΡΙΝΗΣ: **Πλάκας**
- ΔΗΜΟΣ ΜΗΛΟΥ: **Λάκκου Αδάμαντα**



- **Συμπεράσματα:** **Ιαματικές πηγές που συναντάται μόνο η μορφή της θεραπείας και όχι η προσφορά υπηρεσιών που έχουν σχέση με την αναζωογόνηση του οργανισμού.**
- **Ιαματικές πηγές που έχουν σύγχρονο εξοπλισμό και εφαρμόζονται οι νέες μέθοδοι της λουτροθεραπείας με ξενοδοχειακά καταλύματα, βοηθούμενες και από τα χρηματοδοτικά προγράμματα ενισχύσεων,**

Τουρισμός Ευεξίας- SPA



- ❑ **Υγεία, ομορφιά, ευεξία.** Το τρίπτυχο της επιτυχίας.
- ❑ Οι Έλληνες, οι Κινέζοι, οι Ρωμαίοι και οι Ινδοί είχαν αναπτύξει αρχικά διάφορες μορφές SPA.
- ❑ Το νερό ανέκτησε τη θεραπευτική του σημασία και αξία που είχε από αρχαιοτάτων χρόνων για τη σωματική, ψυχική και πνευματική υγεία , ανοίγοντας μια νέα εποχή στο σύγχρονο τρόπο ζωής
- ❑ Ο τουρισμός αυτής της μορφής ήταν αναπτυγμένος για αιώνες στην Ευρώπη και αναφερόταν κυρίως στην επίσκεψη τουριστών σε ιαματικές πηγές (spa), για θεραπευτικούς ή και προληπτικούς λόγους

Τουρισμός Ευεξίας- spa

- ❑ **Ορισμός «Salus per Aqua»:** Κέντρα αναζωογόνησης (spa), είναι ειδικές εγκαταστάσεις με κατάλληλη υποδομή και εξοπλισμό στις οποίες γίνεται χρήση:
 1. ή ιαματικών φυσικών πόρων
 2. ή θερμαινόμενου θαλασσινού νερού
 3. ή θερμού φυσικού νερού με προσθήκες ιαματικών φυσικών πόρων
 4. ή ζεστού φυσικού νερού με την προσθήκη πηλών, βοτάνων, φυτών, αρωμάτων, ηφαιστειακής ή χαλαζιακής άμμου, φωτός, θερμότητας, μασάζ, ατμόλουτρων διαφόρων τύπων, με σκοπό την παροχή υπηρεσιών αναζωογόνησης, ευεξίας και αισθητικής του σώματος.
- ❑ Αν θέλουμε να είμαστε ιστορικά επακριβείς, θα έπρεπε να ονομάζαμε “SPA” μόνον τις αναγνωρισμένες θερμικές ιαματικές πηγές και τα οργανωμένα λουτρά. Όμως τότε θα αγνοούσαμε το σύνολο της παγκόσμιας τουριστικής αγοράς και ζήτησης, δηλαδή τη σύγχρονη πραγματικότητα
- ❑ Τα τελευταία χρόνια έχουν αναπτυχθεί σε όλη την Ελλάδα, κυρίως μέσα σε ξενοδοχειακές μονάδες, σύμφωνα με τον γενικό κανονισμό λειτουργίας των **κέντρων αναζωογόνησης (SPA)**, υπερσύγχρονα κέντρα θαλασσοθεραπείας, αναζωογόνησης, spa, υψηλών προδιαγραφών.

Τουρισμός Ευεξίας- spa

□ Κατηγορίες των κέντρων spa

Ο ISPA (International SPA Association), ορίζει ως spa τους χώρους που διατίθενται για την συνολική ευημερία μέσα από μια ποικιλία επαγγελματικών υπηρεσιών που θα αναζωογονήσουν το νου, το σώμα και το πνεύμα.

- **ClubSpa:** Βελτίωση της φυσικής κατάστασης
- **Day Spa/ City Spa:** Θεραπείες και μεθόδους χαλάρωσης χωρίς δυνατότητα διανυκτέρευσης.
- **Destination Spa:** Απόκτηση υγιεινών συνηθειών
- **Medical Spa:** Ιατρική θεραπεία, κοσμητική ιατρική και εναλλακτικές θεραπείες και υπηρεσίες ευεξίας
- **Mineral springs spa:** Υπηρεσίες που έχουν ως κύρια βάση τα ιαματικά νερά της πηγής και τα συστατικά της.
- **Resort / hotel spa:** Υπηρεσίες spa, βελτίωση της εμφάνισης καθώς και εξειδικευμένη διατροφή.
- **Cruise Ship Spa:** Κρουαζιέρες που συνδυάζουν υπηρεσίες ευεξίας και βελτίωση της φυσικής κατάστασης

□ **Στην Ελλάδα σήμερα λειτουργούν με επιτυχία διάφορα κέντρα αναζωογόνησης ειδικά σχεδιασμένα για να προσφέρουν την απόλυτη αίσθηση χαλάρωσης και ευεξίας.**

Η Μάλαξη (massage)

- ❑ **Ορισμός:** Το σύνολο των συστηματικών και επιστημονικών κινήσεων που εφαρμόζονται πάνω στο ανθρώπινο σώμα με θεραπευτικό, αισθητικό και προληπτικό σκοπό.
- ❑ Το μασάζ ξεκουράζει, μεταδίδει ενέργεια, ανακουφίζει το νευρικό σύστημα, διευκολύνει το κυκλοφορικό και λεμφατικό σύστημα με αποτέλεσμα τη βελτίωση της φυσικής και νοητικής λειτουργίας.
- ❑ Η σύγχρονη θεραπεία μασάζ πιστώνεται στον Δρ.Johann Mezger (1839-1909) της Ολλανδίας που καθιέρωσε την πρακτική και την τέχνη του μασάζ ως επιστημονικό θέμα για τους παθολόγους στη θεραπεία της ασθένειας.
- ❑ Το αθλητικό μασάζ επιτυγχάνεται μέσω των εξειδικευμένων βαθιών χειρισμών ιστού που διεγείρουν την κυκλοφορία του αίματος και της λέμφου.
- ❑ Τα σχολεία νοσοκόμων περιλαμβάνουν συνήθως τεχνικές μασάζ στα επιμορφωτικά προγράμματά τους.
- ❑ Οι περισσότερες θεραπείες που εφαρμόζονται στα spa βασίζονται στην μάλαξη.

Θεραπείες και Υπηρεσίες Spa

- ❑ Σήμερα τα spa είναι από τις πιο καινοτόμες και γρήγορης ανάπτυξης επιχειρήσεις στον κόσμο. Αν και βασίζονται σε αρχαίες τεχνικές και παραδόσεις, θεωρούνται εντελώς σύγχρονα.
- ❑ Οι θεραπείες και οι υπηρεσίες spa γίνονται μέρος της βιομηχανίας των spa και προορίζονται να συμβάλλουν στην γενική αίσθηση της ευεξίας, μέσω μιας ποικιλίας επαγγελματικών υπηρεσιών που ενθαρρύνουν την ανανέωση του μυαλού του σώματος και της ψυχής.
- ❑ Ειδικότερα, οι θεραπείες προσώπου και σώματος, οι ολιστικές θεραπείες, το μασάζ, οι θεραπείες μαλλιών και νυχιών εμφανίζονται να είναι οι πλέον κοινές υπηρεσίες –και οι πλέον επικερδείς – για όλες τις εκδοχές των επιχειρήσεων τύπου spa.
- ❑ Οι υπηρεσίες αλλά και η συνολική εμπειρία που λαμβάνει ο καταναλωτής, διαφέρουν εξαιρετικά από επιχείρηση σε επιχείρηση.

- **Οι καταναλωτές διακρίνονται σε:**

1. Αυτούς που θεωρούν την συμμετοχή τους στα spa, καθώς και την εμπάθυνση των γνώσεών τους για την φιλοσοφία αυτών των υπηρεσιών, ως τρόπο ζωής τους.
2. Αυτούς που επισκέπτονται τα spa επιδιώκοντας ευχαρίστηση και απόλαυση.
3. Αυτούς που είναι πρόθυμοι να ξοδέψουν χρήματα , δικαιολογώντας αυτή την επιλογή τους ως ένα τμήμα των διακοπών τους.

- **Τακτικοί πελάτες των spa είναι μεταξύ 31-54 ετών (το 60% των πελατών). Η ηλικιακή ομάδα μεταξύ 18-30 ετών έχει πολλές προοπτικές ανάπτυξης. Το 85% των πελατών των spa της πόλης είναι γυναίκες**

Θεραπείες Spa

□ Λασποθεραπεία

- **Χούμος (λάσπη):** Ελαφριά ουσία, με μεγάλη ειδική θερμότητα, μεγάλη ικανότητα προσρόφησης και διατήρησης του νερού, με μελανόφαιο χρώμα, η οποία συντελεί στην ταχύτερη θέρμανση του εδάφους και στην βραδύτερη ψύξη, βελτιώνει την κυκλοφορία του νερού και με αέρα που υπάρχει σ' αυτό, καθώς και τη δράση των μικροοργανισμών εξαιτίας των παραπάνω φυσικών και χημικών ιδιοτήτων και αποτελεί παράγοντα βασικής σημασίας γονιμότητας και βελτίωσης του εδάφους.
- Ευεξία και υγεία προσδίδει η επάλειψη στο σώμα προϊόντων που περιέχουν αργίλιο, φύκια, μεταλλικά και άλλα ιχνοστοιχεία, αποβολή περιττών ουσιών, εξισορρόπηση του pH του δέρματος, ελαστικότητα, πρόληψη και προστασία των ρυτίδων, πρόληψη της κακής κυκλοφορίας, της κυτταρίτιδας και των οίδημάτων

□ Κρυοθεραπεία: Επαναφορά της ελαστικότητας των ινών και εκ νέου σχηματισμός του χαμένου περιγράμματος του σώματος.

➤ Φυσιολογικές αντιδράσεις του σώματος με τα ψυχρά επιθέματα:

- Πρωτογενής και άμεση γενική και τοπική αγγειοσυστολή καθώς και καθυστερημένη γενική αγγειοσυστολή.
- Τοπική μείωση της ενζυμικής δραστηριότητας του μεταβολισμού των ψυχομένων περιοχών.
- Τοπική ελάττωση της ταχύτητας νευρικής αγωγιμότητας και του πόνου.
- Δευτερογενής τοπική αντίδραση αγγειοσυστολής

Θεραπείες Spa

- ❑ **Σοκολατοθεραπεία:** Θεραπευτικό μασάζ σε συνδυασμό με την σοκολάτα και ιχνοστοιχεία για την καταπολέμηση της κυτταρίτιδας
- ❑ **Θαλασσοθεραπεία:** Στηρίζεται στο συνδυασμό της χρήσης του θαλασσινού νερού, δράσης του ήλιου, ιωδίου και του αλατιού και άλλων στοιχείων της θάλασσας που έχουν αντιβιοτικές και αντιβακτηριδιακές ιδιότητες.

- **Οφέλη:** Ενεργοποίηση της λιποδιάλυσης και της λεμφικής κυκλοφορίας, αντιμετώπιση της κυτταρίτιδας, επαναδόμηση της επιδερμίδας, αποκατάσταση του κολλαγόνου, αφαίρεση των νεκρών κυττάρων, ελάττωση της κατακράτησης υγρών, χαλάρωση της έντασης και της κατάθλιψης και γενικά δίνει την αίσθηση καλής ζωής και ευεξίας.
- **Φύκια:** Περιέχουν βιταμίνες, μέταλλα, αμινοξέα, φυτικές ορμόνες, ένζυμα και ιχνοστοιχεία (ιώδιο). Χρησιμοποιούνται ως συστατικά σε καλλυντικά όπως λοσιόν, κρέμες, ορούς, προϊόντα μπάνιου κ.α. προσφέροντας ενυδάτωση, σύσφιξη του δέρματος και βοηθούν στην αντιμετώπιση της κυτταρίτιδας και του περιττού λίπους.

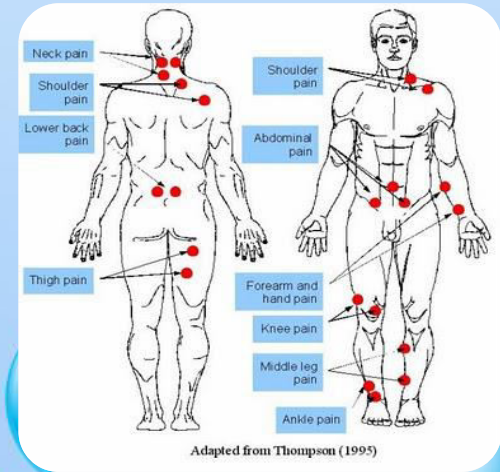
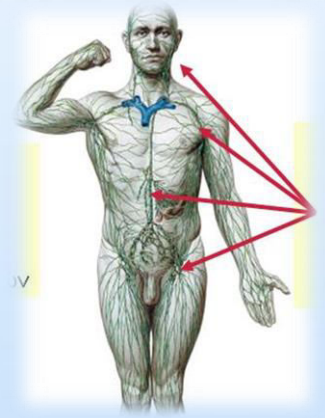
Θεραπείες Spa

❑ **Λεμφική μάλαξη:** Το λεμφικό μασάζ επιταχύνει τη λεμφική ροή και με ήρεμες κινήσεις, βοηθά το σώμα να απομακρύνει τις τοξίνες και τα άχρηστα υλικά, αναζωογονεί τους ιστούς, αντιμετωπίζει αποτελεσματικά την κυτταρίτιδα και τονώνει τη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος.

➤ Πριν την εφαρμογή της μάλαξης απαιτείται εργαστηριακός έλεγχος (γενική ουρών) και διενέργεια λεμφογραφίας, προκειμένου να διαπιστωθεί η γενική κατάσταση της υγείας και η κατάσταση των λεμφαγγείων του ασθενή.

❑ **Shiatsu κατά της παχυσαρκίας:** Αποκλείοντας τις παθολογικές καταστάσεις, το shiatsu ερευνά τη σωστή ισορροπία του νευρικού συστήματος και των ορμονικών λειτουργιών του οργανισμού και απαιτεί κατά κανόνα τον έλεγχο της διατροφής με τάξη και την πραγματοποίηση κάποιας σωματικής άσκησης.

➤ **Εφαρμογή:** Απτικές πιέσεις σε όλο το σώμα και με τα πέντε είδη πίεσης (κοινή, ρυθμική, παρατεταμένη, επαναλαμβανόμενη και σταθερή πίεση), ανάλογα με την περιοχή.



Θεραπείες Spa



Ρεφλεξιολογία: Θεραπεία του σώματος ως όλον και όχι μόνο τα συμπτώματα, βοηθώντας στην εναρμόνιση του, ασκώντας πιέσεις στα τεταμένα αντανακλαστικά σημεία των ποδιών και των χεριών, τα οποία αντικατοπτρίζουν τη σωστή λειτουργία των συστημάτων του σώματος.

Οφέλη: Βελτίωση του κυκλοφοριακού (πόδια ζεστά) και του λεμφικού, μείωση των πόνων, αποτοξίνωση, ενδυνάμωση του ανοσοποιητικού συστήματος,

ηρεμία των νεύρων, βελτίωση της συγκέντρωσης, αναζωογόνηση σώματος και πνεύματος

❑ **Hot stone massage :** Συνδυασμός των τεχνικών του μασάζ, των ιδιοτήτων των ηφαιστειακών πετρών (βασάλτης), οι οποίες είναι μοναδικοί αγωγοί θερμότητας και χρήση αιθέριωνέλαιων.

➤ Αρχαία θεραπεία (λιθοθεραπεία), η οποία απελευθερώνει τη συσσωρευμένη ενέργεια από τα σημεία chakra του σώματος, ανακουφίζει τους μυϊκούς πόνους και τις εντάσεις και γενικά βελτιώνουν τη συνολική πνευματική, ψυχική και σωματική ευεξία..



Θεραπείες Spa

- ❑ **Ηλεκτροθεραπεία με εναλλασσόμενο και συνεχές ρεύμα:** Καταπολέμηση της παχυσαρκίας με σταδιακή αποδόμηση του λιπώδους ιστού, μέσω τοπικής παθητικής άσκησης των μυών της περιοχής.
- **Τα ρεύματα φαραδικού τύπου:** Προκαλούν σύσπαση των μυών και βοηθούν στην μείωση του σωματικού βάρους, στην υποχώρηση οιδημάτων αιματομάτων και στη μυϊκή ενδυνάμωση
- **Το συνεχές ρεύμα:** Πρόκληση ηλεκτρώσμωσης, δηλαδή μετακίνησης σημαντικής ποσότητας ύδατος, διαμέσου των κυτταρικών μεμβρανών.

Ο θετικός πόλος παρουσιάζει αναλγητικά αποτελέσματα, αγγειοσυστολή, ελάττωση της αιματικής ροής, σύσφιξη των ιστών, μικροβιοκτόνο και στυπτική δράση, ενώ ο αρνητικός πόλος, φαινόμενα αγγειοδιαστολής και αύξησης της αιματικής ροής, μαλθακότητα και καταστροφή των ιστών και τέλος, γαλακτωματοποίηση και απομάκρυνση των λιπών.
- ❑ **Πιεσοθεραπεία:** Ενεργεί μέσω εφαρμογής πιεστικών δυνάμεων (αεροθάλαμοι), οι οποίες προσομοιάζουν με τις φυσιολογικές πιέσεις και υποκαθιστούν με τεχνητό τρόπο τη λειτουργία του πελματιαίου αντανακλαστικού τόξου, της μυϊκής αντλίας και της δράσης των φλεβικών τοιχωμάτων.
- **Αποτελέσματα:** Αποστράγγιση της υπό θεραπεία περιοχής (κυτταρίτιδα) από τη λιμνάζουσα ποσότητα φλεβικού αίματος και λέμφου, η πρόκληση ενός ευχάριστου αισθήματος ξεκούρασης, η πιθανή εξαφάνιση των σάκων κάτω από τα μάτια, η αύξηση της διούρησης και η βελτίωση της ακμής του προσώπου.

Θεραπείες Spa

- ❑ **Μεσοθεραπεία και αντιμετώπιση αισθητικών προβλημάτων :** Το EPOREX (διαδερμική εισχώρηση ουσιών με ιονοφόρηση, ιοντοφόρηση και ηλεκτροφόρηση) και η τεχνική της **Isophoresis** («ενεργή» μοριακή διαδερμική μεταφορά ουσιών) εκτελείται με τη χορήγηση μικροποσοτήτων αμινοξέων, βιταμινών και μεταλλικών στοιχείων, κατευθείαν κάτω από την επιφάνεια του δέρματος με στόχο τη λιπόλυση και την βελτίωση της λεμφικής και φλεβικής μικροκυκλοφορίας.
 - Η διέλευση των ουσιών μέσα από την επιδερμίδα επιτυγχάνεται:
 - Διαμέσου των κυττάρων (υδρόφιλες ουσίες) και
 - Ανάμεσα από τα κύτταρα (λιπόφιλες ουσίες)

- ❑ **Άθληση με Πλατφόρμες Δόνησης (Vibration platforms):** Η δόνηση είναι ένας μηχανικός ερεθισμός που γίνεται σε ολόκληρο το σώμα με κινήσεις ταλάντωσης και κινητοποιεί περίπου το 100% των μυϊκών ινών, ενεργοποιεί την αιματική ροή στους μύς και έτσι βοηθά στην καλύτερη αποκατάστασή τους μετά τη γυμναστική.
 - **Οφέλη:** Πρόληψη και θεραπεία της οστεοπόρωσης, βελτίωση της ισορροπίας, ανάπτυξη των οστών, αντιμετώπιση της ακράτειας ούρων στις γυναίκες, παχυσαρκία (μέσω ορμονικής δράσης) ,στο διαβήτη (μέσω βελτίωσης της κυκλοφορίας)
 - **Αντενδείξεις:** Η μακροχρόνια εφαρμογή κραδασμών μεγάλης ισχύος, έχει βλαβερή επίδραση σε αρκετά βιολογικά συστήματα

Προοπτικές για την Βιομηχανία Spa

- ❑ Το επάγγελμα της αισθητικού στην Ελλάδα είναι σε μεγάλη ζήτηση από τις κατηγορίες της βιομηχανίας του spa.
- ❑ Η διαρκώς αυξημένη παρουσία ξένων εργαζόμενων –ιδιαίτερα στο τουριστικό spa - και η ανάμειξη τοπικών και ξένων επαγγελματιών προσόντων, συνιστά μια από τις μεγαλύτερες μελλοντικές προκλήσεις για την βιομηχανία, ως προς την διαδικασία επιλογής του κατάλληλου προσωπικού και της αντίστοιχης εκπαίδευσής του, ανάλογα με τις ανάγκες της επιχείρησης.
- ❑ Η παροχή υπηρεσιών υψηλής αισθητικής με την χρήση προηγμένης τεχνολογίας, δημιουργούν την ανάγκη κατάλληλης εκπαίδευσης στο ενδεχόμενο της αντιμετώπισης παρενεργειών.
- ❑ Καθώς η βιομηχανία αναπτύσσεται, η ανάγκη για μια κοινή προσέγγιση των επαγγελματιών προσόντων σε όλα τα επίπεδα, θα καταστεί ένα από τα πιο σημαντικά προβλήματα που θα πρέπει να επιλύσει
- ❑ Είναι σημαντικό να εκπαιδευθεί κανείς και να εξελιχθεί με συναδέλφους και συμβούλους και είναι επίσης πιο σημαντικό να δημιουργήσει ισχυρούς δεσμούς με ανθρώπους που υποστηρίζουν την βιομηχανία, μέσω των προϊόντων και των γνώσεων τους για να γίνει ενεργό μέλος στην κοινότητα των spa, διαφορετικά ο ρόλος των θεραπειών θα είναι περιορισμένος στην βιομηχανία

Ευχαριστούμε για την
προσοχή σας!

