

Medicii specialisti in balneoterapie sfatuiesc pacientii

Baile Herculane

Traducere din limba germana

Stimate oaspete!

Bine ai venit in statiunea noastra balneoclimaterica !

Alegind sa veniti la Baile Herculane ati facut un mare bine sanatatii dumneavoastra. Pentru a obtine rezultatele dorite , va rugam sa acordati atentie urmatoarelor sfaturi din partea medicului dumneavoastra specializat in balneoterapie:

Datorita climei sale speciale, ionizarii negative sporite a aerului ce intareste organismul ,statiunea Baile Herculane este recunoscuta de toata lumea ca fiind una din cele mai cunocute statiuni de tratament. Din acest motiv, petreceti mult timp in aer liber, aerisiti-va adesea camera , dermiti pe cit posibil cu fereastra deschisa, evitati plimbarile in cazul traficului auto aglomerat si evitati mai ales fumul de tigara.

In primele 24-48 ore de la sosire, organismul dumneavoastra este suprasolicitat ca urmare a adaptarii la clima specifica statiunii. Din acest motiv se recomanda evitarea bailor si solicitarii fizice in primele 24 de ore.

Tratamentul dumneavoastra se stabileste doar de medicul de specialitate. Pentru a stabili stadiul bolii dumneavoastra precum si pentru a tine cont de diverse aparitii si boli secundare , medicul va va recomanda efectuarea doar acelor proceduri corespunzatoare bolii de care suferiti.

Deoarece nu exista organisme si boli identice, va rugam sa nu va bazati pe procedurile recomandate de prietenii si cunoscutii dumneavoastra.

Comunicati medicului dumneavoastra procedurile fizio-terapeutice efectuate precum si rezultatele acestora. Deoarece exista posibilitatea aparitiei unor modificari ale bolii de-a lungul timpului , lasati medicul specialist sa stabileasca apa termala corecta si procedurile aferente. Doar medicul cunoaste tratamentul corect ce trebuie aplicat.

Va rugam sa nu uitati: in Baile Herculane nu exista apa termala „tare” si „moale” sau proceduri „bune” si „mai putin bune”

Datorita cantitatii mari de apa precum si libertatii mai mari de miscare(kinetoterapie), in general, baia in bazin este mai avantajoasa din punct de vedere terapeutic decit baia in cada: din acest motiv folositi mai bine bazinul (cu exceptia cazului in care medical curant va recomanda altceva)

Deoarece in apa cu continut de sulf nu este posibila supravietuirea germenilor patogeni Precum si ca urmare a supravegherii permanente a pacientilor de catre personalul medical ,este exclus riscul molipsirii unei boli.

Respectati neaparat tratamentul prescris de medic, durata baii, temperatura apei termale. Ca urmare a influentei sale chimice si biochimice , nu se recomanda utilizarea unei temperaturi crescute a apei de baie.

S-a dovedit faptul ca temperature crescuta de 38-39 C precum si transpirarea dupa baie ca urmare a hainelor prea groase ,obosesc corpul si reduce eficienta tratamentului. Acelasi lucru se intimpla si in cazul efectuarii prea multor proceduri intr-o singura zi. Ca urmare a reactiei puternice a baii termale, nu trebuie efectuate mai mult de citeva proceduri pe zi.

O greseala principala a multor pacienti consta in imbaierea suplimentara in riul Cerna ,in locuri improvizate .O astfel de baie poate influenta negativ intregul tratament (accentuarea bolii , accidente etc.)

Bautul apei minerale de la izvoare este permis doar la indicatia medicului.

Excursii lungi, obositoare, mai ales in cazul pacientilor in virsta precum si in cazul bolnavilor de inima, nu sunt recomandate in timpul tratamentului. Sfatuiti-va mai intii cu medicul dumneavoastra .

Acelasi lucru este valabil pentru baile de soare in aer liber, procedurile Astralux si sauna, ce nu sunt permise fara acordul medicului. Baile de soare pot fi benefacatoare in sa pot avea si consecinte negative.

Consumul alcoolului, mai ales in concentratii mari, are un efect negativ asupra tratamentului dumneavoastra.

In mod normal , in timpul tratamentului , fiecare areo, „reactie balneara”

Se cunoaste mai putin faptul ca aceasta reactie poate aparea in 7 zile, la mijlocul sau la finalul tratamentului sau chiar acasa. Reactia la baie se exprima in mod diferit. In mod obisnuit starea bolii nu pare sa se inrautateasca. Apar nervozitatea, apetitul si insomniile . Unii pacienti reusesc sa renunte definitive la fumat.

In cazul unor pacienti aceasta reactie poate sa nu aiba insemnatate , cu toate ca efectul tratamentului este acelasi.

Important este ca in aceasta perioada sa nu va pierdeti controlul; aceasta este un semn clar ca apa isi exercita efectul.

In aceasta perioada se recomanda evitarea efortului fizic.

In aceasta perioada trebuie sa acordati o atentie speciala alimentatiei.

In cazul multor boli se observa o reducere a caloriilor obisnuite, date de activitatea fizica in aer liber mai ales in cazul bolnavilor de reumatism de diverse forme, bolnavilor de inima, diabet si obezitate.

Nu tratati singuri problemele digestive ci apelati la medical dumneavoastra. Acordati atentie alimentatiei dumneavoastra , mai ales in anotimpurile calde.

O caracteristica speciala a Bailor Herculane este „Izvoul Argus”, un izvor tamaduitor pentru bolile de ochi. Pentru acest tratament procurati-va pahare speciale din farmacie, in locul batistelor, servetelelor sau causul miinilor.

In cazul in care planuiti o plimbare sau o excursie in imprejurimi , alaturati-va unui grup. Trebuie sa purtati imbracaminte si incaltaminte corespunzatoare .In cazul in care efectuati excursii mai lungi va rugam sa anuntati receptia .Nu va aventurati in sa mai mult de cit sunteti capabili.

Observati si protejati plantele (flora) si animalele (fauna)! Ele contribuie la unicitatea acestei zone.

Natura ne-a daruit acest loc cu frumuseti si puteri tamaduitoare. Omul are obligatia de a pastra acest loc cu grija .

Suntem convinsi ca dumneavoastra , dragul nostru oaspete, ne veti ajuta la pastrarea acestor cai, plaiuri, locuri de parcare ,locuri de repaus si spatii de tratament din frumoasa vale a Cernei , pentru a va putea bucura si data viitoare cind ne veti vizita din nou.

Va multumim anticipat.

Sursa: (brosură tradusă ce se adresa oaspetilor germani)