**Deal News – Tourism Insider Παρασκευή 5 Ιουλίου 2021**

**Κωνσταντίνος Κουσκούκης**

Καθηγητής Δερματολογίας – Νομικός –

Πρόεδρος της Ελληνικής

Ακαδημίας Ιαματικής Ιατρικής –

Πρόεδρος Ελληνικού Συνδέσμου Τουρισμού Υγείας

**Email:** **konkouskoukis@gmail.com**

**Ιαματική Ιατρική στην γυναικολογία και μαιευτική**

Οι γυναικολογικές παθήσεις που εμπλέκονται είναι οι χρόνιες φλεγμονώδεις παθήσεις του γεννητικού συστήματος όπως οι ενδομητρίτιδες, παραμητρίτιδες, σαλπιγγίτιδες, κολπίτιδες, ορμονικές διαταραχές,υπογονιμότητα, ενδομητρίωση, δυσμηνόρροια, αμμηνόρροια, υπολειτουργία ωοθηκών, στειρότητα και εμμηνόπαυση μπορεί να διαδραματίσουν σπουδαίο ρόλο στο επίπεδο της ποιότητας ζωής μιας γυναίκας.

 Τα πιθανά συμπτώματα και επακόλουθα των πυελικών φλεγμονωδών ασθενειών είναι ο χρόνιος πυελικός πόνος, η έκτοπη κύηση και η υπογονιμότητα ενώ υποτροπές μετά την ολοκλήρωση της στοχευμένης αντιβιοτικής θεραπείας είναι συχνές και εξελίσσονται σε χρόνια φλεγμονή. Οι ύστερες συνέπειες των τελευταίων όπως στειρότητα, χρόνιος πυελικός πόνος και σεξουαλική δυσλειτουργία, προσβάλλουν έναν τεράστιο αριθμό γυναικών και, ως εκ τούτου, έχουν μεγάλη οικονομική σημασία για τη δημόσια υγεία.

Η αντιφλεγμονώδης επίδραση των ιαματικών φυσικών πόρων έχει καταδειχθεί με τη μείωση των επιπέδων των φλεγμονωδών μεσολαβητών στον ορό όπως η IL-1, PGE2 και LTB4. Η επίδραση της ίδιας της θερμότητας μπορεί να αποδειχθεί ευεργετική στις ανοσολογικές λειτουργίες με την ενεργοποίηση των μονοκυττάρων. Η εξωτερική υδροθεραπεία μετά από τη αντιβιοτική θεραπεία της σαλπιγγίτιδας μειώνει τον πόνο χωρίς να επηρεάζει τις ενδοκοιλιακές συμφύσεις.

Οι κλιματολογικές επίσης συνθήκες ενός συγκεκριμένου θέρετρου υγείας, η αλλαγή στο περιβάλλον της ασθενούς και η χαλάρωση θα μπορούσαν να επηρεάσουν θετικά τα συμπτώματα των γυναικών με χρόνια φλεγμονώδη πυελική νόσο.

Όσον αφορά την εγκυμοσύνη, η γυμναστική στο νερό παρουσιάζει θετικά αποτελέσματα, όπως και το μασάζ και ο τοκετός στο νερό επειδή η ενεργή ιαματική υδροθεραπεία κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης θεωρείται ωφέλιμη και ασφαλής.

Οι επιπτώσεις της ιαματικής υδροθεραπείας κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης αποδεικνύουν σημαντικά οφέλη από το WATSU (WaterShiatsu) σε σχέση με το άγχος, τον πόνο, τη διάθεση και την ποι ότητα ζωής που σχετίζεται με την ψυχική υγεία. Επίσης ο μειωμένος τόνος της μήτρας βελτίωσε τον αριθμό κεφαλικών προβολών όταν τα νεογνά βρισκόταν σε θέση οριζόντια.

Στην μαιευτική ο τοκετός στο νερό αποτελεί μία ιδιαίτερα γνωστή μέθοδο φυσιολογικού τοκετού, αναγνωρισμένη επιστημονικά, τόσο στις ΗΠΑ, όσο και στην Ευρώπη καθόσο η διαδικασία των ωδινών και της γέννησης εξελίσσονται μέσα σε πισίνα ειδικών τεχνικών προδιαγραφών όπου το νερό αγγίζει τους 37ο C. Η άνωση του νερού προσφέρει στην επίτοκο τη δυνατότητα να κινείται με ευκολία, ενώ ταυτόχρονα δρα ευεργετικά στη διαχείριση του πόνου και παράλληλα αυξάνεται η διαβατότητα των μαλακών μορίων, με αποτέλεσμα η έξοδος του μωρού να είναι ευκολότερη, σε τέτοιο βαθμό που αποφεύγεται η χορήγηση φαρμάκων ενώ μειώνει σημαντικά την πιθανότητα τραυματισμών και ρήξεων. Το μεταβολικό αποτέλεσμα μπορεί να σχετίζεται με την ευεργετική δράση κυρίως για τις ελεύθερες ρίζες και το κυκλοφορικό αποτέλεσμα ενισχύει τη μικροκυκλοφορίας ενώ το αναλγητικό αποτέλεσμα, ένα από τα μεγαλύτερα οφέλη στη εξωτερική υδροθεραπεία, βασίζεται στην αύξηση των επιπέδων ενδορφίνης. Η εξωτερική υδροθεραπεία κατά τη διάρκεια του τοκετού χρησιμοποιείται ως επί το πλείστον υπό τη μορφή λουτρού, ντους ή συμπιέσεων κατά το πρώτο στάδιο του τοκετού, ενώ τα νεογνά που γεννήθηκαν στο νερό είχαν μεγαλύτερη τάση για αύξηση του σωματικού τους βάρους, καλύτερη ποιότητα ύπνου, καλύτερο μηκώνιο και καλύτερη πρόσληψη γάλακτος στον θηλασμό.

Η έγκαιρη αναγνώριση και η κατάλληλη διαχείριση μαιευτικών και γυναικολογικών προβλημάτων μπορούν να εξαλείψουν τα αναφερθέντα προβλήματα με συμπληρωματικές θεραπείες που περιλαμβάνουν και την ιαματική υδροθεραπεία και την πηλοθεραπεία μπορεί να αποδειχθεί εξαιρετικά ευεργετική σε τέτοιες περιπτώσεις, καθώς βελτιώνει την ποιότητα ζωής των ασθενών. Οι θετικές αλλαγές στην ψυχική κατάσταση είναι εμφανείς εκτός από τη θεραπευτική παρέμβαση καθόσον η βελτίωση αυτής της υποκειμενικής παραμέτρου μπορεί να οφείλεται στην απομάκρυνση από το οικείο περιβάλλον, στις κλιματολογικές ιδιότητες και σε διάφορους πρόσθετους ευνοϊκούς παράγοντες.