

SAĞLIK TURİZMİ KAPSAMINDA BALNEOLOJİ YÖNTEMLERİ

Yrd. Doç. Dr. Şükran ÖKTEM*

I- GİRİŞ

Sağlık turizmi, dünyada ve ülkemizde giderek önem kazanan bir turizm çeşididir. Kent yaşamından sıkılma, çalışma koşullarının yarattığı sıkıntılar ve sağlık sorunları gibi çeşitli nedenlerle çoğu kişiler tatillerini sağlık turizmine hizmet veren termal merkezlerde geçirmektedirler. Eskiden yalnızca belirli hastalıkların tedavisi için gidilen termal tesisler, günümüzde güzelleşmek, zindelik kazanmak, hızlı yaşamın geriliminden kurtulmak ve tatil yapmak amacıyla da gidilen lüks tesisler olarak ilgi görmektedir.

2- TERMALİZM KAPSAMINDA BALNEOLOJİ UYGULAMALARI

Termalizm, insan sağlığı üzerinde mineralize termal sular, gaz ve çamurlar ile çevresel iklim faktörleri bileşenleri kullanılarak, insan sağlığı üzerinde olumlu bir etki yaratmak amacıyla uzman bir sağlık ekibi yardımıyla yapılan çeşitli tedavilerdir (Demirtaş, 2000:277). Turizm Yatırım ve İşletmeleri Nitelikleri Yönetmeliğine göre termal suların kaplıcalarda kullanılabilmesi için öncelikle termal kaynağına ve kaplıca Maden Tetkik ve Arama Genel Müdürlüğüne onaylı hidrojeoloji raporunun bulunması ikinci olarak ta termal suyun Sağlık Bakanlığına komple fiziksel ve kimyasal analizinin yapılması insan sağlığı için şifa özelliğini taşıdığı raporla belirlenmiş olması gerekmektedir. Yine aynı yönetmeliğe göre kaplıca tedavi merkezlerinde en az bulunması gereken birimler, kapalı genel kür havuzu, havuzlu veya kuvvetli özel banyolar, basınçlı duşlar, su altı masaj ünitesi, masaj ünitesi, beden eğitimi salonu, fizik tedavi bölümü, oturma banyosu bulunmalıdır (Can vd., 1992:226-227).

Termal sular, romatizmadan, kireçlenmeye, sedef hastalığından sivilcelere kadar bir çok hastalığın tedavisine iyi gelmektedir. Ülkemizin çeşitli yöreleri gerek mineralize sular gerekse doğal olarak bulunan çamurlar açısından oldukça zengindir. Bu zenginliği insanlara sunarak hizmet etmek ve ülke turizmine katkı sağlayabilmek gibi çift yönlü bir fayda sağlamak mümkündür.

* Pamukkale Üni. Denizli Mes. Yük. Oku. Öğretim Üyesi

Çok eski tarihlerden beri hastalıkların tedavisinde mineralize su kullanımı yaygındır. Günümüzde doğal enerji kaynaklarının kullanımı ile tıptaki çağdaş gelişim dikkate alındığında "balneoloji" olarak adlandırılan "banyo bilimi" kavramı ortaya çıkmıştır. Hastaların tedavi esnasında konaklama ve yiyecek- içecek gereksinimi nedeniyle, balneoloji turizm sektörünü de yakından ilgilendirmektedir.

Balneoloji, sıcak maden suyu, gaz veya çamur uygulamalarını kapsar. Bu uygulamaların temelinde vücutta tamamen veya kısmen fiziksel ve kimyasal bir etki oluşturma amaçları (Hallaçeli vd. 1994: 140). Milattan önceki çağlarda Yunanlılar ve Romalıların sıcak su kaynaklarından yararlandıkları ve Hipokrat'ın hidroterapi uygulamalarından bahsettiği bilinmekle birlikte, Balneoloji ile ilgili ilk uygulamaların ne zaman ve nerede başladığı bilinmemektedir. Günümüzdeki hidroterapi uygulamaları, 1967 yılında bir İngiliz hekim olan J. Flayer tarafından başlatılmıştır. İlk bilinen doğal çamur banyosu hizmeti veren otel ise 1860'ta Amerika Birleşik Devletleri'nde St. Helena Dağı civarında Hot Springs Hotel adıyla açılmıştır (Phillips, 1995: 20-1). Hidroterapinin, tarihsel süreç içerisinde ateşli hastalıklar, tifo ve travmalı hastalarda kullanıldığı görülmüştür.

Tedavide kullanılan mineralli suların etkisi, fiziksel ve kimyasal olarak ikiye ayrılır. 20^o c'nin üzerinde olan sular "termal sular" olarak adlandırılır. 20-30^o c arasında olanlara "hipotermal", 40^o c üstünde olanlara "hipertermal sular" denilir. Suyun diğer fiziksel özellikleri moleküllerinin yayılması, kokusu, rengi, tadı, ağırlığı ve saydamlığıdır. Suyun kimyasal özelliği ise öncelikle herkesin bildiği gibi su oksijen ve hidrojenden oluşmuştur. Yeryüzeyde ve yer altında kimyasal, mineral ve ısı açısından çok farklı sıvılar bulunmaktadır. Yeraltındaki sular, kimyasal bileşiminde bir çok element içerdiği için kompleks özellik göstermektedir, çoğunlukla da zengin olduğu elementin kimyasal bileşimine göre adlandırılmaktadır. Günlük yaşantıda içme ve banyoda kullanılan sular için "doğal su" terimi kullanılır. Bu suların ısısı çoğu zaman 20^o c'den azdır. Kimyasal etkinin ortaya çıkmasında üç yol vardır; bunlardan birincisi su ve suda çözünen maddelerin deri yoluyla kan ve lenf dolaşımına katılması, ikincisi sudaki bileşikler derinin işlevini değiştirir ve daha sonra organizmaya etki eder, üçüncü olarak ta derinin maksimum emilim sağlamasıdır (Hallaçeli vd. 1994: 141).

Balneoloji uygulamaları içme, inhalasyon, serpintileme, gargara, lavaj, lavman, duş ve banyo şeklinde olabilir. Genellikle uygulama süresi 4-6 haftadır. Kaplıçalarda kullanılan mineral su bileşikleri tedavide önemli bir etkidir. Suyun etkisi yalnızca suyun kimyasal özelliğine bağlı olmayıp, iklimik koşullar da bağlıdır. Minerallerin etkili olmasında insan

Çok eski tarihlerden beri hastalıkların tedavisinde mineralize su kullanımı yaygındır. Günümüzde doğal enerji kaynaklarının kullanımı ile tıptaki çağdaş gelişim dikkate alındığında "balneoloji" olarak adlandırılan "banyo bilimi" kavramı ortaya çıkmıştır. Hastaların tedavi esnasında konaklama ve yiyecek- içecek gereksinimi nedeniyle, balneoloji turizm sektörünü de yakından ilgilendirmektedir.

Balneoloji, sıcak maden suyu, gaz veya çamur uygulamalarını kapsar. Bu uygulamaların temelinde vücutta tamamen veya kısmen fiziksel ve kimyasal bir etki oluşturma amaçları (Hallaçeli vd. 1994: 140). Milattan önceki çağlarda Yunanlılar ve Romalıların sıcak su kaynaklarından yararlandıkları ve Hipokrat'ın hidroterapi uygulamalarından bahsettiği bilinmekle birlikte, Balneoloji ile ilgili ilk uygulamaların ne zaman ve nerede başladığı bilinmemektedir. Günümüzdeki hidroterapi uygulamaları, 1967 yılında bir İngiliz hekim olan J. Flayer tarafından başlatılmıştır. İlk bilinen doğal çamur banyosu hizmeti veren otel ise 1860'ta Amerika Birleşik Devletleri'nde St. Helena Dağı civarında Hot Springs Hotel adıyla açılmıştır (Phillips, 1995: 20-1). Hidroterapinin, tarihsel süreç içerisinde ateşli hastalıklar, tifo ve travmalı hastalarda kullanıldığı görülmüştür.

Tedavide kullanılan mineralli suların etkisi, fiziksel ve kimyasal olarak ikiye ayrılır. 20^o c'nin üzerinde olan sular "termal sular" olarak adlandırılır. 20-30^o c arasında olanlara "hipotermal", 40^o c üstünde olanlara "hipertermal sular" denilir. Suyun diğer fiziksel özellikleri moleküllerinin yayılması, kokusu, rengi, tadı, ağırlığı ve saydamlığıdır. Suyun kimyasal özelliği ise öncelikle herkesin bildiği gibi su oksijen ve hidrojenden oluşmuştur. Yeryüzeyde ve yer altında kimyasal, mineral ve ısı açısından çok farklı sıvılar bulunmaktadır. Yeraltındaki sular, kimyasal bileşiminde bir çok element içerdiği için kompleks özellik göstermektedir, çoğunlukla da zengin olduğu elementin kimyasal bileşimine göre adlandırılmaktadır. Günlük yaşantıda içme ve banyoda kullanılan sular için "doğal su" terimi kullanılır. Bu suların ısısı çoğu zaman 20^o c'den azdır. Kimyasal etkinin ortaya çıkmasında üç yol vardır; bunlardan birincisi su ve suda çözünen maddelerin deri yoluyla kan ve lenf dolaşımına katılması, ikincisi sudaki bileşikler derinin işlevini değiştirir ve daha sonra organizmaya etki eder, üçüncü olarak ta derinin maksimum emilim sağlamasıdır (Hallaçeli vd. 1994: 141).

Balneoloji uygulamaları içme, inhalasyon, serpintileme, gargara, lavaj, lavman, duş ve banyo şeklinde olabilir. Genellikle uygulama süresi 4-6 haftadır. Kaplıçalarda kullanılan mineral su bileşikleri tedavide önemli bir etkidir. Suyun etkisi yalnızca suyun kimyasal özelliğine bağlı olmayıp, iklimik koşullar da bağlıdır. Minerallerin etkili olmasında insan

derisinin geçirgenliği önemli bir rol oynamaktadır. Banyonun etkisinin 48 saat sürdüğü kabul edilmektedir. Buna bağlı olarak ta hastanın durumu dikkate alınarak her gün, gün aşırı veya haftada üç gün gibi değişik sıklıkta tedavi uygulaması yapılır.

Sulardaki kimyasal özelliklerden dolayı organizmadaki etkileri farklıdır. Bu farklılığı ortaya çıkaran suların kimyasal bileşimlerine göre bir sınıflandırma yapılabilir (Hallaçeli vd. 1994: 145-147);

- Sodyum Hidrojen Karbonat Suları, Kalsiyum Magnezyum İçerikli Sular, Tuzlu Sular (Klorü Sular), Bikarbonat Sular, Radyoaktif Sular, Sülfatlı Sular, Kükürtlü Sular.

Bu suların organik ve inorganik artıklardan korunması, ısı, mineral ve gaz içeriklerinin kayba uğramadan kullanılması amacıyla alınan önlemlere "kaptaj" denir (Erkiş, 2001).

Mineralli sular şifalı topraklarla karıştırılarak çamur elde edilmektedir. Tedavi amacıyla kullanılan çamur, Yunanca peloid, İtalyanca fango olarak bilinmektedir. Doğal ve suni olarak elde edilebilen çamur katı veya sulu olarak iki şekilde bulunmakta ve bu maddelerin peloid olarak adlandırılabilmesi için balneoloji ile ilgili kurum yada kişilerce belirlenmiş olması ve insan organizması üzerinde olumlu etkisinin kanıtlanmış olması gerekmektedir. Günümüzde çamurun sınıflandırılması şu şekildedir (Cavlak, 1994:64);

- İnorganik çamurlar, Organik çamurlar, Miks çamurlar, Suni çamurlar, Turbalar.

Doğal olarak ortaya çıkan çamur, yüzeyde yer alan ölü bitkilerin oksidasyon yolu ile bakteri ve mantarlar tarafından kısmen ayrıştırılması ve çürütülmesi yolu ile oluşmaktadır. Peloidlerin çeşitlerinden olan "turba" maden kömürünün oluşmasındaki ilk aşamadır. Fundalık arazide oluşan çamur türü "moor" olarak adlandırılır. Özellikle kurumuş göl ve bataklıklarda bulunmaktadır. Moorun bir diğer çeşidi de "hochmoor" dur. Doğada moor "zengin moor kömürü (turba) ve fakir moor kömürü" olarak bulunmaktadır. Deniz kıyısında ve ırmak deltalarında küçük organik ve inorganik elementlerin deniz suyu ile karışarak floküle (küçük topaklar haline gelmesi) olmasıyla meydana gelen çamur türüne "schlicke" adı verilmektedir. Bu tür çamur motor yağı kıvamında olup, ülkemizde Karadeniz kıyılarında bulunmaktadır. Peloidler bor, bakır, iyot, kobalt, manganez, hümin asitleri, pektin, sellüloz vb. elementleri içerir (Cavlak, 1994: 64-65). Peloidlerin banyo amaçlı kullanılabilmesi için su kapasitesinin uygun olması gerekir. Bunun için de iki ölçü turba ile bir ölçü su kullanılması önerilir, hazırlanan bu karışımın üzeri çizildiğinde elde edilen iz bir dakika veya daha fazla bir

süre kalırsa banyo için uygun olur. Peloidler bu şekilde hazırlandığında 6 -8 kez banyo olanağı olur.

Peloid kullanılarak gerçekleştirilen banyo tedavilerinin termal, mekanik ve fiziksel etkileri ile biyokimyasal etkileri, peloidlerin fizyoterapi ve rehabilitasyonda kullanılabileceği düşünülmektedir. Uygulamada balneoloji uzmanları ile fizyoterapistlerin birlikte çalışmaları ve bir ekip oluşturmaları tedavinin başarısında önemli bir unsurdur.

Günümüzde çeşitli ülkelerde olduğu gibi Türkiye'de de bir çok bölgede termal sular ve tesisler bulunmaktadır. Bunlardan caretta caretta kaplumbağalarıyla ünlü Dalyan aynı zamanda şifalı çamur banyolarıyla da ilgi çekmektedir. Dalyan'ın şifalı çamurunun, romatizma, kireçlenme, siyatik gibi rahatsızlıkları yanı sıra sivilcelere ve vücuttaki sarkmaları önlemeye iyi geldiği düşünülmektedir (Turizm Bakanlığı W.S).

Yukarıdaki bilgiler, termal kaynakların bulunduğu yerlerdeki konaklama işletmelerinin tercih edilme olasılığının yüksek olacağı düşüncesini kuvvetlendirmektedir. Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan bir araştırmada kadınların %82, erkeklerin ise %78 oranında konaklama işletmelerini bir defadan fazla tercih etme nedenlerinin termal özellikler olduğunu belirtmişlerdir. Yine aynı araştırmada termal işletmelerde konaklayan kadınların %74'ünün tesisin termal özelliklerinden yararlandığı ortaya çıkmıştır. Termal özellikleri kullanma nedenleri ise şöyledir: kadınların birinci nedeni kendilerine gösterilen ilgi ve şımartılmaları, ikinci nedeni ise dinlenme ve rahatlama. Erkeklerin termal özelliklerden yararlanma nedenlerinden birincisi dinlenme ve rahatlama, ikincisi ise egzersiz yapma ve sağlıklı olma arzusudur (Hall, Nov. 2000: 164-166).

Termal suların dışında cazibe unsurları yaratmaya çalışan işletmelerden birinin halkla ilişkiler bölümünün buluşu olan "Kennedy Menü" içeriği ise şöyledir; "otantik beyaz saray yemeklerine dayanan çorba, salata, seçmeli dört giriş yemeği ile iki tatlı. ayrıca Rose Kennedy'nin geleneksel Boston Kremalı Tartı" Bir diğer örnek faaliyet ise "Yaşamı Uzatma Programları" dır (Life Enhancement Programs). Bu programa göre öncelikle bir yaşamı uzatma merkezi oluşturulmuştur. Bu merkez oldukça lüks düzenlenmiş, ayrı oturma odaları, toplantı salonları, jimnastik, akşam aktiviteleri, soyunma odaları, masaj odaları gibi bölümleri bulunmaktadır (Hall, Aug. 2000:165-166). Portatif ve minyatür yüzme havuzu şeklinde inşa edilen termal banyolar da bulunmaktadır. Portatif olanlar istenilen bir yere yerleştirilerek, içine su doldurulmakta ve bir tıkaçla kapatılmakta ve termal ekipmanlar (ısıtıcı, pompa ve havalandırma

teşkilatı ile ışıklar) kullanılmaktadır (Whiteley, 2000: 166-8).

3- PAMUKKALE- KARAHAYIT BÖLGESİNDE SAĞLIK TURİZMİ

Pamukkale-Karahayit bölgesinde termal merkez Denizli ilinin 20 km. kuzeyindeki Pamukkale kaplıcasının 5 km. kuzeyindeki Karahayit köyündedir. Suyun ısı 42- 56⁰ C olup, PH Değeri: 5-98-6,26. Suyun kimyasal bileşimi; **Kubbeli Hamam Kaynağı**= Sülfat, bikarbonat, kalsiyum, karbondioksit,

Cami ve Kızılağan Kaynakları= Sülfat, bikarbonat,kalsiyum, karbondioksit, magnezyum. Suyun fiziksel sınıfı; hipertermal, hipotonik bir maden suyudur.İçme ve banyo kürleri şeklinde yararlanılmakta ve çoğu hastalıklara yararlı olduğu düşünülmektedir.(Turizm Bakanlığı. W.S).

Pamukkale- Karahayit bölgesinde bulunan konaklama tesislerinin hepsinde termal havuzlar bulunmaktadır. Ancak bunlardan yalnızca bir işletme faal olarak sağlık turizmine yönelik donanım ve ekibe sahip olup, fizik tedavi ve rehabilitasyon uygulamaktadır. Sağlık Bakanlığından belgeli olup, donanımı yeterli olan, ancak faal olarak tedavi hizmetini yakın bir zamanda vermeyi planlayan bir başka işletme daha bulunmaktadır.

Karahayıtta bulunan "C" Oteli sağlık turizmine yönelik paket programlarla gelen turistlere hizmet vermektedir. Özellikle Rusya'dan gelen grupların çok olduğu belirtilmiştir. Çernobil kazasından sonra maruz kaldıkları radyasyon nedeniyle rahatsızlanan Rus'lara "Ekolojik Fon" olarak adlandırılan bir fondan ödeme yapıldığı için özellikle de 60 yaş ve üzerinde oldukça fazla müşterileri olduğunu belirtmişlerdir.

"C" otelinin fizyoterapistler, masörler ve banyo uzmanları kontrolünde sağlık merkezinde sunduğu hizmetler şunlardır;

- **Bitki ve Çiçek Banyoları (Koku Banyoları)** : Bitki liflerinde bulunan iyot ve suyun termik etkisi çeşitli hastalıklara iyi gelmektedir.
- **Çamur Banyosu (Soğuk ve Sıcak Çamur Uygulamaları)** : "C" Otelinde Afyon Sandıklı çamuru kullanılmaktadır.Radyoaktif içerik taşıyan ve bol miktarda karbonmonoksit bulunan bu çamur, cilt sağlığı,deri hastalıkları, stres, obesite ve romatizmal hastalıkların tedavisinde etkilidir.
- **Galvanik Banyo**: Bölgesel ve genel olarak kullanılır. Lokal ve genel dolaşımı düzene sokar. Düz galvanik akımın su içinde kişiye uygulanması dolaşımı düzene sokar ve çok eklemli

romatizmal problemleri, selülit, stres atmada rahatlamada yararlı olur.

- **Parafin Banyosu:** Termik faktörü yönünden etkilidir, bölgesel dolaşımı geliştirir.yalnızca lokal olarak uygulanır. Romatizma, romatoid artrit, kireçlenme, kink ve burkulma sonrasındaki tedavilerde yararlıdır.

- **Hidroterapi- Isı- Işık Yöntemleri:** Çamur banyosu, sıcak ve soğuk çamur uygulamaları, galvanik banyo, çiçek- bitki banyosu, koku banyosu, parafin uygulamaları, infraruj, ultraviyole, kneippidroterapi.

- **Elektroterapi Uygulama Alanları:**

- 1- **İnfraruj:** İnflamatuar durumlar, travmatik durumlar, psikiatrik durumlar, nörolojik hastalıklar.

- 2- **Ultraviyole:** Deri hastalıkları, vitamin D eksikliğine bağlı hastalıklar, kemik ve eklem hastalıkları, kan hastalıkları, solunum sistemi hastalıkları, iskelet sistemi hastalıkları, gastrointestinal sistem hastalıkları.

- 3- **Ultrasound:** Yeni oluşmuş yaralanmalar, yumuşak doku yaralanmaları, kırıklar ve çıkıklar, disk lezyonları, osteoartrit, deri ve greft skarları, dolaşım bozuklukları.

- 4- **Elektroterapi Yöntemleri:** Ultrason, diadinami, elektrik stimülasyonu, TENS, baker, enterferansiyel akım, faradik akım, galvanik akım.

- 5- **Fizyoterapi Değerlendirmesi:** Kas testi, kas kısalık testi, eklem hareketlerinin değerlendirilmesi, gonyometrik ölçüm, postür analizi, yürüyüş analizi, denge değerlendirme, göğüs çevre ölçümü.

- 6- **Masaj Teknikleri:** Klasik masaj, konnektif doku masajı, lenf drenajı, ayak refleks masajı, klasik kombine masaj, su altı masajı, spor masajı, akupunktur masajı.

- 7- **PNF Teknikleri:** Limitli eklemler, spastisite, ortopedik vakalarda kullanılan özel teknik.

- 8- **Diadinami:** Kas ve eklem hastalıkları, dolaşım bozuklukları, nevralsi ve nevritler.

- 9- **TENS:** Konvansiyonel TENS, Alçak frekanslı TENS, Kısa şiddetli TENS.

- 10- **Enterferansiyel:** Analjezik (Ağrı giderici), Derin lenf ve kan dolaşımını artırır. Sinir sistemi üzerinde sedatif etkisi vardır, İnerve kasları stimüle eder, spor yaralanmalarında etkilidir.

- 11- **Traksiyon:** Kullanıldığı yerler: Vertebral kanalın daraldığı durumlar, Hareketle ağrının azaldığı durumlar, kronik osteoartrite (kireçlenme), adezyonlarda, servikal spondiloz, kas spazmlarında, fonksiyon kaybı olduğu durumlarda, servikal vertebralarda, semptomlarda, lümbal bölgede.

Kullanılmadığı durumlar: Kord basısı işareti varsa, romatoid artrit, gebelikte, yaşlı ve zayıf kişilerde, akut iltihabi durumlarda, osteoporozda, metastatik veya lokal malign tümörlerde.

12- **Konnektif Doku Masajı:** Kullanıldığı yerler: Migren ve psikolojik etkenlerden doğan baş ağrıları, bel problemleri, osteoartrit, romatoid artrit, omuzda periartrit, arterial ve venöz sisteme ait hastalıklar, skleroderma, akroskileroz, polimiyositis, dermatomiyositis gibi konnektif doku hastalıklarında tıbbi tedavi yanında semptomatik yardım sağlamada kullanılır. Ayrıca skar dokularda, anksiyete (sinirlilik), siyatik, anterior poliomyelit (çocuk felci), hemipleji, multiple skleroz, parkinson, cerebral palsy, jinekolojik ve obstetrik durumlarda kullanılır.

13- **Kaplıca Tedavisi:** Kaplıca sisteminde maden suyu, gaz ve çamur çeşitli hastalıkların tedavisinde kullanılmaktadır.

Bel Hastalıkları ve Bel Sağlığı İçin Fizyoterapi Rehabilitasyon Programı: Siyatik, lumbago, mekanik bel ağrısı, disk hernisi (bel fıtığı), lumbolizasyon, sakrolizasyon, spondilozis, hipolordoz gibi bel mekaniğini bozan hastalıklarda uygulanan tedavi programları;

- Doktor kontrolü, Fizyoterapi değerlendirmesi, Özel testler, Sıcak çamur, Soğuk çamur, Çamur banyosu, Koku banyosu, Bitki Banyosu, Kneippidroterapi, Masaj Terapi, Elektrotterapi, Bel Sağlığına Yönelik Egzersizler, Su İçi Egzersizler, Yüzme, Traksiyon, Doğa Yürüyüşü, Ev Programı.

Pulmoner Rehabilitasyon

Astım, amfizem, bronşektazi gibi solunum problemi olan hastalarda uygulanan program;

- Doktor kontrolü, Fizyoterapi değerlendirmesi, Kneippidroterapi, Solunum egzersizleri, Postüregzersizleri, Solunumda Kombine Kuvvetlendirme egzersizleri, Postüral drenaj, İnhalasyon, Ilık Koku Banyosu, Doğa yürüyüşü.
- **Zayıflama ve Selülit Programı :** Doktor Kontrolü ve Muayenesi, Doktor Kontrolü ve Muayenesi, Diet Danışmanlığı ve Programı, Kneippidroterapi, Su Altı Masajı, Galvanik Banyo, Çamur Banyosu- Sıcak Çamur, Bitki, Koku Banyosu, Aerobik, Su İçi Egzersizler, Modern Kondüsyon Aletleriyle Yapılan Egzersizler, Kaslara Yönelik Özel Egzersizler, Elektrik Ştimulatörü ile Kasları Kuvvetlendirme, Selülit Makinası (Güzellik Merkezinde), Masaj (Klasik Masaj- karnı), (Temel Bölgeye Konnektif Doku Masajı), Sauna, Jakuzzi, Egzersiz testi ve eğitimi, (EKG, Tansiyon), Doğa Yürüyüşü, Yüzme, Masa Tenisi, Bisiklet, Ev Programı.

• **Romatizmal Hastalıklarda Tedavi Programı:** Kireçlenme, Romatoid, artrit, osteoartrit, ankilozan spondilit, gut hastalığı gibi romatizmal hastalıklarda uygulanan kürler; Doktor Kontrolü. Fizyoterapi Değerlendirmesi, Hidroterapi, Özel Egzersizler; Elektroterapi, Masaj Terapi, Fizyoterapist Kontrolünde Ekleme ve Kaslara Yönelik Egzersizler, Traksiyon, Su İçi Egzersizler, Yüzme, Doğa Yürüyüşü, Ev Programı

Nonartiküler Hastalıklarda Tedavi Programı: Fibrozit (Fibromyalgia), tendinit, tenosinovit, bursit, periartirit gibi birçok eklem dışı yapıları tutan nonartiküler hastalıklar için uygulanan tedaviler; Doktor Kontrolü, Fizyoterapi Değerlendirmesi, Kneippidroterapi, Çamur Banyosu Sıcak Çamur, Bitki Banyosu, Koku Banyosu, Parafin Uygulamaları, Elektroterapi, Masaj Terapi, Su İçi Egzersizler, Postür egzersizleri ve germe, PNF Teknikleri (Hastalığa Yönelik Özel Egzersizler), Doğa Yürüyüşü, Ev Programı.

Stres Atma Programı: Doktor Kontrolü, Kneippidroterapi, Masaj Terapi, Çiçek banyosu, Koku Banyosu, Jakuzzi, Jimnastik- Aerobik, Yüzme, Doğa Yürüyüşü.

Sporcularda Fizyoterapi Rehabilitasyon: Menisküs, anterior cruciat ligament (Ön Çapraz Bağ), Posterier Cruciat Ligament (Arka Çapraz Bağ) yaralanmalarında, yumuşak doku yaralanmalarında, patella dislokasyonunda vb. spor sakatlanmalarında uygulanan terapi yöntemleri; Cryoterapi, Hidroterapi, Elektroterapi, TENS, PNF Yöntemleri, Özel Egzersizler, PRE, Patella Mobilizasyonu, Masaj Terapi (Klasik Masaj), Spora hazırlık Programı, Modern Kondüsyon Aletleriyle Yapılan Egzersizler, Doğa Yürüyüşü, Su İçi Egzersizler, Jogging, Ev Programı, Bisiklet.

Sinir Yaralanmalarında Fizyoterapi- Rehabilitasyon Programı: Doktor Kontrolü, Fizyoterapi Değerlendirmesi, CDS Testi, Elektroterapi, Sıcak Çamur, PNF Teknikleri, Su Altı Masajı, Bitki Banyosu, Kneippidroterapi,

Facial Paralizi'de (Yüz Felci) Fizyoterapi Rehabilitasyon Programı: Doktor Kontrolü, Fizyoterapi Değerlendirmesi, CDS Testi, İnfraraj, Elektrik Stimulasyonu, Yüz Masajı, Yüz Kasları İçin Kuvvetlendirme Egzersizleri, PNF Teknikleri, Ev Programları.

Migren Tedavisi: Doktor Kontrolü, 20 Seans Konnektif Doku Masajı, Diadinami, Kneippidroterapi, Sualtı Masajı, Koku Banyosu, Bitki Banyosu, Çamur Banyosu, Doğa Yürüyüşü.

Kardiak Rehabilitasyon: Myokard İnfaktüs (Kalp Krizi), Angioplasti sonrası gibi kalp problemleri olanlar için uygulanan programlar; Doktor Kontrolü, Elektrokardiografi (EKG), Fizyoterapi Değerlendirmesi, MI (Miyokard İnfaktüs) Sonrası Risk Faktörleri Eğitimi, Masaj Terapi (Klasik Masaj), Basit Egzersizler, Ilık Koku Banyosu, Doğa Yürüyüşü, Ev Programı.

Hemiplejide Fizyoterapi- Rehabilitasyon: Doktor Kontrolü, Fizyoterapi Değerlendirmesi, Elektroterapi, Hemiplejiye Yönelik Özel Egzersiz Yöntemleri, Sıcak Çamur, PNF Teknikleri. Ev Programı.

Multiple Skleroz, Parkinson, Cerebral Palsy, Poliomyelit (Çocuk Felci) Gibi Beyni Etkileyen Hastalıklarda Fizyoterapi Rehabilitasyon: Doktor Muayenesi, Fizyoterapi Değerlendirmesi, Elektroterapi Yöntemleri, Hidroterapi Yöntemleri, Kneippidroterapi, Çamur Banyoları, Sıcak Çamur, Özel Egzersizler (Hastalığa Göre Fizyoterapist Eşliğinde), Masaj Terapi, Koku Banyoları, Çiçek- Bitki Banyoları, Su İçi Egzersizler, Denge Eğitimi, Yürüme Eğitimi.

Obstetrik Rehabilitasyon: Doktor Kontrolü, Değerlendirme.

Hamilelik süresince annenin fiziksel uygunluğunu korumak, annenin performansını artırarak doğum sırasında oluşabilecek ağır gerilim ve korkuyu azaltmaya çalışmak, doğum sonrası en kısa sürede normale dönüşü sağlamak amacı ile pre ve postnatal egzersizler uygulanır (Erkiliç, 2001).

SONUÇ

Balneoloji çok geniş bir alanda çeşitli hastalıklara yararlı olduğu gibi, günümüzde sağlıklı olmanın yanısıra tatil yapmak isteyenlerin taleplerinde de artış yaratabilmektedir. Türkiye jeotermal kaynaklar açısından Avrupa'nın üçüncü, dünyanın yedinci ülkesi konumundadır ve her yıl 10 milyona yakın insan Türkiye'de tedavi amaçlı seyahat etmektedir. Balneolojiye yönelik çalışmalar arttırıldığı taktirde gerek iç gerekse dış turizm talebinde artış yaratmak mümkündür. Pamukkale- Karahayıt'ta bulunan otellerin geceleme oranlarını arttırmalarında termal turizme yönelmeleri gerekmektedir. Bu bölgede iki tane kaplıca hizmeti veren otellerin bulunması ve şu an için bunlardan yalnızca birinin tedavi hizmetleri vermesi Türk turizmi açısından son derece olumsuzdur. Yalnızca mükemmel otel binaları inşa edilmesi ile travertenlerin gezilmesi doluluk ve geceleme oranlarını arttırmaya yetmemektedir. Bu nedenle Karahayıt'ta önce kaliteli hizmet kaydıyla insan sağlığına katkıda bulunarak termalizme yönelmekte yarar vardır.

KAYNAKÇA

- ALTUNTAŞ, L., 2001, Pamukkale Karahayıt'ta Bulunan Sağlık Bakanlığı Belgeli "H" Oteli Genel Müdürü İle Yapılan Bir Görüşme. Denizli.
- CAN, H., S. GÜNER, 1992, Açıklamalı ve İçtihatlı Turizm Hukuku ve Mevzuatı, Adım Yayıncılık, Ankara.
- CAVLAK, U., N. YOZBATIRAN, H. KAYIHAN, 1994, "Çamur Banyolarının (Peloidoterapi) Fizyoterapi- Rehabilitasyonda Kullanımı", Fizyoterapi- Rehabilitasyon Dergisi, Cilt:7, Sayı:5, Haziran, s. 63-72.
- DEMİRTAŞ, N. 2000, "Üçüncü Yaş Turizminin Termal Turizme Yönlendirilmesi", 1. Ulusal Türkiye Turizmi Sempozyumu Tebliğ Kitapçığı, s.277-289. 2-3 Kasım, İzmir.
- ERKİLİÇ, Y., 2001, Pamukkale- Karahayıt'ta Bulunan Beş Yıldızlı "C" Oteli Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzman Hekimi İle Yapılan Bir Görüşme ve Anılan Otelde Kullanılan Tedavi Yöntemlerini İçeren Açıklamalı Bir Belge, Denizli.
- HALL, S. B., 2000 "Hotels add spa element to create more value for guests", Hotel & Motel Management v. 215 no19 (Nov 14 2000) p. 164-6 ISSN: 0018-6082. Number: BBPI00090031
- HALL, S. B., 2000 "Showcasing history can draw guests. give properties an edge". Hotel & Motel Management v. 215 no14 (Aug 14 2000) p. 165-6 ISSN: 0018-6082. Number: BBPI00066481.
- HALLAÇELİ, H., H. KAYIHAN, 1994, "Balneolojide Kullanılan Hidrokimyasal Uygulamalar", Fizyoterapi- Rehabilitasyon Dergisi, Cilt:7, Sayı:6, Aralık, s. 139-149.
- HILLIPS, J., 1995, "Calistoga Mud Baths", Sunset, Jan. V.194,p.20-1. ISSN: 0039-5404, Number: BRDG95013564.
- SERVISS, N., 1999 "Spa treatment". We (New York, N.Y.) v. 3 no5 (Sept./Oct. 1999) p. 70-8 ISSN: 1092-9533 Number: BRDG00043966.
- İŞLİ, H., H. AKDÜR, H. TAŞKIRAN, 1994, "Hidro-Balneoterapi Yöntemleri", Fizyoterapi- Rehabilitasyon Dergisi, Cilt:7, Sayı:5, Haziran, s. 82-90.

ŞİŞLİ, K. H., H. TAŞKIRAN, 1994, "Hipertansif Hastaların Rehabilitasyonunda Balneoterapinin Yeri", Fizyoterapi- Rehabilitasyon Dergisi, Cilt:7, Sayı:5, Haziran, s.99-104.

TURİZM BAKANLIĞI 2000, www.turizm.gov.tr

WHITELEY P., 2000, "Step Up To A Spa". Sunset, V. 204, No6, June, P. 166-8.
ISSN:0039-5404. Number: BRDG00029914.