

Spis treści

Autorzy	15
Przedmowa	19

ROZDZIAŁ 1

Balneologia w Europie – historia i czasy obecne	21
<i>Pedro Cantista</i>	
1.1. Wpływy greckie i rzymskie	22
1.2. Średniowiecze, wpływ arabski i renesans	23
1.3. Rozpowszechnienie wiedzy empirycznej i naukowej na temat wód mineralnych	23
1.4. Inne tradycje łaźni w Europie: łaźnie tureckie, sauna fińska i łaźnie parowe – banie	24
1.5. Hydrobalneologia w edukacji medycznej	24
1.6. Stowarzyszenia i organizacje balneologiczne	25
1.7. Badania naukowe	27
1.8. Definicje, słownictwo i taksonomia	27
1.9. Obecna sytuacja balneologii w Europie	27

ROZDZIAŁ 2

Historia polskiej balneologii w zarysie	33
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
2.1. Balneologia w dawnych czasach	34
2.2. Początki lecznictwa uzdrowiskowego na ziemiach polskich	36
2.3. Polskie lecznictwo uzdrowiskowe na przełomie XIX i XX wieku	39
2.4. Lecznictwo uzdrowiskowe w okresie międzywojennym	40
2.5. Organizacja lecznictwa uzdrowiskowego w Polsce po drugiej wojnie światowej	42
2.6. Ośrodki naukowo-lecznicze	44
2.7. Polskie Towarzystwo Balneologiczne po drugiej wojnie światowej	44
2.8. Instytut Balneoklimatyczny	46
2.9. Stowarzyszenia uzdrowiskowe	46

ROZDZIAŁ 3

Medycyna oparta na faktach w balneologii i medycynie termalnej – podstawowe zasady oceny klinicznej w balneoterapii	49
<i>Christian-François Roques Latrille</i>	
3.1. Metody oceny	51
3.2. Rozprawa naukowa i rozpowszechnienie wyników	55
3.3. Kwestie praktyczne – role różnych uczestników	56

ROZDZIAŁ 4

Naturalne surowce lecznicze w Polsce: wody mineralne, peloidy i gazy lecznicze	59
<i>Teresa Latour</i>	
4.1. Wody lecznicze	60
4.2. Peloidy lecznicze	70
4.3. Produkty uzdrowiskowe	76
4.4. Zasady przygotowania naturalnych surowców do zabiegów balneologicznych	77

ROZDZIAŁ 5

Podstawy bioklimatologii uzdrowiskowej	83
<i>Krzysztof Błażejczyk, Magdalena Kuchcik</i>	
5.1. Zróżnicowanie bodźców klimatycznych	84
5.2. Zjawiska atmosferyczne	92
5.3. Zróżnicowanie warunków biotermicznych	94
5.4. Dopuszczalny poziom aktywności fizycznej	97
5.5. Okresy klimatoterapeutyczne	97
5.6. Kryteria oceny właściwości leczniczych klimatu w uzdrowiskach polskich	99
5.7. Terenoterapia	101

ROZDZIAŁ 6

Geologia i górnictwo wód leczniczych i peloidów w Polsce	103
<i>Arkadiusz Krawiec, Wojciech Ciężkowski</i>	
6.1. Wody lecznicze	104
6.2. Właściwości, występowanie i eksploatacja złóż borowinowych w Polsce	125

ROZDZIAŁ 7

Wybrane zagadnienia z geologii medycznej	131
<i>K'tso Nghargbu</i>	
7.1. Zasoby geo-medyczne	133
7.2. Choroby geo-medyczne i szkodliwe substancje geologiczne	137
7.3. Geologia medyczna i opieka zdrowotna	138

ROZDZIAŁ 8

Światowe trendy w balneotechnice i architekturze	139
<i>Giovanni Gurnari</i>	

ROZDZIAŁ 9

Mechanizmy działania ogólnoustrojowego metod balneologicznych i fizykoterapeutycznych	155
<i>Irena Ponikowska, Antonella Fioravanti, Sara Tenti, Sara Cheleschi, David Z. Ferson</i>	
9.1. Fizykobiologiczne podstawy działania bodźców balneoterapeutycznych	156
<i>Irena Ponikowska</i>	

9.2. Mechanizmy działania balneoterapii w chorobach reumatycznych	168
<i>Antonella Fioravanti, Sara Tenti, Sara Cheleschi</i>	

9.3. Podstawy medycyny integracyjnej	178
<i>David Z. Ferson</i>	

ROZDZIAŁ 10

Znaczenie fizjologicznych funkcji skóry w balneoterapii i fizykoterapii	185
<i>Irena Ponikowska</i>	

10.1. Anatomia i fizjologia – podstawy	186
10.2. Funkcje fizjologiczne skóry	188
10.3. Rola skóry w balneoterapii i fizykoterapii	189
10.4. Jak przygotować skórę do przyjmowania zabiegów balneologicznych i fizykoterapeutycznych w celu zwiększenia efektów działania danej metody leczniczej	193
10.5. Jak należy pielęgnować skórę po zabiegach uzdrowiskowych	193

ROZDZIAŁ 11

Rola autonomicznego układu nerwowego w leczniczym działaniu zabiegów balneologicznych i fizykoterapeutycznych	195
<i>Irena Ponikowska</i>	

11.1. Budowa anatomiczna i rola fizjologiczna autonomicznego układu nerwowego	196
11.2. Objawy zaburzeń i choroby autonomicznego układu nerwowego	199
11.3. Leczenie zaburzeń autonomicznego układu nerwowego	200
11.4. Mechanizm działania zabiegów balneologicznych i fizykoterapeutycznych na układ autonomiczny	200
11.5. Mechanizmy odruchowe wynikające z segmentalnego unerwienia	201
11.6. Odruchy wegetatywne	201
11.7. Fizjoterapia w neuropatii autonomicznej z przewagą układu parasympatycznego	202

ROZDZIAŁ 12

Wybrane zagadnienia z biologii hormonów	205
<i>Tomasz Ferenc, Marta Pacholczyk</i>	

12.1. Podstawy fizjologii układu dokrewnego	206
12.2. Układ hormonalny w procesie starzenia	221

ROZDZIAŁ 13

Mechanizmy termoregulacji	227
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	

13.1. Wpływ leków na termoregulację	231
---	-----

ROZDZIAŁ 14

Balneoterapia z wykorzystaniem wód leczniczych (balneohydroterapia)	233
<i>Jan Wiesław Kocharński, Szymon Kubiak</i>	

14.1. Kąpiele lecznicze	234
<i>Jan Wiesław Kochański</i>	
14.2. Kuracja pitna (krenoterapia)	270
<i>Jan Wiesław Kochański</i>	
14.3. Podstawy aerozoloterapii	295
<i>Szymon Kubiak</i>	

ROZDZIAŁ 15

Balneoterapia z wykorzystaniem peloidów, w tym produktów i preparatów	313
<i>Jan Wiesław Kochański, Irena Ponikowska</i>	
15.1. Borowina naturalna	314
15.2. Uzdrowiska stosujące zabiegi borowinowe	323

ROZDZIAŁ 16

Balneoterapia z wykorzystaniem gazów (balneogazoterapia)	327
<i>Jan Wiesław Kochański, Irena Ponikowska, Grzegorz Cieślar</i>	
16.1. Kąpiele w gazach	328
<i>Jan Wiesław Kochański</i>	
16.2. Karboksyterapia	335
<i>Irena Ponikowska</i>	
16.3. Podstawy hiperbarii tlenowej	339
<i>Grzegorz Cieślar</i>	
16.4. Ozonoterapia	345
<i>Irena Ponikowska</i>	

ROZDZIAŁ 17

Klimatoterapia uzdrowiskowa	353
<i>Jan Wiesław Kochański, Umberto Solimene, Fausto Bonsignori, Irena Ponikowska</i>	
17.1. Klasyczne zabiegi klimatoterapeutyczne w uzdrowisku	354
<i>Jan Wiesław Kochański</i>	
17.2. Talasoterapia	376
<i>Umberto Solimene, Fausto Bonsignori</i>	
17.3. Subterraneoterapia (Speleoterapia)	385
<i>Irena Ponikowska</i>	
17.4. Haloterapia	389
<i>Irena Ponikowska</i>	

ROZDZIAŁ 18

Hydroterapia	393
<i>Jan Wiesław Kocharński, Maciej Kocharński</i>	
18.1. Biologiczne i fizykochemiczne właściwości wody	394
18.2. Właściwości lecznicze hydroterapii	399
18.3. Rodzaje zabiegów hydroterapeutycznych	401

ROZDZIAŁ 19

Fizykoterapia	427
<i>Jan Wiesław Kocharński, Grzegorz Cieślak, Agata Stanek, Armand Cholewka</i>	
19.1. Wprowadzenie do zagadnień medycyny fizykanej	428
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.2. Podstawy fizyczne fizykoterapii	431
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.3. Aktynoterapia (światłolecznictwo)	438
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.4. Laseroterapia	453
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.5. Elektrodiagnostyka	462
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.6. Elektroterapia	466
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.7. Terapia zmiennym polem magnetycznym	507
<i>Grzegorz Cieślak</i>	
19.8. Ultrasonoterapia – leczenie ultradźwiękami	518
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.9. Ciepłolecznictwo (hipertermoterapia)	524
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.10. Podstawy krioterapii	538
<i>Agata Stanek, Armand Cholewka</i>	
19.11. Zimnolecznictwo	551
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
19.12. Słownik fizyczny	553
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	

ROZDZIAŁ 20

Kinezyterapia	559
<i>Maciej Kochański</i>	
20.1. Wpływ aktywności fizycznej na organizm	560
20.2. Sprzęt i urządzenia kinezyterapeutyczne	564
20.3. Kinezyterapia grupowa i indywidualna	566
20.4. Metody specjalne w kinezyterapii	570
20.5. Kinezyterapia w wodzie	575
20.6. Terenoterapia	579

ROZDZIAŁ 21

Psychologia uzdrowiskowa	589
<i>Roman Ossowski</i>	
21.1. Idea lecznictwa uzdrowiskowego w warunkach osiągnięć współczesnej medycyny – spojrzenie psychologa	591
21.2. Bariery społeczno-kulturowe utrudniające osobie postępowanie zgodnie z zasadami zdrowego stylu życia	592
21.3. Psychologiczne aspekty kształtowania zachowań zdrowotnych	595
21.4. Głęboki sens nowoczesnego i holistycznego leczenia w uzdrowiskach	598

ROZDZIAŁ 22

Masaż leczniczy	601
<i>Maciej Kochański</i>	
22.1. Działanie lecznicze masażu	602
22.2. Czynniki warunkujące efektywność masażu leczniczego	604
22.3. Masaż manualny	606
22.4. Masaż z zastosowaniem przyrządów i mechaniczny	623

ROZDZIAŁ 23

Podstawy dietetyki uzdrowiskowej	629
<i>Alina Jaroch, Roman Cichon</i>	
23.1. Żywnienie prawidłowe	633
23.2. Diety	634
23.3. Żywnienie w lecznictwie uzdrowiskowym	635
23.4. Lecznicza rola żywienia	635

ROZDZIAŁ 24

Promocja i edukacja zdrowotna w uzdrowisku	641
<i>Ewa Kupcewicz, Tomasz Ferenc</i>	
24.1. Wybrane stanowiska naukowe do definiowania zdrowia	642
24.2. Różnicowanie pojęć	644
24.3. Ogólna koncepcja promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej	645
24.4. Edukacja i promocja zdrowia w uzdrowisku	648

ROZDZIAŁ 25

Farmakoterapia podczas leczenia uzdrowiskowego	651
<i>Irena Ponikowska</i>	

ROZDZIAŁ 26

Podstawy chronobiologii. Rytmu biologiczne w wybranych chorobach przewlekłych	653
<i>Małgorzata Berezińska, Jolanta B. Zawilska</i>	
26.1. Zegary biologiczne	656
26.2. Wybrane rytmy biologiczne w zdrowym organizmie	659
26.3. Rytmu okołodobowe w przebiegu niektórych chorób przewlekłych	662

ROZDZIAŁ 27

Zagadnienia prawne w lecznictwie uzdrowiskowym	669
<i>Piotr Kalmus</i>	

ROZDZIAŁ 28

Organizacja lecznictwa uzdrowiskowego w Polsce	675
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
28.1. Nadawanie statusu uzdrowiska albo statusu obszaru ochrony uzdrowiskowej	676
28.2. Zakłady i urządzenia lecznictwa uzdrowiskowego	677
28.3. Nadzór nad lecznictwem uzdrowiskowym	679
28.4. Zalecenia i normy eksploatacyjne w lecznictwie uzdrowiskowym	680
28.5. Ochrona przed hałasem	682
28.6. Planowanie zabiegów leczniczych	682

ROZDZIAŁ 29

Przeciwwskazania i wskazania do leczenia uzdrowiskowego	685
<i>Jan Wiesław Kocharński</i>	
29.1. Przeciwwskazania do leczenia uzdrowiskowego	686
29.2. Wskazania do leczenia i kierunki lecznicze uzdrowisk	687
29.3. Zasady kierowania i kwalifikowania do leczenia uzdrowiskowego	688

ROZDZIAŁ 30

Zanieczyszczenia powietrza w aspekcie lecznictwa uzdrowiskowego	693
<i>Magdalena Kuchcik, Kinga Hildebrandt</i>	
30.1. Szkodliwości środowiskowe a zdrowie człowieka	694
30.2. Znaczenie środowiska przyrodniczego w efektach leczenia	695
30.3. Toksyczne substancje chemiczne występujące w powietrzu	695
30.4. Jakość powietrza atmosferycznego w uzdrowiskach	697

ROZDZIAŁ 31

Uzdrowiska polskie – krótki przewodnik 703
Jan Wiesław Kochański

31.1. Uzdrowiska statutowe w układzie alfabetycznym 707

ANEKS

Rozdziały autorów zagranicznych w anglojęzycznej wersji językowej 763

Chapter 1. Balneology in Europe – from historical roots to current reality 765
Pedro Cantista

Chapter 3. Evidence based medicine in balneology and thermal medicine
– the main rules of the clinical assessment in balneotherapy 777
Christian-François Roques Latrille

Chapter 7. Principles of medical geology 785
K'tso Nghargbu

Chapter 8. Worldwide trends in balneotechnics and architecture 793
Giovanni Gurnari

Chapter 9.2. Mechanisms of action of balneotherapy in rheumatic diseases 809
Antonella Fioravanti, Sara Tenti, Sara Cheleschi

Chapter 9.3. The principles of integrative medicine 820
David Z. Ferson

Chapter 17.2. Thalassotherapy 827
Umberto Solimene, Fausto Bonsignori