

História balneoterapie – starovek

MUDr. Ján Lidaj, MUDr. Alena Masarovičová, MUDr. Alina Hrabínová-Riaško

Prírodné liečebné kúpele, Smrdáky

Použitie vody na medicínske účely je také staré ako ľudstvo samo. Slovo aqua (voda), všetkým známe z antických čias, sa skladá z dvoch gréckych slov – „a“ a „qua“. Doslovný preklad znamená „od ktorej“, čím sa myslí ...od ktorej vzniklo všetko (in quo omnia constant). Kúpeľná liečba, či už pôsobenie vody samotnej (hydroterapia), alebo aj minerálnych látok (balneoterapia), preto patrí k najstarším spôsobom liečby viacerých ochorení. Najmä sírové a sírovodíkové minerálne vody boli vyhľadávané pre svoj priaznivý liečebný vplyv na kožu a kĺby. Koža totiž ako imunologicky aktívny hraničný orgán spája organizmus s okolitým prostredím. Priamo na ňu pôsobia slnko, okolitý vzduch, voda, chlad i teplo, čo sa dá empiricky ľahko priamo sledovať.

Dermatol. prax, 2014, 8(3): 114–115

Najstaršie opisy hydroterapie sú z roku 3700 p. n. l. v čínskej literatúre, a z Číny pochádza aj najstaršia učebnica z roku 2837 p. n. l. opisujúca okrem vodoliečby a masáží i ďalšie liečebné metódy. Chronologicky po nej nasleduje Egypt s písomnými záznamami z roku 2500 p. n. l., India a Japonsko (rok 1800 p. n. l.) s opismi očistných i liečebných kúpeľov a postupom procedúr. V starom Egypte a Babylone poznali už aj mydlo, no neslúžilo na umývanie, ale na liečenie rán. Babylon a Asýria je známa aplikáciou bahenných zábalov. Z týchto znalostí potom čerpala židovská a grécka kultúra (6, 9, 11, 16).

V európskom časovom a zemepisnom kontexte je známe, že v paláci Knossos na Kréte využívali kúpele už v roku 1700 p. n. l. Aj starovekí Gréci v časoch okolo 500 rokov p. n. l. obľubovali kúpele na spoločný relax a hygienu. Uprednostňovali kúpele v sladkej vode z prírodných zdrojov, aj keď poznali aj kúpanie v mori (thalassoterapia). Spočiatku bolo kúpanie určené len pre bohatších ľudí v súkromných kúpeľoch, ale čoskoro boli otvorené aj verejné kúpele. Navyše kúpele boli považované za posvätné miesta a boli venované niekoľkým božstvám. Z malých gréckych kúpeľov v časti Lakónia (gr. Λακωνία) známej aj ako Lacedaemonia pri meste Sparta vyrástli neskôr rímske „Balneum“ a nakoniec až extravagantné „Thermae“. Grécke slovo balaneíon (gr. βαλανείον) znamená kúpeľ, respektíve aj kúpeľnú budovu, a stalo sa základom pre slovo balneoterapia. Na rozdiel od gréckych kúpeľov, ktoré najmä na otužovanie využívali studenú vodu, Rimania ich začali stavať na horúcich prameňoch (7, 11, 13, 14).

Balneoterapia je súhrn konkrétnych liečebných postupov využívajúcich prírodné liečivé zdroje (prírodné minerálne vody, plyny, peloidy a klímu) v mieste príslušného prírodného liečivého zdroja pod lekárske vedením za účelom uzdravenia alebo zlepšenia funkcií organizmu. Teplá voda bola tisícročia používaná na liečbu pohybového aparátu. Z výrazu thermos (gr. tep-

Obrázok 1. Kréta, palác Knóssos, trónna sála



Foto: Mgr. Dušana Hlavačková

lo) vznikol všeobecný názov thermae pre vody a kúpele všeobecne, najmä vulkanické alebo s termálnou minerálnou vodou s obsahom síry. No v prenesenom význame výraz „thermae“ znamená označenie pre akékoľvek kúpele, aj s chladnou vodou či prameňmi (1, 6, 7, 14).

V slovenčine sú pre balneoterapiu zažité výrazy liečivý alebo termálny kúpeľ, kúpeľná liečba či kúpele, v nemčine Heilbad alebo Kurort. V angličtine používané slovo spa alebo spa resort môže byť odvodené z valónskeho slova „espa“, čo znamená fontána, možno z názvu belgického mesta Spa, ktoré vzniklo z pôvodného rímskeho názvu tohto miesta *Aquae Spadanae*, kde v 14. storočí bol objavený liečivý termálny prameň. Druhou teóriou je podobnosť s latinským slovom „spargere“ (rozptýliť, posypať, navlhčiť, rozliat), alebo to môže byť skratka z výrazu „Sanitas Per Aquas“ (zdravie cez vodu). V Španielsku a Portugalsku sa razí termín thermalism. Všetky tieto názvy a termíny sa medzi sebou často vzájomne zamieňajú (2, 3, 7, 15).

V Kórei je balneoterapia známa z čias dynastie Silla, ktorá vládla v rokoch 57 p. n. l. až 935. Neskôr kráľ Sejong vyhlásil kúpele Onyang za sväté, pretože si v nich vyliečil svoju chronickú kožnú chorobu. V gréckej mytológii bohyňa Artemis bola patrónkou prameňov a kúpeľov. V Homérových časoch (asi 800 p. n. l.) bolo kúpanie využívané najmä na očistu a hygienické účely. No v časoch Hippokrata (460 – 370 p. n. l.) už boli kúpele považované za viac ako hygienu pre jeho hypotézu, že choroba je nerovnováha telesných tekutín. Odporúčalo sa kúpanie, potenie, chôdza a masáže často v kombinácii so športom a vzdelávaním. Hippokrates, „otec medicíny“, bol aj otcom balneoterapie. Ako prvý zaznamenával vplyv teploty vody v kúpeli na organizmus, meral frekvenciu pulzu a dýchania počas kúpeľa a zistil, že pri izotermickej záťaži ich frekvencia klesá aj u osôb, ktoré ich mali pred kúpeľom vyššie. Kultúru hygieny od Grékov prebrali Rimania, ktorí si stavali kúpele pri minerálnych a termálnych prameňoch najmä v súvislosti s vojenskými vý-

Obrázok 2. Kréta, palác Knóssos - Minotaurus

Foto: Mgr. Dušana Hlavačková

bojmi a budovaním vlastných táborov v novopodmanených krajinách. Príklady možno nájsť po celej Európe i u nás až po známu hranicu Limes romana. Kúpele slúžili na zotavenie zranených a rekreáciu zdravých vojakov. Okrem hygieny slúžili aj pre cvičenie, sociálnu komunikáciu, relax a lekársku starostlivosť (1, 5, 6, 7, 8).

Grécky lekár Askulap (Asklepius) zaviedol v Ríme do praxe vodoliečbu a pitné kúry. Kúpanie odporúčal na liečebné i preventívne účely. V Európe je dosiaľ zachovaný Asklepiov vodoliečebný ústav v Epidaure, ktorý pochádza z roku 770 p. n. l. Rimania poznali aj sírne termálne pramene Lavry les Bains v terajšom Švajčiarsku. Plínius starší (23 – 79 n. l.) priradil pre rôzne typy vôd indikácie na liečbu. Známym je svojím výrokom *Vel mirabilis natura sulfuris, t. j. účinok síry je veľký zázrak*. Vo vtedajších časoch a medicínskych možnostiach zrejme naplno platil výrok *Quid non sanat ignis, sanat ferrum, quid non sanat ferrum, sanat aquae, quid non sanat aquae, insanabile reputare oportet, t. j. Čo sa nevylieči ohňom, vylieči nôž, čo nevylieči nôž, vyliečia vody, a čo sa nedá vyliečiť vodami, je nevyliciteľné* (6, 14).

Aj Galén (131 – 201 n. l.) obhajoval používanie studenej a sírovej vody na liečbu rôznych chorôb. Okrem balneoterapie je o ňom známe aj to, že začal písať ako 13-ročný a posledný spis dokončil v roku svojej smrti ako 70-ročný. Napísal asi 2,5 milióna slov. Jeho lekárske knihy platili a používali sa 1500 rokov. Už pred 2000 rokmi v nich dal aj veľkú váhu humoru a dobrej nálade, pretože zverejnil svoje vyhlásenie, že veselé ženy menej často ochoreli rakovinou, než tie,

ktoré boli depresívne. Hoci Rimania sú známi verejnými kúpeľmi a vzťahom k hygiene, mydlo sa používalo najmä na pranie v rieke Tiber pod vrchom Sapo. Až keď Galén odporúčal kúpele s mydlom na zlepšenie kože, mydlo sa konečne stalo populárne (10, 14).

K nebyválnemu rozvoju balneoterapie pomohol aj objav cementu a rozvoj stavebníctva. Po výstavbe akvaduktov – privádzajúcich čistú vodu priamo z prameňov či potokov a riek – vo verejných kúpeľoch postavili impozantné veľké budovy s kapacitou pre tisíce ľudí. Niektoré boli honosné až kolosálne a boli by považované za najvyšší luxus aj v súčasnosti, mali vykurované nielen bazény s teplou vodou, ale podlahy a steny, z toho zrejme ich názov termy. Cisár Caracalla postavil v rokoch 206 – 217 kúpele, v ktorých sa naraz mohlo kúpať 1 600 ľudí. Prevýšil ho cisár Dioklecian, ktorý v roku 298 otvoril kúpele pre 3 000 ľudí. Obe reprezentujú vrchol tejto kultúry. Počas rozkvetu rímskej kultúry kúpania obyvatelia Ríma používali až neuveriteľných 1 400 litrov vody na osobu a deň (dnes je spotreba vody na jedného obyvateľa a deň v našom civilizovanom svete asi 70 – 120 litrov deklarovaná Svetovou zdravotníckou organizáciou ako hygienické minimum). V takýchto honosných termách sa uskutočňovali aj pracovné rokovania, realizovali sa dohody a tvorila sa história. Kúpele umožňovali aj bohatý spoločenský život, čo malo zrejme vplyv na sexuálne zvyky, pretože v starom Ríme vládli na naše časy pomerne nehanblivé vzťahy. Dokazujú to i ženy vyobrazené na freskách v bikičkách, ktoré sa odvážne vrátili do módy až po 1500 rokoch (4, 5, 7, 14).

V priebehu ďalších rokov sa kúpacia rímska kultúra postupne zmenila skôr na miesto relaxácie než na medicínske zameranie. Kúpele sa využívali pre účinky horúcej vody predovšetkým pre obnovenie apetítu a smädu pri hostinách, a neskôr aj ako centrá pre rôzne sexuálne praktiky. Hygienické a zdravotné indikácie na kúpanie ustúpili zameraniu na potešenie. S pádom západnej časti Rímskej ríše v roku 476 sa historicky skončil starovek a kultúra kúpania v našich oblastiach upadla do hanby. Kúpele, hygiena a balneoterapia pokračovala v pôvodnom zameraní len vo východnej časti Rímskej ríše, ktorá sa stala centrom rozvoja prírodných vied. Zánik Rímskej ríše a následné sťahovanie národov dostalo Európu do chaosu, krutosti a temna. V oblasti hygieny platí toto tvrdenie dvojnásobne a následne prinieslo aj epidémie rôznych chorôb s obrovským dosahom na vtedajšie obyvateľstvo. Ale to už je iná kapitola, ktorú písal stredovek (6, 12, 14).

Literatúra

1. Ablin JN, Häuser W, Baskula D. Spa treatment (balneotherapy) for fibromyalgia - a qualitative-narrative review and a historical perspective, *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 2013; 5.
2. Calin A. Bath (editorial). *J Rheumatol*. 1988;15:733–734.
3. Cantista P. Health tourism, thermalism and free circulation of patients in the European Union in 2013. XXIV. Kongres Balneologiczny, Swieradów Zdrój. 2013.
4. Guidelines for Drinking-water Quality. First addendum to third edition. Recommendations. 2006;1:515.
5. Jackson R. Waters and spas in the classical world. *Med Hist Suppl*. 1990;10:1–13.
6. Jandová D. *Balneologie*. Praha: Grada publishing, 2009. 424 s.
7. Manšina NV. *Kurortologia dla vsjch*. Moskva, Veče: 2007. 592 s.
8. Matz H, Orion E, Wolf R. Balneotherapy in dermatology. *Dermatologic Therapy*. 2003;16(2):132–140.
9. Ponikowska I, Ferson D. *Nowoczesna medycyna uzdrowiskowa*. Warszawa: Medipress, 2009. 359 s.
10. Potter DS, Mattingly DJ. Life, death, and entertainment in the Roman Empire. University of Michigan Press: 1999. 355 s.
11. Routh HB, Bhowmik KR, Parish LC, Witkowski JA. Balneology, mineral water, and spas in historical perspective. *Clin Dermatol*. 1996;14(6):551–554.
12. Schadowalt H. The history of Roman bathing culture. *In-tegraal*. 1989;4:25–35.
13. *Stratené civilizácie*. Reader's Digest Výber, s. r. o. Bratislava, Alias Press: 2003. 320 s.
14. Tubergen van A, Linden van der S. A brief history of spa therapy. *Ann Rheum Dis*. 2002;61(3):273–275.
15. Vierville JP. Aquatic rehabilitation: an historical perspective. In: Becker BE, Cole AJ. *Comprehensive aquatic therapy*. Boston: Butterworth-Heinemann, 1997. 1–16.
16. Vondruška V. *Intimní historie od antiky po baroko*. Brno: Moba, 2007. 238 s.

MUDr. Ján Lidaj

Prírodné liečebné kúpele Smrdáky
jan.lidaj@spapiestany.sk

