

Jót tesz a gyomorra, az ízületekre és a gyulladásokra

Az érdi termál gyógyító hatása

Gazdag ásványi anyagokban, közismert jótékony hatása, gyógyít és megnyugtat. Már ennyi is elég volna, hogy Érdre nagy számban jöjjenek a gyógyulni, pihenni vágyók, de tudjuk, nem így van: a Termál Liget évek óta megmaradt családias hangulatú kis fürdőnek. Dr. Kőszegi Gábor, a szakorvosi rendelő főigazgató főorvosa és a fürdőzők segítségével éppen e „jótékony hatás” nyomába eredtünk.

Érd-Ófalu­ban évtizedek óta kútra járnak az itt élők, flakonokban, kannákban viszik haza a föld mélyéből feltörő vizet, orvosi javallat nélkül is igen sokan önkéntes ivókúrá­ t tartanak... Mire is jó ez a víz? – kérdeztük dr. Kőszegi Gábortól, látva ezt a sok „vízhordót”.

– Nem ártana először általában a város egészségügyi helyzetéről néhány szót szólni – mondta a főigazgató főorvos. – Érd amúgy is speciális helyzetben van, mert megyei jogú városként nincs kórháza! Pedig egy hatvanöte­zres településen indokolt volna egy ilyen gyógyintézmény létrehozása. Igaz, tervbe volt véve, de a fejlesztési



Dr. Kőszegi Gábor főigazgató

pénzeket végül Budapest kapta. Ráadásul a szakorvosi rendelő vonzáskörzetébe négy település: Tárnok, Sóskút, Diósd és Pusztaszámor tartozik, tehát a teljes ellátási területhez nyolcvanötezer ember! Két évtizede áll az intézményünk, s bizony kinőttük. Sokan fordulnak meg nálunk reumatológiai, nőgyógyászati és különféle bőrbetegségekkel, panaszokkal. Nekik a különféle gyógy­módok mellett szoktuk javasolni az érdi fürdő vizét, mert igen jótékony a hatása ezekre a betegségekre. Vannak olyan enyhébb esetek ugyanis, amikor a gyógykezelések helyettesíthetők gyógyvízzel, ivó- és fürdőkúrával. Különben is, sok ezer éves tapasztalata az emberiségnek, hogy egyes források vize gyógyító. A hévízek mellé települt falvak, városok lakói saját magukat gyógyították ily módon. Szerencsére Magyarország gazdag hőforrásokban, és szerencsére Érdre is jöhetnek a gyógyulni vágyók.

– Milyen ásványi anyagokban gazdag az érdi víz?

– A fürdő meleg vizét egy nyolcszáz méter mélységű termálkútból nyeri, amely a geológiai miocén időszak víztároló képződményeiből táplálkozik. A termálvíz nátriumhidrokar-

bonátos, kloridos, szulfátos, amelynek azonban bromid- és jódtartalma is jelentős, fluoridion és nátriumszulfát tartalma pedig kimondottan magas.

– Mire a leghasznosabb az érdi gyógyvíz?

– Mi elsősorban a reumatológiai és a baleset utáni utókezelésre szoruló betegek számára szoktuk ajánlani a gyógyfürdőt. A jodid a golyvaképződés megelőzésére, a fluorid pedig a fogképződésre is jó. Ivókúrával elsősorban a gyomor- és bélbetegségek gyógyíthatók, mint például a savtúltengés, hurutok, de székrekedés kezelésére is kiválóan alkalmas. Magas kalciumtartama miatt kifejezetten jó a csonttritkulásra és az érlelmeszesedés megelőzésére. Fürdőkúrával pedig a nőgyógyászati panaszok csökkenthetők. Igen jó hatások érhetők még el idült reumatikus fájdalmak, közsvényes bántalmak, neuralgia, fémmérge­zések, törések, zsugorodások, makacs bőrbántalmak esetén. Lelkileg is megnyugvást jelent a gyógyvízben lubickolni, oldja a feszültséget, a gyulladás mellett kikapcsolódást is jelent.

– Meddig javallott gyógyvízben ücsörögni?

– Általában húsz-huszonöt percig, majd érdemes a medencét elhagyni, aztán újra igénybe vehető a fürdőkúra. A lényeg, hogy néha szakítsuk meg vízben tartózkodásunkat. Nagyon fontos hangsúlyozni, hogy gyógyító céllal csak orvosi ellenőrzés mellett szabad alkalmazni a gyógyvizeket.

– Kiknek nem javasolja egyáltalán a gyógyvíz használatát?

– Nem javasolt a gyógyfürdő daganatos betegeknek, a terhes anyáknak, a bőr gyulladásos vagy gombás, fertőző betegségekben szenvedőknek, a mélyvénás trombózis esetén, továbbá rosszul kezelhető magas vérnyomásos betegek­nél és a súlyos szívbetegek­nél, asztmásoknál.

– A legjobb eredményeket a mozgásszervi rehabilitációnál értünk el – tájékoztatta lapunkat Fülemen Róza, az érdi fürdő tulajdonosa, aki azt is elmondta, hogy már 15 éve dolgoznak együtt a betegbiztosítóval. A létesítmény két saját gyógyvizes termálkúttal rendelkezik, amelyeknek vize ivó- és fürdőkúrára minősített, de itt méregtelenítő, valamint oxigén­es fogyókúra­s terápiára is lehetőség van. Az érdi gyógyvíz „csodatevő” hatásáról viszont több vendégtől is hallottam. A 17 éves B. Ádámot egy vírus döntötte le a szó szoros értelmében a lábáról, és egy éve a Liget Termálba jár, de már néhány hónap után helyrejött, most már alig biceg. A bottal járó M. Alajosné a viztől szinte újjászületett, életvidám lett, és néha otthon felejtí a botját, azaz anélkül is tud már közlekedni. Dr. Berzsenyi László és dr. Zoltai Mária, az oxigénes fogyókúra feltalálói, kidolgozói szintén rendszeresen itt pihennek meg, saját magukon érzik a víz a jótékony hatását, jobb a közérzetük egy kiadós fürdőzés után. Tőlük hallottam, hogy néha még az orvosok is elcsodálkoznak egy-egy komplikáltabb csonttörésnél, milyen hihetetlenül gyorsan gyógyult meg a beteg, azaz forr be a csont a gyakori fürdözéssel.



A szerző felvételei

Kocsisné Fogarasi Zsuzsanna pénztáros említi meg, milyen sokan visznek innen haza vizet – vannak, akik nem is isznak mást –, s nemcsak ivásra, de főzésre is használják. Kitűnően alkalmas főleg hüvelyesek, bab, lencse, borsó megfőzésére, mert „gyorsabban puhul és finomabb”. Ugyanígy jó kukorica megpuhítására, és a tea is ízletesebb. Jó tanácsként hozzátette: húslevest nem szabad ebből készíteni, mert zavaros lesz.

Írtuk a cikk elején, hogy az emberek flakonokban, kannákban viszik haza a kinti kútról a gyógyító vizet. Itt találkoztam Kávrán Ferencné Annával, aki hetedik évtizede él Ófalu­ban, és gyerekkora óta issza ezt a vizet.

– Hiába van otthon üdítőital, a friss artézi víznél nincs finomabb – mondta. – A férjemmel együtt ezt isszuk, igen jó a gyomorra. Mi ilyen melegen szeretjük, de tudom, sokan megvárják míg kihűl, úgy fogyasztják. Mi mindennap ötliteres kannában szállítjuk, sokszor ezzel is főzünk. Míg dolgoztam, gyakran a munkahelyre is bevittem a többieknek. A strómára is nagyon jó, egyszer egy kolléganőm műtetre volt kiírva, mire két hónap múlva eljött volna az ideje, az ivókúráról az orvosok legnagyobb csodálkozá-

sára eltűnt a strúmája, és megúsza a műtétet. Hát ilyen a mi vízünk, amiért itt gyakran tíz-húsz percig sorban állnak az emberek – tette hozzá nem kis büszkeséggel. – Bevallom, én is ezt iszom már egy jó ideje, mert azt vallo­m, jobb megelőzni a bajt!

Temesi László

Meghívó Horgász családi nap

Az Érd és Környéke Horgászegyesület szeretettel vár minden kedves érdeklődőt – akár horgász, akár nem – hagyományos családi napjára az érdi téglagyár melletti Dunaparton 2009. július 4-én reggel 9-től késő délutánig.

Program: halászléfőző verseny az egyesület által biztosított ponty­ból, játékos versenyek, célbádobó bajnokság. Minden látogatót vendégül látunk egy jó bajai halászlére! Várjuk Önt és Barátait is!

Érd és Környéke HE Vezetősége

Új Verso



Új iQ



Új Urban Cruiser



A legendás megbízhatóság és minőség egy teljesen új, jövőbe mutató Toyota generációban öltött testet.

Verso: minden porcikája dinamizmust sugall, miközben 7 ülésével a család minden igényét kielégíti.

iQ: a világ legkisebb négyüléses autója újraértelmezi a városi közlekedést.

Urban Cruiser: városi és szabadidőautó egyaránt, választható két- vagy négykerék­hajtással.

Tesztelje új modelljeinket:

OLAJ NEM KELL

KEZELÉSI KÖLTSÉG ALIG

Autó Buda, 1112 Budapest XI. Budaörsi út 185-195.
Telefon: 248-3000
E-mail: autobuda@realszisztema.hu

Autó M0, 2314 Halásztelek, Rákóczi út 144.
M0 körgyűrű, Csepel-Halásztelek lejárónál
Telefon: 06/24 455-444
E-mail: autom0@realszisztema.hu

TOYOTA OPTIMAL DRIVE

Minimise & Maximise

Today Tomorrow Toyota

A képen látható autók illusztrációk. Részletek a márkakereskedésekben és a www.toyota.hu oldalon. iQ modellek: kombinált üzemanyag-fogyasztás (l/100 km): 3,9 – 5,2; kombinált CO₂-kibocsátás (g/km): 99 – 124. Urban Cruiser modellek: kombinált üzemanyag-fogyasztás (l/100 km): 4,5 – 5,5; kombinált CO₂-kibocsátás (g/km): 118 – 130. Verso modellek: kombinált üzemanyag-fogyasztás (l/100 km): 5,6 – 7,0; kombinált CO₂-kibocsátás (g/km): 146 – 178.