

## APE MINERALE TERAPEUTICE

### Munteanu Constantin

Conform H.G. 1154/2004, sunt ape provenite dintr-o sursa naturala – izvor sau foraj și indeplinesc cel puțin una din condițiile:

- conținut de săruri minerale de peste 1 g/l;
- prezența unor elemente chimice cu acțiune farmacologică cunoscută,
- conținut de gaze dizolvate cu efecte biologice, în concentrații de – 1000 mg/l CO<sub>2</sub>, 1 mg/l H<sub>2</sub>S;
- temperaturi de peste 20°C, independent de conținutul mineral - ape termale;
- existența unei acțiuni terapeutice recunoscută științific, situație care conferă acestor ape minerale terapeutice statutul de medicament, fiind interzisă orice modificare sau prelucrare prin adăugare sau extragere de substanțe în afară de CO<sub>2</sub>;

Lista cu principalele tipuri și surse de ape minerale ce pot veni oricând în ajutorul sănătății noastre, precum și afecțiunile pe care le pot trata:

**Apele cloruro-sodice sau sărate.** Foarte numeroase, se folosesc în cura internă, dacă au concentrația până la 15 g la litru, în bolile digestive (gastrite hipocice etc.), în bronșite cronice, rinite cronice; în cura externă, atunci când concentrația lor depășește 15 g la mie (poate ajunge până la 250 g), sunt indicate în bolile reumatice. Stațiuni unde se găsesc: Sovata, Amara, Ocna Sibiului, Techirghiol, Slănic Prahova, Govora, Bazna și Olanești (și iodate) etc.

**Apele sulfatate** (1 g la mie sulfați). Sunt ape sulfatate sodice sau glauberiene, magneziene sau amare, calcice sau ghipsoase și vitriolice (cu Fe și Al); ele se folosesc numai în cura internă, în afecțiuni digestive (intestinale, hepato-biliare). Se beau dimineața, pe nemâncate, în constipații cronice, colecistatonii, obezitate etc. Se găsesc la Slănic, Băltătești etc.

**Apele feruginoase** (10 g la mie fier). Sunt întotdeauna și carbo-gazoase, dar mai pot fi sărate, alcaline, calcice etc. Fierul are rol important în organism. Apele feruginoase se administrează, în cura internă, numai din izvor, în timpul meselor, pentru că altfel fierul în contact cu aerul devine inactiv. Numai fierul bivalent este activ, fiind resorbit în prezența HCl și a vitaminei C. Indicațiile apelor feruginoase sunt anemiile feriprive, achilia gastrică, stomacul operat etc. Găsim ape feruginoase în stațiunile Vatra Dornei, Tușnad, Buziaș, Covasna etc.

**Apele iodurate** (1 mg la mie iod). Iodul, al cărui metabolism este controlat de glanda tiroidă, a fost utilizat de multă vreme în tratamentul reumatismului cronic, atero-sclerozei, hipertensiunii arteriale etc. Aceste ape se folosesc în cura internă și externă. Stațiunile se află în

apropierea salinelor: Govora, Olanești (ape iodurate, sărate, sulfuroase), Bazna (sărate și iodurate) etc.

**Apele sulfuroase** (1 mg la mie SH<sub>2</sub>). Sulfurul este un element cu importante roluri în organism. El intra în compoziția acizilor aminați, indispensabili organismului (cisteina, arginina etc). De aici și importanța apelor sulfuroase în leziunile cronice ale mucoaselor (bronșite, rinite cronice). Apoi, sulfurul este elementul care intră în constituția țesutului conjunctiv. Boala reumatismala, fiind considerată o colagenoză, este una dintre indicațiile majore ale apelor sulfuroase. Sulfurul intră în constituția insulinei – de aici indicația apelor sulfuroase în diabetul zaharat. În fine, sulfurul mai are și un rol desensibilizant, antialergic, având indicații în astmul bronșic și în unele dermatoze.

**Apele oligometalice** (1 g la mie) sunt ape slab mineralizate și pot fi termale sau reci. Ele conțin Na, I, S, Ra (Geoagiu, Felix, cu o temperatură de 40-45 grade C) și sunt folosite în bolile aparatului locomotor. Cele reci se utilizează în cura de băut (sunt îmbuteliate și se găsesc în comerț). Exemple: Olănești, Călimanești, folosite în bolile digestive sau urinare.

**Apele carbo-gazoase** (1 g la mie bioxid de carbon) sunt indicate atât în cura internă (boli digestive, cronice, cu hiposecreție gastrică), cât și în cura externă (în bolile cardio-vasculare și hipertensiunea arterială, arterite, boala Raynaud, acrocianoze, sechele postflebitice, insuficiențe venoase etc).

**Apele alcaline** (1 g la mie bicarbonat) sub forma pură nu există la noi în țară; se întâlnesc sub forma combinațiilor (ape alcalino-teroase cu Mg, Ca), alcaline, cloruro-sodice, carbo-gazoase, sulfuroase, sulfatate, feruginoase. Ele sunt folosite în cura internă, îndeosebi în afecțiunile digestive, hepato-biliare. În cura externă se folosesc în inhalatii și pulverizatii (în afecțiuni ale căilor respiratorii). Apele alcaline le găsim în stațiunile Sângeorz, Hebe, Slănic Moldova, Malnaș, Bodoc. La Karlovy-Vary (Cehia) găsim ape alcaline sulfurate.

**Apele alcalino-teroase și teroase** (1 g la mie) conțin bicarbonat legat de Ca sau Mg și au ca principale indicații afecțiunile digestive (gastrite, colite, boala ulceroasă, enterocolite cronice, rahitism, alergii etc.). Asemenea ape găsim la Borsec, Covasna. La Sângeorz, Slănic sunt ape alcalino-teroase cloruro-sodice. Ionul de Ca este principalul element al acestor ape.

**Apele radioactive** sunt ape care conțin elemente radioactive ce emit radiații a (alfa), b (beta), g (gama): (radu, uraniu, thoriu). Cel mai important este radu, care emite radiația numită radon. O apă, ca să fie radioactivă, trebuie să aibă minimum 80 u/l.