

## RHUMATOLOGIE - PHLÉBOLOGIE

# SOINS THERMAUX : DESCRIPTION ET EFFETS

● Soins thermaux inclus dans la cure thermique 18j rhumatologie

● Soins thermaux inclus dans la cure thermique 18j phlébologie

### SOINS THERMAUX ANTALGIQUES ET ANTI-INFLAMMATOIRES

#### Pélothérapie - 15 min ●

Application de boue thermale de Dax sur les zones douloureuses (à une température entre 41 et 44°C) suivie d'une douche au jet d'eau thermale + une séance de sudation en cabine individuelle qui poursuit l'action vasomotrice de la boue.

*Antalgique et anti-inflammatoire.*

#### Douche Térébenthinée - 3 min ●

Projection d'un mélange d'eau thermale et de composants issus du pin des Landes (Dax Terpin), pulvérisé via de micro-jets sur le corps à une température entre 40 et 44°C.

*Antalgique et anti-inflammatoire.*

#### Étuve locale - 10 min ●

Bain local de vapeur d'eau thermale entre 40 et 46°C pour les mains ou les pieds.

*Action antalgique et amélioration de la mobilité.*

#### Douche sous-marine - 10 min ●

L'agent thermal effectue un massage des zones douloureuses à l'aide d'un jet, le patient étant immergé dans une baignoire.

*Antalgique et décontractant.*

### SOINS THERMAUX DÉCONTRACTURANTS

#### Mobilisation en piscine - 20 min ●

Dans une piscine d'eau thermale, travail de toutes les articulations par des exercices guidés par un kinésithérapeute.

*Décontracturant et améliorant la mobilité articulaire.*

#### Douche forte pression en piscine - 10 min ●

Jet sous-marin à direction et pression variables produisant un massage profond des masses musculaires et des articulations.

*Décontracturant et antalgique.*

#### Hydromassage - 10 min ● ●

Ce soin intervient pour les rhumatismes et l'insuffisance veineuse avec des températures de l'eau thermale qui varient.

Bain d'eau thermale parcouru de nombreux jets d'eau à pression variable, de 32 à 36°C pour les pathologies rhumatismales, de 28 à 32°C pour l'insuffisance veineuse chronique.

*Décontracturant, tonifiant et drainant.*

#### Aérobain - 10 min ● ●

Ce soin intervient pour les rhumatismes et l'insuffisance veineuse avec des températures de l'eau thermale qui varient.

Bain d'eau thermale de 32 à 36°C parcouru de bulles d'air comprimé en rhumatologie, de 28 à 32°C en phlébologie selon la prescription médicale.

*Relaxant et drainant.*

#### Massage - 10 min ● ●

Massage à base de baume thermal (*groupe Thermes Adour*), réalisé par un kinésithérapeute diplômé d'État à visée rhumatismale ou réduction des oedèmes.

*Décontracturant, assouplissement des tissus et réduction des oedèmes.*

### SOINS THERMAUX DRAINANTS ET TONIFIANTS

#### Parcours de marche - 15 à 20 min ●

Marche en piscine d'eau thermale, membres inférieurs immergés dans une eau à 28°C. Le sol, recouvert d'aspérités, masse les voûtes plantaires et des jets d'air comprimé assurent un massage léger.

*Stimulation du retour veineux et tonification.*

#### Pulvérisation des membres inférieurs - 10 min ●

Douches filiformes, avec une eau thermale de 26 à 28°C, dont les jets sont dirigés sur les membres inférieurs en fonction de la prescription médicale : hanches, cuisses ou jambes.

*Amélioration du retour veineux et assouplissement des tissus cutanés.*

### SOINS THERMAUX ANTI-OEDÈME

#### Bain carbo-gazeux - 10 min ●

Immersion des membres inférieurs en baignoire dans une eau thermale à 28°C chargée de gaz carbonique.

*Réduction des oedèmes, l'amélioration de la trophicité des tissus et de la micro-circulation artérielle.*

### CURE DE BOISSON D'EAU THERMALE ● ●

De 1 à 4 verres par jour d'eau thermale riche en oligo-éléments et aux actions diurétique, laxative et détoxifiante.



Pélothérapie, l'exclusivité de Dax



Bain carbo gazeux



Douche térébenthinée



Massage kiné