



MAGYARORSZÁG

MAGYARORSZÁG

Élmény a gyógyulás

- 03 Magyarország, a csodák forrása
- 04 A természet gyógyító kincsei
- 08 Budapest: a fürdővárosok királynője
- 10 Budapest kihagyhatatlan fürdői
- 14 Vízi kalandok minden korosztálynak
- 16 Magyarország kihagyhatatlan fürdői
- 18 Hévíz
- 22 Zalakaros
- 23 Harkány
- 24 Bükkfürdő
- 26 Sárvár
- 28 Hajdúszoboszló
- 30 Debrecen
- 31 Nyíregyháza
- 32 Egerszalók
- 34 Miskolctapolca
- 35 Gyula
- 36 Makó
- 38 Fürdőkúra kisokos: praktikus információk

Magyarország,

A CSODÁK FORRÁSA

Hazánk páratlan adottságai a világon szinte egyedülálló módon biztosítják a test és a lélek felfrissülését. Nem meglepő, hogy évente milliók keresik fel legendás termál- és gyógyfürdőinket, ahol európai szinten is hatalmas tudás és tapasztalat szolgálja a fürdővendégek egészségét, biztonságát. A több ezer éves fürdőkultúra hagyományaira és a modern orvosi kutatásokra épülő fürdőgyógyászat mára igazi „hungarikummá” vált, melyet Ön is megtapasztalhat! Töltődjön fel természetes forrásokból lélegzetelállító környezetben, és próbálja ki a fürdők nyújtotta változatos kikapcsolódási lehetőségeket!

Közel 100

minősített gyógyfürdő



Több ezer

éves fürdőhagyományok



15

fürdő Budapesten



5

minősített gyógyiszap



Közel 1500

forrásvíz



5

gyógybarlang



200

minősített gyógyvíz



A természet

GYÓGYÍTÓ KINCSEI

ÉLTETŐ VÍZ

Ha egyszer megtapasztalta a csillogó vízfelületek szépségét, a szabadban gőzölgő termálvíz melegségét, akkor többé biztosan nem vágyik másra!

Magyarországon található a világ ötödik legnagyobb termálvíz-készlete – ennek is köszönhető, hogy közel 1500 természetes termálforrás vizét hasznosítjuk, ráadásul ebből több mint 200 minősített gyógyvíz! Ezek jóval szigorúbb minősítéssel rendelkeznek, mint a világ számos más pontján, így garantált a hatásuk. Friss orvosi kutatások és a modern gyógyászat segítségével a gyógyvizek hatékonyan enyhíthetik például a hát-, nyak- és derékfájást, bőrproblémákat, vagy éppen a stressz okozta kimerültséget.

VÍZHATÁROZÓ

Termálvíz:

a 30 °C feletti természetes vizet termálvíznek nevezzük.

Ásványvíz:

olyan természetes forrásból származó víz, amely ásványianyag- és nyomelemtartalma, valamint egyéb összetevői miatt egészségügyi szempontból előnyös tulajdonságokkal rendelkezik

Gyógyvíz:

olyan természetes ásványvíz, melynek bizonyított gyógyhatása van, és ennek révén fürdési vagy ivási célra felhasználható.

AZ ARANYAT ÉRŐ ISZAP

Az iszapot nem véletlenül kedvelik oly sokan: a kellemes, simogató iszapkezelés természetes fájdalomcsillapító hatásáról is ismert. A pakoláshoz 36-42 °C-os iszapot használnak, a kezelés során a hatóanyagok a bőrön át felszívódva stimulálják az idegvégződéseket – így fejtik ki izomlazító és fájdalomcsillapító hatásukat. Érdeemes kúraszerűen alkalmazni, hiszen hosszú távú, akár hónapokon át tartó enyhülést hozhat.

IRÁNY A HEGY!

Lépjön ki a termálvízből, mert várja a kristálytisza hegyi levegő! Magasabban a légnyomás is kisebb, amely segíti a szív- és érrendszeri betegségek, illetve a magas vérnyomás kezelését – de ezt a megoldást ajánlják légcsőhurut és egyes anyagcsere-zavarok esetén is. Az ország elismert magaslati klimatikus gyógyhelye a Kékestető. A hegység kristálytisza levegőjének köszönhetően érdemes a rekreáció mellett pihentető túrákra is felkerekedni a környéken.



Kékestető



Abaligeti-barlang

MOFETTA, A SZÁRAZFÜRDŐ

A világon csupán néhány helyen, köztük Magyarországon található olyan, a vulkáni utóműködés hatására megjelenő szén-dioxid gázkiömléseket, amelyek hatására a keringési rendszer teljesítménye nő, és a szervek oxigénellátása élénkül. Korábban a népi gyógyászat is ismerte és alkalmazta a jótékony lehetőséget, ma pedig korszerű, ellenőrzött körülmények között zajlik a kezelés. Észak-Magyarországon, Mátraderecsken tör fel mintegy ezer méter mélységből a nagy szén-dioxid-tartalmú, gyógyhatású gáz, ami szív- és érrendszeri rehabilitáció esetére ajánlott. A mátraderecskei mofetta, a magyar balneológia egyedülálló kincse a szintén nagy koncentrációban fellelhető radontartalma miatt is ajánlott a verőérbetegségekben, illetve a cukorbetegség érszövődményeiben szenvedőknek.

VEGYEN MÉLY LEVEGŐT!

A gyógyhatású klímán alapuló barlangterápia is javulást hozhat a légzőszervi megbetegedésekre. Az anyagok a légutakba jutva gyulladáscsökkentő és görcsoldó hatásúak. Hazánkban öt minősített gyógybarlang is található: az Abaligeti-barlang, a lillafüredi István-barlang, Budapesten a Szemlő-hegyi-barlang, Tapolcán a városi kórház gyógybarlangja, valamint Jósvafőn a Béke-barlang. A barlangokba természetesen nem csak egészségügyi okokból, hanem megkapó szépségük miatt is érdemes ellátogatni!



Parádi mofetta

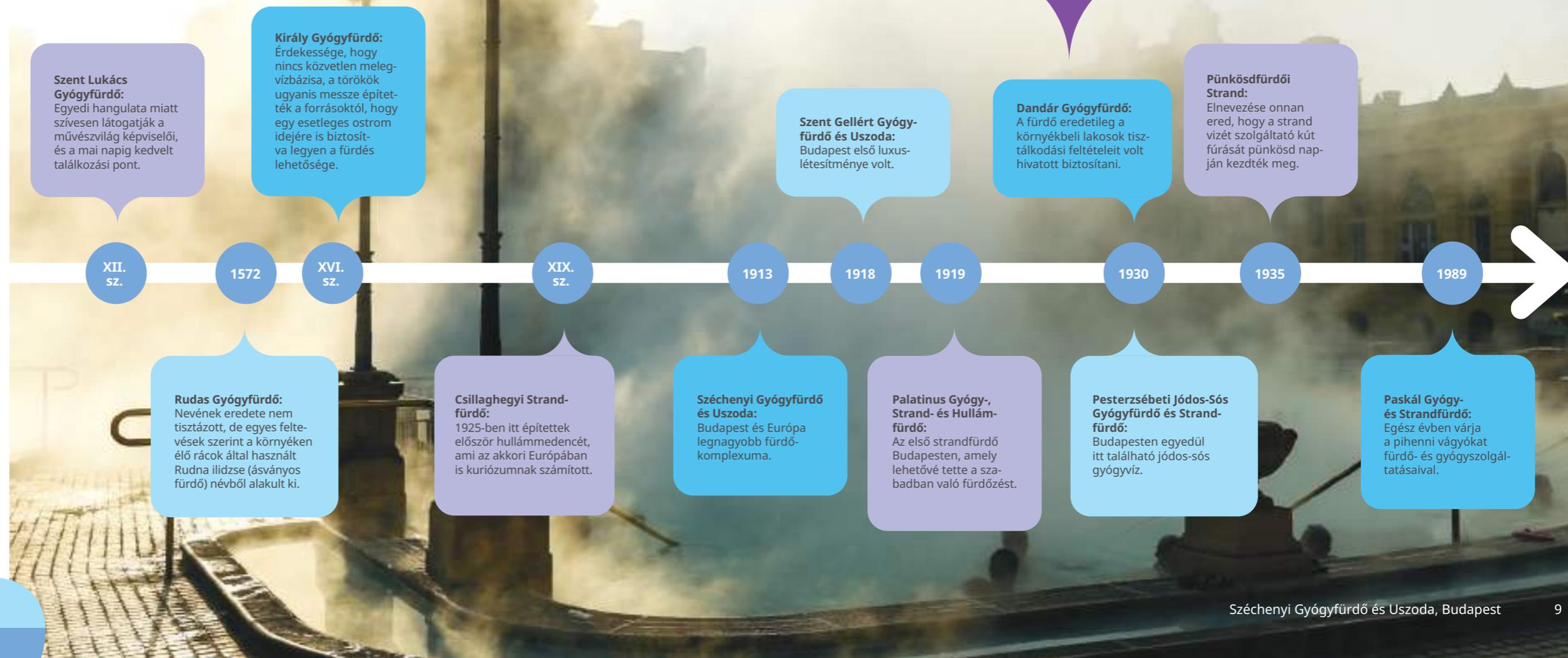
Budapest:

A FÜRDŐVÁROSOK KIRÁLYNŐJE

Nincs még egy olyan főváros a világon, ahol annyi meleg vízű forrás tör fel, mint Budapesten. Ezért nem lehet teljes fővárosunk megismerése egy kiadós fürdőzés nélkül, miközben úgy érezheti, hogy egy történelmi képeskönyv lapjai is meglevenednek a szemei előtt.

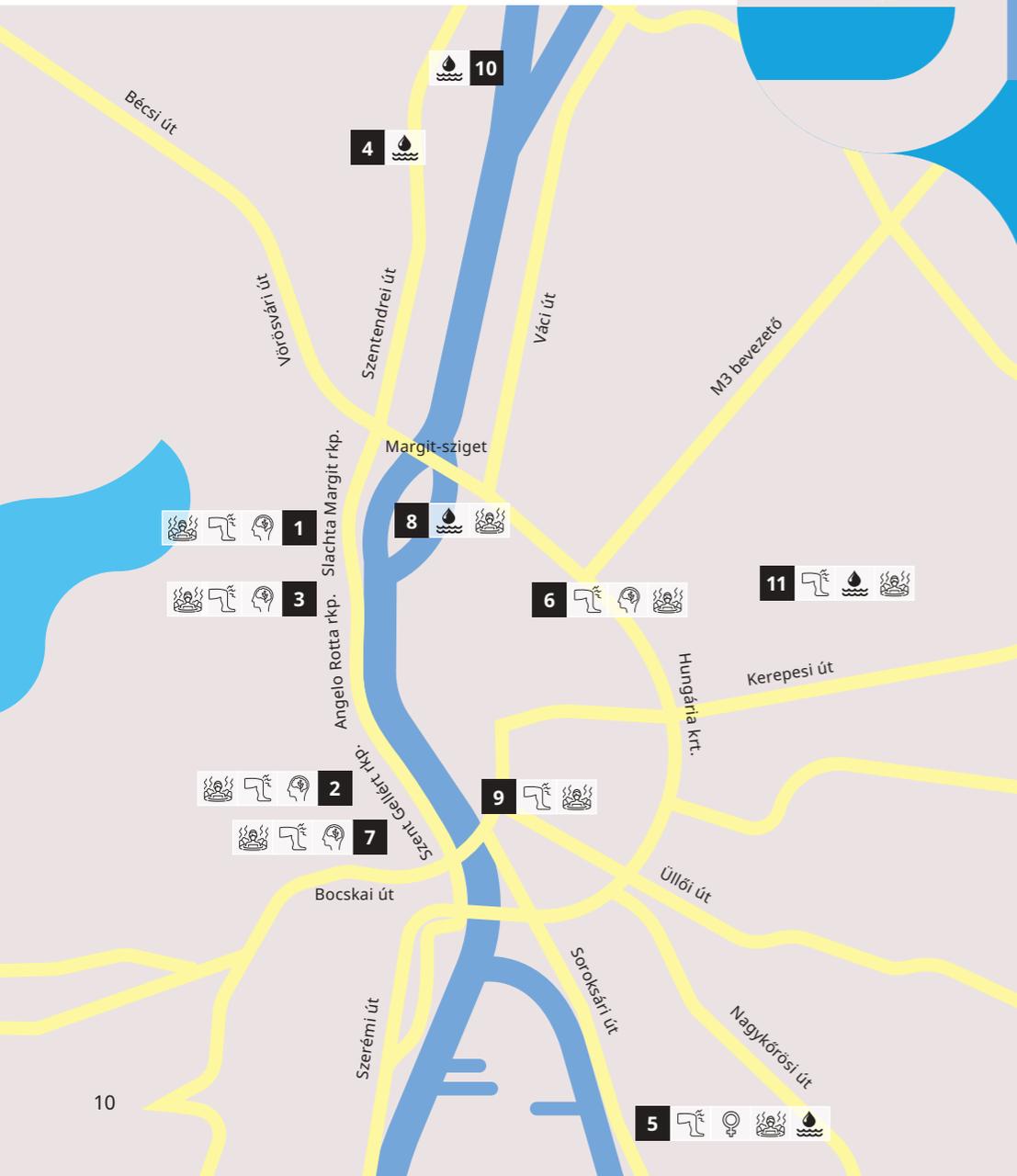
Budapesten a források áldásos hatását 15 fürdőben élvezheti. Mindezek mellé az 1,8 millió lakosú város a metropoliszok nyüzsgését, történelmi korok csodás építészeti alkotásait, a világörökséggént jegyzett Duna-part lenyűgöző panorámáját és a pezsgő kulturális életet is nyújtja.

A gyógyvizekre, forrásokra épülő fürdőzés története kétezer évre nyúlik vissza a magyar fővárosban. Már a rómaiak virágzó fürdőkultúrát teremtettek itt, amit a hódító törökök számos, ma is működő létesítménnyel gazdagítottak a 15-16. században.



Budapest

KIHAGYHATATLAN FÜRDŐI



1. Szent Lukács Gyógyfürdő
2. Rudas Gyógyfürdő
3. Király Gyógyfürdő
4. Csillaghegyi Strandfürdő
5. Pestszenterzsébeti Jódos-Sós Gyógyfürdő és Strandfürdő
6. Széchenyi Gyógyfürdő és Uszoda
7. Szent Gellért Gyógyfürdő és Uszoda
8. Palatinus Gyógy-, Strand- és Hullámfürdő
9. Dandár Gyógyfürdő
10. Pünkösdfürdői Strand
11. Paskál Gyógy- és Strandfürdő

TÖRTÉNELMI TÖRÖKFÜRDŐK

Egyedi színt, műemléki értékeket képviselnek Budapesten az eredeti törökfürdők. Teljes felújítását követően mára ismét régi pompájában ragyog a 16. századi Veli Bej Fürdő. Feltétlenül nézze meg csodálatos mozaikos ornamentikáját, amely megidézi a hajdani Oszmán Birodalom művészetét. Nemrég újították fel a már több mint 450 éves Rudas Gyógyfürdőt is a Gellért-hegy lábánál. Azon túl, hogy itt átélheti a hagyományos törökfürdők hangulatát, páratlan kilátás is várja a Dunára és hídjaira az épület tetején kialakított panorámamedencéből.



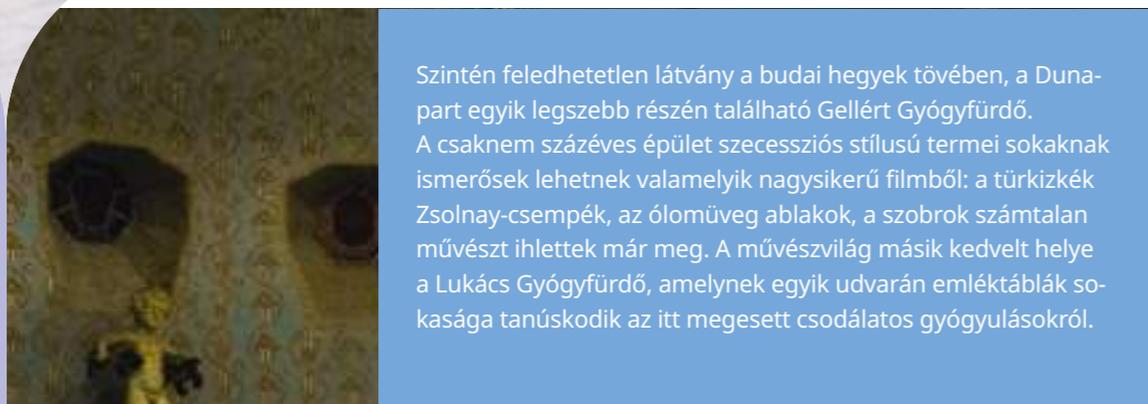
Irgalmasok Veli Bej Fürdője, Budapest



PATINA ÉS MŰVÉSZET

Némelyik budapesti fürdő olyan hangulatot áraszt, mintha egy múzeumban lazítana. A Széchenyi Gyógyfürdő lélegzetelállító komplexuma a Városligetben, fantasztikus környezetben található. Az Osztrák–Magyar Monarchia korát idéző épületegyüttes impozáns látványt nyújt a park dús lombú fáinak között – mintha nem is fürdő, hanem valódi palota volna. A vizek szerelmeseit 21 medence, köztük három szabadtéri várja.

A Széchenyi Gyógyfürdő vizét adó forrás táplálja a Fővárosi Állat- és Növénykert vízilovainak medencéjét is. A szakemberek többek között ennek tudják be a budapesti vízilovak átlagon felüli termékenységét.



Szintén feledhetetlen látvány a budai hegyek tövében, a Duna-part egyik legszebb részén található Gellért Gyógyfürdő. A csaknem százéves épület szecessziós stílusú termei sokaknak ismerősek lehetnek valamelyik nagysikerű filmből: a türkizkék Zsolnay-csempék, az ólomüveg ablakok, a szobrok számtalan művészt ihlettek már meg. A művészvilág másik kedvelt helye a Lukács Gyógyfürdő, amelynek egyik udvarán emléktáblák sokasága tanúskodik az itt megélt csodálatos gyógyulásokról.



Margitsziget, Budapest

VILÁGSZTÁROK A MEDENCÉBEN

A patinás Gellért Gyógyfürdő falai között számtalan híresség megfordult már. A fürdő vendégei között üdvözölhette korábban Julianna holland királynőt, Richard Nixon amerikai elnököt, Andrew Lloyd Webber zeneszerzőt, Yehudi Menuhin hegedűművészt, valamint olyan világhírű filmszínészeket, mint Uma Thurman és Ryan Gosling.

FÜRDŐZÉS A SZABAD ÉG ALATT

Unikális élmény egy világváros közepén, zöld szigeten, parkos környezetben fürdőzni, amire Budapesten a Margitsziget kínál lehetőséget. Itt működik a főváros legrégebbi, 1919 óta üzemelő szabadtéri strandja, a Palatinus. Ma – többek között – időmérős óriáscsúszdákkal és 14 medencével várja a látogatókat.

A napsütötte budai hegyoldal lábánál, mesés környezetben várja a Csillaghegyi Strandfürdő, ahol a múlt ritka kincsei ötvöződnek a jelennel. Buda legnagyobb strandja kiválóan alkalmas napozásra, pihenésre, míg a kirándulni vágyók az ősfás sétányokon barangolhatják be a környéket.

Ha meg szeretné tapasztalni az igazi magyar retro életérzést, ne hagyja ki a Duna partján található Pünkösdfürdői Strand úszó-és élménymedencéit! A strand hátsó része fákkal szegélyezett rétekekkel várja a pihenni vágyó vendégeket, míg a hatalmas füves területek változatos labdajátékokra invitálják az aktív pihenést választókat.

Vízi kalandok

MINDEN KOROSZTÁLYNAK

AKTÍV IDŐTÖLTÉS

Az aquaparkok rengeteg opciót kínálnak azok számára is, akik a fürdőzés mellett aktívabb kikapcsolódásra vágnak. Lehetőség van például kipróbálni a raftingot, megmártózni a hullám medencékben, száguldani a zuhanó csúszdákon, megtapasztalni a valódi szabadesés élményét, vagy mesterséges sziklaszirtekről a mélyvízbe ugrani.

ANIMÁCIÓS PROGRAMOK

Az animációs programok az aquaparkok játékaiban rejlő lehetőségeket aknázzák ki kreatív módon, így a kicsik nem csak felhőtlenül szórakozhatnak, de közben izgalmas módon fejleszthetik is képességeiket. Amíg a szülők pihennek, addig a gyerekeket képzett animátorok szórakoztatják arcfestéssel, vetélkedőkkel, vízi disco-val, illetve aquafitness- és sport programokkal, melyekhez akár a felnőttek is csatlakozhatnak.

BABA- ÉS CSALÁD BARÁT FÜRDŐZÉS

A legkisebbekről sem feledkeznek el, többek között klórmentes technológiával kezelt gyermekmedencék, baba- és gyermekjátsszóterek, a játszóházakban képzett szakemberek, kül- és beltéri játszóparkok, valamint családi napozók várják a gyerkőcöket.

ROMANTIKA KÉT FŐRE

A romantikus kikapcsolódást keresők a privát spa szolgáltatásokkal élhetnek át különleges pillanatokat. Vegyen részt páros masszázson, közös szauna szeánszon és jakuzzizáson, és tegye az élményt még különlegesebbé egy pohár minőségi pezsgővel és egy finom csokoládé válogatással.

JELMAGYARÁZAT

Gyógyhatás



Mozgásszervi



Nőgyógyászati



Bőrgyógyászati



Neurológiai

Szolgáltatások



Úszómedence



Szauna



Csúszda



Konditerem /
fitness park



Kültéri medence



Beltéri medence



Büfé, étterem



Gyógyvizes
ivókúra



Pihenő park



Animáció



Éjszakai fürdőzés



Gyógyászati
kezelések



Akadálymentesített



Szépészeti
kezelések



Wellnesskezelések

Fürdő típusa



Gyógyfürdő



Wellnessfürdő



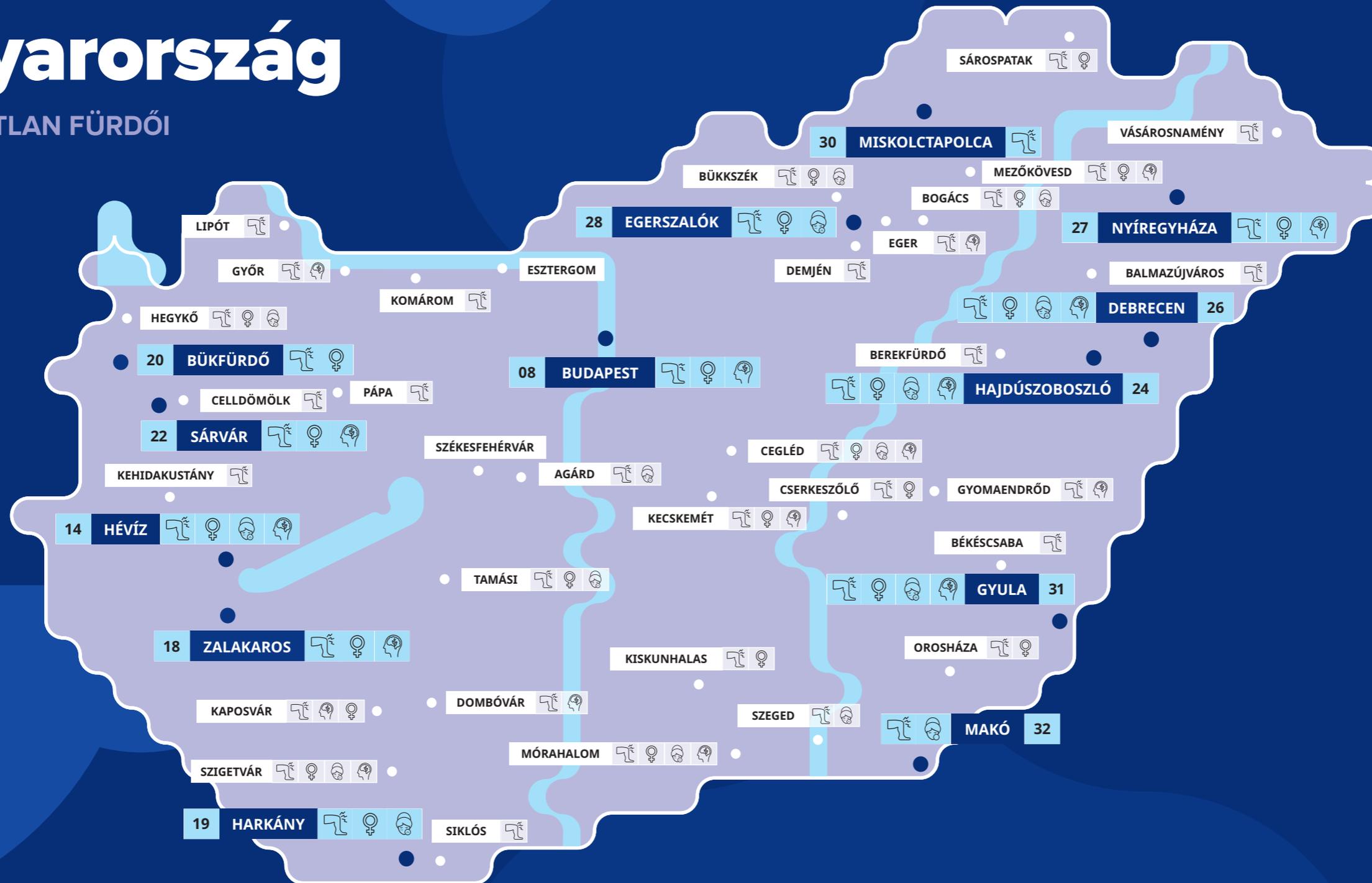
Élményszerű



Családbarát fürdő

Magyarország

KIHAGYHATATLAN FÜRDŐI



Gyógyhatás



Hévíz

Hévízen a világ legnagyobb természetes, biológiailag aktív termálvízű tavában mártózhat meg. Egyedülálló élmény a gyógyító tükkrét tarkító tündérrózsák között úszkálni. Látogassa meg a modern gyógyászati részlegeket, valamint wellness- és terápiás centrumot, melyek ideális körülményeket kínálnak mind a gyógyuláshoz, mind a pihenéshez, feltöltődéshez.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



38 m mély

4,4 ha vízfelszín

33-38 °C nyáron

22-23 °C télen



TERMÉSZETES FÁJDALOMCSILLAPÍTÁS GYÓGYISZAPPAL

A gyógytó fenekén több méter vastag tőzegréteg található. Az iszapban élő speciális mikroorganizmusoknak köszönhető a hévízi gyógyiszap egyedülálló lágysága is. Ezt, a természetes formájában egyedül itt élvezhető speciális összetételű gyógyiszapot, valamint gyógyvizet hasznosítja a hévízi tradicionális kúra, melynek jótékony hatása tudományosan bizonyított. A prémium kategóriás hévízi gyógy szállodákban, wellness és medical wellness hotelekben a klasszikus gyógykúra és a modern medical wellness szolgáltatások egyaránt elérhetők számtalan egészségmegőrző, fitness-, selfness- és életmódprogrammal, valamint saját élményfürdő részleggel.

A HÉVÍZI TRADICIONÁLIS KÚRA

Az egész világon egyedülállóvá teszi a hévízi balneoterápiát az a különleges szaktudás és tapasztalat, amely generációk alatt halmozódott fel itt, majd öröklődött át – szó szerint – apáról fiúra.

A hévízi tradicionális kúra ideális esetben két hetet vesz igénybe, és ez idő alatt a gyógyulni vágyó legalább tizenöt kezelést kap. Alapelemei a természetes gyógyvízben fürdőzés, a hévízi gyógyiszappakolás vagy gyógyiszapfürdő, illetve a súlyfürdő, amely magyar találmány. Utóbbit dr. Moll Károly hévízi reumatológus fejlesztette ki az 1950-es évek elején.

A KÚRA KIEGÉSZÍTŐ ELEMEI LEHETNEK:

- gyógymasszázs;
- hidroterápia (például szénsav- és kádfürdő, víz alatti masszáz);
- fizikoterápia;
- egyéni és csoportos mozgásterápia (például víz alatti torna, gerinctorna);
- a hévízi gyógyvíz fogyasztása ivókútból.



MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Kalandozzon Keszthelyen a barokk Festetics-kastély enteriőr-, hintó-, vadászati és történelmi modellvasút-kiállításán!
- Barangolja be kerékpárral a Balaton partját és a Keszthelyi-hegységet!
- Utazzon az időben! A Sümegi vár történelmi lovasjátékokkal és középkori lakomákkal várja.
- Csodálja meg a Badacsony bazaltorgonáit és a hegy tetején épült Kisfaludy-kilátót!
- Kóstolja meg a különleges borokat a Badacsonyi borvidék pincészeteiben!
- Csónakázzon az egyedülálló Tapolcai-tavasbarlangban!

Zalakaros

A Balaton nyugati végétől néhány kilométerre fekvő Zalakaros a gyógyvizével alapozta meg nemzetközi hírnevét. A víz összetétele és a vízkészlet nagysága miatt a legjelentősebb gyógyvizek egyike.

A Zalakarosi Fürdőben a reumatológiai kezelések mellett egyre többen élvezik az egészségmegőrzést és a megelőzést elősegítő komplex fürdőgyógyászati kínálatot is.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



Harkány

Kapcsolódjon ki a mediterrán klímájú, kénes gyógyvizéről híres kisvárosban. Csaknem kétszáz éve áll a gyógyítás szolgálatában hazánk egyik legszebb vidékén a Harkányi Gyógy- és Strandfürdő. Érdekessége, hogy Harkányon kívül csak két olyan hely van a világon, ahol bizonyítottan gyógyítható a pikkelysömör.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- ◆ Pattanjon kerékpárra, és tekerjen el a Kis-Balatonhoz!
- ◆ Ismerkedjen meg az állatokkal a kápolnapusztai bivalyrezervátumban!
- ◆ Csodálja meg a kilátást Zalakaros egyik nevezetes pontjából, az Erdéskilátóból!

SZOLGÁLTATÁSOK



MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- ◆ Fedezze fel a pécsi ókeresztény sírkamrákat a 6. századból, amelyek az UNESCO Világörökség részét képezik!
- ◆ Vegyen részt felfedező sétákon és kiállításokon Pécsen, Európa Kulturális Fővárosában (2010), az egykori porcelángyár területén kialakított Zsolnay Kulturális Negyedben!
- ◆ Kóstoljon borokat a dűlő- és pincetúrákon, és élvezze a prémium gasztróélményeket a Villányi borvidéken!

Bükkfürdő

Bükkfürdőn található hazánk második legnagyobb fürdőkomplexuma. A nemzetközi összehasonlításban is rendkívül magas ásványi anyag-tartalmú gyógyvízzel végzett fürdő- és ivókúra kedvező hatása egészen egyedülálló. A wellnesscentrumban tíz különböző típusú szauna található, a legmerészebbek pedig a 100 °C-os „ördögszaunát” is kipróbálhatják.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



34

medence

282 m

mélyről feltörő gyógyvíz

15 000 mg/l

ásványianyag-tartalom

MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Nordic walking útvonalak, extrém kalandpark és 18 lyukú golfpálya várja Bükkfürdőn!
- Ismerje meg Szombathelyt (Savaria), Szent Márton szülőhelyének római örökségét és a Savaria Történelmi Karnevált!
- Vegyen részt interaktív foglalkozásokon a pápai Esterházy-kastélyban!

Sárvár

A gyönyörű természeti környezetben fekvő, gazdag múltú Sárvár különlegessége, hogy fürdőjében egy helyen két különböző összetételű és hatású gyógyvizet talál a látogató: az egyik a magas sótartalmú, 83 °C-os, a másik a 43 °C-os alkáli-hidrogén-karbonátos gyógyvíz. A sokoldalú gyógyvíz széleskörű felhasználhatósága gyógyírt jelent például a mozgásszervi, nőgyógyászati és neurológiai megbetegedésekre.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



Magas sótartalmú,

83 °C-os

gyógyvíz

6 féle

gyógykúra

18

medence

MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Fedezze fel Kőszeg középkori óvárosát és a Jurisics-várat!
- Látogasson el a Vasi Skanzenbe, Szombathely szabadtéri néprajzi múzeumába!
- Járra be a turistaútajairól és kiváló borairól híres Somlói borvidéket!

Hajdúszoboszló

Látogasson el Európa legnagyobb fürdőkomplexumába, ahol még saját ásványvizet is palackoznak! A település gyógyfürdőjében az iszapkezelés és a súlyfürdő mellett elektroterápia is a gyógyulásra vágyók rendelkezésére áll.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



1091 m

mélyről feltörő hévíz

Több mint 40

féle kezelés

7

fedett gyógyvizes medence

MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- ◆ Vegyen részt hajnali madarásztúrán Hortobágy-Halastón, és ismerje meg a Hortobágyi Nemzeti Park páratlan élővilágát!
- ◆ Csodálja meg a Tisza-tó egyedi madár- és növényvilágát a Tisza-tavi Kerékpáros Centrumtól induló túrák egyikén!
- ◆ Pihenje ki magát az abádszalóki strandon, ahol a nyári programok és vízi sportok színes kavalkádja várja, mint például jet-ski, vízibob és flyboard!

Debrecen

A belvárostól alig tízpercnyi távolságra, százéves fák alatt kínál teljes körű kikapcsolódást a Nagyerdő. A városrész szívében található az Aquaticum, melynek gyógyközpontja a hagyományos fürdőterápia mellett fizio- és mozgásterápiás kezelések széles választékát kínálja.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK

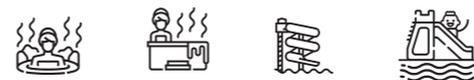


Debreceni Élmény- és Termálfürdő

Nyíregyháza

A híres, dimbes-dombos Tokaj borrégiótól karnyújtásnyira elhelyezkedő városban az 1700-as években 4 tölgyfa káddal indult el a mai fürdőkomplexum fejlődése. Üdülőhelye, Sóstógyógyfürdő a sós vizű, szikes taváról kapta a nevét, ahol többek között balneoterápiás eljárások és fizioterápiás kezelések garantálják a gyógyulást.

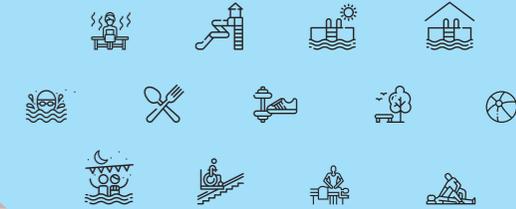
Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Ismerkedjen meg öt földrész állataival a Nyíregyházi Állatparkban, valamint a népi építészettel a Sóstói Múzeumfaluban!
- Vegyen részt düllo- és pincetúrakon a világörökség részét képező Tokaji borvidéken, ahol a tokaji aszú mellett a száraz furmintot is mindenképpen kóstolja meg!
- Látogassa meg Nyírbátor gótikus templomait és középkori várkastélyát!

Nyíregyházi élményfürdő

Egerszalók

Ikonikus és világszerte ritkaságnak számító látványosság az egerszalóki mészkőlerakódás, amelyhez hasonló természeti képződmény az egész világon csak két helyen van. A mélyből feltörő hévíz egy domb tetején talált magának utat a szabadba, a domboldalon a kicsapódott mész pedig ragyogó, hófehér felszínt hozott létre. Tökéletes helyszín a vidám közös fotók készítéséhez is.

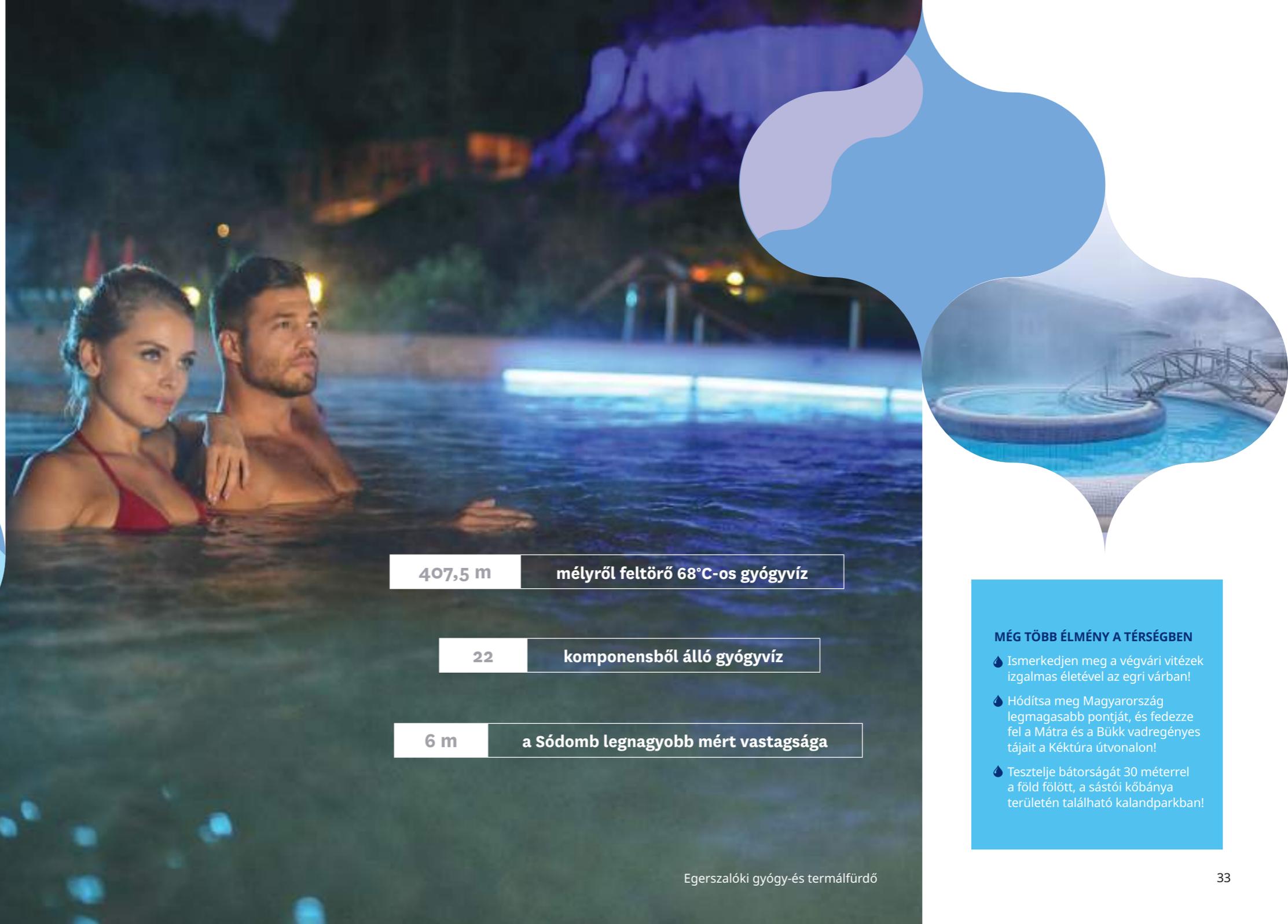
Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



407,5 m

mélyről feltörő 68°C-os gyógyvíz

22

komponensből álló gyógyvíz

6 m

a Sódomb legnagyobb mért vastagsága

MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Ismerkedjen meg a végvári vitézek izgalmas életével az egri várban!
- Hódítsa meg Magyarország legmagasabb pontját, és fedezze fel a Mátra és a Bükk vadregényes tájait a Kéktúra útvonalon!
- Tesztelje bátorságát 30 méterrel a föld fölött, a sástói kőbánya területén található kalandparkban!

Miskolctapolca

Európában egyedülállónak számít a Miskolctapolca Barlangfürdő, ahol az évezredek alatt kialakult barlangba építettek fürdőt. Az idelátogató a természet alkotta barlangjáratokban fürödhet, meghallgathatja a csillagterem visszhangját, és élvezheti a vadvíz áramlásának kellemes masszírozását.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Kalandozzon Lillafüreden, ahol libegőzés, stresszmentesítő séták, erdei rollerpálya, függőkert és csónakázás várja!
- Csodálja meg Szilvásváradon hazánk egyik legszebb természeti jelenségét, a Szalajkavölgyben található 17 méter magas Fátyol-vízesést!
- Fedezze fel a világörökség részét képező cseppkőbarlangot, a Baradla-barlangot Aggteleken!

Gyula

A Gyulai Várfürdőt egyedülállóvá, egyszerűen varázslatossá teszi, hogy csodás történelmi környezetben fekszik. A fürdőben számos gyógyászati kezelés közül választhat az idelátogató, és a gyógyvíz és -iszap jótékony hatásait is élvezheti.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



SZOLGÁLTATÁSOK



MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Barangolja be Gyula 600 éves, gótikus síkvidéki téglavárát!
- Vegyen részt a gyulai Almásy-kastély izgalmas interaktív kiállításán!
- Ízlelje meg a híres gyulai és csabai kolbászt!
- Kóstoljon hagyományos süteményeket Gyulán, az ország második legrégebben működő cukrászatában, az 1840 óta üzemelő Százéves Cukrászdában!

Makó

A Hagymatikum az organikus építészet egyik hazai remekműve. Kívülről mintha egy katolikus templom hívogatná, belépve pedig a népmesékből és a pogány mitológiából ismert életfa látványa ragadja magával a fürdőzőket. A misztikus környezetben háromgenerációs fürdőélmény várja barlangmedencével és marosi gyógyiszap fürdővel.

Fürdő típusa



Gyógyhatás



SZOLGÁLTATÁSOK



300 éves

lappföldi fenyőből készült kelo szauna

3,6

hektáros park

993 m

mélyről feltörő 41 °C-os alkálihidrogén-karbonátos víz

30

kupola a medencék fölött

MÉG TÖBB ÉLMÉNY A TÉRSÉGBEN

- Eredjen őseink nyomába Ópusztaszeren a Nemzeti Történelmi Emlékparkban, mely az ősi magyar szokások és hagyományok őrzését tűzte ki célul!
- Kóstolja meg a hungarikum halászelevet! A helyi fűszerpaprikából, a Tiszából kifogott négyféle halból és a makói hagyományból készülő leves az év bármelyik napját ünnepivé varázsolja!
- Fedezze fel a környéket hajókázva! Ha a víz közelségére vágyik, hangulatos sétahajózásra is befizethet, amely során a Tisza élővilágát és a Maros torkolatát is megcsodálhatja!

Fürdőkéúra kisokos:

PRAKTIKUS INFORMÁCIÓK

MIKÉNT ÉRHETŐ EL AZ ELLÁTÁS TB TÁMOGATÁSSAL?

1. Évente 2 kéúra vehető igénybe társadalombiztosítási támogatás keretében. Egy komplex fürdőkéúra alkalmanként 60–80 kezelésből áll.
2. Társadalombiztosítási támogatással fürdőgyógyászati ellátásokat kizárólag a finanszírozott egészségügyi szolgáltató reumatológus, fizioterápiás, ortopéd, mozgásszervi rehabilitációs, valamint fizikális medicina és rehabilitációs orvos, illetve traumatológiai javallat esetén traumatológus szakorvos rendelhet el.
3. Fürdőgyógyászati ellátások esetén az ellátást rendelő vény kiállításának napjától számított 30 napon belül meg kell kezdeni a kezeléseket.
4. A kéúra befejezését követő három héten belül a gyógyászati ellátást elrendelő orvoshoz ellenőrző vizsgálatra kell jelentkezni.

MIKOR LEHET INDOKOLT A FÜRDŐKÉURA?

Ha ki szeretne próbálni egy kúrát, előtte konzultáljon szakorvossal, aki elvégzi az állapotfelmérést, és az Ön korának, panaszainak, egészségi állapotának megfelelő fürdőt, vízhőmérsékletet, időtartamot, rendszerességet javasol. A fürdőkéurák ideális hossza két-három hét, ez idő alatt napi egy vagy két alkalommal érdemes húsz-harminc percre megmerítkezni.

MEDDIG HAT EGY FÜRDŐKÉURA?

A fürdőkéúra hosszútávú gyógyhatást eredményezhet rendszeres, egymásra épülő kezelésekkal. Sok esetben akár hónapokra is megszüntetheti a panaszokat, míg alkalmanként kipróbálva prevenciók célokat szolgálhat.

MI A FIZIOTERÁPIA?

A fizioterápia a természetben előforduló energiák (napfény, víz, levegő és föld) orvosi felhasználását jelenti, és magába foglalja a balneo-, valamint a klímaterápiát is. A görög eredetű szó első

tagjának jelentése: természet. Nem azonos a fizioterápiával, amely olyan gyógyászati eljárásokra használt szó, amikor fizikai energiát veszünk igénybe. Ilyen a masszázs, az elektroterápia vagy az ultrahang. Fizioterápiának számít a gyógyfürdőkben a súlyfürdő vagy a vízszugármasszázs is.

GYÓGYMASSÁZS

Gyógymasszázs a legtöbb magyarországi fürdőben és egészségközpontban kérhető. Abban különbözik az általános masszázstól, hogy speciális végzettségű gyógymasszőr vagy gyógytornász végzi – gyakran csak a beteg testrészén, gyógyító, rehabilitációs céllal. Krónikus ízületi és belgyógyászati problémák esetén javasolt, de az általános közérzetben is segít. Hossza jellemzően 30-40 perc, de lehet 10-15 perces is. Ha orvos úgy írja elő, akkor speciális gyógykrémmel végzik.

ISZAPKEZELÉS

Az egyik legkedveltebb kezelés, hiszen a 36-42 °C-os hőmérsékleten használt pakolás közben kiválóan lehet relaxálni. Ám nem csak emiatt keresik a szolgáltatást: mozgásszervi betegségek esetén alkalmazva fájdalomcsillapító és izomlazító hatású is. A gyógyiszapot használják bőrgyógyászati, illetve kozmetikai céllal is. Magyarországon öt minősített gyógyiszap található, amelyek között fellelhető tavi, folyóvízi és tőzegiszap is.

SÚLYFÜRDŐ

Dr. Moll Károly reumatológus alkalmazta elsőként a víz alatti hűtőszobás súlyfürdőt az 1950-es években. Módszerének lényege, hogy az izmok ellazulnak a meleg vízben, a gerinc megnyúlik, a porcsérv pedig visszahúzódik. Az elmúlt közel hetven év alatt számos újítás történt ezen a területen: változott a kezeléseik hossza, a súlyok nagysága is, illetve kiderült, hogy meleg gyógyvízben jelentősen megnő a kezelés hatásfoka. A súlyfürdő nem csak a gerinc nyújtására kiváló, de balneo- és hidroterápia is egyben. Alkalmazása orvosi vizsgálathoz kötött, a kezelési idő átlagosan húsz perc, a víz hőfoka 34-35 °C.

KIADJA: Magyar Turisztikai Ügynökség,
Dr. Guller Zoltán vezérigazgató
1027 Budapest, Kacska utca 15–23.
TELEFON: +36 1 488 8700
KIVITELEZTE ÉS SZERKESZTETTE: Brightly Kft.
NYOMDA: CREW Kft.



 csodasmagyarország.hu

 csodasmagyarország

 csodasmagyarország

 **MAGYARORSZÁG**

SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE