

Hydrothérapie (MN)



Définition

Le terme «Hydrothérapie» (du grec «hydro» = eau) regroupe différentes façons d'utiliser l'eau pour prévenir et traiter diverses maladies.

Origine

L'utilisation thérapeutique de l'eau a une longue tradition. De ses voyages en Egypte, Pythagore (570 av. J.-C.) aurait ramené en Grèce le concept de l'utilité des bains froids. Les bains romains utilisaient également des sources thérapeutiques d'eau chaude et d'eau bouillante. Cependant, avec l'effondrement de l'empire romain, la culture du bain perdit de son importance; au Moyen Age, l'église avait même interdit les bains publics. A la fin du Moyen Age, on considérait même que l'eau transmettait les maladies infectieuses.

Au 18e siècle, Siegmund Hahn (1664-1742) et son fils Johann Siegmund Hahn (1696-1773) (les «Wasserhähne», les «robinets», jeu de mot allemand sur le nom «Hahn») ranimèrent l'hydrothérapie moderne. Les méthodes continuèrent à se développer au cours du 19e siècle, grâce au naturopathe Vinzenz Priessnitz (1799-1851), à qui nous devons un grand nombre des applications modernes telles que, par exemple, les compresses froides, entières ou partielles. Le théologien Sebastian Kneipp (1821-1897) est considéré comme son successeur. Aujourd'hui, les procédures développées à cette époque sont utilisées aussi bien dans le cadre de la médecine alternative, par exemple par les masseurs ou les naturopathes, que dans le cadre de la médecine académique pour le traitement de différentes maladies.

Principes

L'eau possède la propriété particulière de conduire la chaleur et le froid et d'exercer une pression sur les corps ou les parties du corps immergés. Lors de l'immersion, l'eau froide provoque une constriction des vaisseaux sanguins et par la suite, lorsque le corps est sorti de l'eau, il réagit par une dilatation de ces vaisseaux et une augmentation de l'irrigation sanguine ce qui stimule la circulation sanguine et améliore l'irrigation. En outre, correctement utilisée, l'eau peut stimuler le métabolisme et avoir un effet positif sur la respiration, le système cardiovasculaire, le système digestif et le système nerveux. On utilise l'eau dans ses trois états physiques: l'état solide (glace), l'état liquide (eau) et l'état gazeux (vapeur).

