

## RHUMATOLOGIE - ARTHROSE - LOMBALGIE

# LEXIQUE DES SOINS THERMAUX

Soins inclus dans la cure thermale conventionnée



Pélothérapie



Douche sous-marine



Douche térébenthinée

### Aérobain

Bain d'eau thermale entre 32 et 36°C parcouru de bulles d'air comprimé. Soins relaxant et drainant.

### Bain d'eau thermale

Bain dans lequel l'eau thermale circule en permanence.

### Cure de boisson

De 1 à 4 verres par jour, selon prescription médicale, l'eau thermale est utilisée pour son action diurétique, laxative et détoxifiante ainsi que pour sa richesse en oligoéléments.

### Douche forte pression en piscine

Jet sous-marin à direction et pression variables effectuant un massage profond des masses musculaires et des articulations. Effets décontractants et antalgiques.

### Douche générale au jet

Jet à pression variable qui procure une tonification posturale. Uniquement à Dax.

### Douche sous-marine

Effectué en baignoire ou en piscine par un agent thermal, ce soin a une action antalgique et décontractante.

### Douche Térébenthinée

Mélange d'eau thermale et de composants issus du pin des Landes, pulvérisé sur la peau à une température entre 40 et 44°C. Soins locaux antalgiques et anti-inflammatoires.

### Étuve locale

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.

### Hydromassage

Bain d'eau thermale entre 32 et 36°C parcouru de nombreux jets d'eau à pression variable. Effets décontractants, tonifiants et drainants.

### Massage

Massage à base de baume thermal (*groupe Thermes Adour*), réalisé par un kinésithérapeute diplômé d'État. Permet un assouplissement des tissus et une réduction des œdèmes.

### Mobilisation en piscine

Dans une piscine d'eau thermale, travail de toutes les articulations par des exercices animés par un kinésithérapeute. Décontractant et améliorant la mobilité articulaire.

### Pélothérapie

Application de boue thermale sur les articulations désignées dans la prescription médicale (à une température entre 41 et 44°C) suivie d'une douche au jet d'eau thermale et, selon les cas, d'une séance de sudation en cabine individuelle qui poursuit l'action vasomotrice de la boue. Effets antalgiques et anti-inflammatoires.