

SADRŽAJ

UVOD.....	1
1. POJAM I ZNAČAJ LEKOVITIH MINERALNIH VODA.....	2
1.1. Nastanak mineralnih voda.....	2
1.2. Istorija primene lekovitih mineralnih voda.....	2
2. VRSTE LEKOVITIH MINERALNIH VODA.....	4
3. ZNAČAJ BALNEOTERAPIJE.....	8
4. UTICAJ LEKOVITIH MINERALNIH VODA NA ZDRAVLJE.....	9
ZAKLJUČAK.....	11
LITERATURA.....	12

UVOD

Termalne, mineralne i termomineralne vode se zbog svojih medicinskih svojstava često nazivaju lekovitim vodama. Sva fizičko-hemijska svojstva, tačnije mineralizaciju i toplotu, one dobijaju u kontaktu sa stenama. Često se formiraju u dubljim slojevima zemlje, bunarima dubine i do dve-tri hiljade metara.

Mineralne vode se od davnina se koriste u raznovrsnim zdravstvenim, preventivnim i rehabilitacionim terapijama. Karakteristike mineralne vode, blagotvorno utiču na ljudski organizam, podstiču opuštanje, regeneraciju i pozitivno deluju na širok spektar različitih oboljenja.

Ono što mineralnu vodu čini secifičnom jesu minerali, tačnije 1 gram ili više rastvorenih mineralnih materija po litru vode. U mineralne vode ubrajaju se i određeni tipovi sa manje od jednog grama rastvorenih minerala po litru, ali su te vode obogaćene povećanim sadržajem gasova. To su takozvane gasne vode, koje se najčešće flaširaju i piju.

Na svom izvoru, mineralne vode moraju biti sastavljene od najmanje jednog grama čvrste materije aktivnih bioloških mikroelemenata ili slobodnih rastvorljivih gasova. Dakle mineralne vode, moraju posedovati određena fizička svojstva od kojih su najvažnije temperatura i mineralizacija.

Banje su značajni izvori lekovite vode pa su pravo mesto za odmor i uživanje, a istovremeno i lečenje različitih zdravstvenih problema.

Nakon kratkog upoznavanja sa mineralnim vodama i mestima gde se najčešće javljaju, u narednom tekstu ćemo se baviti detaljnijom analizom mineralnih voda, koja su to njihova lekovita svojstva i kako utiču na preventive zdravlja.