

# DE HEROPBLOEI VAN DE ZEETHERAPIE

De Knokse geneesheer Dr. P. Geerinckx gelooft onvoorwaardelijk in een hernieuwde belangstelling voor zee-watertherapie (zeg maar watertherapie) en bijgevolg ook in de heroplevering van het kuuroordtoerisme, zij het dan onder moderne vorm.

Diezelfde Dr. Geerinckx betreurt dan ook ten zeerste dat, Oostende, Koningin der Badsteden, haar zee-therapeutisch centrum in het Thermae Palace-complex volledig heeft afgebouwd. Aan imago-verlies op alle vlak ontbreekt het overigens niet in Oostende.

Maar goed, belangrijk is dat de mens terug contact zoekt met het water, bron van alle leven. En men zou dus ziende blind moeten zijn om daar geen aandacht aan te besteden.

We gingen ons dus even verdiepen in de ontstaansgeschiedenis van de watertherapie, de betekenis van de kuuroorden aan onze kust en vroegen ons af vanwaar die hernieuwde belangstelling voor watertherapie vandaan komt.

## Lichamelijke ecologie

Momenteel leven vele Belgen nog in het zogeheten postoorlogstadium. Dat wil zeggen dat ze graag uit gaan eten en dat ze vooral ook veel eten, ze drinken graag

en ook veel, roken veel te veel en geven veel geld uit aan luxe en comfort.

Aan dat postoorlogstadium komt nu echter vrij snel een einde. In de nabije toekomst (nu reeds ten dele) zal iedere mens als vanzelfsprekend investeren in de kwaliteit van zijn leven en bijgevolg ook in de gezondheid van zijn eigen lichaam. Luxe en comfort zullen weliswaar belangrijk blijven als streefdoel maar daarnaast zal er ook geld gespendeerd worden voor de eigen gezondheid. Preventieve geneeskunde heet dit dan.

Binnen die evolutie naar lichamelijke ecologie zal water terug een steeds grotere rol innemen. De therapeutische eigenschappen van water scoren inmiddels en terecht weer zeer hoog.

Bovendien is het zo dat preventieve geneeskunde zeer veel kan voorkomen, gaande van kleine kwaaltjes tot ernstige ziekten.

Water of hydrotherapie zoals dat heet kan in bijzonder veel gevallen worden toegepast. De heilzame werking van water op de menselijke geest en het menselijk lichaam is opmerkelijk.

## Ontstaan van de badcultuur

Aan water, een van de vier oerelemen-

ten, is altijd een heilzame werking toegeschreven. In het Oude Testament vinden we in de zondvloed wel het meest radicale voorbeeld van een waterrijke reiniging. De magie van de «wassing» bestaat echter ook op kleinere schaal. Wassen en baden zijn in het dagelijks leven ook een soort ritme. Behalve als lichamelijke reiniging worden beide ook als geestelijke opfrisser ervaren.

En zo lezen we reeds bij oude schrijvers vermeldingen en gedichten aangaande beroemde badplaatsen en bronnen. In het oude Griekenland, reeds in de vroeg-Homerische tijden, waren badinrichtingen bekend. Deze zogenaamde «pyriai» waarvan de bakermat in Sparta ligt, zijn aanleiding geweest tot beïnvloeding, zowel van de latere prachtige Romeinse badinrichtingen, alsook van de latere Oosterse badvormen, de zogeheten Turkse baden.

Terwijl we relatief weinig weten over de Griekse badinrichtingen, is onze kennis betreffende de oude Romeinse badinrichtingen niet gering. Hetgeen nu overgebleven is, illustreert onweerlegbaar de pracht en praal van deze uiterst luxueuze badinrichtingen van destijds. De meeste badinstellingen hadden verschillende onderafdelingen waar men zich naast het baden ook kon laten wassen, masseren of in-oliën.



In de Romeinse tijd bestonden er bovendien reeds thermale instituten. Men behandelde er aandoeningen van de maag, darmen, lever, evenals jicht en reuma. Zelfs steriliteit werd er behandeld. Behalve de gewone drinkkuren van het minerale water werden er ook kruidenaftreksels toegediend en verschillende soorten baden toegepast. Verder werden er ook inhalaties gedaan van minerale dampen en was ook het heilzame gebruik van slijkbaden bekend. Alles bijeen mogen we dus zeggen dat de oorsprong van alle hedendaagse bekende hydrotherapeutische gebruiken terug te voeren zijn tot de Romeinse tijd en zelfs vroeger. Naast de badgenoegegens echter, werden in de luxueuze Romeinse badplaatsen, waarvan Baiae de meest prominente was, ook andere genoegegens nagestreefd. Seneca noemt Baiae een plaats van verderf en zegt: «de wijze zal niet naar Baiae gaan, omdat daar de verblijfplaats is van de ondeugd». Baiae zou evenwel gedurende vijf eeuwen de meest bekende en meest bezochte badplaats en stad van genoegen en ondeugd blijven.

In de Romeinse tijd werd dus de basis gelegd voor de Westeuropese badcultuur. Hoewel deze gedurende de middeleeuwen sterk aan verval onderhevig was verdween ze niet echt. Slechts de imposante badhuizen vervielen. In de middeleeuwen stelde men zich tevreden met houten optrekjes voor het baden, of met een badruimte in een herberg. Het badhuis zoals de Romeinen dat specifiek voor dat doel bouwden verdween. Het beginpunt van de moderne badcultuur ligt in de late middeleeuwen. Toen ontstond in Midden-Europa een hernieuwde belangstelling voor de geneeskrachtige werking van bronwater. De eerste poging tot de analyse van de verschillende soorten bronwater werd gedaan door Theophrastus Bombastus Paracelsus, een zestiende-eeuwse medicus.

Zo werd ontdekt dat niet slechts het baden heilzaam was, maar ook het drinken van bronwater.

Uit de combinatie van baden en drinken ontstonden in Europa de kuuroorden zoals Pyrmont, Schlangenbad, Brückenau, Spa en Bath die geleidelijk zouden uitgroeien tot aangename pleisterplaatsen voor de adel van weleer. Het waren neutrale ontmoetingsplaatsen, waar het laatste nieuws en de belangrijkste informatie konden worden uitgewisseld. Om het verblijf te veraangename werden deze plaatsen uitgebreid met voorzieningen ten behoeve van ontspanning en vermaak. Deze combinatie van gezondheid en ontspanning (tegenwoordig in één woord: recreatie) is sindsdien het kenmerk bij uitstek van de badplaats. Met name de Duitse kuuroorden zagen er zeer imposant uit.

Een ongeëvenaard hoogtepunt in de historie van de badplaatsencultuur vorm-



*Kuurgasten omstreeks 1895 in Oostende.*

*Toch slaagde men er nooit in om een hydrotherapeutisch centrum aan onze kust uit te bouwen. Pas later slaagde men daar wel in met het Thalassacentrum te Knokke.*

de het Engelse Bath gedurende de achttiende eeuw.

Enkele decennia lang was deze badplaats, die ook in de geschiedenis van architectuur en stedenbouw een prominente plaats inneemt, het trefpunt van de gegoede klasse. Na Londen was Bath het belangrijkste cultuurcentrum van het land. Het succes van Bath was mede aanleiding tot de creatie van een groot aantal nieuwe badplaatsen.

## Baden in zeewater

In de vroege oudheid had de mens veel schrik van de zee. Deze onstuimige vloeibare vlakte waarin de blik als het ware verloren ging boezemde angst in. De zee werd gezien als een totaal ontembaar element, de grens als het ware van de schepping. Vandaar dat de badplaatsen die heel oud zijn nimmer aan zee waren gelegen en dat baden in zeewater op zijn minst een opzienbarende ontdekking was.

Het was in een medische verhandeling over Scarborough, aan de Engelse oostkust dat voor het eerst gewag werd gemaakt van de mogelijkheid om ook in zee te baden.

In Groot-Brittannië was de ontwikkeling van het kuren in de achttiende eeuw afgeweken van de ontwikkeling op het Europese vasteland. Hoewel ook hier de drinkkuur in de mode was geraakt bleef ook het baden in mineraalwater belangrijk.

Eerder dan elders kwam men in Scarborough, een aan zee gelegen bronnenplaats, dan ook op de gedachte dat één

soort mineraalwater in overvloed aanwezig was, namelijk zeewater.

In 1667 had een zekere Dr. Wittie reeds een boek gepubliceerd, waarin het inwendig gebruik van zeewater ter bestrijding van allerlei ziekten werd aanbevolen. Vanaf dat moment werden regelmatig de kwaliteiten van het zeewater besproken. In 1702 verscheen een publicatie van de hand van Sir John Foyler en Edward Baynard waarin zij uiteenzetten dat zeewater geschikt was voor het bestrijden van astma, kanker, doofheid, reumatiek, krankzinnigheid, hernia, tering en zenuwachtigheid.

Ook voor mensen die teveel aten werd zeewater gezien als een middel dat kon helpen. Het zoute water was vooral ook een heftig pugeermiddel en tot ver in de negentiende eeuw dronk men het lang de kust om de darmen schoon te spoelen en daarmee de ergste verschijnselen van overconsumptie.

Iets later nog ontdekte men de heilzame werking van zeewater op klierziekten. Met de opkomst van de badplaats Brighton werden kuren en ontspanning aan zee een ware must.

Het water en jodiumrijke lucht waren gezond, de ontspanning was een aanvullen de noodzaak.

Het zeebad in zijn georganiseerde vorm en met therapeutische betekenis vond aan de continentale Noordzeekust zijn eerste toepassing in Oostende. Oostende, in tegenstelling tot de meeste nederzettingen aan zee was geen dorp, maar een stad. Een versterkte stad nog wel met een haven.

Tijdens het Oostenrijks bewind onder Jozef II vertoefde er een omvangrijke Britse kolonie binnen deze stad. Het waren leden van deze kolonie, die naar het voorbeeld van de zeebadinrichtingen in Brighton en Margate omstreeks 1780 een deel van het strand voor Oostende van de voor een zeebad noodzakelijke uitrustingen voorzagen.

Het zeebad zelf werd nauwkeurig bepaald door een arts. Deze schreef de lengte van het dagelijks bad en van de kuur aan de badgasten voor, afhankelijk van de kwalen waaraan de patient leed en van zijn lichamelijke en geestelijke constitutie. Het baden was in de begintijd voor velen nog een beangstigende en avontuurlijke onderneming. Niet alle badgasten stortten zich roekeloos in de golven. Velen moesten de eerste keer over de drempel worden geholpen door de badknecht of badvrouw. Deze bekwaamden zich in het onderdompelen van angstige mensen. Het liefst moest er zo vroeg mogelijk worden gebaad, om zes uur 's morgens. Hoe krachtiger de golfslag was des te werkzamer zou het bad zijn.

Door de trend van de zeebaden werd het klassieke badhuis naar de tweede plaats verschoven. Het buitenbad werd immers vanaf het midden van de negentiende eeuw door de artsen gesprezen om zijn klimatologische kwaliteiten.

Niettemin werden toch de nodige voorzieningen getroffen voor binnenbaden met warm water. De eerste binnenbaden werden in Oostende in 1841 in het houten Pavillon Warrinier en in Blankenberghe in 1864 in het Hotel des Bains et des Familles geopend.

De therapeutische kracht van water en meer bepaald zeewater bleef in hoofdzaak gesitueerd in zee zelf. Nooit slaagde men er aan onze kust echt in om een hydrotherapeutische centrum uit te bouwen. Het in 1933 te Oostende geopende Thermaal Paleis was dan ook van meetaf aan gedoemd te mislukken.

## Gezondheid uit het water

De strijd tussen de twee wereldoorlogen in was absoluut niet geschikt voor de werking van een hydrotherapeutisch instituut aan onze kust. Iedereen wilde verter en vermaak. Gezondheid door de zeelucht en het zeewater waren best welkom maar extra geld was daarvoor niet voorhanden.

Ook de periode van de heropbouw na de tweede wereldoorlog was niet geschikt. Een langzame mentaliteitsverandering zal ons evenwel zeer binnenkort duidelijk maken dat er aan onze kust wel degelijk plaats is de toepassing van hydrotherapie. Van jaar op jaar boekt het Thalasso-centrum in Knokke meer succes. En daar is die huidige mentaliteits-



verandering zeker niet vreemd. Water als de bron van tegelijk gezondheid en ontspanning vinden we dan ook niet zonder reden terug in de succesrijke vakantieformules van Center Parks en Park Atlantis aan onze kust.

Ook de medische wereld is zich intussen meer gaan toeleggen op de studie van ziektepreventie. Medikatie en te vlugge of zelfs overbodige chirurgische ingrepen worden meer dan ooit te vraag gesteld. Precies vanuit die medische wereld wordt er gewezen op de talloze toepassingsmogelijkheden van hydrotherapie.

*Geneeskunde is nog altijd voor het overgrote merendeel gericht op het curatieve, op genezen en oplappen. Preventie is nagenoeg onbestaande en wordt blijkbaar opzettelijk verwaarloosd. Er worden miljarden en miljarden uitgegeven aan chirurgische ingrepen en medicamenten.*

*Gezondheidsvoorlichting en alternatieve (dus minder dure) geneeskunde blijven zo goed als marginaal.*

«Baden in zee is niet alleen een koud maar ook een geneeskrachtig bad nemen»

Het gebruik van de zee als therapeutisch middel dateert reeds uit de 17de eeuw. In 1667 adviseerde ene dokter Robert Wittie ook aan jichtlijders om te gaan baden bij Scarborough. Deze badplaats heeft de geleidelijke overgang van het traditionele kuren naar het benutten van de heilzame werking van de zee mogelijk

gemaakt. Uit de flank van een klif aan het strand ontspringt daar namelijk een minerale bron, die minstens vanaf het jaar 1627 kuurgasten aantrekt. Omdat er zeewater in binnendringt, heeft de bron van deze badplaats een ziltige smaak. Er werd een zuiverende en purgerende werking aan toegekend.

De toepassing van het drinken van zeewater en tevens baden in zee lijdt tot verrassende genezingen aldus Britse medic uit die tijd.

Een doktersvoorschrift uit die tijd luidde zo: «De patiënt moet dagelijks een keer in zee baden, 's ochtens een halve pint zeewater drinken en als hij zijn bad genomen heeft een volledige pint zeewater. Zo nodig laat hij zich inwrijven met algen die vers aangespoeld zijn en neemt hij een douche van koud zeewater dat eerst is verwarmd».

Toepassingen van hydrotherapie zijn ondermeer aan onze kust mogelijk in het Thalasso-instituut te Knokke-Heist.

En ook in het Sea Tonus kuurcentrum in het Grand Hotel op het Van Buinenplein 4 eveneens te Knokke-Heist. Telefoon: (050) 60 77 37.

c.w

Helaas, het zeewater is al lang niet meer wat het vroeger was.

De nog steeds toenemende vervuiling maakt het zeewater in zijn natuurlijke omgeving niet meer geschikt om in te kuren.