

## بررسی و تحلیل توسعه گردشگری در استان سمنان با تأکید بر مجتمع آب درمانی (آبگرم مهدیشهر)

حیدر لطفی<sup>۱</sup> مهدی معماری<sup>۲\*</sup> عارفه باقری<sup>۳</sup>

۱. عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار، ایران

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد برنامه ریزی گردشگری فضایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار، ایران

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد برنامه ریزی گردشگری فضایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار، ایران

### چکیده:

استفاده از آب، در موارد درمانی و رفع خستگی در انسان ها و به دست آوردن آرامش جسمی و روحی، قدمتی معادل قدمت زندگی بشر دارد. در عصر حاضر عواملی چون رشد جمعیت، شهرنشینی فزاینده و مشکلات زندگی شهری و در نتیجه، انواع بیماری های عصبی و روانی در بین شهرنشینان، رشد ارتباطات و فن آوری و رشد و توسعه حمل و نقل و افزایش اوقات فراغت و همچنین افزایش درآمدها، همه و همه زمینه را برای سیر و سفر و گردشگری افراد فراهم کرده است. گردشگری در اشکال مختلفی انجام می شود که یک نوع آن اکوتوریسم و توریسم درمانی است. توریسم آب درمانی در بسیاری از کشورها نقش مهمی در ارزآوری دارد؛ اما در ایران این صنعت جایگاه خود را بازنیافته و گام های نخستین را طی می کند. در ایران، بخصوص استان سمنان، دارای چشمه های آب معدنی فراوانی است. که هر کدام دارای خواص درمانی متفاوتی هستند. و قابلیت های بالایی در جذب افراد، از گوشه و کنار این مرز و بوم را دارند. منطقه آبگرم در قسمت غربی شهرستان مهدیشهر و در دل رشته کوه های جنوبی البرز قرار گرفته و با بهره گیری از چشمه های آب گرم متعدد و فاصله کم، یکی از مناطق جذب توریسم آب درمانی مهدیشهر است، که دارای پتانسیل بالایی برای توسعه از طریق گردشگری، به ویژه اکوتوریسم می باشد. هدف کلی این مقاله، شناسایی این منطقه در استان سمنان است که خواص این آب و توان های بالقوه آن در زمینه برنامه ریزی توسعه گردشگری با تأکید بر مجتمع آب درمانی در استان سمنان مورد بررسی قرار گرفته است که روش تحقیق به صورت توصیفی - پیمایشی بوده و از روش کتابخانه ای با استفاده از منابع معتبر موجود و با حضور در محیط مورد تحقیق، به جمع آوری اطلاعات پرداخته ایم. نتایج به دست آمده، نشان داد، از بیماری هایی که با آب درمانی چشمه های آبگرم مداوا می شوند، می توان به: روماتیسم، نقرس، ریزش موی سر، ضعف اعصاب، انواع بیماری های پوستی، دیسک کمر، آرتروز، دردهای مزمن ستون فقرات، انواع دمل ها و زخم های عفونی، میگرن ها و بیماری های دیگر و بطور کلی، پاکسازی عمیق جسم از تمام سموم، اشاره نمود. همچنین در زمینه گردشگری چنانچه سرمایه گذاری مناسبی برای رفاه حال گردشگران انجام پذیرد، و مدیریت برنامه ریزی توسعه گردشگری نیز جدی گرفته شود، علاوه بر داشتن منافع اقتصادی، موجب ایجاد زمینه های شغلی فراوانی می شود.

**واژگان کلیدی:** ژئوتوریسم، آب درمانی، اکوتوریسم، چشمه ی آبگرم، سمنان

**مقدمه :**

گردشگری امروزه به عنوان یکی از مهمترین و پویاترین فعالیت‌ها در جهان مطرح است، به طوری که شمار گردشگران خارجی و داخلی و میزان درآمدزایی آن در سطح جهانی پیوسته در حال افزایش است. در عصر حاضر عواملی چون رشد جمعیت، شهرنشینی فزاینده و مشکلات زندگی شهری و در نتیجه انواع بیماری‌های عصبی و روانی در بین شهرنشینان، رشد ارتباطات و فن‌آوری و رشد و توسعه حمل و نقل و افزایش اوقات فراغت و همچنین افزایش درآمدها، همه و همه زمینه را برای سیر و سفر و گردشگری افراد فراهم کرده است. گردشگری در اشکال مختلفی انجام می‌شود که یک نوع آن اکوتوریسم و توریسم درمانی است. توریسم آب درمانی در بسیاری از کشورها نقش مهمی در ارز آوری دارد، اما در ایران این صنعت جایگاه خود را بازیافته و گامهای نخستین را طی می‌کند. چشمه به عنوان یک منبع آب برای روستا و حتی شهر و نیز به عنوان یک منبع شفا دهنده در فرهنگ کشور ما جایگاه خاصی دارد. و شناخت این منبع ثروت از نظر کشاورزی، توریستی، درمانی و آشامیدنی می‌تواند در برنامه‌ریزی توسعه و اشتغال، دارای اهمیت زیادی باشد.

خداوندی که آب را آفرید و آن را مایع حیات قرار داد و حتی انسان را نیز از گل، که امتزاجی از آب و خاک می‌باشد، آفرید. و هر جا که آب است، آبادانی هم هست. و زندگی و نشاط هم هست. و تمام آفریده‌های هستی به آب نیاز دارند و حتی خون که مایه اصلی حیات است نیز ۷۰٪ از آب است و ۳۰٪ از املاح گوناگون میباشد و این آب برای درمان بیماری‌ها هم بسیار مفید است. زیرا در داروهای شیمیایی اعم از قرص‌ها، کپسول‌ها، سرم‌ها، آمپول‌ها به نوعی از ترکیبات آب استفاده شده‌است و گیاهان گوناگونی که خواص دارویی دارند، اساس آنان از آب است و همچنین سایر مکاتب درمانی (گل درمانی، لجن درمانی، گیاه درمانی و...) نیز محتاج به آب هستند. (نقوی پور، ۱۳۸۴)

گردشگری درمانی و بهداشتی، امروز از رو به رشدترین صنایع گردشگری جهان به شمار می‌رود که باعث شده سازمان‌های دست اندرکار در کشورهای علاقمند به توسعه گردشگری، توجه بیشتری به این بخش از صنعت توریسم نمایند و برای آن برنامه ریزی نمایند.

در حال حاضر بسیاری از کشورهای آسیایی با توجه به مزایای این صنعت، به فراهم کردن زمینه‌های مورد نیاز این مقوله روی آورده‌اند. چرا که می‌توانند با برنامه ریزی دقیق، منسجم و اجرایی، درآمدی چندین برابر نفت را برای کشورشان به دست آورند.

کشور ایران بخصوص استان سمنان، علی‌رغم غنا و تنوع در زمینه‌های فرهنگ، تمدن، تنوع زیست محیطی و آداب و رسوم گسترده و کهن، جایگاه و سهم متناسب خود را در صنعت گردشگری سلامت یا توریسم آب درمانی کسب نکرده است.

طبق آمار موجود، تقریباً در تمام استان‌های کشور آب گرم‌های طبیعی وجود دارند که هرکدام از آن‌ها خواص درمانی بخصوصی دارند و مناطقی جذاب برای گردشگران محسوب می‌گردند. از آنجایی که

این جاذبه‌ها اغلب در مناطق کمتر توسعه یافته در سطح کشور قرار گرفته‌اند، تجهیز آن‌ها به مراکز درمانی استاندارد، علاوه بر مرتفع ساختن نیازهای درمانی مردم این مناطق، فرصت‌های اشتغال‌زایی مناسبی را برای بومیان آن بخش‌ها به وجود می‌آورد و حضور گردشگران داخلی و خارجی در این مناطق که به منظور درمان و در عین حال استفاده از جاذبه‌های گردشگری به آن مناطق سفر می‌کنند، زمینه رونق اقتصادی را در این بخش‌ها فراهم می‌کند.

در این پژوهش به شناسایی یکی از این چشمه‌ها در استان پرداخته شده و چشمه آب گرم سمنان مورد بحث و بررسی قرار گرفته، تا این استان را در زمینه اکوتوریسم و جذب توریسم آب درمانی بیشتر به مردم معرفی کرده و زمینه صنعت توریسم را فراهم نماید. امید است با برنامه ریزی صحیح، همگی شاهد پیشرفت طرح‌ها و صنعت گردشگری سلامت در استان سمنان باشیم، تا جمعیت بیشتری را با اهداف آب درمانی به این استان جذب نماییم.

### مفاهیم و تعاریف گردشگری

لغت گردشگری (tourism) از کلمه tour به معنای «گشتن» اخذ شده که ریشه در لغت لاتین turns به معنای دور زدن، رفت و برگشت بین مبدأ و مقصد. توریسم به طور کلی به عنوان مسافرت تفریحی در نظر گرفته می‌شود. هر چند که در سال‌های اخیر شامل هرگونه مسافرتی می‌شود که شخص به واسطه آن از محیط کار یا زندگی خود خارج شود. (www.tebyan.net)

گردشگری معادل فارسی واژه Tourism در زبان‌های انگلیسی، فرانسه و آلمانی است که به صورت مصطلح در زبان فارسی به صورت جهانگردی ترجمه شده است. ریشه‌ی این واژه از اصطلاح Tourism یونانی ولاتین گرفته شده که یکی از معانی آن گردش کردن و یا گشتن است و با پسوند ism به صورت اسم مصدر توریسم یا گردشگری در آمده است. اصطلاح توریست از قرن نوزدهم معمول شده است. در آن زمان اشراف زادگان فرانسه می‌بایست برای تکمیل تحصیلات و کسب تجربه‌های لازم زندگی، اقدام به مسافرت می‌نمودند. این جوانان در آن زمان توریست نامیده می‌شدند. و بعدها این اصطلاح، در مورد کسانی به کار می‌رفت که برای سرگرمی، وقت‌گذرانی و گردش به فرانسه سفر می‌کردند. (جغرافیای ۱، سال دوم آموزش متوسطه ۱۳۹۱)

### برنامه ریزی توریسم

برنامه‌ریزی از جمله ضروریات در هر فعالیتی است. در جهانگردی نیز انواع برنامه‌ریزی‌ها می‌تواند صورت بگیرد. برنامه‌ریزی زیربنایی به منظور ساخت و راه‌اندازی جاده‌ها به فرودگاه‌ها و ... ، برنامه‌ریزی اجتماعی به منظور گسترش خدمات اجتماعی نظیر: بهداشت عمومی، برنامه‌ریزی فرهنگی جهت ارائه دستاوردهای فرهنگی و هنری، برنامه‌ریزی امنیتی و ایمن‌سازی برای افزایش ضریب امنیت و احساس امنیت

در جامعه، برنامه‌ریزی اقتصادی جهت رشد و توسعه اقتصادی، که گردشگری می‌تواند محور با یکی از بخش‌های تابعه آن باشد.

برنامه‌ریزی و توسعه منابع انسانی «روشی منظم برای اطمینان یافتن از این که در زمان مناسب افرادی مناسب در پست‌های مناسب قرار بگیرند، تعریف می‌شود. در اجرای برنامه‌ها باید از افراد کارآمد و متخصص حوزه‌های مربوطه، نظیر: معماران، مهندسان راه و ساختمان، کارشناسان مرمت و باستان‌شناسی، کارشناسان هنری، متخصصان بازاریابی، متخصصان محیط زیست، جامعه‌شناسان و ... استفاده نمود. و حتی می‌توان از کمک سازمان‌های بین‌المللی نظیر سازمان جهانی جهانگردی نیز بهره‌مند شد. در برنامه‌ریزی جهانگردی به صورتی بسیار گسترده از عبارت‌های برنامه جامع<sup>۱</sup> برنامه کلان<sup>۲</sup> استفاده می‌شود. به طور کلی، برنامه جامع، بیانگر یک برنامه استراتژیک است که در آن همه جنبه‌های توسعه جهانگردی مانند انسانی، اثرات جهانگردی بر محیط زیست و اثراتی که این پدیده بر جنبه‌های فرهنگی و اجتماعی جامعه می‌گذارد، مورد توجه قرار می‌گیرد.» (چاک‌وای، ۱۳۸۵: ۳۹۵-۴۱۶)

برنامه‌ریزی‌ها در سطوح ملی، محلی و برنامه‌ریزی در مقصد انجام می‌گیرد.

«با دیدگاه تعاملی، برنامه‌ریزی دقیق و نظارتی و کار تبلیغی فرهنگی، می‌توان هم از فرهنگ بومی پاسداری کرد و هم، صنعت گردشگری را رونق بخشید.» (پاپلی یزدی، ۱۳۸۵: ۱۰۱)

«نکته مهم در برنامه‌ریزی بر اساس حدود تغییرات قابل قبول آن است که برنامه‌ریزان باید منافع ذی‌نفعان گردشگری را در منطقه در نظر بگیرند و به گونه‌ای تغییرات را انجام دهند که حتی‌المقدور، رضایت نسبی همگان جلب شود.» (الوانی، ۱۳۸۵: ۱۱۱)

### مدیریت برنامه ریزی توریسم

برنامه ریزی، یکی از مهمترین وظایف مدیریت است. چه در سطح مدیران عالی و چه در سطح مدیران اجرایی و چه در میان کارکنان مؤسسات. یک برنامه ریزی دقیق و حساب شده می‌تواند در بالا بردن بهره‌وری و کارایی کارکنان و نیز ارتقاء بهره‌وری سازمانها و با ساده کردن روش‌های کار، سبب خوشحالی کارکنان و افزایش انگیزه‌شان برای کار بهتر، نقش بسیار موثری داشته باشد. ([barname007.blogfa.com](http://barname007.blogfa.com))

برای دستیابی به موفقیت در مدیریت و توسعه جهانگردی، برنامه‌ریزی گردشگری در تمام سطوح ضروری است. تجربه بسیاری از مناطق گردشگری در دنیا در درازمدت نشان داده‌است که روش برنامه‌ریزی شده برای توسعه گردشگری می‌تواند بدون ایجاد مشکلاتی مهم، فوایدی به همراه آورد. و بازارهای گردشگری رضایت بخشی را حفظ کند. مکان‌هایی که در آنها گردشگری، بدون برنامه ریزی توسعه می‌یابد، اغلب دچار مشکلات اجتماعی و محیطی می‌شوند. سیاست فرهنگی مملکت، محتاج

<sup>۱</sup>- comprehensive

<sup>۲</sup>- master plan

برنامه ریزی‌های دامنه‌دار، سرمایه‌گذاری‌های بزرگ و دراز مدت، پژوهش‌های متنوع و طولانی است. (tourismroham.com)

### جایگاه نقش برنامه ریزی در توریسم

برنامه ریزی در زندگی روزانه هر انسانی نجاتبخش موجودی است که در حصار مسائل و مشکلات زندگی محاصره شده‌است. فقط با برنامه ریزی و تعیین اهداف موردنظر و روشهای دستیابی به آنها در زمان مشخصی اعم از کوتاه مدت می‌توان در جهتی صحیح حرکت نمود. برنامه ریزی، اصولاً، یک نگرش و راه زندگی است، که متضمن تعهد به عمل بر مبنای اندیشه و تفکر آینده‌نگر تصمیم قاطع در اجرای امور منظم و مداوم بوده و بخشی انفکاک ناپذیر حرکت انسان در طول سال محسوب می‌گردد و برنامه‌ریزی در سازمانها رکن اساسی هرگونه اقدام و حرکتی می‌باشد و عاملی است برای تبدیل به نتایجی که پیش‌بینی شده‌است.

با گسترش مراکز شهری و رشد پدیده شهرنشینی، اشتیاق به سیاحت و سیر و سفر افزون شده‌است. به طوری که مشتاقان این امر با عنوان گردشگر در اقصی نقاط کره زمین امر گذران اوقات فراغت را تکامل بخشیده‌اند. بدین لحاظ توجه به ماهیت گردشگری و پیامدهای ناشی از آن، لزوم تحقیق و مطالعه را در این موضوع بر مجامع علمی جهان آشکار کرده‌است. ( تقوایی و همکاران، ۱۳۸۸: ۶۲-۴۵ )

### اهمیت گردشگری در جهان

صنعت گردشگری یکی از بزرگترین و پربازده‌ترین فعالیتهای اقتصادی در دنیا است که بالاترین میزان ارزش افزوده را ایجاد می‌کند. و بطور مستقیم و غیر مستقیم، سایر فعالیتهای اقتصادی و فرهنگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. گردشگری یکی از منابع عمده درآمدزایی و ایجاد اشتغال در جهان به‌شمار می‌آید. به طوری که بسیاری، از آن به عنوان صنعت اول دنیا یاد می‌کنند. بسیاری از کشورها همچون اسپانیا، فرانسه و ایتالیا بخش اعظمی از درآمد ارزی خود را از طریق گردشگری به دست می‌آورند. گرچه گردشگری به تنهایی نمی‌تواند منجر به توسعه کشور شود. ولی با ورود گردشگر، به تدریج نیاز به تغییر و ایجاد امکانات برای اقامت، جابجایی و سایر فعالیتهای مربوطه، توسعه را نیز در پی خواهد داشت. و در درازمدت باعث افزایش امکانات و تأسیسات خواهد شد.

گردشگری در جهان به همراه آغاز مدرنیته شکل گرفت. مدرنیته اشکال مختلف زندگی را تنها بر پایه قابلیت‌های آنها در تولید منافی که توسط افراد مصرف می‌شوند، مورد ارزیابی قرار داده و با مفاهیمی همچون همواره به پیش رفتن و کنار گذاردن کهنه، نگرش تازه انسان را به جهان و به خویش سبب گردید. و بدین گونه با پیدایش بُعد تازه‌ای از دگرگونی دائمی، انهدام رسوم و فرهنگ سنتی را در صحنه‌ی زندگی اجتماعی رقم زد. روند توسعه گردشگری در چارچوب اقتصاد سرمایه‌داری با افزایش نوآوری‌های تکنولوژیکی و مدیریتی همراه با سیر تحول اجتماعی ناشی از آنها، در میل به مصرف اوقات فراغت بیشتر در

مدرنیته متأخر<sup>۱</sup>، ابعاد دیگری به خود گرفت. تولید انبوه که در این دوره در چارچوب فوردیسم<sup>۲</sup> شکل گرفت، نشان از یک روند دگرگون کننده داشت. در این شیوه، تولید انبوه کالا به یک هنجار بدل شد. و تولید استاندارد شده، تولید محصول با استفاده از فرآیندهای گروهی (سیستم خط تولید انبوه)، تولید به مقدار بسیار زیاد و بهره گیری از الگوی یکسان (یخچال، لباسشویی، تلویزیون و غیره) در عرصه هایی مانند: مهندسی، کالاهای الکترونیکی و اتومبیل، یک مشخصه بارز به حساب می آمد. در سال های اخیر، گردشگری به عنوان صنعت بدون دود، منبع درآمد سرشار در تجارت جهانی و عنصر مهمی در بهبود و تنظیم موازنه بازرگانی و تراز پرداخت های بسیاری از کشورها شده است. رشد قابل توجه و چشمگیر گردشگری در پنجاه سال اخیر نشان دهنده اهمیت فراوان اقتصادی و اجتماعی این پدیده است. گردشگری در تولید ناخالص ملی نقش مهمی ایفا می کند. «تراز پرداخت ها، که نشان دهنده معاملات بین المللی هر کشور است را، متوازن می سازد. لوئیس ترنر گردشگری را امیدبخش ترین و پیچیده ترین صنعتی می داند که جهان سوم با آن روبرو است. و معتقد است گردشگری بیشترین قابلیت را برای جانشینی دیگر صنایع درآمدزا دارد.» توسعه گردشگری موجب رونق اقتصادی و کاهش فقر می شود. همچنین تأثیر به سزایی در افزایش درآمد و کاهش بیکاری و در نتیجه، افزایش رفاه اجتماعی دارد.

علاوه بر آن گردشگری عاملی است برای گفتگوی بین فرهنگ ها و تمدن ها و از نظر سیاسی نیز، روابط بین ملل و دول را متعادل تر و نزدیک تر می سازد (tourismroham.com).

در این میان گردشگری در عصر حاضر، نه به عنوان یک مسافرت، سیاحت، تفریح و ... بلکه به یک فعالیت عظیم اقتصادی بدل گشته است. به طوری که در سال ۲۰۰۰ تعداد کل گردشگران در دنیا، بالغ بر ۷۰۲ میلیون نفر بوده که از طریق مسافرت این تعداد نفر به نقاط مختلف جهان حدود ۶۲۱ میلیارد دلار وارد چرخه اقتصادی جهان گردیده است. پیش بینی ها حاکی از آن است که تا سال ۲۰۱۰ میلادی این صنعت به مبلغ غیر قابل باور ۱۵ تریلیون دلار در سال دست خواهد یافت. آنچه در این مقوله از اهمیت اساسی برخوردار است، آن است که گردشگری با تمامی انواع و اشکالش در حال تبدیل به فعالیت اقتصادی پیشتاز جهان در ربع اول قرن ۲۱ و مهم ترین و سودآورترین تجارت جهان است (بر گرفته از سایت [touristy.blogfa.com](http://touristy.blogfa.com)).

مهم ترین مناطق گردشگری دنیا را می توان، آسیا، اروپا و حوزه دریای مدیترانه و آمریکا و کانادا به حساب آورد. (جغرافیای ۱، سال دوم آموزش متوسطه ۱۳۹۱)

<sup>۱</sup>-Late Modernity

<sup>۲</sup>Fordism





نقشه شماره ۱: نقشه جهان <http://google.map.com>

## اهمیت گردشگری در ایران

کشور ایران که دارای توانایی‌های بالقوه عظیمی در زمینه‌های زیست محیطی، تاریخی، میراث فرهنگی و غیره است، نمی‌تواند و نباید به دلیل مسائل سیاسی و نگرانی‌های فرهنگی - اجتماعی خود را از این جریان اقتصادی دور نگه دارد و از سوی دیگر بازار بین‌المللی گردشگری نیز نمی‌تواند از جاذبه‌های ایران برای گردشگری چشم‌پوشی کند. عدم موفقیت ایران در جذب گردشگران و توسعه گردشگری دلایل متعددی دارد.

برای افزایش گردشگران، تنها نمی‌توان به اقتصاددانان دل بست، راه حل در واقع در دستان دولت و برنامه‌ریزان است چرا که آنان اگر نخواهند و تمایلی به گسترش توریسم و جذب گردشگر نداشته باشند، جاذبه‌های تاریخی، طبیعی و فرهنگی، به تنهایی نمی‌تواند کار ساز باشد. از سوی دیگر تجربه و فرهنگ مردم نیز بی‌تأثیر نیست. گاه پیش می‌آید که دولت می‌خواهد ولی مردم و مراکزی که با توریست‌ها در ارتباط هستند، تجربه لازم را ندارند و یا آموزش‌های مناسب را ندیده‌اند و لذا چگونگی برخورد با گردشگر و ارائه خدمات به او را نمی‌دانند. ایران از لحاظ اقلیمی و تنوع جانوری یک کشور شبه قاره‌ای است. و بنابر گفته رئیس سازمان جهانی جهانگردی جزء ۵ کشور اول دارای بیشترین جاذبه‌های زیستی و جانوری در دنیا است. همچنین یکی از سه قطب برتر بر صنایع دستی در دنیا است؛ سفالگری، شیشه‌گری، قلم‌زنی، مشبک‌کاری، حکاکی بر روی فلزات، میناکاری، خاتم‌سازی، معرق‌کاری، منبت‌کاری، قالی‌بافی، نمدمالی و... ایران، معجونی از گوناگونی فرهنگی، زبانی، قومی، زیست محیطی و اقلیمی است. همچنین از لحاظ آثار تاریخی و میراث فرهنگی جزء ده کشور اول دنیا محسوب می‌شود. (یعقوب زاده، ۱۳۸۳)

ایران باید سعی نماید علاقه مردمان جهان به حضور در کنار مردم ایران و مشاهده و مطالعه آداب و رسوم و رفتار آنان را جلب نماید. و این امر از طریق برنامه‌ریزی جهت یک مطالعه جامعه گردشگری که همه ابعاد اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی گردشگری را واکاوی نماید، میسر می‌باشد. تدوین شیوه‌های

حمایتی اجرایی، سرمایه‌گذاری و اختصاص تسهیلات بیشتر برای هتل‌ها، شرکت‌های هواپیمایی، فرودگاه و ... تبلیغ و اشاعه جاذبه‌های گردشگری از طریق اینترنت، فیلم، بروشور، مقاله، نمایشگاه و غیره می‌تواند مفید باشد. (tourismroham.com)



نقشه شماره ۲: نقشه ایران <http://google.map.com>

### قابلیت گردشگری در سمنان

استان سمنان علاوه بر برخورداری از جاذبه‌های تاریخی، طبیعی و معنوی گردشگری، قابلیت‌های لازم برای رشد و گسترش اکوتوریسم و ژنوتوریسم را نیز دارد. موقعیت استان سمنان در حاشیه جنوبی البرز مرکزی و بهره‌مندی از مواهب طبیعی مانند جنگل، کوهستان، همجواری با دشت کویر و ... فرصت مناسبی را برای بهره‌گیری از اقلیم چهار فصل به صورت همزمان ایجاد کرده است. در فصل زمستان به علت وجود موهبت برف در مناطق شمالی و تابش مناسب خورشید در مناطق جنوبی استان، شرایط لازم برای جذب گردشگری فراهم است. طبیعت بکر و دست‌نخورده و زیبای استان سمنان، به تنهایی در شهرستان‌های این استان نیز جالب توجه است. به طوری که با سفر به شهر سمنان و سپس به «شهمیرزاد و مهدیشهر» می‌توان تجربه دو آب و هوای متفاوت را با طی کمتر از ۲۰ کیلومتر داشت.





نقشه شماره ۳: نقشه استان سمنان

منبع: <http://google.map.com>

### گردشگری تندرستی<sup>۱</sup>

این نوع از گردشگری یکی دیگر از اشکال توریسم است که مسافرت توریست به دهکده های سلامت و مناطق دارای چشمه های آب معدنی و آب گرم، اشاره می کند. در این نوع سفر توریست برای رهایی از تنش های زندگی روزمره و تجدید قوای بدون مداخله و نظارت پزشکی راهی سفر می شود. معمولا این توریست ها بیماری جسمی مشخصی ندارند و بیشتر در پی بهره مندی از طبیعت شفا بخش مناطق دیگر هستند.

گردشگری درمانی<sup>۲</sup> هم به معنای مسافرت توریست به منظور استفاده از منابع درمانی طبیعی (آبهای معدنی، نمک، لجن و غیره) است. که معمولا برای درمان برخی بیماری ها یا گذران دوران نقاهت تحت نظارت و مداخله پزشکی صورت می گیرد. این نوع از گردشگری هم این روزها مورد توجه مسئولان گردشگری کشور قرار گرفته است. به خصوص لجن درمانی که طبیعت ایران را در میان کشورهای همسایه به شدت محبوب کرده است.

سالانه حدود ۴۵ میلیون گردشگر در جهان از چشمه های آب گرم برای درمان بیمارهای مختلف استفاده می کنند. اما در این میان کشور ما با داشتن بیشترین چشمه های آب گرم در مقایسه با کشورهای دیگر، هیچ سهمی از این گردشگران ندارد. و هنوز نتوانسته جایگاهی در این میان برای خود کسب کند. به

1 - Wellness Tourism

2 - Curative Tourism

دلیل عدم شناسایی چشمه های آب گرم و همچنین سرمایه گذاری در این مناطق تاکنون نتوانسته ایم از خواص درمانی آب گرم برای درمان بیماری ها و ارتقاء سلامت در داخل و خارج از کشور استفاده کنیم.  
(forum.p30pedia.com)

## آب درمانی<sup>۱</sup>

آب درمانی یا هیدروپاتی عبارت است از درمان برخی ضایعات فیزیکی با استفاده از خواص فیزیولوژیکی و فیزیکی آب، در شرایطی که بخشی از بدن یا کل بدن در آب غوطه ور شده باشد. آب درمانی (هیدروپاتی) یعنی درمان امراض به وسیله آب. از زمانی که به یاد می آید، هم قبایل بدوی و هم ملل متمدن آب را برای درمان به کار می گرفتند. حتی حیوانات وحشی و اهلی دریافته اند، زمانی که بیمار می شوند، باید آب بیاشامند.

یا به عبارت دیگر، استفاده از آب برای حفظ و تقویت تندرستی و درمان دردها و بیماری ها را آب درمانی می نامند. (fa.parsiteb.com)

آب درمانی مجموعه کارهایی است که در آن ها از آب برای بهبود وضع جسمی یا روانی، تقویت سلامتی یا زیبایی، یا درمان دردها و بیماری ها استفاده می کنند.

هیدروپاتی (آب درمانی) بر ۲ نوع است:

- ۱- هیدروپاتی عمومی: به طور معمول تمام بدن بیمار (به جز سر و گردن) در آب قرار می گیرد.
  - ۲- هیدروپاتی عضوی: فقط همان عضوی که دچار ضایعه شده است در آب قرار داده می شود.
- در هیدروپاتی، یک قسمت یا تمام بدن - بستگی به مورد دارد- به دفعات گرم و سرد می شود. با این کار، گردش خون در عروق تسهیل می گردد. هیدروپاتی به روشهای مختلفی اجرا می شود. در هیدروپاتی به کمک دوش از سوراخهای ریز آن آب با فشار به اعضاء و اندامها برخورد می کند و باعث تحریک اعصاب، حرکات عضلات و تسهیل جریان خون در عروق می شود. (olympicsport.blogfa.com)

## آب های معدنی

آب های معدنی، از چشمه های طبیعی یا چشمه هایی که مصنوعی ایجاد کرده اند، جریان دارند. و آن ها را در همان سرچشمه در ظرف مخصوصی پر می کنند. و برای مصرف حمل می نمایند. آب چشمه ها بطور کلی دارای املاحی هستند، که در موقع عبور آب از سطح زمین در آن حل شده باشد. مقدار این نمک ها در آب های معدنی به مراتب زیادتر و لااقل به یک در هزار می رسد.

استفاده از آب های معدنی، تاریخی بسیار کهن دارد. ولی استفاده علمی از آب ها پس از شناخت اثرات درمانی آن ها در قرن اخیر تحقق یافته است. آب های معدنی به روی بدن انسان و یا مخصوصاً نواحی

<sup>1</sup> - Hydropathy

ویژه ای از بدن دارای اثراتی می‌باشد، که این اثرات در هنگام مصرف مستقیم از آب چشمه (یعنی اولین نقطه‌ای که آب معدنی ظاهر می‌شود) شدیدتر است. آب‌های معدنی که در نقاط مختلف وجود دارد هر کدام اثر ویژه مربوط به همان آب را دارد. زیرا ترکیبات هر آب معدنی ویژه همان منطقه است (fa.wikipedia.org).

### چشمه

هرگاه آب‌های زیرزمینی از راه‌های طبیعی به خارج راه پیدا کنند، چشمه‌ها را تشکیل می‌دهند. بعضی از چشمه‌ها تمام سال و بعضی‌ها برای مدت کوتاه و یا بطور متناوب جاری هستند. یا به عبارت دیگر، محل خروج طبیعی آب از زمین چشمه نام دارد. منبع آب چشمه، آب‌های ذخیره شده در چینه‌های نفوذ پذیر زمین است. گاه ساختمان چینه‌ها چنان است که آب به طور ملایم و به آرامی خارج می‌شود (چشمه آفلورمان) و گاه آب با فشار به خارج فوران می‌کند (چشمه آرتزین). چشمه‌ها معمولاً در نقاطی قرار دارند که لایه نفوذ ناپذیر با لایه نفوذپذیری برخورد کرده و آب زیر زمینی آشکار می‌گردد (فرهنگ اصطلاحات جغرافیایی، ۱۳۷۳: ۳۲۸).

یک چشمه، نتیجه‌ی پر شدن یک آبخوان و سرریز شدن آن به سطح زمین است. ابعاد و اندازه‌ی چشمه‌ها از چشمه‌های کوچک آب که بعد از یک بارندگی ایجاد می‌شوند، تا چشمه‌های بزرگی که منشأ رودخانه‌های بزرگ مانند کارون می‌شوند متغیر است.

گاه آب این چشمه‌ها در داخل زمین به املاح مختلف برخورد کرده، آنها را در خود حل می‌کند و دارای خواص درمانی می‌شود. این گونه آبها را آب‌های معدنی و چشمه آنها را چشمه آب معدنی یا چشمه معدنی می‌نامند. در صورتی که آب بدون برخورد با املاح معدنی قابل حل، از چشمه خارج شود، صاف و شفاف و گواراست و معمولاً بدون آلودگی زیاد و قابل شرب می‌باشد (modirietjahngrdy.com).

### چشمه‌های آب گرم

چشمه‌های آبگرم، چشمه‌های معمولی هستند که در آنها آب خروجی گرم و یا در برخی نقاط، آب جوش و به همراه حباب‌های گل است. بسیاری از چشمه‌های آبگرم، در مناطقی هستند که فعالیت‌های آتشفشانی جدید داشته‌اند و آب به دلیل نزدیکی به سنگ‌های داغ زیر سطح زمین، گرم می‌شود. سنگ‌ها هر چه دارای عمق بیشتری باشند، گرم‌تر می‌شوند و هنگامی که آب به عمق فرو رفته به یک شکاف بزرگ برسد، راهی برای رسیدن به سطح زمین پیدا می‌کند و در نتیجه تبدیل به یک چشمه آبگرم خواهد شد. چشمه‌های آبگرم، در تمام نقاط دنیا بوجود می‌آیند و حتی همزیستی با کوه‌های یخی دارند، چون آن‌چه که در گرینلند می‌توان مشاهده کرد.

یکی از مکان‌های جذاب و دیدنی گردشگری در سراسر دنیا، چشمه‌های آب گرم یا آب معدنی است. معمولاً غیر از مسافرانی که باهدف گردشگری به این نقاط سفر می‌کنند، عده‌ای هم به دنبال درمان دردهای مختلف مفصلی و عصبی، امراض پوستی و تمدد اعصاب به این نقاط می‌روند. (forum.p30pedia.com)

شواهد و مدارکی از تاریخ طب سنتی وجود دارد که نشان می‌دهد آب درمانی در مصر، یونان و روم باستان رواج داشته است. گویا درباریان مصری حوضچه‌هایی داشتند که به آب آن، گل و گیاه و روغن‌هایی خاص اضافه می‌کردند و چنین تصور می‌کردند که چشمه‌های آب گرم با بهبود روند گردش خون می‌تواند برای سلامت انسان مفید باشد (هاری، ۱۳۸۹: ۹۳).

### چشمه آبگرم سمنان<sup>۱</sup>

استان سمنان با توجه به شرایط اقلیمی متفاوت مناطق خاص جغرافیایی که دارد، دارای چشمه‌های آب معدنی گوناگونی است که هر یک از آنها برای امراض مختلف جلدی خواص زیادی دارند. اصلی‌ترین جاذبه آبگرم طبعاً آبهای معدنی آن هستند. رسوبگذاری لایه‌های رنگی با جنس‌های مختلف، دگرشیمی و فرسایش از دیگر جاذبه‌های ژئوتوریسمی است (parsgeotourism.com).

چشمه آب گرم سمنان در فاصله ۲۲ کیلومتری شمال غربی شهرستان سمنان و در ۱۸ کیلومتری غرب شهرستان مهدیشهر از میدان اصلی این شهرستان قرار دارد. و راه ارتباطی آن از طرف مهدیشهر است. (زنده دل، ۱۳۷۶: ۴۴)

مختصات جغرافیایی آن قرار گرفتن در طول جغرافیایی "۲۵° ۳۵ شمالی، عرض جغرافیایی "۱۵° ۵۳ شرقی، ارتفاع آن از سطح دریا ۱۳۹۶ متر است. (parsgeotourism.com)



عکس شماره ۱: عکس ماهواره ایی راه ارتباطی سمنان به آبگرم

منبع: <http://arashk87.persianblog.ir>

<sup>۱</sup> - ABE GARM



آب و هوای منطقه در قسمت های جنوبی دره، گرم و خشک؛ ولی در قسمت های بالاتر و انتهایی حوزه، سرد و معتدل است. پوشش گیاهی آبگرم بسیار فقیر است. و فقط در قسمت شمالی در ارتفاعات پوشیده از انواع گیاهان وحشی است. (semnaniha.ir)

مجموعه ی این چشمه های معدنی آبگرم در شهرستان مهدی شهر و در شمال غربی شهرسمنان قرار دارد. اطراف این چشمه ها را ارتفاعات دربرگرفته است. (زنده دل، ۱۳۷۶:۴۴)

ارتفاعات شمالی منطقه از نظر زمین شناسی، مرکب از سنگ آهک، کنگلومرای، ماسه سنگ و توف سبز رنگ مربوط به دوره سنوزوئیک (پالئوژن، ائوسن) است. ارتفاعات شرقی، از نوع تشکیلات فجن واز نظر سنگ شناسی شامل ماسه سنگ آهکی و کنگلومرای است. روند غالب چین خوردگیها، گسلها، و امتداد لایه ها در جهت شمال شرقی-جنوب غربی است. قدیمی ترین سازند منطقه، سازندالیکا متعلق به دوران تریاس است. و به دنبال آن سازندهای شمشک، لار، فجن، قرمز بالایی و نیز نهشته های عهد حاضر قرار گرفته اند. فعالیت آتشفشانی در منطقه محدود بوده و چشمه های آبگرم، تحت تأثیر گسلهای منطقه و نفوذ آب در عمق بوجود آمده اند که بر اثر حرارت زمین از شکافها و مجاری موجود بالا آمده و آبهای معدنی به سطح زمین می رسد. چشمه های بزرگ این منطقه را، مرادآب، گراب و قلنج نام نهاده اند. از نظر شیمیایی، آب این منطقه گوگردی است که اثرات درمانی قابل توجهی دارد.

آثار فرسایشی زیبا، تنوع رنگی رسوبات و رخنمون سطح دگرشیبی لایه های رسوبی از جاذبه های مسیر آبگرم می باشد. در قسمتی از ناهمواریهای منطقه، در اثر زمین لغزش تونلی به عمق ۷۰ متر و ارتفاع ۲۰ متر ایجاد شده است. (parsgeotourism.com)



عکس شماره ۱: نمایی از چشمه آبگرم مهدی شهر، سمنان

منبع : [wwwgoogle.maps.com](http://www.google.maps.com)

آبگرم سمنان به دلیل وجود سه چشمه مجزا (چشمه قولنج، چشمه مراد، گراب) که هر یک خواص دارویی خاص خود را دارند، در نوع خود در کشور بی نظیر است. با توجه به مطالعات ژاپنی ها در مورد این آب و چشمه های آن مشخص شد که هر یک از چشمه ها خواص فیزیکی و شیمیایی و درمانی خاص خود



را دارند. آب این منطقه در ساختمان درونی زمین وجود دارد و بر اثر حرارت مرکزی زمین از شکاف ها و مجاری موجود بالا آمده و به سطح زمین می‌رسد. (مخلصی، بی تا: ۷۴)

آب این منطقه در زمره آب های معدنی قرار می‌گیرد که منشا درونی دارند. آب این منطقه در ساختمان درونی زمین وجود دارد. و بر اثر حرارت مرکزی زمین از شکاف ها و مجاری موجود، بالا آمده و به سطح زمین می‌رسد. از نظر شیمیایی نیز آب این منطقه، گوگردی است که اثرات درمانی قابل توجهی دارد. و در کشاورزی منبع خوبی برای کشت حبوبات به‌شمار می‌رود. (semnaniha.ir)

گرمای طبیعی آب چشمه‌های آبگرم، مردم جوامع کهن را به بهره‌گیری از این آب‌ها در گرمابه‌ها برانگیخت. در ایران و پاره‌ای سرزمینهای دیگر خاور زمین، ساختن این‌گونه گرمابه بی‌نیاز از سوخت، چه در پای چشمه‌های آبگرم و چه در آبادیهای نزدیک آنها، مرسوم بوده است. کهن‌ترین نمونه‌های این‌گونه گرمابه‌ها که بیشتر نقش درمانی داشته‌اند، در پیرامون چشمه‌های غذر حمه در شهر غداره بوده است. در آبگرم شمال غربی سمنان نیز آثاری از بناهای کهن خشتی و گلی دوران پیش از اسلام که قاعدتاً مجموعه‌ای از خانه و حمام و کاروانسرا بوده، باقی مانده است. این منطقه با توجه به نبود جاده دسترسی مناسب، اما داشتن خاصیت درمانی فوق‌العاده، گردشگران خاص خود را دارد و سالانه هزاران نفر از سایر استان‌ها برای درمان بیماری‌های خود به این منطقه مسافرت می‌کنند (مخلصی، بی تا: ۶۵).

### خواص و کیفیت آب معدنی آبگرم سمنان

از جمله اثرات درمانی آن تاثیر روی مخاط پوستی و بافت های بیمار است و این آب ها در اثر خاصیت جذب و حل کننده ای که دارند، در تغذیه بافت ها تغییرات عمیقی به وجود می آورند. و خاصیت درمان بیماری های ناشی از تورم و التهاب مفاصل، غده ها، کبد، رحم و حتی سرطان دارند. علاوه بر آن، این آب ها که خاصیت گوگردی دارند، از راه جلدی با استحمام، زیر جلدی با تزریق و حتی با نوشیدن البته با تجویز پزشک، کاربرد درمانی دارند (semnaniha.ir).

آب این چشمه ها از دسته آب های کلروره سولفات کلسیک و گوگردی است. و در درمان بیماری های صفرای، کلیه، کبد، نقرس، روماتیسم و درد مفاصل موثر است. (زنده دل، ۱۳۷۶: ۴۴)

با توجه به مطالعات ژاپنی ها در مورد این آب و چشمه های آن، مشخص شد که هر یک از چشمه ها خواص فیزیکی و شیمیایی و درمانی خاص خود را دارند. بسیاری از چشمه های آبگرم کشور که در سطح ملی و بین‌المللی شناخته شده اند، فاقد خواص درمانی هستند. و این منطقه بکر، یکی از معدود چشمه های آبگرم کشور است، که خاصیت درمانی دارد.

به گفته کارشناسان امر، آب معدنی سمنان کلروره سدیک و درجه حرارت آن در حدود ۳۲ تا ۳۵ درجه است و دارای CO<sub>2</sub> زیادی است که این گاز، باعث اتصاع عروق محیطی شده و بر روی غدد لنفاوی موثر است (semnaniha.ir).

آب چشمه های سمنان در بهبود بیماری های مفصلی اثر داشته و تسکین دهنده جلدی است و آب های کلروره سدیک، برای ضایعات جراحی: نظیر تاخیر استحکام شکستگی ها و برخی رماتیسم های مزمن و ضایعات دستگاه عصبی، مفید است. این آب ها به دلیل داشتن  $SH_2$  برای درمان بیماری های جلدی مانند سودا، کورک، زرده زخم و پسوریازیس، موثر است.

طبق نتایج آزمایش دانشگاه بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران، گزارش شده است که این آب، در ردیف آب های بسیار سخت کلرورسدیک است. و میزان فلئوئور آن ۶ میلی گرم در لیتر می باشد که در منطقه بی سابقه است. همانگونه که گفته شد، آب های کلرورسدیک مصارفی چون در بهبودی راشیتیسم و همچنین دوره نقاهت پولیومیلیت مؤثر بوده و از همه مهمتر برای ضایعات دستگاه گوارش مانند سوء هاضمه ناشی از کمی حرکات دودی شکل روده توأم با بیوست، مفید است. (موسوی، ۱۳۷۶)

حرکت درمانی در آب رویکردی بدیع برای درمان در آب است که اتکا به نفس را در میان بیماران افزایش می دهد. و به زمان کاری کمتری نیاز دارد. و حداکثر استفاده از استخر، در مقایسه با برنامه های سنتی آن خواهد بود (بیتس، نورم، سال ۱۳۸۳: ۷-۸).

با توجه به اینکه چشمه ها و مراکز آب درمانی، یکی از منابع جاذبه های گردشگری در بخش چارچوب و عناوین مطالعه و برنامه ریزی صنعت گردشگری محسوب می شود، چشمه سارهای آبگرم سمنان همه به دلیل موقعیت خاص خود و با تدابیر لازم جهت بهره گیری هر چه مطلوب تر از منطقه مذکور، می تواند به عنوان قطب گردشگری درآیند. تپه ماهورها و کوه های اطراف چشمه، لطافت هوا و عدم آلودگی آن در محیط، تنوع پوشش طبیعی گیاهی منطقه، وجود صخره های زیبای موجود در دشت جنوبی چشمه، نزارها و وجود پرندگان وحشی، (کبک، تیهو، عقاب، گپه و ...) و حیات وحش منطقه، همه و همه دست به دست هم داده و زیبایی منطقه را چند برابر نموده و همین منابع موجود خدادادی با وجود چشمه سار آبگرم، منطقه را به صورت محلی زیبا در آورده و با سرمایه گذاری به منظور تکمیل و احیای محیط به عنوان یک منطقه ی زیبای گردشگری می توان منطقه را به عنوان مکانی برای جذب گردشگر، کسب درآمد ارزی و همچنین گذران اوقات فراغت و سوق دادن زوار و مسافری استان و استانهای همجوار به محل مذکور درآورد. با توجه به نقشی که اینگونه آب های معدنی در بهبود امراض جلدی داشته و همچنین با توجه به نیاز روانی و عاطفی انسان ها به تماس با طبیعت و استقبالی که مردم از اینگونه منابع طبیعی در صورت وجود امکانات رفاهی به عمل می آورند، ایجاد امکاناتی در جوار اینگونه منابع با ارزش خدادادی در جهت جذب مسافر و بهبود وضعیت اقتصاد منطقه نیز تأثیر به سزائی خواهد داشت. (موسوی، ۱۳۷۹: ۵۲)

از نظر شیمیایی نیز آب این منطقه از دسته آب های کلروره سولفات کلسیک و گوگردی است که اثرات درمانی قابل توجهی دارد و در کشاورزی منبع خوبی برای کشت حبوبات است. این آبها که خاصیت گوگردی دارند، از راه جلدی با استحمام، زیرجلدی با تزریق و حتی با نوشیدن با تجویز پزشک، کاربرد

درمانی دارند. و برای درمان بیماری‌های جلدی مانند سودا، کورک، زرده زخم و بیماری پوستی پسوریازیس و برخی بیماری‌های دستگاه تناسلی زنانه سودمندند. آب این چشمه‌ها، چون CO<sub>2</sub> زیادی دارند و این گاز باعث اتصاع عروق محیطی می‌گردد، روی غدد لنفاوی اثر داشته و در بهبود بیماری‌های مفصلی مؤثرند. آب‌ها کلورسیدیک به درمان ضایعات دستگاه تنفسی مثل رینیت، فارنژیت و برونشیت مزمن کمک می‌کنند. و در درمان بیماری‌های صفراوی، کلیه، کبد، نقرس، روماتیسم و درد مفاصل مؤثر است. از جمله اثرات درمانی آن تاثیر روی مخاط پوستی و بافتهای بیمار است. شخصی که صرفاً برای خواص درمانی به این منطقه مراجعه می‌کند، اگر با آلودگی این مکان‌ها مواجه شود، نه تنها امراض وی بهبود نیافته، بلکه دچار بسیاری امراض جلدی دیگر نیز می‌شود. این آبها در اثر خاصیت جذب و حل‌کننده ای که دارند در تغذیه بافتها تغییرات عمیقی به وجود می‌آورند و خاصیت درمانی برای بیماری‌های ناشی از تورم و التهاب مفاصل، غده‌ها، کبد، رحم و حتی سرطان دارند (sanayenews.com).

### خواص آب آبگرم

چشمه های آب گرم دارای خاصیت فیزیکی و شناوری است که در ذیل بدان اشاره می‌گردد:

**خاصیت فیزیکی:** آبگرم به دلیل خواص فیزیکی منحصر به فرد خود، وسیله‌ای مؤثر برای تسکین دردهای پشت، کمر و سایر آسیب‌های ماهیچه‌ای و استخوانی است.

**خاصیت شناوری:** آب جاذبه‌ی زمین را خنثی کرده و به بیمار کمک می‌کند تا بتواند در حالی که در آب غوطه‌ور است، وزن خود را در طی حرکات به راحتی تحمل کند. شناوری آب موجب کاهش نیروی جاذبه‌ی زمین می‌شود. این خاصیت آب را می‌توان به وسیله‌ی ایجاد جریان در آب افزایش داد. شنا ترجیحاً در استخرهای آب گرم به تحرک مفاصل و تقویت عضلات کمک می‌کند. (موسوی، ۱۳۷۹: ۵۳)

به طور کلی، در هنگام قرار گرفتن در آب، تغییرات زیر در بافت‌ها و اندام‌های بدن رخ می‌دهد.

### افزایش درجه حرارت بدن

بر حسب میزان و مقدار گرمای آب، درجه حرارت بدن هم تغییر می‌کند. در اغلب موارد که درجه حرارت آب بین ۳۴ تا ۳۷ درجه سانتیگراد باشد، دمای بافت‌ها و عضلات نیز افزایش می‌یابد.

### افزایش سوخت و ساز بافت‌ها

در اثر افزایش حرارت بافت‌های مختلف بدن، میزان سوخت و ساز یا متابولیسم عمومی بافت‌ها نیز زیاد می‌شود

بالا بودن حرارت آب منجر به بالا رفتن حرارت بدن و متعاقب آن، متسع شدن عروق و مویرگ ها می شود. در ضمن، اتساع عروقی می تواند ناشی از افزایش سوخت و ساز سلول ها باشد که نیاز به اکسیژن اضافی و دفع بیشتر مواد حاصل از سوخت و ساز دارند.

### افزایش جریان خون

افزایش درجه حرارت بدن موجب زیادتیر شدن سوخت و ساز سلول ها می شود که برای جبران کردن این امر، بدن به افزایش جریان خون بافت ها روی می آورد. بنابر این، میزان جریان خون نیز متعاقب قرار گرفتن در آب گرم، افزایش می یابد.

### افزایش میزان فعالیت قلب

به دنبال اتساع عروق خونی و زیاد شدن میزان جریان خون، میزان خون وارده به قلب نیز زیادتیر می شود و طبق قانون فرانگ استارلینگ (هرچه خون وارده به قلب زیادتیر شود، خون خارج شده از آن نیز زیادتیر می شود).

میزان برون ده قلبی نیز افزایش می یابد. و فعالیت قلبی هم بیشتر می شود. به دنبال ایجاد تاثیرات فیزیولوژیکی فوق در بافت ها و اندام های بدن، یک سلسله تاثیرات درمانی در فرد مشاهده می شود، از جمله در اثر افزایش جریان خون و بهبود وضع تغذیه در اندام ها و دفع سریع مواد زاید، گرفتگی و اسپاسم عضلات فرد، بر اثر وقوع تغییرات مذکور، این درد و ناراحتی ورزشکار از بین می رود. به طور خلاصه می توان گفت که تاثیرات درمانی آب به واسطه اثری است که آب روی پوست بدن دارد.

در آب درمانی، پوست بدن به عنوان یک عضو مهم و اساسی است، زیرا بر اثر برخورد جریان آب، گیرنده های عصبی پوست تحریک می شوند. تحریکات ایجاد شده از طریق اعصاب، بر سیستم عصبی مرکزی تاثیر می گذارند و این تاثیرات سیستم عصبی مرکزی است که باعث به وجود آمدن اثرات درمانی آب می شود.

آب درمانی در این چشمه ها روی جریان خون، سوخت و ساز بدن، سیستم عصبی، ترکیب خون و میزان ترشح غدد نیز تاثیر می گذارد و در نهایت، تجمع این تاثیرات روی روان فرد منعکس می شود. (بیتس، نورم، سال ۱۳۸۳: ۹)

### نتیجه گیری، پیشنهاد و طراحی سایت پلان مجتمع گردشگری آبگرم سمنان

یکی از مسایل مهم در صنعت توریسم و اکوتوریسم حفظ منابع است. زیرا آب های گرم در صنعت توریسم جایگاه ویژه ای دارند، اما متأسفانه این منطقه فاقد راه مناسب است. و دسترسی به آن به سختی و همراه با مشکلات فراوان است. استفاده کنندگان از آبگرم سمنان را قشرهای مختلف مردم شامل می شوند. از

عشایر سنگسری گرفته تا برخی از مردم سمنان، سرخه، شمال و دیگر مناطق کشور، از مراجعین به آبگرم سمنان هستند.

در بین افراد، جوان ترها برای تفریح و آبتنی و مسن ترها و بیماران برای معالجه و رفع بیماری های پوستی و حرکتی، رنج سفر را بر خود هموار کرده و به این منطقه سفر می کنند.

نبود امکانات مناسب برای مصون ماندن وسایل مردم، نبود بهداشت مناسب و دکه های عرضه مواد غذایی و نیازهای مردم، از مشکلات آبگرم سمنان محسوب می گردند.

تأسیسات اقامتی قابل قبولی در اطراف چشمه ها وجود ندارد. و شش باب اتاقی که در گذشته در این محل وجود داشته به گفته برخی از مسافران تخریب شده است و غیرقابل استفاده است.

در مورد آب درمانی، باید گفت: "با شناخت و آگاهی از تاثیرات فیزیولوژیکی و درمانی آب، به آسانی و راحتی می توان از آن استفاده کرد". "هیدروتراپی" به معنای آب درمانی در گذشته توسط ایرانی ها، مصری ها، یونانی ها و ژاپنی ها، با توجه به خواص درمانی آب، به فراوانی مورد استفاده قرار می گرفته است. مزایا و خصوصیات استفاده از آب درمانی برای تسکین دردها و آفرینش آرامش، یعنی در موارد درمانی و رفع خستگی در ورزشکاران و به دست آوردن آرامش جسمانی- روحی، متعدد است. در دسترس بودن آن برای همه، ارزان بودن نسبت به روش های دیگر، اندازه گیری درجه حرارت آب به آسانی، سبک شدن وزن بدن در آب و عامه پسند بودن آن، برای همه، از جمله مزایای آب درمانی است.

به گفته کارشناسان امر، آب معدنی سمنان کلروره سدیک و درجه حرارت آن در حدود ۳۲ تا ۳۵ درجه است. و دارای CO<sub>2</sub> زیادی است که این گاز باعث اتصاع عروق محیطی شده و بر روی غدد لنفاوی موثر است.

آب چشمه های سمنان در بهبود بیماری های مفصلی اثر داشته و تسکین دهنده جلدی است و آب های کلروره سدیک برای ضایعات جراحی نظیر تاخیر استحکام شکستگی ها و برخی رماتیسم های مزمن و ضایعات دستگاه عصبی مفید است.

این آب ها به دلیل داشتن SH<sub>2</sub> برای درمان بیماری های جلدی مانند: سودا، کورک، زرده زخم و پسویاریس موثر است (semnaniha.ir).

### ارائه پیشنهادات

در صورت معرفی و داشتن امکانات مناسب، قطعا این چشمه ها مراجعه کنندگان زیادی خواهد داشت. و به یک منطقه گردشگری مناسب تبدیل خواهد شد.

۱- جاده فعلی به علت قرار داشتن در معرض خطر سیل و ریزش کوه، ناامن است. و نیاز است مسئولان، توجه ویژه ای به ایجاد راه مناسب به منطقه آبگرم سمنان داشته باشند.



۲- یکی از مهمترین مسایل برای رفاه گردشگران منطقه آبگرم سمنان، بهداشتی کردن حمام هاست و شخصی که صرفاً برای خواص درمانی به این منطقه مراجعه می‌کند اگر با آلودگی این مکان‌ها مواجه شود، نه تنها امراض وی بهبود نیافته، بلکه دچار بسیاری از امراض جلدی دیگر نیز، می‌شود.

۳- منطقه آبگرم سمنان علاوه بر خواص درمانی آب آن، دارای جاذبه‌های فرعی نظیر وجود ارتفاعات برای علاقه‌مندان به کوهنوردی و نیز وجود دسته‌های کبک و تیهو در مجاورت رودخانه است که هر ساله عده‌ای از شکارچیان را در فصل بهار و اوایل زمستان به دره آبگرم می‌کشاند. و در صورت سرمایه‌گذاری در این طرح می‌تواند دروازه جذب و هدایت گردشگران اکوتوریسم به دیگر نقاط گردشگری استان باشد.



نمونه‌ای از سایت و پلان گردشگری  
 پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
 پرتال جامع علوم انسانی

**منابع و مآخذ:**

۱. الوانی، سید م. پیروزیخت، م. ۱۳۸۵. فرایند مدیریت جهانگردی. چاپ اول. تهران دفتر پژوهشهای فرهنگی. صفحات ۶۰ تا ۱۳۰
۲. بیستس، آ. نورم، ه. ۱۳۸۵. حرکت درمانی در آب، چاپ اول. ترجمه مهدوی نژاد، ر. بهار لویی، ر. اصفهان. انتشارات جهاد دانشگاهی.
۳. پاپلی یزدی، م. ح. سقایی، م. ۱۳۸۵. گردشگری (ماهیت و مفاهیم). چاپ اول. تهران. انتشارات سمت.
۴. تقوایی، م. احسانی، غ. صفرآبادی، ا. پاییز ۱۳۸۸. نقش و جایگاه برنامه ریزی چند بعدی در توسعه توریسم و اکوتوریسم مطالعه موردی منطقه خرو طبس. شماره ۳۵. نشریه علمی-پژوهشی جغرافیا و برنامه ریزی محیطی. ص ۶۲-۴۵
۵. شایان، س. چوبینه، م. مقیمی، ش. فلاحیان، ن. ۱۳۹۳. جغرافیای سال دوم آموزش متوسطه. چاپ شانزدهم. تهران. دفتر برنامه ریزی و تالیف کتب درسی. شرکت چاپ و نشر کتب درسی ایران.
۶. زنده دل، ح. و دستیاران. ۱۳۷۶. استان سمنان. نشرایرانگردان تهران. ص ۴۴
۷. فرهنگ اصطلاحات جغرافیایی. ۱۳۷۳. سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی. قم. چاپ بهمن
۸. گی، چاک. وای ۱۳۸۵. جهانگردی در چشم اندازی جامع. ترجمه پارساییان. ع، اعرابی، م. چاپ سوم. تهران. دفتر پژوهشهای فرهنگی،
۹. مخلصی، م. ۱۳۵۶. «آثار تاریخی سمنان». تهران، بی نا، صص ۷۶-۸۸.
۱۰. موسوی، سید ک. ۱۳۷۶. جاذبه های سیاحتی آبگرم سمنان - فرهنگ قومس. شماره ۴ سال اول زمستان. فصل نامه تحقیقاتی - فرهنگی هنری استان سمنان. ص ۵۳.
۱۱. نقوی پور، ع. ۱۳۸۴. آب درمانی راهی به سوی سلامتی جسم و روح. ناشر مولف. همدان.
۱۲. هاری، آ. آر. ۱۳۸۹. آب درمانگر معجزه آسا. ترجمه خلخالی زاویه، م. مشهد. چاپ انتشارات آستان قدس.
۱۳. یعقوب زاده، ر. ۱۳۸۳/۵/۷. گردشگری ثروت پنهان. روزنامه شرق.

14. <http://sanayenews.com>
15. <http://barname007.blogfa.com>
16. <http://fa.parsiteb.com>
17. <http://fa.wikipedia.org>
18. <http://forum.p30pedia.com>
19. <http://google.map.com>
20. <http://olympicsport.blogfa.com>
21. <http://touristy.blogfa.com>
22. <http://www.modirietjahngrdy.com>
23. <http://www.parsgeotourism.com>
24. <http://www.semnanaha.ir>
25. <http://tourismroham.com>