



שיגעון דגי הספא- נא להכיר "ד"ר דג"

ד"ר גל הרצוג¹

¹סניפירים- חוות גידול דגי נוי, קיבוץ חפץ חיים. 050-5966801
Snapirimfarm@gmail.com

הוגש לפרסום: 25/07/15

הקדמה:

בשנים האחרונות, רבים מבתי הספא מתהדרים באקווריומים המכילים את דג הגרה רופה. דג זה פיתח חיבה מסוימת לעור יבש ולכן משמש לטיפול פדיקור נהדר (Ichthyotherapy). מטופל, אשר יותיר רגליו לעבודתו של דג זה, יזכה מלבד לעיסוי עדין, גם לניקוי יסודי של עור הרגלים ולתחושת רעננות כללית. בעבר, ספא דגים שכזה דרש השקעה כלכלית משמעותית וטיפול יומיומי, כעת מדובר בהשקעות נמוכות בהרבה. במאמר זה נציג מעט מידע על הדג, נבליט את חילוקי הדעות בהקשר הרפואי ונירמז על אלטרנטיבה פשוטה להקמת ספא מאולתר בביתכם.

*ראוי לציין כי הכותב אינו רופא ולכן כל הכתוב הוא בגדר המלצה בלבד.



תמונה 1: דג גרה רופה מתוך www.garrarufa.w.intera.pl

מעט על הדג

דג הגרה רופה (המכונה גם: ד"ר דג, עגלסת הנחלים או עגלסת הירדן), נפוץ מאוד בכל אזור הים התיכון. בארץ ניתן למצוא את הדג

ביובלי הנחלים בצפון, מקווי מים ואף בכינרת. הדג שייך למשפחת הקרפיוניים, גופו מאורך ומגיע לכדי כ-15 ס"מ. בטבע, הדג ניזון מאצות, אותן הוא מגרד מסלעים. לדג מבנה עגול של לסת (ומכאן שמו "עגל-סת") ללא שיניים. בשפה התחתונה קיים "כפתור הצמדה" המאפשר היצמדות לסלע וחיסכון באנרגיה במים זורמים. שפתו העליונה קשה ומאפשרת לו גירוד האצות. בתקופת הריבוי (פברואר- אוגוסט) תפזר הנקבה את ביציה והן תדבקנה לחלוקים בקרקעית. רב בתי הספא בארץ רוכשים את הדג בגודל 3-7 ס"מ, שכן בתקופה זאת הוא פעיל מאוד, דורש הרבה מזון ולסתותיו אינן מכאיבות למטופלים [1].

יעילות הדג

אין עוררין כי טיפול ספא דגים יוצר תחושת רעננות בשל השהייה עצמה במים, המרצת זרם הדם בזכות תנועות העיסוי של הדג ולחיצה על נקודות דיקור שונות (אקופונקטורה). בנוסף, הדג ניזון מהעור היבש והמת של המטופל ולכן מבצע "פילינג" נהדר. עם זאת, ישנו ויכוח בספרות לגבי היעילות של הדג בריפוי מחלות עור שונות. במקרה אחד, תועדה הקלה משמעותית בסימפטומים לפסוריאזיס כתוצאה מטיפול של גרה רופה בתוספת חיטוי ע"י מנורת UV [2].



דרישותיו של הדג. מעניין שאחד ההיבטים המרכזיים במערכת, אינו דווקא שרידות הדג, אלא היגיינת המטופלים, שכן רב המחלות ההומאניות אינן מגיעות מהדגים עצמם אלא מאדם לאדם, כמובן. יש לזכור כי במערכות ציבוריות, חשוב במיוחד נושא חיטוי המים. בבריכות שחיה נפוץ השימוש בכלור כמחטא, דבר אשר אינו אפשרי במערכות ביולוגיות. חיטוי הגוף לפני ואחרי הכניסה לספא, כמו גם שימוש במערכות UV משוכללות הוא הכרח בכל ספא ציבורי. בספא פרטי, בו ישנו שימוש של מטופל יחיד, הצטיידות במערכות כאלה מומלץ, אך לא הכרחי ולכן מוזיל את מחירה של המערכת כולה. עם זאת, חשוב עדיין לשמור על כללי ההיגיינה המצוינים לפני הכניסה והיציאה מהספא.

התאמת דג הגרה רופה לבריכות נוי ולאקווריומים

כיוון שהדג ידוע כאוכל אצות, יש המשתמשים בו לניקוי בריכות נוי או אקווריומים. אומנם הדג אינו נאה למראה, אך עמידותו הרבה, גם לטמפרטורות קיצוניות, הופך אותו לדג מועדף בבריכה. אומנם דגי הנקאי הנפוצים (פלקוסטומוס, אוכל אצות סיני- שמר'לה ואחרים) נחשבים יעילים ממנו, אך הם אינם שורדים את החורף הישראלי. לכן, לא פעם נראה בריכת נוי בה שוחים להנאתם עשרות דגי גרה רופה. שימוש בדגי הגרה נפוץ גם בקרב חובבי אקווריום צמחיה, כיוון שאינו פוגע בצמחים אך אוכל אצות.

חולי פסוריאזיס (כ-2% מהאוכלוסיה הכללית), מדווחים על הפחתה משמעותית בסימפטומים בשעת חשיפה לשמש ובאופן ספציפי לקרינת UV. כפי הנראה, עצם גירוד העור היבש ע"י הדג, מאפשר לתאורת ה-UV לחדור ביתר יעילות לשכבות העמוקות יותר של העור ולהקל באופן ממשי על הסימפטומים. בזכות עבודה מאומצת של קבוצת חוקרים טורקית, ניתן למצוא ברשת עדויות להשפעות חיוביות של הדג על מחלות עור נוספות, אך אלה בעלי אמינות מדעית נמוכה יותר ודורשות קבוצות ביקורת נוספות [3]. עוד דווח כי אנזים המפריש דיטרנול, המשוחרר מפיו של הדג, מעודד התחדשות של העור [4].



תמונה 2: ספא יוקרתי אשר הוקם בשיתוף פעולה. רמאללה 2014.

בניית ספא ביתי

אם בעבר חשבנו על מערכות אחזקה יקרות וטיפול יומיומי מפרך, כעת אנו מציעים מגוון שיטות זולות ופשוטות לאחזקה של הדגים בבית הלקוח. שימוש במיכל פלסטיק ומערכת פילטרציה פשוטה, בהחלט יכולים לענות על

מקורות מידע



1. Goren M and Ortal R (1999) Biogeography, diversity and conservation of the inland water fish communities in Israel, Biological conservation 89 1-9.
2. Martin G and Hoch W (2006) Ichthyotherapy as alternative treatment for patients with psoriasis: a pilot study, evid based complement alternat. Med. 483-488.
3. Psoriasis treatment in Turkey
<http://www.psoriasisfishcure.com/researches/ozceliks.htm>
4. Garra Rufa Europe: <http://www.garrarufa.com/research/>