

Žádný pohyb nebo extrémní přetěžování - obojí je špatně

Do Lázní Bohdaneč se jezdí hlavně kvůli léčbě pohybového ústrojí. Nejčastěji jde o artrózy velkých kloubů nebo revmatologické potíže. Podle primářky Evy Korcové přibývá pacientů po operacích.

Jde u vašich pacientů stále o stejné diagnózy, nebo se přidávají další, které se dříve tak často nebo vůbec neobjevovaly?

Léčebné lázně Bohdaneč jsou pohybové lázně s mnohaletou tradicí. Jezdí k nám pacienti s problémy ortopedickými, nejčastěji jde o artrózy velkých kloubů, revmatologické obtíže – Bechtěrevovu nemoc, revmatoidní artritidy, mimokloubní revmatismus. Klienti s neurologickými problémy, jako třeba kořenové syndromy, systémová onemocnění, dětské mozkové obrny. V posledních letech se výrazně mění struktura naší klientely, kdy všeobecně ubývá chronických pacientů a přibývá pooperačních stavů po totální endoprotéze kyčelních, kolenních a ramenních kloubů, klientů po úrazech i pacientů po operacích páteře. Z původních šesti lůžek časné pooperační péče jich nyní máme 96 a celkový počet pooperačních stavů tvoří minimálně polovinu naší kapacity.

K léčbě využíváme dva přírodní léčivé zdroje – slatinu a přírodní minerální vodu z vlastního pramene. Jako jediné lázně v České republice využíváme k aplikaci slatiny speciální zábalové vany. Minerální vodu využíváme k vodoléčbě i v bazénu.

Přibývá vám pacientů?

Kapacita našich lázní se nemění, čítá 559 lůžek a na nedostatek pacientů si nemůžeme stěžovat. Ročně ošetříme 9 000 klientů, kteří přijedou na komplexní či příspěvkovou lázeňskou léčbu, tedy tří- či čtyřtýdenní pobyt. Máme nově zrekonstruovaný pavilon Medical Spa, který nabízí řadu léčebných či relaxačních pobytů pro samoplátce. Přicházíme s konceptem, jenž je určen všem lidem, kteří si péči o své zdraví chtějí užívat. Zaměřujeme se na preventivní programy. Snažíme se edukovat klienty ke zdravému životnímu stylu.

A co dělají lidé špatně, že jsou pohybové potíže čím dál častější?

Jde o souhrn několika faktorů, mezi něž patří špatný životní styl, málo pohybu, sedavý způsob zaměstnání, výživové chyby a stres. Proto stále stoupá počet civilizačních chorob – nadváha, cukrovka, dna, poruchy metabolismu triglyceridů a s tím související zatížení kardiovaskulárního systému, vysoké hodnoty krevního tlaku, ischemické choroby srdeční, cévní mozkové příhody. Nadváha dále zhoršuje a urychluje nástup degenerativních onemocnění pohybového systému. V Léčebných Lázních Bohdaneč si uvědomujeme, že mobilita je klíčová pro udržení zdraví, a proto



MUDR. EVA KORCOVÁ
PRIMÁRKA LÉČEBNÉ PÉČE LÉČEBNÉ LÁZNĚ BOHDANEČ

doporučujeme pacientům, aby se snažili pravidelně věnovat pohybovým aktivitám, ať už jde o pravidelné procházky, či sportovní činnosti, je nutné dodržovat pravidelný denní režim, dostatek spánku je velmi důležitý, u sedavého způsobu života je vhodné se protahovat i během pracovního dne. Druhým problémem je extrémní či jednostranné přetěžování pohybového aparátu, které může mít stejně devastující následky jako nečinnost.

Obecně platí, že jakýkoliv pohyb je lepší než žádný. Lépe cvičit 15 minut denně než se

DOPORUČUJEME NAŠIM PACIENTŮM, ABY SE SNAŽILI PRAVIDELNĚ VĚNOVAT POHYBOVÝM AKTIVITÁM.

1x v týdnu zničit na cvičení. Doporučujeme kombinaci aerobního cvičení, posilování a protahování, vhodná je chůze, jízda na kole, plavání, jóga, různá rehabilitační cvičení a toto nabízíme přímo v našich lázních.

Stačí člověku pobyt hrazený pojišťovnou?

Záleží, s jakým problémem pacient do lázní přijíždí. Pokud jde o pooperační stav po úrazu nebo po plánované operaci, většinou tento intenzivní rehabilitační pobyt stačí. Druhou velkou skupinou jsou však pacienti s

chronickým postižením, u kterých je pravidelnost a soustavnost cvičení nutnost.

Co u vás lidé nejvíce vyhledávají?

Nejoblíbenější procedurou je aplikace slatiny v zábalových vanách. Jedná se o vyhřívání vodní lůžka obepínající celé tělo, která zajistí pocit beztlíže a naprostého uvolnění, aniž byste se namočili. Slatinu nanášíme na postiženou část těla. Vlastností slatiny je udržení konstantní teploty vedoucí k hloubkovému prohrátí těla a tím k uvolnění měkkých tkání. Tato procedura je oblíbená u klientů s revmatickým onemocněním, u artróz či u chronických bolestí zad.

Obracejí se na vás i samoplátci s bolestí zad?

Ano, často. Velmi důležité je podrobné vyšetření, které určí příčinu obtíží. Od toho se odvíjí sestavení procedur, které je u každého klienta individuální. Zvolíme přírodní léčebný zdroj, fyzikální terapii a v neposlední řadě celou škálu cvičení, měkkých technik, masáží atd. Pro tyto klienty máme i speciálně sestavené pobyty. Nově připravujeme ambulanci pro bolesti zad, kde bude v nabídce program bez ubytování Rychlá pomoc pro bolavá záda.

Může k vám přijet pacient i s rodinou? Máte nějaké zázemí nebo možnost vyžití i pro děti?

Naše lázně jsou pro dospělé, dětské pacienty na léčbu nemáme. V rámci resortu Medical Spa přijíždějí i rodiny s dětmi. Ty zde mohou využít bazén s minerální vodou. (drb)