



Říká se, že kam nemůže slunce, tam musí lékař. S klidným vědomím dodávám, že ani lékař nemusí vždy pochodit, obzvláště, když se k problémům fyzického rázu přidá a lidská psychika. Žijeme v době, ve které je pozastavení a odpočinek považovaný za pomalu něco společensky nepřijatelného. Pokud člověk ve třiceti letech nemá rozjetou kariéru, rozestavěný dům a minimálně jednoho potomka, je společností považovaný za neúspěšného. Samozřejmě celou svojí životní cestu musí řádně dokumentovat na sociální síti. Co když si naše tělo a mysl ale potřebuje odpočinout? Co potom? Kam zajít? Jednou z možností se zabýváme v novém čísle našeho časopisu.

Když člověk oznámí „jedu do lázní“, reakce se mohou rozcházet. Od „ty máš nějaký problém“ až po „ty asi nevíš co s penězi“. Hodte s námi reakce okolí za hlavu a ponořte se do čtení o zajímavých místech, kterými lázně doopravdy jsou. Za celou redakci přeji příjemné čtení.

Jenny Vagabund
šéfredaktorka

Obsah čísla:

2/ Historie Lázeňství SOUTĚŽ



3/ Fotoreportáž po stopách českých lázní



5/ TOP lázeňské procedury Zeptejte se lékaře Výsledky hlasování



6/ Aktuality Lékařské sympozium Karlova Studánka Výherci FOTO soutěže „Bylinkařím, bylinkařiš, bylinkaříme“



7/ Kalendář akcí Lázeňská NEJ Bylinka měsíce



Vyhodnocení soutěže z minulého čísla:
Fotosoutěž „Mnoho tváří závislosti“: Ema Zdatná, Roudka, Emanuel Motýl, Jevíčko, Jasmína Jafaarová, Bystřička

Kontaktní údaje časopisu:
Veselá 87 e-mail: lazebnik@vymysleno.cz
Nový Jičín tel. č.: ++420 111 222 454
789 21 Facebook, instagram: @lazebnikvymysleno



Historie Lázeňství

Autor článku: Láznětour

Jak vše začalo

Lázeňství, chápáno v dnešním slova smyslu, v Čechách začalo psát svojí historii až na konci 18. století. Dříve byl pobyt v „lázních“ pouze pro vyšší vrstvy obyvatelstva. O léčebných kúrách, jejich účincích, můžeme polemizovat. Jednalo se o dlouhé a vysilující úkony jako několika hodinový pobyt ve vodě nebo pitná kúra až 9 litrů vřídelní vody. Tehdejší lazebníky bychom mohli přirovnat k dnešním fyzioterapeutům a masérům. V potaz však musíme brát tehdejší znalosti lidského těla a možnosti lazebníků.

Období zlomu

V období Třicetileté války byla většina lázeňských míst a lazeben uzavřena. Zlom nastává na počátku 18. století,

kdy lázeňská místa získávají na oblibě. Hosté se tolik nezajímají o procedury a léčení, ale kolonády a parky s fontánami byly velmi oblíbenou kratochvilí. Každý čas strávený v lázních musel být završen návštěvou plesového domu nebo divadla.

Jak již bylo napsáno výše, největší rozvoj lázeňství přichází na konci 18. století. Vznikají první velké lázeňské stavby. Služby lázní využívají především klienti z řad aristokracie, vysocí státní úředníci, později bohatší obchodníci, bankéři, umělci nebo průmyslníci. Lázeňský pobyt se tak stává známkou vyššího společenského

ho postavení a prestiže. O století později, tedy konec 19. století, dochází k dostavění rozsáhlých lázeňských komplexů a modernizaci léčebných postupů. Lázeňství je stále považováno za známku prestiže, ale postupně se otevírá o nižším vrstvám společnosti. K tomu přispívá i dostupnost lázeňských míst po železnici.

Lázně a válka

„Obdobím temna“ pro lázeňství lez označit 2. světová válka. Většina lázeňských komplexů je zabrána Němci pro vojenské účely.

SOUTĚŽ S NÁMI O HODNOTNÉ CENY

1. Které období bylo pro lázeňství obdobím temna?
A) Třicetiletá válka
B) 2. světová válka

2. Ve které době započala modernizace lázeňských postupů?
A) 17. století
B) 19. století

1.-3. místo: detoxikační čaj

3. Kdo to byl lazebník?
A) fyzioterapeut
B) kat



Správné odpovědi zasílejte na: lazebnik@vymysleno.cz do 25.6. 2020. Výherci budou informováni e-mailem.



FOTOREPORTÁŽ



MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

Místo, na kterém dnes leží druhé největší lázeňské město v Čechách, Mariánské Lázně, bylo v dávných dobách plné bažin a zcela pusté.

Šlechtic Hroznata založil v roce 1197 premonstrátský klášter v osadě Teplá, pod jehož správou patřilo i území dnešních lázní. Mniši byli také první, kteří zaznamenali slaný pramen ve svých lesích a dokonce se zde snažili odpařováním získávat sůl. Tato sůl byla později úspěšně prodávána jako projímadlo.



Lázeňský hotel v Luhačovicích



Kolonáda v Karlových Varech



Mariánské Lázně



Františkovy lázně



FRANTIŠKOVY LÁZNĚ

Léčivé účinky zdejších pramenů jsou známy od 15. století. Vodu z pramenů používali nejen místní obyvatelé, nýbrž byla prodávána i po celém Německu.

V roce 1700 prodej františkolázeňské vody v Německu převýšil objem vody pocházející ze všech německých lázní. Město bylo založeno v roce 1793 císařem Františkem I. Po Františkovi I. nese město svoje jméno. Za zakladatele prvních slatinných lázní na světě je považován lékař Bernhard Adler.



Lázeňský dům Teplice

ALŽBĚTINY LÁZNĚ

Tyto lázně jsou jedním z původně šesti veřejných balneoprovozů v Karlových Varech. Lázně pojmenované po císařovně Alžbětě Bavorské (Sissi) jsou považovány za architektonickou dominantu a nabízí široké spektrum léčebných procedur. Procedury zahrnují jak tradiční lázeňskou léčbu, tak i moderní relaxační wellness procedury. Pro oba druhy procedur je využívána vřídelní voda.



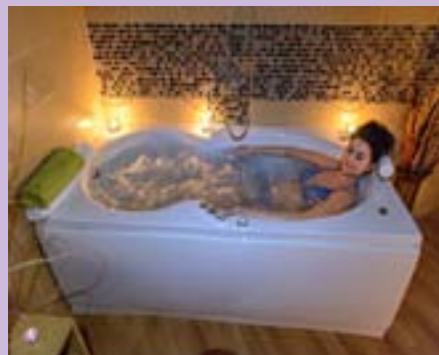
5 NEJLEPŠÍCH LÁZEŇSKÝCH PROCEDUR

1) Uhličité koupele

Při této příjemné proceduře proniká oxid uhličitý přes kůži do podkoží a způsobuje výrazné rozšíření vlasečnicového řečiště. Celé tělo obalí bublinky oxidu uhličitého, ten se vstřebává a zlepšuje prokrvení a má příznivý vliv na oběhový systém. Ke koupelím se využívá léčivá voda s vysokým obsahem volného oxidu uhličitého o teplotě 34°C.

2) Perličkové koupele

Tento druh koupele se řadí mezi masážní procedury. Svalové napětí se uvolňuje za pomoci vzduchových bublinek, které jemně masírují pokožku. Přidáním léčivých rostlin se ještě umocňují účinky koupele.



3) Hydromasáže

Masáž je prováděna pomocí proudu vody, který aplikuje masér za pomoci trysky v masážní hadici nebo v hydromasážní vaně, která je vybavena vodními a vzduchovými tryskami. Masáž napomáhá k uvolnění napětí ve svalech a také zlepšuje prokrvení kůže i svalů.

4) Reflexní masáže

Reflexní masáže probíhají stlačováním reflexních bodů na hlavě, v oblasti zad, páteře nebo na chodidlech. Toto stlačování má vliv na vnitřní orgány. Reflexní masáž provádí fyzioterapeut podle předpisu lékaře. Má aktivovat samo

léčebnou sílu těla, současně má povzbuzující a uvolňující efekt.



5) Skotský střík

Jedná se o tlakový proud střídající se studené a teplé vody, který je určen na dokonalé prokrvení veškerých problémových partií těla. Optimální doba procedury je 10 min.

Zeptejte se lékaře

Otázka: Udělali se mi červené pupínky po těle. Hrozně se o sebe bojím, protože si myslím že je to příznak nějaké vážné nemoci.

Dobrý den,

na zmírnění popsanych příznaků bych Vám doporučila Mýdlo z extra panenského olivového oleje a Bambucké máslo s měsíčkovým olejem.

Mýdlo používejte ráno a večer a máslo natírejte na vlhkou pokožku v tenké vrstvě hned po umytí mýdlem.

Pokud se vám zničehonic objeví v obličeji tečky tmavého nebo bílého zbarvení, s největší pravděpodobností jde o mrtvé kožní buňky. Nejde o nic výjimečného, kožní buňky odumírají všem lidem a neustále, tato znaménka někdy zpozoruje úplně každý. Obsahem takových teček je zpravidla kožní bakterie. Mnoho lidí si přitom myslí, že tmavé tečky jsou spojené s nečistotami. Za tmavé nebo světlé zbarvení může množství kyslíku. V případě bílých pupínků zůstává „ucpávka“ pod povrchem kůže a zůstává tak bílá. Oba dva typy pupínků jsou vytrvalé a mohou na vaši kůži být dlouhou dobu.

Dr. Eva Apoštolová

AKTUALITY

Státní léčebné lázně (SLL) v krkonošských Janských Lázních otevírají brány novým klientům s kapacitou osmi set lůžek. Jsou specializované na pohybové ústrojí a dětskou mozkovou obrnu. Plánují do konce týdne přijmout prvních maximálně 50 klientů.

Od pondělí jsou v provozu Lázně Darkov na Karvinsku. „Přijímáme pacienty, jen během pátečního dopoledne nám volalo asi dvě stě lidí, kteří mají zájem se objednat. Ten větší rozjezd ale počítáme od středy,“ podotkl mluvčí lázní Miroslav Slaný.

Už v pondělí se mohou otevřít slatinné lázně v Třeboni. „Provoz může začít okamžitě, problém bude komunikace s klienty. Trochu pochybuji, že hned v pondělí přijedou,“ sdělil Právu jednatel společnosti Slatinne lázně Třeboň Jan Váňa.

Karlova Studánka se na několik dní promění v centrum lékařských kapacit

Karlova Studánka Na čtyři dny se Karlova Studánka stane místem setkání lékařských kapacit z celé republiky. Sejdou se zde na odborné konferenci.

V lázních se uskuteční ode dneška do soboty odborná lékařská konference. Proběhnou zde XIV. Dny RAPPL, tedy Dny rinologie, alergologie, pneumologie, praktického lékařství, lázeňství.

„Poprvé to byly v roce 1996 Rinologické dny, postupně se přidaly další obory. Časem tak vznikl název RAPPL,“ vysvětlil primář lázní Karlova Studánka Jan Vrabec. Jde o obory, které spolu souvisejí a které propojuje lázeňská léčba.

Dny RAPPL jsou vedle lékařů určeny i dalším zdravotnickým pracovníkům, přijedou na ně i zdravotní sestry a fyzioterapeuti a rehabilitační pracovníci. Setkání v Karlově Studánce patří mezi oficiální odborné akce a zdravotníkům se započítává do jejich systému celoživotního vzdělávání a zvyšování kvalifikace.

Dalibor Otáhal

VÝHERNÍ FOTOGRAFIE SOUTĚŽE Z ČÍSLA 07

TÉMA: BYLINKAŘÍŠ, BYLINKAŘÍM, BYLINKAŘÍME



Autoři: 1) Jana Vopajšíková, 2) Antonín Hříba, 3) Líz Mravkolvová, 4) Romana Shnilá, 5) Štěpán Rozmarýn

alza.cz



**SBÍRKA NA PODPORU
OBLASTÍ ZASAŽENÝCH
DĚTSKÝM HLADOMOREM**

**14/4/2018
14/00 hod.**

KLUNICE / RESTAURACE NA STARÉ PÁŘE
DOBROČINNÁ AKCE PROBÍHÁ NA PODPORU
ORGANIZACE LÉKAŘI BEZ HRANIC

KLUNICE / GARAGE A TONY DUCHÁČEK
310 KOSMONAUTŮ

VSTUPNÉ 399 Kč

Výsledky hlasování z minulého čísla

Chodíte pravidelně
na masáže?

Ano..... 45 %

Ne..... 55 %

Chodíte pravidelně
na kosmetiku?

Ano..... 68 %

Ne..... 32 %

Kalendář akcí

6/7 Lékařské sympozium
Karlovy Vary

8/7 Kurz první pomoci
s Červeným Křížem pro
veřejnost, České Budějovice

10/7 Přednáška o paleo
stravě, Obecní dům Nová
Paka

15/7 Kurz masáže chodidel,
Akropolis Olomouc

19/9 Moderovaná diskuze
na téma Očkování, Ostrava

25/7 Panelová diskuze,
Věda a východní medicína

26/7 - 29/7 Třídenní kurz
veganského vaření

1/8 Světový den kontryhelu

3/8 - 7/8 Dny bylinných
terapií, celá republika

10/8 Přednáška „Antibioti-
ka - marketing nebo po-
moc?“, Nový Jičín

12/8 Prezentace Lékařů bez
Hranic, Praha, budova KS
na Palmovce

17/8 Lékařská konference
o onemocnění respiračního
ústrojí, Česká Lípa

20/8 Předporodní kurz s
MUDr. Pěcháčkovou, Nová
Ves

25/8 - 27/8 Promítání filmu
Amnesty International,
kulturní dům Aš

Přednáškový program Galerie umění pro děti GUD

Partner programu:
Homeopetická lékařská asociace, z.s.

Těhotenství a porod osvědčená homeopatická pomoc z přírody

1.3.2017 od 16 hod., Galerie GUD
nám. Franze Kafky 24/3, Praha 1

přednášející:
PhDr. Radka Wilhelmová, Ph.D.,
odborná asistentka
na Katedře porodní asistence
na Lékařské fakultě
Masarykovy univerzity v Brně.

Nutná rezervace na rezervacigalerie.gud.cz,
(v GUDu je zaříděno hřiště pro děti a programem
Karel IV. v rámci programu výtvarný)



+ Pilulka.cz
LEKARNA

299 Kč



Lázeňská NEJ

1) Nejstarší lázně

Nejstaršími českými lázněmi jsou Teplice v Čechách. Zdejší využívání teplého pramene je v Teplicích tradováno již od roku 762, očemž svědčí již název samotného města.



2) Nejstudenější minerální prameny

Opakem teplým minerálních pramenů ve „Varech“ jsou studené prameny v Mariánských Lázních. Jejich teplota dosahuje pouhých 7° až 10°C.

3) Nejvýše položené lázně

Lázně Jáchymov jsou nejvýše položené lázně v České republice. Nadmořská výška činí 673 metrů nad mořkou hladinou.



Bylinka měsíce

Kontryhel obecný, neboli husí nožka, je léčivá rostlina z čeledi růžovitých. Je velmi hojně rozšířen od nížin do hor na loukách, pastvinách, travnatých návších, prameništích, ve světlých vlhčích lesích, u cest a potoků. Kontryhel je většinou spojovaný s léčbou gynekologických potíží. O lidské zdraví se ale umí postarat mnoha jiných oblastech. Pomáhá při redukčních dietách a při zažívacích potížích, které způsobují mikrobi a plísně v zažívacím ústrojí.

V dalším čísle najdete

- Abecedu bylinkářky
- Rozhovor se specialistkou na domácí porody
- Je neočkování pro lidstvo hrozba? (komentář)