



Alžbětina lázeň (Lázně V), Karlovy Vary

Lázně prospívají všem, ne pouze lázeňským hostům

Význam terapeutické krajiny

Pojem terapeutická krajina poprvé definoval Wilbert Gessler v roce 1992. Podle něj se jedná o konkrétní prostředí, které přispívá k dosažení fyzického, duševního a duchovního uzdravení. V českém prostředí byl pojem lázeňská terapeutická krajina použit v dokumentaci k nominaci Slavných lázní Evropy/The Great Spas of Europe na Seznam světového kulturního a přírodního dědictví UNESCO. The Great Spas of Europe je právní subjekt sestávající z 11 lázeňských míst ze 7 zemí Evropy, které reprezentují unikátní kulturní a městskou lázeňskou tradici.

Slavné lázně Evropy tvoří skupina zcela výjimečných příkladů jedinečné urbanistické typologie založené na přírodních minerálních pramenech. V rámci nominace je tento termín spojován hlavně s parky a lesy spadajícími do památkově chráněné oblasti lázeňského místa. Definice lázeňské terapeutické krajiny je ale mnohem širší a zahrnuje v sobě současně aspekty přírodovědné, léčebné, urbanistické a kulturně historické. Přesná definice, která by zohledňovala výše zmiňované parametry v českém prostředí, ale chybí a je v současnosti předmětem diskuzí odborníků. Institut lázeňství a balneologie nyní intenzivně pracuje na projektu, v němž by odborníci měli jednoznačně vymezit jak vlastnosti a parametry lázeňské terapeutické krajiny, tak i základní směry rozvoje této krajiny.

Léčebná synergie

České lázeňství je charakteristické takzvanou komplexní lázeňskou léčbou, která v sobě zahrnuje

nejen vlastní léčebné a regenerační procedury, ale také pobyt v určitém přírodním prostředí, v němž dochází k synergii hygienických, environmentálních a estetických předpokladů. Při hodnocení léčebného efektu nelze oddělovat pozitivní účinky minerální vody či jiného léčivého zdroje, jímž může být například plyn či peloidy, ze synergických účinků přírodního prostředí lázeňského místa jako celku.

Lázeňská místa se ve velké míře rozkládají na zlomových strukturách v zemské kůře. Prostřednictvím těchto zlomů se do troposféry dostávají biogenní prvky – sodík, draslík, zinek, vápník, hořčík, mangan či lithium – které jsou důležité pro funkci centrální nervové soustavy, dále pro imunitu nebo snížení hyperreaktivity a podporují i psychomotorickou kondici. Lázeňští pacienti jsou vystaveni působení těchto prvků při pitných kúrách a vycházkách po okolí. Děje se tak zvláště přímo u vývěru zdrojů nebo i nad tektonickými útvary v přírodních léčebných klimatických lám-

ních. Na základě hodnocení krátkodobých a dlouhodobých atmochemických měření lze tvrdit, že celkový význam přírodních jevů působících na zlomech v lázeňských místech z hlediska lidského organismu výrazně převyšuje význam plynoucí z jejich funkce pouhého pasivního prostředí.

Roli hraje kvalita ovzduší

V rámci bioklimatologického výzkumu prostředí byly v centru zřídelní struktury zjištěny vysoké koncentrace negativně nabitých atmosférických iontů, které velmi prospívají našemu zdraví. Vdechování těchto částic vede ke zmírnění hyperreaktivity bronchů, zlepšuje se koncentrační schopnost, zvyšuje se psychická výkonnost, dochází ke zlepšení funkce autonomní nervové soustavy.

Podmínkou získání statutu lázeňského místa je určitá kvalita ovzduší. Na čistotu ovzduší jsou v lázních kladeny vysoké nároky, vychází se ze skutečnosti, že se v daném místě nachází trvale vždy několik stovek až tisíc lázeňských pacientů,



Karlovy Vary

Foto: archiv Institutu lázeňství a balneologie a 2x www.kypoint.cz

kteří trpí různými chorobami. I nepatrné znečištění ovzduší, které jinde může být považováno ještě za přípustné, se v lázních pociťuje již jako rizikový faktor. Škodliviny v ovzduší se neprojevují nepříznivě pouze na zdraví člověka, ale poškozují celou krajinu a tím i klimatické poměry příslušné oblasti.

Lázně jsou vždy zelené

Velkou úlohu pro vytváření příznivého lázeňského prostředí a pro přirozenou ochranu bioklimatu lázeňského místa má zeleň. Příhodné bioklima lázní umožňují klientovi v rámci komplexní lázeňské léčby co nejlépejší regeneraci sil a v mezích příslušné léčebné indikace hodnotný návrat do pracovního prostředí. Klimatické podmínky jsou příznivé k léčení, jestliže způsobují vhodné změny reaktivity nebo jiných fyziologických funkcí organismu. Klimatické podmínky prohlašuje pro určité místo za příznivé k léčení ministerstvo na návrh Inspektorátu lázní a zřídí a vychází z lázeňského zákona (č.164/2001 Sb.) a vyhlášky o zdrojích a lázních (423/2001 Sb., § 8–12). Klimatické podmínky jsou ale stejně důležité i v léčebných lázních, kde se využívá jiných přírodních léčivých zdrojů jako hlavního prostředku poskytování léčebné péče. Ochranu a úpravu mikroklimatu lázní možno dosáhnout přirozeným způsobem – dostatečným zalesněním této oblasti. Požadavky lázeňského místa na klimatické, hydrologické a estetické poměry určují lesům v okolí lázeňských míst funkce, bez nichž by provoz lázní mohl být ohrožen nežádoucím oslabením léčebných účinků.

Lesní vůni proti zánětům

Stromy obohacují ovzduší organickými sloučeninami – monoterpeny. Přestože ty se vyskytují ve všech organismech, syntetizovat je dokážou pouze rostliny, bakterie a některé druhy hmyzu. Z evolučního hlediska tyto organické molekuly způsobují buď nepříjemný zápach a chuť pryskyřice, aby odradily určité druhy živočichů, které by se jinak drahocennými květy živily, nebo se naopak staly voňavými atraktanty za účelem opylení. V přírodě nejčastěji se vyskytujícím monoterpenem je α -pinen, protože ho ve velkém



Císařský pramen v Národní přírodní rezervaci Soos

množství produkuje většina jehličnatých stromů. Podle vědeckých studií α -pineny mají protizánětlivé, protirakovinné, antioxidantní a neuroprotektivní účinky. Jak ovlivňuje vyšší koncentrace α -pinenu v ovzduší v okolí léčebných lázní vývoj chorob dýchacího ústrojí, je v současné době předmětem samostatného výzkumu Institutu lázeňství a balneologie. Mezi další prokazatelné benefiční účinky pobytu v lesním prostředí patří snižování krevního tlaku, zlepšení kvality spánku, prodloužení jeho délky, snižování hladiny stresových hormonů kortizolu a adrenalinu, dosažení vnitřní rovnováhy.

Lázeňská krajina léčí

Významnou funkci má v celkovém účinku lázeňské léčby také souhra emočních faktorů, kterými rozumíme v pozitivním směru smyslové vjemy a kladné emoce, vnímání krásy krajiny, ticha, příjemné zvukové kulisy, vůně vegetace, úpravy okolí, čistoty lázeňského prostředí... Z tohoto pohledu je důležité harmonické sepětí architektonických a urbanistických řešení lázeňského místa vzhledem k okolní přírodě, odstranění esteticky rušivých elementů krajiny. Úloha lázeňské terapeutické krajiny je velmi důležitá, zejména s přihlédnutím k dalšímu vývoji lázeňství, které bude zaměřeno nejen

na rehabilitaci po skončení akutního stadia nemoci a léčbu chronických onemocnění, ale i na prevenci civilizačních onemocnění a na duševní psychohygienu. Preventivní funkce lázeňské-léčebně rehabilitační péče má široké spektrum zdravotních a ekonomických benefitů – snížené množství spotřebovaných léků, zkrácení pracovní neschopnosti, nižší počet prováděných léčebných úkonů, nižší náklady na sociální péči a v součinnosti s tím menší množství důchodových dávek pro invaliditu, zlepšení kvality osobního života, optimalizaci společenského a pracovního uplatnění.

Léčebně lázeňství je vedle nemocniční a ambulantní péče ucelený léčebný systém zakotvený v tradici a doplňující cíleně, všeobecně a systematicky všechny složky v péči o zdraví jednotlivce a populace. V současné době se lázně stávají místem, kde lze nejen hledat, ale právě nacházet rovnováhu mezi tělem a duchem, sebou a okolím. Lázeňská terapeutická krajina je tak jedním z nejvýznamnějších činitelů komplexní lázeňské léčby, jež by měla zaručovat účinnou léčbu a příjemný pobyt a zachovat si při tom svůj specifický lázeňský charakter. A jako taková si zaslouží nejen péči a ochranu, ale i promyšlený rozvoj. ■

Ing. ALINA HUSEVNLÍ, RNDr. PATRICIE HLOUŠKOVÁ, Ph.D., a MUDr. LADISLAV ŠPIŠÁK, CSc. / Institut lázeňství a balneologie