

PO KRK V BAHNĚ

Slatinné lázně Toušeň se nacházejí nedaleko Prahy, což je jejich velká výhoda, pokud jste z metropole jako já. Není tak problém doprát si proceduru, za kterou bych jinak musela vyrazit nejméně sto kilometrů daleko.

Okolí Labe mám ráda. Je to úrodná rovinatá oblast, a když jsem se dočetla, že se poblíž Toušeně nachází proslulé ložisko slatiny, rozhodla jsem se poprvé v životě vyzkoušet slatinou koupel.

Vyzkoušela



**Eva Rýznerová,
redaktorka**

metody o unikátní slatinné zábaly a koupele, které poskytují pacientům dodnes.

Dnes jsou Lázně Toušeň součástí Fakultní nemocnice Bulovka (Bulovka.cz). Práce se slatinou, unikátním přírodním materiá-

lem, vyžaduje zkušenosti a také speciální zařízení. Po těžbě je slatina převezena do skladovacích prostor, kde dojde k jejímu přečištění. Potom se smíchá s vodou a aplikuje buď formou koupele, nebo jako slatinný zábal.

Koupele v husté hmotě

Oddělení slatinných koupelí je rozděleno na mužskou a ženskou část. Každá z nich má k dispozici několik modřínových van od českého výrobce. V nich dochází k promíchání slatiny s vodou a k jejímu předehřátí. Slatina má 38–40 °C a zemitou vůni, ve které rozpoznáte čpavou síru. Příjemná teplota koupele nezpůsobí

tělu šok, ale je třeba hlídat, aby nedošlo k ponoření oblasti srdce. O to se starají všímavé rehabilitační sestry. Černá hmota připomíná rašeliniště, jak ho známe z lesa. Před koupelí je třeba se osprchovat a potom už stačí podvolit se mocné síle přírody. Do vany se vstupuje pohodlně. Hustá směs postupně obaluje jednotlivé části těla a prohřívá organismus, tělo se uvolňuje a zklidňuje. Tekutina je opravdu hustá, pouhým okem v ní rozpoznáte tlející zbytky rostlin, části kořinek a stébel. Protože mívám v zimním období potíže s ledvinami a před Vánoci mě pořádně trápily, cítila jsem, jak v bederní oblasti okamžitě povolilo napětí a jak prohřátí dělá dobře ledvinám i celým zádkům.

Čtvrt hodinka slasti

Po patnácti minutách mě rehabilitační sestra upozornila, že uplynula doba vhodná

Jako doma

Ti, kdo dávají přednost rodinnému prostředí a osobním vztahům, si v Lázních Toušeň přijdou na své. Hned u recepcce se mě ujala vrchní sestra Milena Píšová a provedla mě budovou. Slatinné lázně Toušeň byly založeny Janem Králíkem v roce 1868 a portrét zakladatele zdobí hlavní koridor. Základem tehdejších léčebných procedur se stal železitý pramen, který zde vyvěral už od středověku. Pramen ale vysychal, a tak syn zakladatele nechal udělat chemický rozbor slatiny nedaleko Labe. A výsledky byly skvělé! V roce 1889 pak lázně rozšířily léčebné



V lázních přijímají pacienty na pojišťovnu i soukromou klientelu.



Areál lázní se nachází nedaleko Brandýsa nad Labem.



Patnáct minut v prohřáté slatině udělá dobře orgánům i pokožce.

ke koupeli. Během čtvrt hodiny klesne teplota slatinné směsi maximálně o 2–3 °C, a i když čas ubíhá, ve vaně se stále cítíte příjemně. Po důkladném osprchování jsem se osušila a následujících patnáct minut odpočívala v suchém ovivu v relaxační místnosti. Potom jsem se přemístila na masážní lůžko. Tam se mě ujal zkušený masér Jindřich Makovička a důkladně se věnoval mým žádům. Kombinace slatinné koupele a masáže patří k snadno dostupným procedurám

i pro ambulantní pacienty. Před odjezdem jsem si dopřála kávu v kavárně a prošla se lázeňským parkem a kolonádou. Ještě po pár dnech jsem účinky slatiny cítila. Slatina působí také povrchově, moje pokožka byla po koupeli viditelně hladká a napjatá. Cítila jsem také, jak jsou orgány hlouběji položené v těle prohřáté a revitalizované.

Je koupel pro všechny?

Procedura je vázána na lékařskou konzultaci, která probíhá formou rozhovoru s lékařem v lázních. Před vstupem do slatinné koupele je třeba podstoupit EKG. To je samozřejmě možné přímo na místě. Ve zdejších lázních není vůbec výjimečné, že se pacientům při příjmu věnuje osobně primář Ivo Kramařík, který prověří stav pacienta a doporučí vhodně léčebné procedury. Každý pacient takzvaně na pojišťovnu sem přijíždí s lékařskou dokumentací, i tak je ale povinností lékaře vytvořit vstupní lékařskou zprávu. Koupel ve slatině je totiž pro lidský organismus poměrně náročná, proto by mělo tělo dostat čas ke zklidnění. Udělalo mi radost, když jsem se dozvěděla, že veškerá použitá slatina se dopravuje zpět do původního ložiska v místě těžby. Přírodní léčivé zdroje je třeba chránit a zachovat pro další generace, a to mají Toušeňští na paměti. ■

Blahodárná slatina

- Účinky sirnoželezité slatiny, tzv. peloidu, se využívají k tepelné terapii. Slatina dokáže prokrvit organismus, tlumí bolest a uvolňuje svalstvo. Dochází ke zmírnění napětí ve svalu a k ústupu bolesti kloubů, svalů nebo páteře.
- Zároveň má výrazně protizánětlivé, antibakteriální a antimykotické účinky.
- Procedura je vhodná pro onemocnění pohybového a nervového systému, nemoci kožní a gynekologické.
- Unikátní slatina pomáhá i s léčbou chronických ekzémů, lupénky a chronických bakteriálních a plísňových onemocnění ženských vnějších pohlavních orgánů.



Slatina se používá také k léčbě ekzémů a plísňových kožních onemocnění.

▼ INZERCE

BLESK Bydlení DŮM • STAVBA • ZAHRADA
100 Kč 34th Kč
TĚMA JE TĚMA
POKOJOVKY PŘÁTELSKÉ K DĚTEM A ZVÍŘATŮM
Soutěž o chytrou kameru Netatmo za 6999 Kč
Energie ze slunce a větru
Nová kuchyň Jak ušetřit při jejím zařizování i při vaření
Petra Nesvačilová očistila byt od devadesátých let

INSPIRUJTE SE A BYDLETE STYLOVĚ!

ÚNOROVÉ ČÍSLO PRÁVĚ V PRODEJI

V prodeji v každé dobré trafice, nebo na www.ikiosek.cz/bleskbydleni s dopravou zdarma