

"ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ V KONTEXTU PACIENT - LÉKAŘ A LÁZEŇSKÁ PÉČE"

26. pracovní setkání lékařů a zdravotnických pracovníků

pod záštitou Ministra zdravotnictví ČR prof. MUDr. Vlastimila Válka, CSc., MBA, EBIR,
Karlovarského kraje, hejtmanky Mgr. Jany Mráčkové Vildumetzové, Institutu lázeňství a balneologie Karlovy Vary
a Odborné společnosti praktických dětských lékařů ČLS JEP,
odborný garant MUDr. Alena Šebková, předsedkyně OSPDL ČLS JEP



PROGRAM

Pátek 5. 9. 2025

14:00 – 18:00 Příjezd, ubytování, prezence účastníků semináře

16:30 – 19:30 **Workshopy - Balneoprocedury v LLLK s výkladem a ukázkou na balneoprovozu**

Vyšetření na bioimpedanci váze – INBODY 270, Výstava potravin s přednáškou o zdravé stravě KD, TEST tělesné zdatnosti - možnost vyzkoušení, Cvičební jednotka – rehabilitační cvičení s prvky jogy a pilatesu, Edukace jízdy na koloběžce s možností vyzkoušení

17:00 – 18:00 **Možnosti balneoterapie u dětí pro podporu zdravého životního stylu v LLLK**

Romana Kunová, Dis, fyzioterapeut, Léčebné lázně Lázně Kynžvart

18:00 – 18:30 VEČEŘE

Sobota 6. 9. 2025

07:30 – 08:30 SNÍDANĚ

08:00 – 08:50 **PREZENCE ÚČASTNÍKŮ**

09:00 **ZAHÁJENÍ SEMINÁŘE**

Mgr. Karel Naxera, ředitel LLLK

Mgr. Jana Mračková Vildumetzová, hejtmanka Karlovarského kraje, či jiný host07

09:10 – 13:15 **DOPolední BLOK PŘEDNÁŠEK**

09:10 – 09:50 **Obezita u dětí: Výzvy a řešení včetně telemedicíny a podpory zdravého životního stylu**

Doc. MUDr. Aldhoon Hainerová Irena, Ph.D, FNKV Praha, Klinika dětí a dorostu, Odbor. ambu. dětské obezitologie

09:50 – 10:40 **"Adolescenti mezi krizí a odolností."**

Prof. MUDr. Michal Hrdlička, CSc., Přednosta Dětské psychiatrické kliniky 2. LF UK, FN Motol10

10:40 – 11:00 **COFFEEBREAK**

11:10 – 11:40 **„Sebedůvěra“**

PhDr. Mgr. Monika Kopárková, Klinická psychologie Monika Kopárková s. r. o., Praha

11:40 – 12:00 **Zkušenosti práce psychologa s dětmi s DM 1. typu v LL Mánes, kazuistika**

PhDr. Mgr. Dominika Chudačíková, Lázeňská léčebna Mánes Karlovy Vary

12:00 – 12:30 **„Pojďme se hýbat“**

Mgr. Kamila Vorlová, fyzioterapeut, Fyzioterapie Moravany Brno

12:30 – 12:50 **Firemní přednáška generálního partnera Imunoglukan - Martin Pinček, Junior Medical Manager**

12:50 – 13:05 **Firemní přednáška zlatého partnera Pro Alergiky, Michal Závacký**

13:05 – 13:15 **DISKUSE**

13:15 – 14:15 **OBĚD**

14:15 – 17:30 **ODPOLEDNÍ BLOK PŘEDNÁŠEK**

14:15 – 14:45 **"Nový trend v rehabilitaci - terapeutický koloběh v lázních z pohledu lékaře".**

„Stručné statistické informace o "nákladovosti" komplexní i příspěvkové lázeňské péče o pacienty IBD“

Prim. MUDr. Jaroslav Vobořil, Vojenská lázeňská a rekreační zařízení, Karlovy Vary, zástupce ředitele

14:45 – 15:10 **Osa střeva - mozek, manuální diagnostika**

Doc. MUDr. Miroslav Tichý, CSc, rehabilitační lékař pro děti a dospělé, Masarykova nemocnice Rakovník, rehabilitační oddělení

15:10 – 15:30 **Role PLDD v péči o dítě**

MUDr. Zdeňka Růžičková, PLDD Karlovy Vary15

15:30 – 16:00 **COFFEEBREAK**

16:00 – 16:20 **Rozhodovací proces pro zakázku v psychoterapii v LLLK**

Mgr. Kamila Koblerová LLLK, psychoterapeut, Léčebné lázně Lázně Kynžvart

16:20 – 16:50 **Vodík v lázeňství**

PharmDr. Milan Krajíček, H2 Global GROUP Ostrava

16:50 – 17:20 **Balneologie v kontextu historie a současnosti.**

MUDr. Darina Kosorinová, Odborná lékařka pro choroby interní, rehabilitaci, fyziatrii a balneologii17

17:20 – 17:30 **DISKUSE, UKONČENÍ SEMINÁŘE**

17:30 – 19:00 **VEČEŘE**

20:00 – 23:00 **Neformální setkání, DM BAND**

Neděle 8. 9. 2024

07:30 – 09:00 SNÍDANĚ

Do 10.00 **CHECK OUT**

Indikační seznam Léčebných lázní Lázně Kynžvart podle Zákona o veřejném zdravotním pojištění č. 1/2015 Sb.:

Odborné konzultace poskytne:

MUDr. Dana Šaškova, saskova@lazne-kynzvart.cz, tel. +420 354 672 120

PRO DSOPĚLÉ:

I Onkologické nemoci

I/1 Zhoubné nádory

III Nemoci trávicího ústrojí

III/1 Chronické a recidivující onemocnění žaludku a střev

III/2 Stav po operaci jícnu, žaludku a dvanáctníku

IV Nemoci z poruchy výměny látkové a žláz s vnitřní sekrecí

IV/2 Stav po totální thyreoidektomii. Hypotyreóza.

V Netuberkulózní nemoci dýchacího ústrojí

V/1 Stav po operaci dýchacích cest.

Stav po transplantaci plic.

V/2 Poškození hrtanu a hlasivek v důsledku hlasového přetížení; po foniochirurgické léčbě

V/3 Stav po komplikovaném zánětu plic

V/4 Bronchiektázie. Recidivující a chronické záněty dýchacího ústrojí.

V/5 Astma bronchiolae. Chronická obstrukční plicní nemoc.

V/6 Intersticiální plicní fibrózy jakékoliv etiologie

V/7 Následky toxických účinků plynů, dýmů, leptavých par a dráždivých prachů

VII Nemoci pohybového ústrojí

VII/6 Bolestivé stavy šlach, úponů, burz včetně postižení

způsobených prací s vibrujícími nástroji

VII/7 Coxartroza, Gonartroza

VII/8 Artrózy v ostatních lokalizacích, artropatie

VII/9 Vertebrogenerní algický syndrom

VIII Nemoci močového ústrojí

VIII/1 Recidivující a chronické netuberkulózní záněty ledvin a močových cest.

VIII/2 Nefrolitiáza bez městnaní v močových cestách. Nefrokalcinóza.

VIII/3 Stav po operacích ledvin a močových cest

VIII/5 Stav po transplantaci ledviny při stabilizované funkci štěpu. Dárce štěpu.

X Nemoci kožní

X/1 Atopický ekzém

X/2 Generalizovaná a artropatická psoriasis vulgaris

PRO DĚTI:

XXI Onkologické nemoci

XXI/1 Zhoubné nádory

XXIII Nemoci trávicího ústrojí

XXIII/1 Onemocnění jícnu, žaludku a dvanáctníku, stavy po operacích

XXIII/2 Onemocnění střev, stavy po operacích

XXIII/3 Onemocnění jater

XXIII/4 Onemocnění žlučníku a žlučových cest

XXIII/5 Onemocnění pankreatu

XXIV Nemoci a poruchy výměny látkové a žláz s vnitřní sekrecí a obezita

XXIV/2 Obezita spojená s dalšími rizikovými faktory

XXIV/3 Thyreopatie, stavy po operacích štítné žlázy

XXV Netuberkulózní nemoci dýchacího ústrojí

XXV/1 Recidivující komplikovaná otitis po operačním řešení

XXV/2 Chronická nebo recidivující bronchitis

XXV/3 Stav po opakovaném zánětu plic v průběhu posledních 2 let

XXV/4 Bronchiektasie

XXV/5 Astma bronchiale

XXV/6 Stav po operacích cest dýchacích a malformaci hrudníku

XXV/7 Cystická fibróza. Intersticiální plicní fibróza. Sarkoidóza plic.

XXVII Nemoci pohybového ústrojí

XXVII/6 Morbus Scheuermann

XXVII/6 Vertebrogenerní algický syndrom

XXVIII Nemoci močového ústrojí

XXVIII/1 Recidivující nebo vleklé záněty ledvin a močových cest

XXVIII/2 Urolitiáza in situ, po spontánním odchodu konkrémentu, odstranění

XXVIII/3 Stav po operacích močového ústrojí mimo urolitiázu

XXVIII/4 Chronická difúzní GN, lipoidní nefróza, nefropatie

ve stadiu remise

XXVIII/5 Stav po transplantaci ledvin

XXVIII/6 Funkční poruchy mikce

XXX Nemoci kožní

XXX/1 Psoriasis vulgaris

XXX/2 Chronické a recidivující ekzémy, včetně atopického. Chronické prurigo.

OBSAH

MOŽNOSTI BALNEOTERAPIE U DĚTÍ PRO PODPORU ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU V LLLK

Romana Kunová, Dis., fyzioterapeut

fyzioterapeut, Léčebné lázně Lázně Kynžvart

OBEZITA U DĚTÍ: VÝZVY A ŘEŠENÍ VČETNĚ TELEMEDICÍNY A PODPORY ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU

Doc. MUDr. Aldhoon Hainerová Irena, Ph.D.,

FNKV Praha, Klinika dětí a dorostu, Odborná ambulance dětské obezitologie

ADOLESCENTI MEZI KRIZÍ A ODOLNOSTÍ.

Prof. MUDr. Michal Hrdlička, CSc.

Přednosta Dětské psychiatrické kliniky 2. LF UK, FN Motol

SEBEDŮVĚRA

PhDr. Mgr. Monika Kopárková,

Klinická psychologie Monika Kopárková s. r. o., Praha

ZKUŠENOSTI PRÁCE PSYCHOLOGA S DĚTMI S DM 1. TYPU V LL MÁNES, KAZUISTIKA

PhDr. Mgr. Dominika Chudačiková

Lázeňská léčebna Mánes Karlovy Vary

„POJĎME SE HÝBAT“

Mgr. Kamila Vorlová, fyzioterapeut

Fyzioterapie Moravany Brno

NOVÝ TREND V REHABILITACI - TERAPEUTICKÝ KOLOBĚH V LÁZNÍCH Z POHLEDU LÉKAŘE. STRUČNÉ STATISTICKÉ INFORMACE O "NÁKLADOVOSTI" KOMPLEXNÍ I PŘÍSPĚVKOVÉ LÁZEŇSKÉ PÉČE O PACIENTY IBD.

Prim. MUDr. Jaroslav Vobořil

Vojenská lázeňská a rekreační zařízení, Karlovy Vary, zástupce ředitele

OSA STŘEVA - MOZEK, MANUÁLNÍ DIAGNOSTIKA

Doc. MUDr. Miroslav Tichý , CSc, rehabilitační lékař pro děti a dospělé

Masarykova nemocnice Rakovník , rehabilitační oddělení

ROLE PLDD V PÉČI O DÍTĚ

MUDr. Zdeňka Růžičková

PLDD Karlovy Vary

ROZHODOVACÍ PROCES PRO ZAKÁZKU V PSYCHOTERAPII V LLLK

Mgr. Kamila Koblerová LLLK, psychoterapeut

psychoterapeut, Léčebné lázně Lázně Kynžvart

VODÍK V LÁZEŇSTVÍ

PharmDr. Milan Krajíček

H2 Global GROUP Ostrava

BALNEOLOGIE V KONTEXTU HISTORIE A SOUČASNOSTI.

MUDr. Darina Kosorinová

Odborná lékařka pro choroby interní, rehabilitaci, fyziatrii a balneologii

**Léčebné lázně Lázně Kynžvart 26. PRACOVNÍ SETKÁNÍ LÉKAŘŮ v LLLK na téma
"ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ V KONTEXTU
PACIENT - LÉKAŘ A LÁZEŇSKÁ PÉČE"**

V letošním roce jsme pro náš každoroční seminář vybrali aktuální současné téma a oslovili významné hosty, lékaře, se kterými bychom o něm chtěli společně diskutovat.

Lázně Kynžvart nabízí možnost léčení dětských i dospělých klientů v široké škále indikací s nabídkou léčebně rehabilitačních procedur v klimaticky příznivém místě, kdy svou polohou na jižním svahu Slavkovského lesa patří klimatoterapie jako Ministerstvem zdravotnictví uznanému přírodnímu léčivému prostředku k nejdůležitějším složkám lázeňské léčby. Právě pobyt v čistém prostředí, krásně upraveném parku a v okolních lesích je balzámem na duši našich klientů napříč všemi indikacemi.

Lázně se specializují hlavně na léčbu dýchacích cest, nemoci kožní, dále na onemocnění trávicího ústrojí, léčbu obezity, štítné žlázy, nemoci onkologické a jako jediné lázně nabízí léčení nemocí močového ústrojí a ledvin u dětí.

V kombinaci trojího – blahodárného klimatu, minerálních pramenů a ložisek slatiny v okolí - tkví tajemství příznivých účinků pobytu zde.

Nejznámějším velmi lahodným pramenem je Richard, který je využíván k zajištění pitného režimu a popíjení pramenů Helena a Viktor (železitých kyselek) jako důležité součásti léčby. Kromě pitných kúr je kladen důraz právě na klimatoterapii, tedy pobyt venku (jízda na kole, venkovní hry na multifunkčním hřišti, procházky v areálu a jeho okolí, turistické trasy, pobyt na několika hřištích, venkovní trampolína, golf na nedalekém hřišti, v zimě – možnost běžeckých stop a lyžování v blízkém okolí) Kromě pobytu venku jsou podávány lázeňské procedury: inhalační léčba, dechová rehabilitace, léčebná tělesná výchova, vodoléčba, cvičení v ozonizovaném bazénu, saunování, plynové uhlíčné koupele, fototerapie, termoterapie, elektroléčba, fyzioterapie a dietoterapie, či velmi oblíbený Kneipův chodník v chladné potoční vodě či Stezka bosou nohou v lázeňském parku. Lázně také nabízejí hipoterapii a ergoterapii u koní. Pro dětské pacienty je kromě lázeňských procedur celoročně připraven i bohatý volnočasový program – soutěže, karnevaly, dětská představení, cyklovýlety, rafty, FUN aréna, filmová promítání či zajímavé přednášky. Navíc je postaráno i o školní výuku, kdy přímo v areálu je základní i mateřská škola; k dispozici je také dobře vybavená herna.

Od letošního roku působí v našich lázních psychoterapeutka s nabídkou rodinné terapie, individuálních konzultací a skupinových konzultací u dětí bez doprovodu dle indikací.

Na našem pracovišti v léčebných lázních Mánes Karlovy Vary, kde jsou léčeny děti s diabetem mellitem I. typu působí psycholog. Pokládáme tuto péči za velmi důležitou součást komplexního přístupu k našim klientům, kteří ji také hojně využívají. Odpočinout si a pocítit tu pravou lázeňskou atmosféru mohou i klienti na pobytové balíčky a preventivní programy veřejných zdravotních pojišťoven.

Věřím, že letošní seminář bude pro Vás účastníky přínosem a přeji vám všem příjemný pobyt v našich lázních.

Dovolte mi rovněž vyjádřit poděkování všem našim zaměstnancům, kteří seminář připravili.

MUDr. Dana Šašková, MBA , náměstek pro lékařskou, ošetrovatelskou a lázeňskou péči LLLK

MOŽNOSTI BALNEOTERAPIE U DĚTÍ PRO PODPORU ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU V LLLK

Romana Kunová, Dis, fyzioterapeut

Léčebné lázně Lázně Kynžvart

Jednou z hlavních úloh balneoterapie je prevence civilizačních onemocnění, které souvisí se špatným životním stylem dnešní společnosti. Ve většině případů je na vině nedostatek pohybu, nesprávná výživa a stres. Podle průzkumů Institutu lázeňství a balneologie přivádí až 50% klientů do lázní právě civilizační choroby.

Zdravotním problémům lze předcházet správnou životosprávou. A ještě lepších výsledků lze dosáhnout, když se ke zdravému životnímu stylu přidá preventivní lázeňská péče, která prospívá jak fyzickému, tak i psychickému zdraví. Důležitou roli hraje samozřejmě i fyzioterapie, psychoterapie či poradenství v oblasti výživy.

Základem našeho léčebného programu je ukázat klientovi aktivity a jídelníček, které může postupně začleňovat i do svého každodenního života. Při edukaci nutričním terapeutem seznamujeme dítě se zdravým stravováním formou hry a názorných ukázek. Děti si zkoušejí sestavit zdravé jídlo a získávají povědomí o jednotlivých makronutrientech v potravě. Součástí pohybových aktivit je aerobní pohybová aktivita, kondiční cvičení, aquaerobik, LTV v posilovně a další. Pro lepší motivaci dětí k pohybu využíváme interaktivní pohybové hry.

V LLLK máme výhodu v tom, že se zde přirozeně vyskytuje řada přírodních léčivých zdrojů, které při procedurách využíváme. Řadí se mezi ně zejména minerální vody, které se využívají k pitným kúram, inhalacím a k minerálním koupelím. Máme zde výborné klimatické a geomorfologické podmínky, které přispívají ke zvýšení fyzické a psychické kondice. Využíváme je zejména při řízené terénní chůzi, Nordic Walkingu, klimatoterapii a jízdě na koloběžkách. V nabídce nechybí Kneipův chodníček, stezka pro bosou nohu a hippoterapie.

K tělesným měřením používáme váhu IN Body, která je nejpresnější technologií pro měření složení lidského těla. Děti na výsledcích mohou sledovat své pokroky.

U dětí může balneoterapie přispět k posílení imunity, zlepšení fyzické kondice a podpoře relaxace, což napomáhá celkovému zdraví a prevenci nemocí. Kromě toho mohou balneoterapeutické procedury podporovat psychickou pohodu dětí, což je klíčové pro jejich celkový rozvoj.



OBEZITA U DĚTÍ: VÝZVY A ŘEŠENÍ VČETNĚ TELEMEDICÍNY A PODPORY ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU

Doc. MUDr. Aldhoon Hainerová Irena, Ph.D.

Klinika dětí a dorostu Fakultní nemocnice Královské Vinohrady a 3. lékařská fakulta Univerzity Karlovy Praha

Obezita v dětském věku představuje vážný zdravotní problém s dlouhodobými dopady na fyzické i psychické zdraví dítěte. Přednáška se zaměří na komplexní přístup k diagnostice a léčbě obezity u dětí ve spolupráci s rodinami.

V úvodní části bude představena diferenciální diagnostika obezity u dětí, včetně nejčastějších příznaků a symptomů, které mohou signalizovat sekundární příčiny onemocnění. Budou představeny kazuistiky endokrinních a geneticky podmíněných forem obezity a doporučené laboratorní testy pro diagnostický proces.

Druhá část se zaměří na komplexní vyšetření dětí s obezitou, od anamnézy po fyzikální vyšetření, se zvláštním důrazem na faktory životního stylu, jako jsou stravovací návyky, fyzická aktivita a rodinné zvyklosti. Dále budou představena klíčová terapeutická opatření, včetně farmakologických možností léčby.

V závěrečné části bude prezentován projekt **KAMP (KArdioMetabolická Prevence, <https://www.kardiometabolickaprevence.cz/>)**, který je určen pro dospívající s obezitou. Tento program, zahrnující prezenční i distanční podporu multidisciplinárního týmu po dobu 12 týdnů, bude přiblížen společně s jeho dosavadními výsledky.

Součástí přednášky bude také představení **Rodinný průvodce zdravým životním stylem aneb Vesele s Veselými!**, který je pro čtenáře dostupný zdarma na www.obesitas.cz. Tento komiksový průvodce, vytvořený 17 odborníky, sleduje rodinu Veselých na cestě ke zdravějšímu životnímu stylu, přičemž jim pomáhají duch Alfréd, lékařka Klára, psychologka Tereza, nutriční terapeutka Káťa a trenér Patrik.

Přednáška poskytne praktické informace pro odborníky, kteří se snaží pomoci rodinám a dětem s nadměrnou tělesnou hmotností a podpořit je na cestě ke zdravějšímu životnímu stylu.

Podpořeno institucionální podporou Programu Cooperatio 3. LF UK.



ADOLESCENTI MEZI KRIZÍ A ODOLNOSTÍ

Prof. MUDr. Michal Hrdlička, CSc.

Dětská psychiatrická klinika 2. LF UK a FN Motol, Praha

Koronavirová krize, válka na Ukrajině a následná energetická a ekonomická krize v Evropě společně vedly k vážné společenské situaci, kterou tehdejší německý kancléř Olaf Scholz označil jako „přelom věků“ (německy *Zeitenwende*). Popsané negativní procesy vedly v oblasti zdravotnictví mimo jiné k dramatickému nárůstu péče v dětské psychiatrii, zejména u populace adolescentních dívek. Konkrétní čísla ukazují několikanásobný nárůst úzkostí, depresí, sebepoškozování a sebevražedných pokusů jak v mezinárodním měřítku, tak i u nás.

Méně se však mluví o příčinách a souvislostech těchto jevů. Dopady spojené konkrétně s koronavirovou krizí jsou jasně srozumitelné a vyplývaly z působení lock-downů, stresu a sociální izolace. Koronavirová krize a další následné krize však také katalyzovaly dlouhodobé společenské trendy, jejichž kořeny sahají ještě hluboko před rok 2020. Těmto se budeme v přednášce především věnovat. Představíme data poukazující na souvislost postupného nárůstu suicidality mladistvých dívek na jedné straně a rozvoje sociálních sítí a prodeje chytrých mobilů na straně druhé. Rozebereme konkrétně další sociálně – psychologické faktory jako jsou: oslabení principu odložené spotřeby, koncept pasivního štěstí, změna ideálu doby, generační rozdíly a pokles odolnosti vlivem hyperprotektivní výchovy.

Klíčovým preventivním úkolem v pedopsychiatrii dnes je propracovat a uvést do praxe způsoby, jak posilovat *odolnost* dětské a dospívající populace. V závěru přednášky si představíme teoretické modely prevence a shrneme jak možné cesty k realizaci účinné prevence, tak i řešení vedoucí do slepé uličky.

SEBEDŮVĚRA

PhDr. Mgr. Monika Kopárková

Klinická psychologie Monika Kopárková s. r. o., Cheb

Sebedůvěra je osobní přesvědčení, které člověku dává možnost mít pozitivní a zároveň realistickou představu o sobě samém a svých schopnostech. Jedná se o jednu z nejdůležitějších charakteristik, co se týče vztahu člověka k sobě. Prochází všemi dimenzemi našeho “já” a podmiňuje pozitivní sebe přijetí. Mnozí z nás se trápí nízkou sebedůvěrou nebo jsou přesvědčeni o její absenci. To, co si často neuvědomují, je skutečnost, že sebedůvěra souvisí s dalšími schopnostmi a dovednostmi, včetně přiměřené sebekritiky, které lze v životě naučit, rozvíjet a posilovat, že se může v průběhu života měnit a že není ve všech oblastech života stejná. Strategie podpory a rozvoje sebedůvěry jsou různé a může se s nimi naučit disponovat každý dle svého věku a možností tak, aby posílil svou spokojenost nejen se sebou samým, ale také celkově se svým životem, alespoň občas a alespoň s některými oblastmi života.

"POJĎME SE HÝBAT."

Mgr. Kamila Vorlová, fyzioterapeut

Fyzioterapie Moravany Brno

„Pojďme se hýbat“ se zaměřuje na důležitost fyzické aktivity pro zdraví a celkovou pohodu. V dnešní uspěchané době je kladen důraz na pravidelný pohyb jako klíčový faktor pro prevenci zdravotnických problémů, zlepšení kondice a duševní pohody.

Je potřeba se věnovat různým formám cvičení od pravidelných procházek po intenzivní sportovní aktivity a zároveň vyzdvihnout benefity pravidelného pohybu pro tělo i mysl.

Cílem je motivace nás všech ke změně životního stylu a začlenění fyzické aktivity do každodenního života.



NOVÝ TREND V REHABILITACI - TERAPEUTICKÝ KOLOBĚH V LÁZNÍCH Z POHLEDU LÉKAŘE STRUČNÉ STATISTICKÉ INFORMACE O "NÁKLADOVOSTI" LÁZEŇSKÉ PÉČE O PACIENTY IBD Prim. MUDr. Jaroslav Vobořil

Vojenská lázeňská a rekreační zařízení, Karlovy Vary, zástupce ředitele

Nový trend v rehabilitaci - terapeutický koloběh v lázních z pohledu lékaře

Terapeutický koloběh představuje inovativní přístup v oblasti funkční rehabilitace a propojuje pohybovou terapii s pobytem v lázeňském prostředí. Využití koloběžky jako rehabilitační pomůcky kombinuje prvky pohybové terapie, kardiovaskulárního tréninku a psychorelaxace v přirozeném prostředí. Z pohledu lékaře se přednáška zaměřuje na indikace, kontraindikace a terapeutické přínosy koloběhu v kontextu komplexní lázeňské léčby.

Stručné statistické informace o "nákladovosti" lázeňské péče o pacienty IBD

Přednáška přináší stručnou analýzu nákladovosti lázeňské péče u pacientů s idiopatickými střevními záněty (IBD), a to v dětské i dospělé populaci. Na základě dostupných dat budou prezentovány klíčové statistické ukazatele týkající průměrných nákladů hrazených z veřejného zdravotního pojištění. Cílem je poukázat na ekonomické aspekty lázeňské léčby jako doplňkové součásti komplexní péče o pacienty s IBD a otevřít odbornou diskusi o její racionální indikaci a potenciálním přínosu z pohledu klinického i zdravotně-ekonomického.

OSA STŘEVA – MOZEK, MANUÁLNÍ DIAGNOSTIKA

Doc. MUDr. Miroslav Tichý, CSC

Fakulta biomedicínského inženýrství ČVUT, Kladno,

Soukromá ambulance rehabilitačního lékaře, Masarykova nemocnice v Rakovníku

Vliv trávicí soustavy na oblast hlavy je známý ve **východní medicíně** několik tisíc let. Stačí se podívat na průběhy akupunkturních drah, abychom zjistili, že v oblasti krku a hlavy výrazně dominují dráhy orgánů trávicí soustavy.

Západní medicína má stále s akupunkturou problém. Převažuje názor, že se jedná o pavědu bez dostatečného vědeckého podkladu. Nicméně svítá na lepší časy. Vědecké studie prokazují, že akupunkturní body obsahují nervová vlákna typu C. Ta patří k autonomnímu nervovému systému, který řídí vnitřní orgány, ale zasahuje také prakticky ke všem buňkám těla.

V posledních desetiletích dochází v západní vědě a medicíně k velkému rozmachu studia střevního **mikrobiomu** a vlivu jeho dysfunkce na funkci lidského těla. A vznikl pro leckoho zajímavý závěr: Dysfunkce střevního mikrobiomu negativně ovlivňuje mozkové funkce všeho druhu! Je to už považované za prokázané a mluví se o **ose střeva mozek** (pro internetové vyhledávače gut – brain axis). Považuji to za krásné prolnutí západní a východní medicíny.

V souvislosti s tím vznikají **otázky**: 1) projeví se dysfunkce trávicí soustavy a dalších orgánových systémů ve funkci pohybového aparátu? 2) A pokud ano, tak jakým způsobem? 3) Lze ovlivnit funkci vnitřních orgánů léčbou pohybového aparátu?

Těmito otázkami se zabýváme v naší ordinaci řadu let. Ukazuje se, že u pacientů s prokázaným virovým nebo bakteriálním zánětem vznikají v pohybovém aparátu typické patologie.

Virový zánět prokazatelně zpomaluje rychlost vedení nervových impulzů. To se u kosterních svalů projeví jejich **hypotonii**. Tím dojde ke zvětšení celkového rozsahu pohybu v kloubech a ke ztrátě všech kloubních vůlí. Hypotonické svaly nechrání dostatečně **páteří a kloubní vazivo**, které se snadno poškodí. Vznikne tak patologická hypermobilita kloubu, která velmi bolí. Není viditelná zobrazovacími technikami, je zjistitelná pouze našima rukama. Bohužel v rehabilitaci stále platí pravidlo, že při bolestech zad a kloubů musí být přítomná „blokáda“ s omezením rozsahu pohybu. Proto se vše rozhýbává, rozcvičuje, mobilizuje, manipuluje atd. To k úlevě vést nemůže. U řady klientů se naopak jejich potíže mohou zhoršit. Správné řešení je opačné. Na dobu 3 týdnů pohybový segment páteře nebo končetinový kloub zklidnit **tejpováním** nebo pohyblivým **ortézováním**. Ortézy se musí nosit 24 hodin denně! To sice odporuje zavedeným zvyklostem, ale výsledky studií ve světě jasně prokazují, že trvalým nošením ortéz svaly neochabují, ale naopak se posilují!

Bakteriální zánět vede podle vědeckých studií k tzv. degradaci mezibuněčné hmoty vaziva. Ta tuhne, slepí kolagenní vlákna, což se klinicky projeví jako **zkrácení vaziva**. Celkový rozsah pohybu se zmenší a opět dochází ke ztrátě kloubních vůlí. To lze vyšetřit opět pouze rukama, zobrazovací metody to nejsou schopné zjistit.

Pokud zkrácené vazivo terapeuticky protáhneme, tak tyto příznaky zmizí, ale během 1–2 minut se příznaky vrátí. Rehabilitace může výrazně ulevit, ale jen na krátkou dobu. V průběhu série fyzioterapií je klientovi lépe, ale po skončení se jeho stav vrací do původního stavu.

Končetinové klouby při manuálním vyšetření jasně ukážou, zda je virový nebo bakteriální zánět přítomný, i když **krevní testy** přítomnost zánětu neprokázaly. Klient se tak dostává do slepé uličky, může být dokonce považovaný za simulanta, nebo je to přičítáno psychosomaticce a je odeslán na psychiatrii. Dovolím si zavést pojem „somatopsychika“ na základě výše popsané osy střeva – mozek. Skryté infekce trávicí soustavy navíc podle naší bohaté zkušenosti velmi často způsobuje bolesti hlavy.

Kromě zánětů popisujeme ještě **dysfunkce vnitřních orgánů**. Tím máme na mysli jejich oslabení, které se klinicky příliš neprojevuje. Teprve v posledních 10 letech je ale vědecky prokázáno, že autonomní nervová vlákna, zejména sympatikus, zasahují do oblasti motorických plotének a svalových vřetének kosterních svalů, což vede podobně jako u virózy, i když jiným mechanismem, k **difuzní svalové hypotonii**.

U dětí jsou podle naší bohaté zkušenosti tyto orgánové dysfunkce velmi časté a způsobují u nich bolesti zejména dolních končetin, které jsou obvykle přičítané růstovým bolestem. U takových dětí často diagnostikujeme poškození vaziva kloubů, zejména kolen, hlezen a kleneb nohou. Řešením není fyzioterapeuty preferované posilování svalů nohou pomocí cviků, které všichni znají. Mnohé maminky byly velmi zklamané, protože po intenzivním domácím cvičení se výsledek nedostavil. Nemohl! Pokud budeme cvičením neustále uvolněné vazivo vytahovat, tak se nemůže zpevnit! My volíme opačnou cestu. Nejprve pomocí bylinných čajů povzbuzujeme vnitřní orgány. Pokud při kontrolní návštěvě zjistíme, že čaje pomohly a svalové napětí se normalizovalo, přistupujeme ke zpevňování vaziva nohou tejpováním nebo pohyblivým ortézováním. Výsledky jsou zcela jiné a maminky mnohem spokojenější.

Při léčbě dysfunkcí vnitřních orgánů lze s úspěchem využít i **reflexní terapii**, jak ukážu v mé přednášce. Všeobecně je známý mikrosystém plosky nohy. My drážděním kožních a kloubních receptorů normalizujeme svalové napětí a příznivě ovlivňujeme funkci vnitřních orgánů. To jsme vyzkoušeli v několika diplomových pracích.

Široké možnosti uplatnění má také **alternativní léčba**. Zde odkazuji na přednášku MUDr. Zdeňky Růžičkové, která má v této oblasti bohaté zkušenosti.

Na závěr mi dovoluji si postesknout, že manuální vyšetření není podle **medicíny založené na důkazech** (evidence based medicine) považované za dostatečný důkaz, přestože je to často jediný způsob, jak tyto jemné změny v pohybovém aparátu zjistit. Ukázka v přednášce.

ROZHODOVACÍ PROCES PRO ZAKÁZKU V PSYCHOTERAPII V LLLK

**Mgr. Kamila Koblerová LLLK,
psychoterapeutka**

Jak rozumět **smyslu psychoterapie** v kontextu lázeňské péče dětí. **Role lékaře** v doporučení psychoterapie. Jak a komu psychoterapii nabízet a jaké mohou být **cíle** v krátkodobém kontextu lázeňského pobytu. Zkušenosti se zaváděním psychoterapie do Léčebných lázní Lázní Kyžvart.



ROLE PLDD V PÉČI O DÍTĚ

MUDr. Zdeňka Růžičková

PLDD Karlovy Vary

Role praktického lékaře pro děti a dorost je klíčová pro zdravý a správný vývoj každého dítěte. Není jen koordinátorem zdravotní péče, rádcem v nemoci i ve zdraví, ale také v neposlední řadě poradcem a „zpovědníkem“ pro celou rodinu. Zná rodinnou, osobní i sociální anamnézu, klinický stav, jímž může své konání přizpůsobovat.

Edukuje ke zdravému životnímu stylu již od novorozeneckého věku – výživa kojící matky, výživa kojenců, batolat, dětí i dospívajících. Je prvním rádcem v prevenci obezity. Nedílnou součástí práce je též sledování psychomotorického vývoje, ev. následné rehabilitační péče. Sleduje vývoj řeči, doporučuje případný logopedický zásah.

Díky celoživotnímu vzdělávání získává nové poznatky a znalosti v diagnostice i terapii a ty pak může aplikovat ve své praxi. Nezapomínáme ani na nové diagnózy včetně vzácných onemocnění. Díky diagnostice formou suché kapky jsme diagnostikovali v naší ordinaci mukopolysacharidózu II. typu. Nepřeceňujme vlastní schopnosti, v nutných případech se neváhejme obrátit na správně zvoleného odborného lékaře.

Nepřeceňujme výsledky rychlotestů, abychom zabránili rychlému nástupu antibiotické resistance. Zde můžeme použít alternativní metody léčby – homeopatie, fyziologická regulační medicína, fytoterapie, fototerapie, balneoterapie, reflexní terapie, fyzikální terapie (obklady, zábaly,...). Je krásné předávat mladé dospělé do péče praktického lékaře s výpisem pouze symptomatické léčby bez ATB.

VODÍK V LÁZEŇSTVÍ - NEUROPROTEKTIVNÍ ÚČINKY MOLEKULÁRNÍHO VODÍKU A JEHO VLIV NA METABOLISMUS TRYPTOFANU

PharmDr. Milan Krajíček

H2 Global GROUP Ostrava

Molekulární vodík (H_2) se v posledních letech dostává do popředí výzkumu díky svým antioxidačním, protizánětlivým a buněčně ochranným vlastnostem. Jedním z klíčových mechanismů jeho neuroprotektivního působení je regulace metabolismu aminokyseliny tryptofanu, která ovlivňuje rovnováhu mezi neurotoxickými a neuroprotektivními metabolity.

H_2 snižuje aktivitu enzymu IDO (indolamin-2,3-dioxygenázy), která přeměňuje tryptofan do kynureninové dráhy, kde vznikají potenciálně neurotoxické sloučeniny, jako je kynurenin a 3-hydroxykynurenin. Tím dochází k omezení excitotoxicity a snížení rizika neurodegenerace. Zároveň podporuje tvorbu serotoninu, což může pozitivně ovlivnit kognitivní funkce a náladu.

Dalším významným efektem je zvýšení produkce indol-3-propionové kyseliny (IPA), střevního metabolitu s antioxidačními a neuroprotektivními vlastnostmi, který přispívá k ochraně neuronů před oxidačním stresem. Molekulární vodík rovněž moduluje střevní mikrobiotu, což přispívá k omezení tvorby nežádoucího indoxylsulfátu a zlepšení střevně-mozkové osy.

Díky těmto mechanismům představuje molekulární vodík perspektivní terapeutický nástroj pro prevenci a léčbu neurodegenerativních onemocnění, jako jsou mírná kognitivní porucha (MCI) a Alzheimerova choroba (AD), ale i poruchy autistického spektra (PAS).

BALNEOLOGIE V KONTEXTU HISTORIE A SOUČASNOSTI

MUDr. Darina Kosorinová

Emeritní odborná lékařka pro choroby interní, rehabilitaci, fyziatrii a balneologii,

Poděkování nejen pořadatelům za pozvání ale i všem přednášejícím za jejich sdělení + krátký komentář, co z jejich vystoupení bezpochyby posluchače obohatilo/potěšilo.

Vystoupení pod stručným titulem **Balneologie v kontextu historie a současnosti** má košatý obsah. Je to výzva – 30 minutový a odvážný „přelet nad hnízdy balneologie“ od pravěku do doby současné. Lidé již od pradávna a dodnes při zdravotních potížích využívají přírodní léčivé zdroje (PLZ) a postupy zdravotní péče dnes nazývané fyzikální, rehabilitační, nefarmakologické.

Nejstarší důkazy o tom jsou archeologické nálezy votivních předmětů v lokalitách kolem PLZ.

Později o přírodních a fyzikálních léčebných metodách vznikaly již písemné traktáty (Čína, Egypt, Řecko...) Mnoho věhlasných literátů Římské říše (Seneka, Plutarchos... ve svých textech popisovali společenský život, architekturu lázeňských měst, provoz lázeňských zařízení. Postupně vznikaly lázně na celém území rozlehlé Římské říše již s modifikovanými balneologickými postupy a novým spektrem indikací.

V době stěhování národů došlo k úpadku lázní.

Až přírodovědci a lékaři novověku oživili zájem o přírodní léčivé prostředky a nastartovali novodobou éru balneologie. Seznam osobností a měst, které se zasloužily o rozvoj balneologie je rozsáhlý. Během let zejména ve střední Evropě v léčebné i preventivní péči o zdraví získala a dodnes má balneologie nezastupitelné postavení.

Lázeňství bývalého Československa mělo vysokou atraktivitu pro občany civilizovaného světa.

V závěru vystoupení je výčet historických atributů přitažlivosti a soudobých hrozeb, kterým balneologie čelí.



Archiv města Lázně Kynžvart



Generální partner

Imunoglukan P4H[®]

Zlatý partner

 **ProAlergiky**

Vystavovatelé

favea 
pro vaše zdraví

Vitabalans 



www.lazne-kynzvart.cz