



Co-funded by
the European Union

LÁZEŇSKÁ PÉČE



SZŠVOŠZ

Prevence • Léčba • Rehabilitace



SZŠVOŠZ
Střední zdravotnická škola
a Vyšší odborná škola
zdravotnická, Pízeň



Spolufinancováno
Evropskou unií

LÁZEŇSKÁ PÉČE A JEJÍ VÝZNAM VE ZDRAVOTNICTVÍ

SPA CARE AND ITS IMPORTANCE IN HEALTHCARE

Lázeňská péče využívá přírodní léčivé zdroje a komplexní léčebné postupy k podpoře zdraví, prevenci onemocnění, léčbě a rehabilitaci. Spojuje tradiční hodnoty s moderní medicínou a přispívá ke zlepšení kvality života pacienta.



1 CO JSOU LÁZNĚ

- Lázně jsou zdravotnická zařízení, která poskytují komplexní péči s využitím přírodních léčivých zdrojů.
- Mezi hlavní přírodní zdroje patří minerální vody, léčivé plyny, peloidy (bahno, slatina) a příznivé klima.
- Lázeňství má v našich zemích dlouhou tradici a patří k významnému kulturnímu dědictví.



MINERÁLNÍ VODY



PELOIDY



KLIMA

2 VÝZNAM LÁZEŇSKÉ PÉČE PRO ZDRAVÍ

- Podporuje léčbu a zotavení mnoha onemocnění.
- Zlepšuje fyzickou kondici a pohyblivost.
- Přispívá k psychické pohodě, snižuje stres a napětí.
- Zvyšuje kvalitu života a celkovou vitalitu.



3 ROLE ZDRAVOTNÍ SESTRY V LÁZEŇSKÉ PÉČI

- Přijímá pacienta a poskytuje mu informace o průběhu péče.
- Steduje zdravotní stav pacienta a zaznamenává změny.
- Zajišťuje a aplikuje procedury podle ordinace lékaře.
- Dbá na bezpečnost, hygienu a komfort pacienta.
- Poskytuje edukaci a podporu v dodržování režimových opatření.
- Komunikuje empaticky a respektuje individuální potřeby.
- Spolupracuje v rámci interdisciplinárního týmu.

4 NEJČASTĚJŠÍ LÁZEŇSKÉ PROCEDURY

- Hydroterapie (koupele, sprchy)
- Termoterapie (zábalý, parafin)
- Perličkové a vířivé koupele
- Masáže
- Inhalace
- Rehabilitační cvičení
- Oxygenoterapie
- Aromaterapie



5 PŘÍNOS LÁZEŇSTVÍ V PREVENCÍ

- ✓ Prevence civilizačních onemocnění (obezita, diabetes, hypertenze).
- ✓ Podpora zdraví pohybového aparátu.
- ✓ Kardiovaskulární prevence – zlepšení krevního oběhu, snížení krevního tlaku.
- ✓ Respirační prevence a podpora funkce dýchacích cest.
- ✓ Prevence stresu, úzkosti a syndromu vyhoření.
- ✓ Motivace ke zdravému životnímu stylu.
- ✓ Posílení imunity a celkové odolnosti organismu.



6 LÁZNĚ A MODERNÍ ZDRAVOTNICTVÍ

- Rehabilitace po úrazech, operacích a závažných onemocněních.
- Komplexní péče o chronicky nemocné pacienty.
- Specializované programy pro seniory.
- Propojení léčebného lázeňství a wellness pro dlouhodobé zdraví.
- Využití moderních technologií, digitalizace a online edukace pacientů.



7 PŘÍNOS PRO SPOLEČNOST

- ➕ Snižuje riziko hospitalizací a komplikací.
- ➕ Zlepšuje soběstačnost a návrat do běžného života.
- ➕ Snižuje náklady na zdravotní péči v dlouhodobém horizontu.
- ➕ Posiluje veřejné zdraví a prevenci v populaci.
- ➕ Podporuje cestovní ruch a regionální rozvoj.
- ➕ Vytváří pracovní místa a rozvíjí odborné kompetence.



8 ZÁVĚR

Lázeňská péče představuje jedinečnou kombinaci přírodních zdrojů, odborných znalostí a lidského přístupu. Zdravotní sestra je nepostradatelnou součástí tohoto procesu – poskytuje odbornou, bezpečnou a empatickou péči, která přispívá k uzdravení, prevenci a kvalitě života každého pacienta.

**PREVENCE – LÉČBA – REHABILITACE
ZDRAVÍ – POHODA – KVALITA ŽIVOTA**



Spolufinancováno
Evropskou unií

LÁZNĚ – TRADICE, KTERÁ LÉČÍ
BUDOUCNOST, KTERÁ PEČUJE



SPA – A TRADITION THAT HEALS
A FUTURE THAT CARES

SZŠVOŠZ
Střední zdravotnická škola
a Vyšší odborná škola
zdravotnická, Pízeň

Co jsou lázně?

Lázně jsou zdravotnická zařízení využívající přírodní léčivé zdroje jako minerální vody, peloidy nebo příznivé klima. Pomáhají při léčbě, regeneraci i prevenci onemocnění.

Moderní lázeňská péče propojuje tradiční přírodní léčivé zdroje s odbornou zdravotnickou péčí a rehabilitací, digitalizuje se a zapojuje moderní technologie jako virtuální realitu



1 CO JSOU LÁZNĚ

- Lázně jsou zdravotnická zařízení, která poskytují komplexní péči s využitím přírodních léčivých zdrojů.
- Mezi hlavní přírodní zdroje patří minerální vody, léčivé plyny, peloidy (bahno, slatina) a příznivé klima.
- Lázeňství má v našich zemích dlouhou tradici a patří k významnému kulturnímu dědictví.



MINERÁLNÍ VODY



PELOIDY



KLIMA

2 VÝZNAM LÁZEŇSKÉ PÉČE PRO ZDRAVÍ



Podporuje léčbu a zotavení mnoha onemocnění.



Zlepšuje fyzickou kondici a pohyblivost.



Přispívá k psychické pohodě, snižuje stres a napětí.



Zvyšuje kvalitu života a celkovou vitalitu.

6 LÁZNĚ A MODERNÍ ZDRAVOTNICTVÍ

- Rehabilitace po úrazech, operacích a závažných onemocněních.
- Komplexní péče o chronicky nemocné pacienty.
- Specializované programy pro seniory.
- Propojení léčebného lázeňství a wellness pro dlouhodobé zdraví.
- Využití moderních technologií, digitalizace a online edukace pacientů.



Význam lázeňské péče

Lázeňská péče podporuje fyzické i psychické zdraví, zlepšuje pohyblivost, působí relaxačně, snižuje stres a přispívá ke kvalitnějšímu životu.

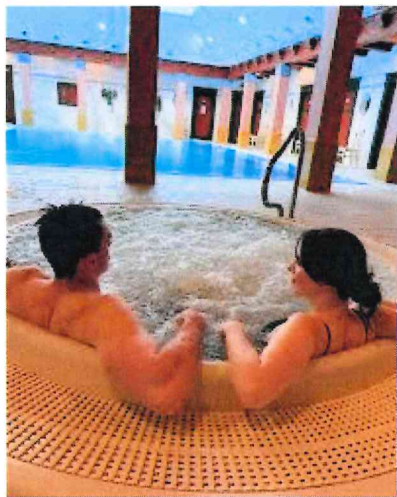
5 PŘÍNOS LÁZEŇSTVÍ V PREVENCI

- ✓ Prevence civilizačních onemocnění (obezita, diabetes, hypertenze).
- ✓ Podpora zdraví pohybového aparátu.
- ✓ Kardiovaskulární prevence – zlepšení krevního oběhu, snížení krevního tlaku.
- ✓ Respirační prevence a podpora funkce dýchacích cest.
- ✓ Prevence stresu, úzkosti a syndromu vyhoření.
- ✓ Motivace ke zdravému životnímu stylu.
- ✓ Posílení imunity a celkové odolnosti organismu.



7 PŘÍNOS PRO SPOLEČNOST

- Snižuje riziko hospitalizací a komplikací.
- Zlepšuje soběstačnost a návrat do běžného života.
- Snižuje náklady na zdravotní péči v dlouhodobém horizontu.
- Posiluje veřejné zdraví a prevenci v populaci.
- Podporuje cestovní ruch a regionální rozvoj.
- Vytváří pracovní místa a rozvíjí odborné kompetence.



Relaxace v lázních přispívá k odlehčení přetíženého nervového systému, snižuje hladiny stresových hormonů a startuje přirozené regenerační a samoléčebné procesy celého organismu.



Nejčastější procedury

Mezi nejčastější procedury v lázních patří hydroterapie, elektroléčba, individuální a skupinové rehabilitační cvičení, masáže, termoterapie, inhalace nebo oxygenoterapie.

4 NEJČASTĚJŠÍ LÁZEŇSKÉ PROCEDURY



Hydroterapie
(koupele, sprchy)



Termoterapie
(zábaly, parafin)



Perličkové a vířivé koupele



Masáže



Inhalace



Rehabilitační cvičení



Oxygenoterapie



Aromaterapie



Cvičení upravuje svalové dysbalance, odstraňuje bolesti zad a kloubů, a pomáhá s rekonvalescencí po úrazech nebo operacích. Terapeutická masáž je cílená fyzioterapeutická metoda, která uvolňuje ztuhlé svaly, odstraňuje svalové spazmy a pomáhá při bolestech pohybového aparátu způsobených stresem, jednostrannou zátěží či úrazy. Zaměřuje na řešení konkrétních zdravotních problémů.



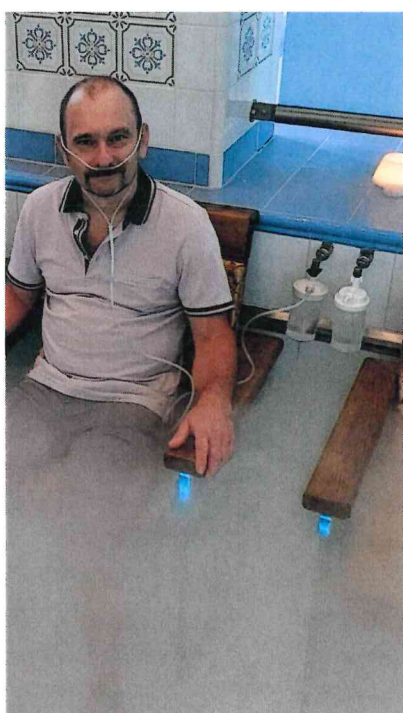
Inhalace

Zklidňují podrážděnou sliznici dýchacích cest při chronických i akutních obtížích. Podporují imunitu: zlepšují prokrvení sliznic a zvyšují jejich lokální obranyschopnost vůči virům a alergenům. Dále usnadňují vykašlávání a uvolňují sekret dýchacích cest. K inhalacím se využívají různé minerální vody, kyslík, či solné jeskyně. Solné jeskyně slouží v lázeňství jako vysoce účinná rehabilitační a relaxační procedura, která formou inhalační terapie (haloterapie) stimuluje klima přímořských oblastí. Pobyt v nich se využívá k léčbě dýchacích cest, kožních obtíží a posílení celkové imunity.

Procedury obvykle začínají propláchnutím horních cest dýchacích, poté následuje vdechování rozprašené minerální vody ústy a nosem pomocí nebulizerů. Nejznámější minerální vody užívané k inhalacím jsou:

Vincentka (Lázně Luhačovice): Nejznámější silně mineralizovaná voda s vysokým obsahem jódu, draslíku a sodíku. Ideální při respiračních onemocněních a alergiích.

Bílinská kyselka (Bílina): Alkalická kyselka snižující překyselení, vhodná k inhalacím při zánětech horních cest dýchacích.



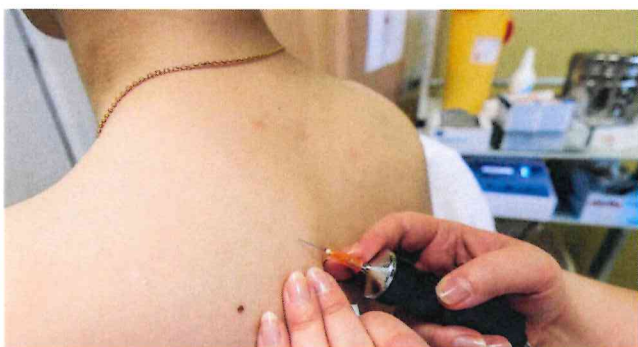
Oxygenoterapie (inhalace zvlhčeného kyslíku) je v lázních podpůrná léčebná a regenerační procedura. Zvyšuje koncentraci kyslíku v krvi i tkáních, čímž zlepšuje buněčný metabolismus a urychluje celkovou regeneraci organismu a hojení. Některé druhy procedur jsou doplněny inhalací kyslíku, nejčastěji pomocí kyslíkových brýlí, aby se podpořila účinnost procedury druhé. Oxygenoterapie působí proti únavě, stresu a vyčerpání. Zrychluje metabolismus mozkových buněk, čímž pozitivně ovlivňuje psychiku a kognitivní funkce. Vyšší přísun kyslíku podporuje obnovu buněk čímž omlazuje organismus i pokožku. Je ideální při rekonvalescenci po respiračních onemocněních nebo u astmatu.

Využití Plynu

V lázeňství se používá vřidelní plyn (nejčastěji přírodní oxid uhličitý neboli **CO₂**). Působí přímo na krevní oběh a nervový systém. Plyn se vstřebává kůží a způsobuje okamžité rozšíření cév a vlásečnic, což vede k lepšímu zásobení tkání kyslíkem a urychluje hojení a působí úlevu od bolesti. Využívá se především pro **suché uhličitě koupele** (plynové obálky) a **plynové injekce**

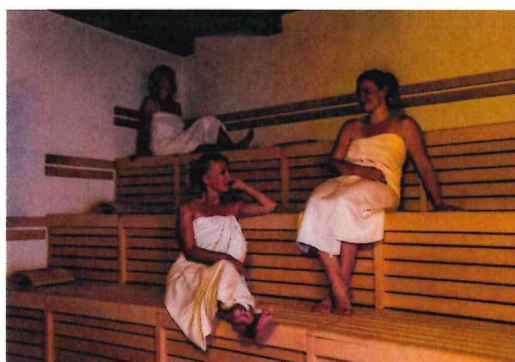
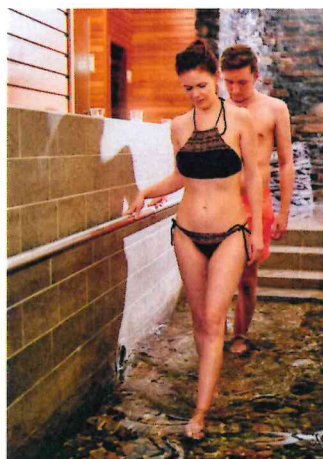


Aplikace plynu (např. injekčně do okolí velkých kloubů aj.) významně ulevuje od chronických bolestí zad a pohybového aparátu. Např. Mariin plyn v Mariánských Lázních je unikátní čistý CO₂ (99,7 %), který se využívá k léčbě neplodnosti, potíží s prokrvením i pro celkovou revitalizaci. Pro lepší účinnost se doplňuje oxygenoterapií.



Termoterapie

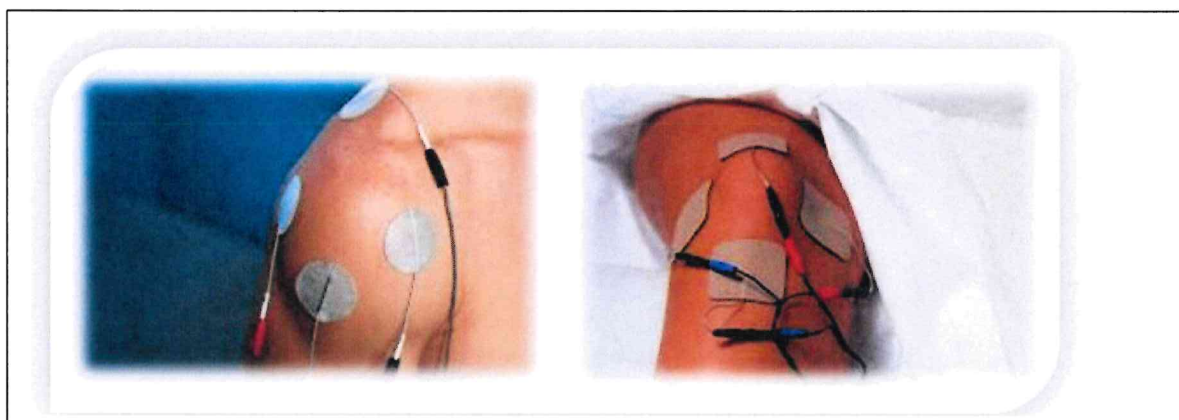
Využívá lokální i celkové aplikace tepla k prokrvení tkání, uvolnění svalových křečů a zmírnění chronické bolesti. V lázních se aplikuje prostřednictvím parafínu, lavatermů, střídavých koupelí v teplé a studené vodě, prostřednictvím saun, případně přírodních zdrojů, jako jsou rašelinové či slatinné zábaly nebo vulkanické bahno. Teplu způsobuje Myorelaxaci: tzn. uvolňuje ztuhlé svalstvo a křeče (spazmy). Vazodilataci: Rozšiřuje cévy, což zlepšuje průtok krve a okysličení tkání a urychluje metabolismus (látkovou výměnu). Úlevu od bolesti: Působí analgeticky, tlumí chronické bolesti pohybového aparátu.



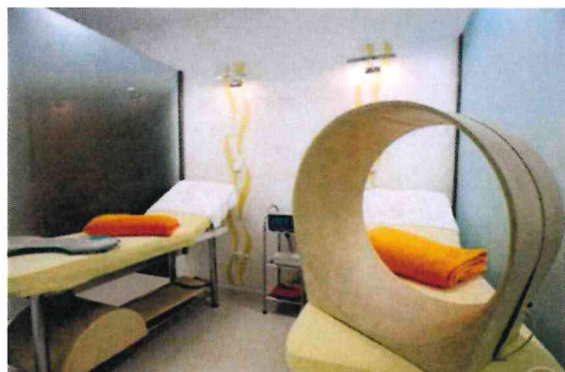
Nejčastěji se indikuje při: Chronických degenerativních onemocněních kloubů a páteře. Revmatických chorobách a zánětlivých stavech pohybového aparátu. Poúrazových a pooperačních stavech.

Elektroléčba

Využívá se spolu s magnetem ke stimulaci nervů a svalů, zlepšení lokálního prokrvení a urychlení hojivých procesů.



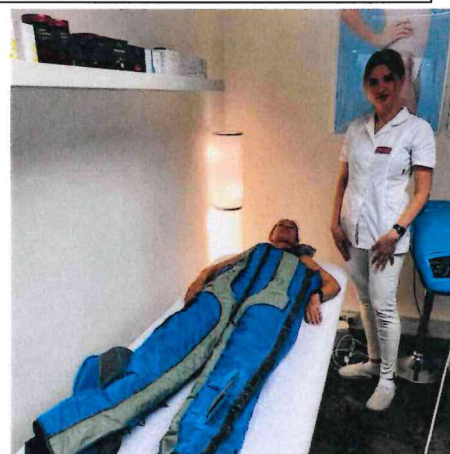
Magnetoterapie



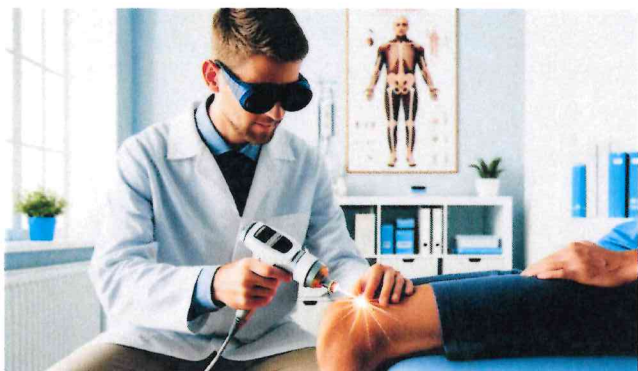
Před absolvováním procedury magnetem je nutné odložit veškeré kovové předměty, elektroniku i platební karty. Magnetoterapie není vhodná pro lidi s kardiostimulátorem, těhotné ženy a pacienty s akutním krvácením či aktivním nádorovým onemocněním

Lymfodrenáže

Stimulují oběh lymfy. V lázeňství slouží k **léčbě otoků (lymfedémů)**, **podpoře detoxikace** a **urychlení regenerace** po úrazech či operacích. Provádí se jak ruční (manuální), tak přístrojová.



Laseroterapie



Význam spočívá v **tlumení bolesti, urychlení hojení tkání a podpoře regenerace**. Využívá biostimulačních účinků světla, které proniká do tkání a aktivuje buněčný metabolismus.

Peloidy

Peloidy (léčivé bahno, rašelina a slatina) slouží v lázeňství k vysoce účinné **tepelné a fyzikální terapii**. Díky vysoké schopnosti akumulovat teplo prohřívají hluboké tkáně, uvolňují svalové napětí, tlumí bolest a působí protizánětlivě. Navíc uvolňují minerální látky, které vyživují pokožku. Pomáhají při artróze, revmatu a chronických bolestech pohybového aparátu.



Rehabilitace pomocí roboticky asistovaného systému

Používá zejména: po cévní mozkové příhodě, po úrazech mozku nebo míchy, po ortopedických operacích, u neurologických onemocnění (např. Parkinsonova nemoc, roztroušená skleróza), k obnovení správného stereotypu chůze.



Minerální vody

Minerální vody se využívají k pitým kúram podle daného onemocnění, používají se k inhalacím, či léčebným koupelím.



Koupele

Léčebné koupele jsou základním pilířem lázeňství (balneoterapie). Využívají termální vody, minerály, plyny či peloidy (např. slatinu). Jejich hlavním významem je hloubková regenerace pohybového aparátu, uvolnění spasmu svalů, podpora krevního oběhu, stimulace imunitního systému a uvolnění nervové soustavy. Výřivé koupele a podvodní masáže uvolňují svalové spasmy.










Vířivé a perličkové koupele: Kombinují účinky tepla s mechanickou masáží. Stimulují nervová zakončení, zlepšují krevní oběh v končetinách a uvolňují svalové napětí.

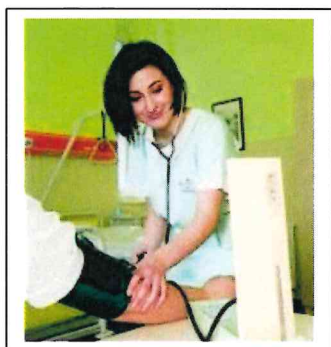
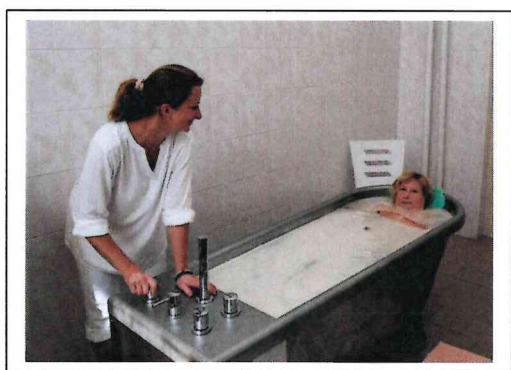
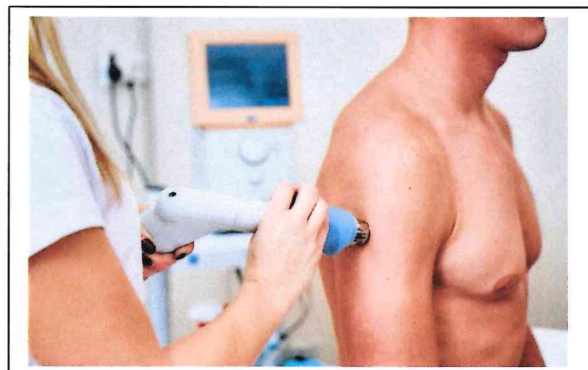


Role zdravotní sestry

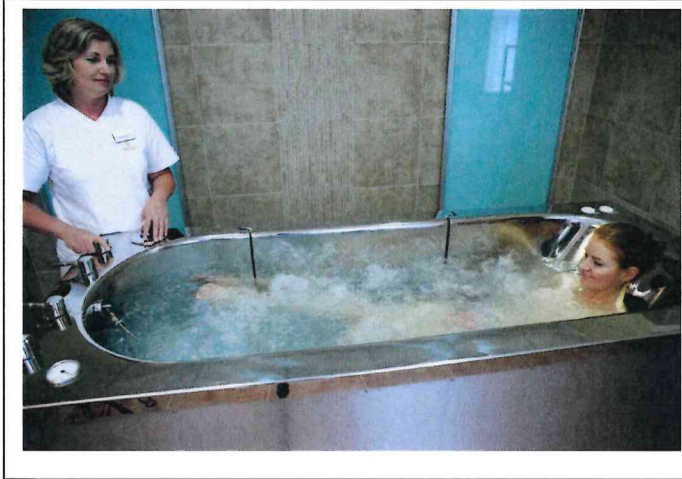
Zdravotní sestra sleduje zdravotní stav pacienta, zajišťuje bezpečí, edukaci i odbornou podporu během léčby.

3 ROLE ZDRAVOTNÍ SESTRY V LÁZEŇSKÉ PÉČI

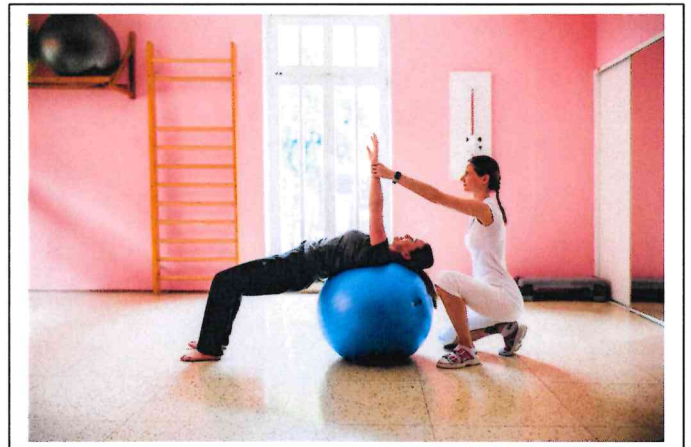
-  Přijímá pacienta a poskytuje mu informace o průběhu péče.
-  Sleduje zdravotní stav pacienta a zaznamenává změny.
-  Zajišťuje a aplikuje procedury podle ordinace lékaře.
-  Dbá na bezpečnost, hygienu a komfort pacienta.
-  Poskytuje edukaci a podporu v dodržování režimových opatření.
-  Komunikuje empaticky a respektuje individuální potřeby.
-  Spolupracuje v rámci interdisciplinárního týmu.



Sestra zajišťuje kontrolu dokumentů, stavu pacienta, správně padnoucí pomůcky, kontroluje pevnou obuv pacienta, aby mohla zajistit jeho bezpečnost.

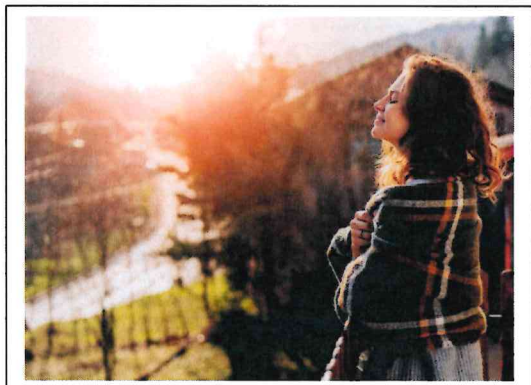
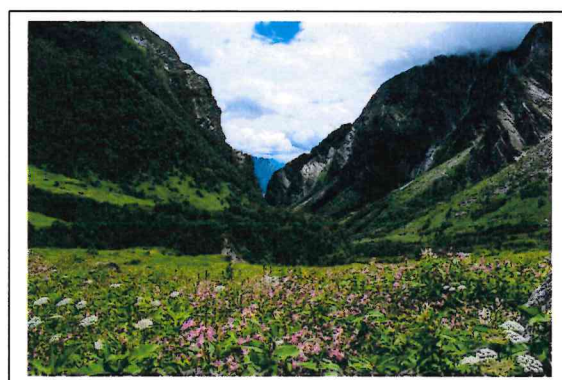
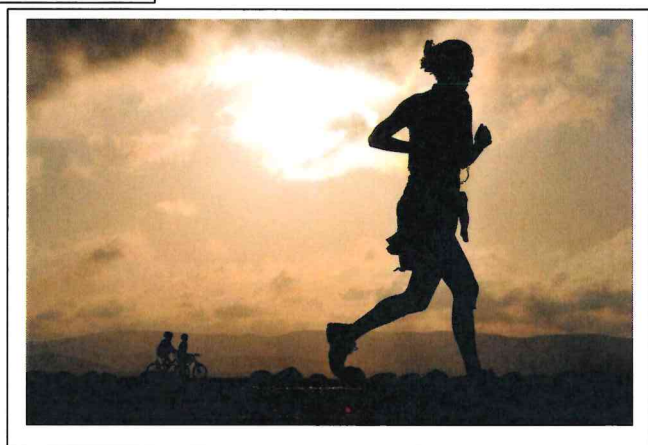
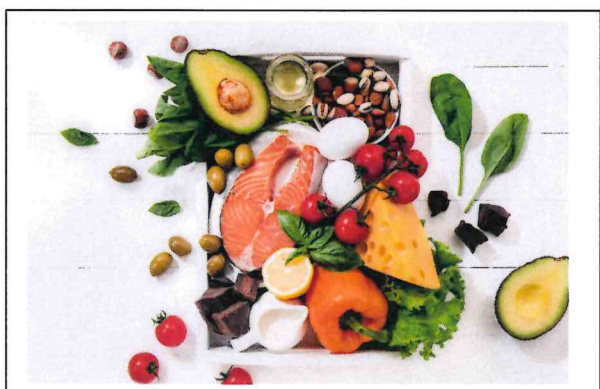
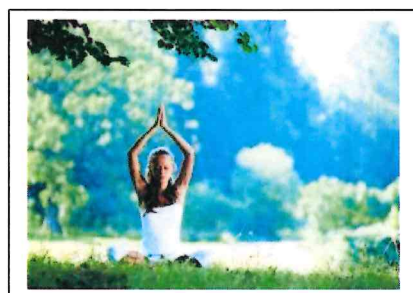


Pojmenujte činnosti sestry:



Přínos - prevence

Lázeňství pomáhá předcházet civilizačním chorobám, podporuje imunitu a motivuje ke zdravému životnímu stylu.



Lázeňská péče pomáhá spojit zdraví, pohodu a kvalitní život.