



KÚPELE *Bojnice*

*Občasník o súčasnosti, histórii
a budúcnosti bojnických kúpeľov*

2/2017



Vážení kúpeľní hostia, milí čitatelia!

Pripravili sme pre vás druhé číslo časopisu Kúpele Bojnice. Nejde o reklamný časopis. Chceme v ňom informovať a predstaviť vám naše kúpele z oveľa širšieho pohľadu ako ich môže vnímať bežný návštevník, klient, alebo obyvateľ niektorého z miest alebo obcí hornej Nitry. Netreba pripomínať, že bojnické termálne kúpele patria medzi najznámejšie nielen na Slovensku, ale aj v celej Európe a to i vďaka svojmu geniu loci, prostrediu, v ktorom sa nachádzajú. Je to predovšetkým národná kultúrna pamiatka, romantický Bojnický zámok, ale tiež najstaršia zoologická záhrada na Slovensku a krásna okolitá príroda.

Bojnické kúpele prešli v posledných rokoch veľkou premenou. Zaznamenali obrovský rozvoj, ktorý sa prejavil v obnove všetkých pôvodných budov a aj liečebných zariadení, z ktorých niektoré slúžili ešte v prvej polovici minulého storočia. Pribudli aj nové moderné liečebné kapacity, vyhovujúce i najnáročnejším klientom. Vedenie kúpeľov má pritom ďalšie smelé plány ich rozvoja. No pri ich realizácii musí prekonávať mnohé problémy. Chceme, aby ste aj o nich boli informovaní.

V tomto vydaní sa preto budeme venovať nielen budúcnosti kúpeľov, ale aj termálneho kúpaliska Čajka, ktoré je ich súčasťou. Predstavíme vám poprednú lekárku, ktorá v kúpeľoch už dlhé roky pracuje, priblížime priebeh a výsledky sympózií špičkových lekárov, vedcov a výskumníkov o komplexnej rehabilitácii onkologických pacientov. Jej centrum bude práve v našich kúpeľoch. Prečítať si môžete aj veľa ďalších informácií.

Chcel by som vás opätovne požiadať, aby ste nám napísali svoje skúsenosti z pobytu v kúpeľoch, upozornili na nedostatky, s ktorými ste sa možno stretli, ale aj to, čo by ste chceli o kúpeľoch a ich histórii vedieť. Kontakty na nás nájdete v tiráži tohto časopisu.

Tešíme sa na váš záujem a spoluprácu.

JUDr. Ctibor STACHA
predseda redakčnej rady
a predseda dozornej rady Kúpele Bojnice, a. s.



Termálne kúpalisko Čajka dnes slúži verejnosti iba v letnej sezóne. Dočká sa aj krytých bazénov s celoročnou prevádzkou?

Foto: archív

KÚPALISKO ČAJKA NEMÁ PODPORU

Pokračujeme v rozhovore s predsedom predstavenstva a riaditeľom akciovej spoločnosti Kúpele Bojnice Ing. Slavomírom ELIAŠOM z prvého čísla nášho časopisu. Čitateľom chceme pri-niesť aktuálny pohľad na súčasné dianie v kúpeľoch, aj to, s akými problémami sa vedenie kúpeľov musí pasovať v snahe o ich ďalší rozvoj a zlepšovanie kúpeľnej starostlivosti. Odpove-dá aj na otázky o problémoch súvisiacich s rozvojom kúpaliska Čajka.



Pán riaditeľ, v predchádzajúcom rozhovore ste priblí-žili obavy o budúcnosť kúpeľov. Za najväčšiu hrozbu, smerujúcu dokonca až k zániku kúpeľov, považujete nedostatok termálnej vody. Spôsobí to podľa vás môže pokračovanie v hlbinnom dobývaní uhlia Hor-nonitrianskymi baňami Prievidza v pripravovanom 12. ťažobnom poli Bane Nováky. Pretože môže dôjsť k narušeniu celého systému prameňov, prieniku ter-málnej vody do banských chodieb, čo by znamenalo,

že kúpele by prišli o to najdôležitejšie, liečivú ter-málnu vodu. Podali ste rozklad, teda protest proti rozhodnutiu Ministerstva životného prostredia SR, ktoré posudzovalo vplyv exploitácie uhlia v 12. poli na životné prostredie a vydalo baníkom kladné stano-visko. Ministerstvo teda v podstate podporuje ťažbu uhlia v danom úseku, hoci by to malo byť v ochran-nom pásme kúpeľov. Máte stanovisko ministerstva k spomínanému rozkladu?

Očakávame, že ministerstvo opätovne posúdi vplyv ťažby uhlia v danej lokalite a vezme do úvahy naše výhrady. Podľa pôvodného termínu sme mali dostať vyrozumenie do 25. apríla tohto roka. Dozvedeli sme sa však, že termín ministerstvo odložilo o šesťdesiat dní. Potom sa už možno dozvieme, či odborníci na ministerstve zmenili názor. Ale priznám sa, že som v tomto smere skeptický...

Napriek týmto nedoriešeným otázkam, čím v súčas-nosti žijú kúpele?

Musím povedať, že žijú a voňajú májom. Májový strom sme podľa starej tradície, ako každý rok, opäť postavili pred kúpeľným domom Mier. Na jazierku s výverom termálnej vody plávajú kačky s rozkošnými mláďatkami. V trstine na pokraji jazierka koncertujú žaby. Rozkvitli nám gaštany, ktoré sú dominantnými stromami v celom areáli. Môžem sa aj pochváliť, že kúpele sú stále atraktívne pre domácich i zahranič-ných hostí. Aj počas Veľkonočných sviatkov sme mali všetky izby obsadené. Som rád, že sa ľudia u nás cítia dobre.

A čo sa týka ďalšieho rozvoja, v týchto dňoch sa aktuálne zameriavame na termálne kúpalisko Čajka, ktoré je súčasťou kúpeľov a nachádza sa priamo pod Bojnickým zámkom. Pokračuje zápas o presadenie ďalšej investičnej výstavby. Už trinásť rokov totiž predkladáme projekt na vybudovanie rozsiahleho ak-vaparku a moderných hotelových zariadení v areáli kúpaliska. Stále však narážame na nepochopenie kom-

petentných úradov. Prekvapujúce je, že sa k tomu negatívne stavia aj mesto Bojnice, ktoré by malo privítať, že chceme kúpalisko viac zatraktívniť. Pritom majú prívlastok kúpeľné mesto. Navyše, že na to nemusia Bojnice prispieť ani eurom. Všetko financujú kúpele zo svojich výnosov. Bojnický primátor a poslanci zabúdajú, že akvapark by pritiahol do mesta viac turistov, o čo sa usilujú prakticky všetky mestá. Ale najväčšie výhrady má Pamiatkový úrad. Napriek tomu, že sme projekty niekoľkokrát prepracovali, aby sme vyhovelí požiadavkám pamiatkarov, stále je to podľa nich málo...

Čo pamiatkari požadujú, čím argumentujú?

Predovšetkým nesúhlasia s výškou objektov a hmotou nových budov. Argumentujú, že by príliš konkurovali zámku, ktorý má podľa nich byť jedinou dominantou mesta. Pritom okolo zámku sú vysoké stromy, ktoré zo západnej časti, tam kde sa nachádza kúpalisko, vytvárajú prirodzenú bariéru a zakrývajú pohľad na zámok. Štýlový hotel, ktorý tam chceme postaviť, by však siahla iba zhruba do polovice výšky týchto porastov. V minulých dňoch sme predložili už šiestu verziu nášho projektu. Radikálne sme zredukovali kapacitu hotela na polovicu. Tým, že sme jedno krídlo absolútne vynechali. Namiesto osemsto by mal iba štyristo postelí. Teraz čakáme na záverečné stanovisko pamiatkového úradu. Ale už som znechutený, ak ani tento šiesty návrh neprejde, asi už do kúpaliska nebudeme investovať. Bude to však v neprospech rozvoja turizmu. Pritom v zahraničí sa lepšie darí zladiť historické pamiatky s novou výstavbou...

Čo všetko by ste chceli na Čajke vybudovať?

V súčasnosti je na Čajke päť bazénov, ktoré sa využívajú iba v letnej sezóne, podľa počasia, asi 5 – 6 týždňov. My plánujeme vybudovať ďalších sedem bazénov, ale krytých. Budú sa dať využívať po celý rok. Mali by mať špeciálne časti. Pre deti do 15 rokov a pre dospelých. Tomu bude zodpovedať aj ich vybavenie, vrátane teploty vody. Pre starších ľudí bude mať vyššiu teplotu. Okrem toho odlišné budú aj doplnujúce atrakcie. Pre deti napríklad tobogany, pre starších perličkové masážne zariadenia. Nemalo by chýbať ani fitnesscentrum. Popri tom by sa v lete mali jednoducho prepojiť kryté bazény s vonkajšími. Návštevníci by tak mali k dispozícii dvanásť bazénov...

V súvislosti s kúpaliskom Čajka sú však aj iné problémy. Dokonca vraj hrozí, že najbližšiu letnú sezónu nebude kúpalisko otvorené...

To je ďalší problém, ktorý sa nám nedarí s mestom vyriešiť. Ide o vstup na kúpalisko. Mesto tu vlastní dva malé pozemky priamo v tých častiach, kadiaľ ľudia prichádzajú na kúpalisko. Ak by sa dostali do súkromných rúk, nový majiteľ by ľahko mohol zabrániť vstupu. Jednu takúto parcelu už mesto pred dvomi rokmi predalo. Teraz údajne uvažuje o predaji druhého pozemku, kde je provizórne parkovisko. Márne vysvetľujeme, že vo vzťahu ku kúpalisku má strategický význam. Jeho predaj by nám znemožnil dobudovať vstupnú bránu, ba, že by sme sa na kúpalisko vôbec nedostali. Rozhodnutie bojnického zastupiteľstva o predaji tohto pozemku by skutočne znemožnilo prevádzkovať kúpalisko Čajka! Verím, že to predstavitelia mesta pochopia...

Spracoval: (pre)



Pôvodný návrh hotela na kúpalisku Čajka, ktorému neprajú pamiatkari.

Predstavujeme:

Doktorka Jana VAŽANOVÁ

Prišli sme v najnevhodnejšiu chvíľu. **Doktorka Jana Važanová** v Liečebnom dome Baník práve prijímala na kúpeľnú liečbu nových pacientov, ktorým za pár týždňov treba pomôcť vyriešiť mnohé zdravotné ťažkosti najmä po operáciách, úrazoch a vrátiť ich do života zdravších, s novou životnou energiou.

Biely plášť budí rešpekt, ale skúsená lekárka nadpriadiť rozhovoru s čiperným 82-ročným starkým, ktorý je po dvoch vážnych operáciách. Je v dobrej kondícii i keď telo už neposlúcha ako za mladých čias.

„Cítite sa lepšie po operáciách? Bolesti ustúpili? Ako ste rehabilitovali?“ pýta sa lekárka.

„Pravdaže, cvičil som a chodil po dedine. Dom mám pod horou, na kraji, tak pohyb mi nechýbal,“ odpovedá pacient a zvláda aj ďalšie otázky. Tlak má dobrý a tak doktorka Važanová skúma miesta po operáciách. Starký niečo zacvičil, ukázal ako chodí... a to všetko zapisuje do nálezu zdravotná sestra za okienkom.

Pacient je vyzlečený, primerane reaguje na pokyny ošetrojúcej lekárky. Na tri týždne budú jeden tím. Spôsob monitorovania pacienta, to je osvedčená „stará škola vizity zdravia“. Lekárke sa už v hlave premieta spôsob liečby, kedy treba skĺbiť cvičenia s účinkami liečivej vody. Postupne pribúdajú do papierov aj procedúry. Po pol hodinke pacient odchádza s rozpisom terapie, masáže a kúpeľnú liečbu začína zoznámením sa s kolegom, s ktorým strávi najbližšie týždne.

Pre doktorku Važanovú je to po štyridsaťročnej praxi rutina, ale kontakt s pacientom je aj pre ňu vždy výnimočný a cítiť, že má k nemu pokoru. Za pár okamihov sa vcíti do jeho problémov a do liečenia neduhov zapojí súčasné metódy a poznatky modernej balneológie a rehabilitácie. Lekárkou chcela byť od malého dievčatka a tak rozvíja svoj sen i talent. Po skončení štúdia medicíny na Lekárskej fakulte UK v Martine sa ďalej vzdelávala a získala prísluš-

né atestácie. Navyše zručne ovláda aj homeopatiu i akupunktúru.

Veľkou záľubou poprednej balneoterapeutky je kultúra a turistika. Je vyznávačkou zdravého pohybu a najmä „nordicwalkingu“. Ten šetrí kĺby a pomáha i spaľovať kalórie. Treba ho však robiť správne a v tempe, čím človek dosiahne štíhlosť nôh a silu v ramenách. Je to nový životný štýl a spestrenie každodenných prechádzok, uznávaný v celom svete. Využíva aj to čo odporúča pacientom, plávanie a cvičenie vo vode...

„Teraz sa venujem najmä pacientom. Máme veľa ťažkých stavov po cievnych príhodách, operáciách endoprotézy, kolená, bedrové kĺby, chrbtice, neurologické problémy po operáciách tumorov mozgu. Liečime však aj ľudí po ťažkých zlomeninách a haváriách,“ hovorí lekárka.

„Som rada, že rozširujeme náš liečebný program o onkologických pacientov. Máme na to podmienky a často pridruženým ochorením ľudí, ktorí k nám chodia, sú práve tieto diagnózy. Veľa žien je po operáciách prsníka či po gynekologických onkologických problémoch. Tu sa im budeme môcť kvalifikovane venovať a prispieť k zlepšeniu zdravotného stavu. Kúpele, ako vidíte, prechádzajú rozsiahlou revitalizáciou a modernizáciou, čo prispieva k dobrej pohode, ako pacientov, tak aj nás, zdravotníkov. My sa tešíme, že aj Liečebný dom Baník je takto zrekonštruovaný. Izby, balkóny fasáda a celá balneológia. Pacienti si to veľmi pochvalujú. Liečime telo i dušu pacientov, pridávame k tomu aj dobrú náladu. Pomáha to. Veľmi radi sa k nám pacienti vracajú. Napríklad klientela z Rakúska a ženy seniorky, osemdesiatničky, ktoré k nám chodia z Hamburgu. Sú tu veľmi spokojné, je to už rodinná atmosféra. Z Toronta v Kanade sem rok čo rok chodí manželská dvojica Rakúšanov. Pani má už 91 rokov. Preletia tisícky kilometrov za zdravím, pretože naša liečivá voda je skutočne balzamom na ich zdravie,“ dopĺňa so svojim typickým úsmevom.



Do zdravotníckeho tímu v Liečebnom dome Baník patrí aj vrchná sestra Janka Kačírová, ktorá je pravou rukou pani doktorky. Sú zohratý tandem a tak ju podkúšujem, aká je pani doktorka.

„Úprimne. Je kamarátska, veľmi dobre vychádzame, rozumieme si. Čo je podstatné, k pacientom je milá prívetivá, neodmietne, nezahriakne nikoho. Keď niekto aj zatelefonuje a potrebuje radu a pomoc, určite ju dostane,“ dodáva sestrička.

-š-

Snímky: (pre)



SPOLOČNE PROTI RAKOVINE

Podpísali memorandum o spolupráci pri liečbe onkologických pacientov

Odborná verejnosť znásobuje svoje úsilie pomôcť ľuďom, ktorí bojujú so zákernou rakovinou. Na podnet Nadácie Výskum rakoviny sa v marci tohto roka v bojnických kúpeľoch stretli na sympóziu poprední slovenskí vedci, lekári a vysokoškolskí pedagógovia, aby podpísali memorandum o spolupráci. Do výskumu, ktorého cieľom je zvýšenie kvality života liečených onkologických pacientov na základe inovatívnych postupov v rehabilitácii, sa zapojí sedem vedeckých a vysokoškolských subjektov. Centrom výskumu budú práve Kúpele Bojnice. Je to dlhodobý projekt, ktorý pomôže pacientom

lepšie zvládať svoju chorobu a vrátiť ich späť do bežného života.

„V tejto oblasti dobiehame vyspelý svet. Spolupráca je nevyhnutná,“ tvrdí autor projektu, vedec Ján Sedlák z Biomedicínskeho centra Slovenskej akadémie vied v Bratislave. „Onkologického pacienta musí liečiť multidisciplinárny tím, ktorý pozostáva z internistov, rádiológov, chemoterapeutov a mnoho ďalších špecialistov. Keď pacient odchádza z nemocnice, má často problém ako ďalej. Preto rôzne postupy treba využiť v ich synergii na to, aby týmto pacientom pomohli.“

„Spojenie síl odborníkov by malo priniesť novú nádej pre pacientov,“ uviedla prezidentka Nadácie Výskum rakoviny Margita Klobušická. „Nové metodiky liečby v medicíne, liečebné protokoly sú dnes už na vysokej úrovni a veľa ľudí je zachránených. Sama som niekoľko rokov pracovala pri diagnostike leukémie. Až 90 percent pacientov detskej leukémie je vyliečených,“ dodala. Pomáhať budú aj psychológovia z Trnavskej univerzity. „To, čo môžeme my, ako psychológovia ponúknuť, je psychologická intervencia zameraná na rozvoj existencionálneho posunu v utrpení a bolesti, ktorú prežívajú. Bude to skupinová psy-



RNDr. Ján Sedlák, DrSc. (vľavo) počas diskusie na sympóziu.

choterapia,“ prezentovala docentka Eva Naništová. „Nie je dôležitá iba medikamentózna či chemoterapeutická liečba. Je skutočne veľmi podstatné ako žijú pacienti ďalej a aká je kvalita ich života. Preto memorandum vnímame ako veľmi ústretový krok,“ vyjadrila svoj súhlas Dana Dimitrovova z organizácie zastupujúcej pacientov.

Pomôcť onkologickým pacientom chcú aj pedagógovia Lekárskej fakulty Univerzity Komenského v Martine. V rámci postgraduálneho štúdia zaviedli nový predmet Komunikácia s pacientom, kde študentov učia komunikovať s takýmito pacientmi. Druhá stránka je získať ďalších špecialistov okrem lekárov, ktorí budú vedieť s týmito pacientmi pracovať a lepšie im rozumieť. Usmerniť ich myslenie, filozofiu i správanie, aby svoje ochorenie pochopili a spolupracovali. Pretože to má nesmierny vplyv na vývin ochorenia. „Treba zdôrazniť, že väčšina onkologických ochorení, ktoré sa diagnostikujú včas, sú trvalo liečiteľné,“ vysvetlil dekan fakulty Ján Danko.

Memorandum podporil aj minister školstva, vedy a výskumu Peter Plavčan. „Je úžasné, že sa tu stretlo toľko vzácných ľudí z Nadácie na výskum rakoviny alebo zo slovenských vedeckých ustanovizní a vysokých škôl. Domnievam sa, že práve problém terciálnej prevencie treba viac podporovať. Veľmi si vážim všetkých, ktorí sa podieľajú na tejto aktivite, preto ju podporujem,“ prehlásil minister.

–š–

Snímky: (pre)



Profesor MUDr. Ján Danko, CSc., dekan Jesseniovej lekárskej fakulty Univerzity Komenského v Martine odpovedá na otázky novinárov.

Čo nám napísali spokojní pacienti?

Vyberáme z vyjadrení pacientov, ktoré po absolvovaní pobytu v našich kúpeľoch napísali do knihy želaní a sťažností:

„Krásne tri týždne sa končia. Úprimne ďakujeme milým dámam z recepcie (Marike a Veronike), ktoré nás privítali v prvý deň. Vďaka patrí aj skvelým kuchárkam a našim usmievavým servírkam Janke Melišovej a Táničke Lemešovej. Skvelé procedúry, naordinované lekármi, sestričky vhodne načasovali. Na všetkých procedúrach sme sa stretli s ústretovosťou a milým slovom. O vzorný poriadok na izbách dbali naše chyžné. Ešte raz celému personálu za skvelé služby ďakujú pacientky z izby č. 108, ktoré absolvovali pobyt od 15. 3. do 5. 4. 2017“.

„Ďakujeme za ústretovosť na každej úrovni liečebného domu Lysec, dámam v recepcii, sestričkám na procedúrach, chyžným, skvelým kuchárom a našej pani Lucii, ktorá nás obsluhovala a každého z nás milým úsmevom aj potešila. Rady sa sem opätovne vrátíme. Pacientky z izby č. 101 a 320“.

„Do Bojníc sme prijeli už posedmé. Jako vždy odjíždime po týdeníu pobytu v Lysci veľmi spokojení. Ubytování, procedúry, jídlo, ale především milý personál. Nic nemělo chybu. Obzvlášť bych chtěla poděkovat masérum, pani Balážové a pánu Kmeťovi. Mají zlaté ruce. Každý rok nás dobře překvapí další investice, opravený Jánov kúpel, cesty v parku, dokončené oplocení... Moc bychom si přáli pobyt i v dalším roce. Díky! Zdenka Smetanová“.

MÁJ, MÁJ, MÁJ ZELENÝ...

Pod oblôčkom sadený... aj táto ľudová pesnička znela v Bojnických kúpeľoch pri tohoročnom stavaní májového stromu. Pri fontáne pred liečebným domom Mier sa zhromaždili pacienti a návštevníci, ktorí ocenili nápad vedenia kúpeľov vrátiť sa k starej tradícii našich otcov. Stavanie májov bolo typické na vidieku, kde „zelený máj“ bol symbolom lásky alebo vážnej známosti.

Takmer dvadsať metrový smrek vytáli v lese nad kúpeľmi. Od kôry osúpaný kmeň sviety do slnečného dňa a pestrofarebné stužky na vrcholku sa ešte dotýkajú zeme. Atmosféru dotvárajú členovia Poluvskej kapely, predník cifruje a melódia si všetkých okolo podmaňuje. Nastáva vrcholná chvíľka. Máj treba zdvihnúť a zasadiť. To je príležitosť ukázať fortieľ. Hlavné slovo má Ivan Sršeň. „Je to veľmi ťažký kmeň.



Nachystáme si laná, zaistíme ho, aby sa nám nevyšmykol a pomôžu nám aj rebríky. Návrat k tejto tradícii sa nám veľmi páči, sme ako v minulom storočí...“ šibalsky dodáva a napína svaly. Chlapi ho na slovo počúvajú a máj sa postupne dvíha. Vo vrcholnej fáze sa trochu zakymáca, ako keby si to chcel rozmyslieť, ale nakoniec bezpečne stojí. a nasleduje oldomáš.

Riaditeľ kúpeľov Ing. Slavomír Eliáš si osobne pripája s návštevníkmi, slávnosť prináša mnohým nostalgické spomienky na minulé časy. Hudba roznežňuje tváre účastníkov a názory počuť z každej strany. „*Mne sa to veľmi ľúbi. Chodím sem často, oceňujem aj to, že sa tu tradície naozaj ctia. Zažila som v bojnických kúpeľoch Vianoce, Veľkú noc a folklór, to je v tomto prostredí niečo úžasné. Som tu so sestrou, ktorá všetko filmuje pre dcéru žijúcu v Kanade,*“ vraví fešná blondínka Betka v strednom veku.

Veselila sa aj skupina pacientov z východného Slovenska. „*Všetci sme touto tradíciou ožili. Mali sme mrzké počasie, ale teraz je k nám prívetivé. Chodíme sem každý rok, páči sa nám tu, sme veľmi spokojní. Pre nás sú Kúpele Bojnice najlepšie. Zažili sme tu aj iné tradície, krstanie prameňa liečivej vody Teplica, aj otváranie sezóny,*“ predstavil sa Karol Jašek z Trebišova, hovorca celej skupiny.

Stavanie mája je sviatkom aj pre cimbalistku Dominiku Kulaviakovú z Poluvskej muziky. Ľudový kroj jej pristane, pasuje aj k pesničkám, ktoré rada spieva. Aj ona by taký pozdrav jari veru prijala. „*Každá súca dievka na vydaj by sa mala tešiť, keď jej milý postaví pred dom takýto máj. Ak sa objaví aj pred mojim bytom, budem veľmi potešená, pretože v minulosti to bola vážna výzva k sobášu... a ja som zatiaľ ešte slobodná,*“ dodáva veselo, so šibalským úsmevom.

-š-

Foto: M. Ondášová



VYUŽÍVAME AKRÁLNU KOAKTIVAČNÚ TERAPIU

Motorické učenie je proces, ktorým sa učíme pohybovým schopnostiam. V priebehu prvého roku života pomocou motorického učenia získavame veľký počet základných pohybových vzorov (vstávanie, otáčanie, kráčanie a iné).

Z tohto dôvodu využíva akrálna koaktivačná terapia (ACT) motorické vzory, ktoré všetci poznáme a absolvovali sme ich zhruba do jedného roku života. Spoločným cieľom týchto vzorov je dosiahnuť čo najefektívnejšie držanie tela pre ideálnu funkciu svalov a kĺbov, prostredníctvom vzporu o koncové časti horných a dolných končatín.

Autorka PhDr. Ingrid Palaščáková - Špringrová, PhD. sa narodila na Slovensku a momentálne pôsobí v Prahe, kde od roku 2000 vyvíja metódu Akrálnej koaktivačnej terapie, ktorá slúži nielen na terapiu, ale aj na diagnostiku. Vyšetrenie sa zameriava na klenby nohy a ruky. Z klinických štúdií vyplýva, že nastavenie rúk a nôh počas cvičenia má zásadný vplyv na napriamanie trupu a aktiváciu svalových reťazcov. Cvičenie ACT dosahuje významné pozitívne výsledky pri bolestivých stavoch chrbtice a kĺbov, poúrazových a pooperačných stavoch, degeneratívnych ochoreniach, funkčných poruchách pohybového systému, dysfunkciách svalov panvového dna a svalových dysbalanciách a skoliózach.

V Kúpeľoch Bojnice fyzioterapeuti využívajú ACT v rámci terapie pohybového systému, podľa individuálnych potrieb pacienta. U vertebrogénnych pacientov a pacientov po operácii hernie disku. Tu dosahujeme napriamanie chrbtice, stabilizáciu trupu, zníženie bolesti, ktorá je príčinou svalovej nerovnováhy. U pacientov NCMP, DMO sa snažíme o zníženie spasticity. Pri pacientoch s periférnou parézou je cieľom zvýšiť svalovú silu na postihnutej končatine. V prípade ortopedických pacientov využívame cvičenie na ovplyvnenie instability končatín a trupu, po operáciách kĺbov a totálnych endoprotézach, plochonoží a chybnom držaní tela. V gynekológii sa táto metóda využíva na zlepšenie sily svalov panvového dna, pri inkontinencii a sterilite. U detských pacientov ovplyvňuje cvičenie chybné držanie tela, plochonožie a skoliózy.



Medzi základné vyšetrenia pacientov patrí diagnostika chodidiel.

V rámci metodiky môžu fyzioterapeuti využívať pri uplatňovaní ACT aj rôzne pomôcky. Patrí medzi ne napríklad fitlopta, bosu, flowin, trx, roller, proprio-foot a iné. Výber závisí od typu ochorenia, ale aj od kondície pacienta a kreativity, či skúsenosti fyzioterapeuta. V našich kúpeľoch túto metódu využívame približne už štyri roky a venuje sa jej v kúpeľných domoch Lysec, Mier a Baník dovedna osem fyzioterapeutov. Výsledky sú pozitívne, o čom svedčia priaznivé ohlasy pacientov, ktorým sa zdravotný stav po predpísanom cvičení podstatne zlepšil.

K. Sahulčíková

Ilustračné foto: archív

Povešť o Pókyho dukátoch

Kráľ Matej Korvín, múdry humanistický vládca, nemal zo svojich viacerých manželstiev priameho dediča. Svoju veľkú lásku teda venoval jedinému nemanželskému synovi, ktorého mu porodila istá uhorská šľachticná. Obdarúval ho majetkami a hodnosťami a snažil sa pre neho získať následníctvo trónu. Týmto jeho milovaným synom bol Ján Korvín, knieža liptovské.

Ku kráľovským podarúňkom patrila aj nádherný zámok Bojnice. V jeho blízkosti vyvieral liečivý prameň teplých vôd, ku ktorému prichádzali zdraví i chorí, aby pri ňom pookriali alebo sa uzdravili. Správcou bojnického zámku bol dlhé roky vynikajúci muž Rafael Majtény, ktorý však starobou zošlý, vzdal sa správcovania a knieža Ján na jeho miesto vymenoval Petra Pókyho. Bol to tvrdý a obávaný vojak, ktorého najväčšou láskou bolo zlato. Zháňal ho a zhŕňal, nevyberajúc spôsob.

Raz prišiel na nápad využiť pre svoje chůtky aj liečivý prameň. Keďže bol na zámokských pozemkoch, začal od kúpajúcich sa vymáhať poplatok. Nebral ohľad ani na najbiednejších. Túžba po zlate mu pošepla ešte horší plán. Chcel sa zmocniť panstva a jeho okolia a na to chcel využiť návštevu kniežat'a Jána. Najal si dvoch vrahov, ktorí mali knieža prepadať a zavraždiť pri jeho návrate do zámku.

Spokojný a istý prechádzal sa po zámku a nazerá z okien na okolie prameňa. Zišiel aj na cestičku, vedúcu od prameňa k zámku. Tu sa pred ním objavil ubiedený starček. Podopierajúc sa krívuľami začal úpenlivo prosiť pána, aby mu dovolil ovlažiť sklavené údy v teplých vodách, ale že nemá čím zaplatiť. Peter Póky starca nemilosrdne odháňal, mysliac už iba na svoj zločinný zámer. Starček však stále dobiedzal a prosil, aby sa nad ním zľutoval, že ho aj on raz môže prosiť o zmilovanie. To pána preveľmi nasrdilo.

On aby žiadal o zmilovanie! On nikoho, ani nebesá nežiada o milosť, ale ani sám sa nad nikým nezľutuje!

S veľkým krikom a kliatbami zahŕňal sa na starca. Ten zrazu odhodil palice, vzopál sa a mohutným

hlasom vyriekol kliatbu: „Čo chceš, to máš! Žriedlo tvojich pokladov vyschne a ty sám nenájdeš nikde zľutovania!“

Starec zmizol a nezostala po ňom ani stopa. Póky zdúpnel. Pred sebou zazrel náhliacich sa sluhov, ktorí mu prišli zvestovať, že prameň sa zrazu za mohutného zaburácania vzopál do výšok a potom zapadol do zeme. Ostalo po ňom iba prepahlisko.

Pókyho jeden zdroj príjmov zapadol. Prijal to s nevôľou a nadávkami, no v duchu sa utešoval, že väčšie príjmy na neho ešte len čakajú. Netrpelivo sa prechádzal sem-tam a upieral svoj pohľad smerom, odkiaľ mali prísť vrahovia. Už hútal, ako sa ich zbaví, aby im nemusel vyplatiť odmenu, keď k nemu pribehlo chlapča, ktoré mu zvestovalo, že dvaja vrahovia napadli knieža, ale že nablízku stojaci ľudia ho obránili a vrahovia sú poviazaní.

Peter Póky zalarmoval svojich žoldnierov na obranu zámku. Tí žiadali časť odmeny vopred. Šiel teda do svojej klenotnice a aké bolo jeho prekvapenie, keď objavil peniaze a šperky premenené na kamene. To bol koniec. Po dlhom boji ho žoldnieri vydali

poslom spravodlivosti. Skamenené peniaze a šperky vraj služobníctvo potom nahádzalo do prepahliska prameňa.

Kráľovský súd v Budíne Pókyho odsúdil na rozštvrtenie koňmi. S plačom prosil o milosť, no pre toho, čo nepoznal milosť ani pre najbiednejších, nebolo zľutovania. Roz-

sudok vykonali na Jurajovom námestí v Budíne.

Na mieste pôvodného prameňa vznikol močiar a okolo neho bolo možné vidieť väčšie či menšie skameneliny numulitov, ktoré ľud považoval za skamenené peniaze, groše, väčšie za florény a dokonca i za imperiály. Po nejakom čase sa vraj prameň obnovil v nevelkej vzdialenosti od pôvodného a tam si ľudia chodili liečiť svoje neduhy.

(Túto povest' a aj mnoho iných zaujímavostí o histórii kúpeľov nájdete v knihe Kúpele Bojnice, ktorú napísal historik Michal Eliáš a vyšla vo Vydavateľstve Matice slovenskej, s. r. o. v roku 2008. Zakúpiť si ju môžete na recepcii kúpeľných domov.)



Privítame špičkových balneoterapeutov

Stalo sa už tradíciou, že na pôde Bojnických kúpeľov sa stretávajú naši poprední odborníci v oblasti kúpeľníctva, aby zhodnotili uplynulé obdobie a oboznámili sa s najnovšími medicínskymi postupmi. Priestor na to poskytnie **27. snem Slovenskej spoločnosti fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie**, ktorý sa uskutoční začiatkom júna tohto roka. Tento medicínsky odbor má na Slovensku veľkú tradíciu a výsledkami patrí na popredné miesto v Európe. Základom dobrých postupov je tímová práca, o ktorú sa naši odborníci opierajú. Mnohí z nich pracujú aj v Únii európskych medicínskych špecialistov, ktorá má najnovšie poznatky a skúsenosti v tomto odbore. Prepojenie s praxou prináša efekt pre pacientov, ktorí takto dostávajú účinnú terapiu, čo sa prejavuje na ich konečnom zdravotnom stave.

Prezident Slovenskej spoločnosti fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie docent MUDr. Karol Hornáček, v súvislosti s pripravovaným snemom uviedol, že tento odbor presadzuje tiež aktívny a tvorivý prístup k životu. „*Vychádzame z prirodzeného vzťahu človeka k životu a jeho kvalite. Rozvoj a napredovanie tohto dôležitého odboru v prospech chorých, bude nosnou témou aj na sneme v Bojniciach*“, dodal.

O diskusných príspevkoch a záveroch snemu Vás budeme informovať aj na stránkach nášho časopisu.



(oš) Jánov kúpeľ je po rekonštrukcii opäť v prevádzke.

© KÚPELE BOJNICE – občasník o súčasnosti, histórii a budúcnosti bojnických kúpeľov

Vydáva akciová spoločnosť Kúpele Bojnice

IČO: 31638694; distribuuje vydavateľ; nepredajné;

e-mail: marketing@kupele-bojnice.sk

Riadi redakčná rada: **JUDr. Ctibor Stacha** – predseda; členovia: **Ing. Katarína Balážová, PhDr. Marián Ondáš, Mgr. Pavol Remiaš**

Redakčné práce: **Občianske združenie BENEDIKT**

Jazyková úprava: **Daniela Remiašová**

Grafická úprava: **Ing. Erik Kližan, Ján Sabo**

Tlač: **Tlačiareň Ofsetka, Prievidza**

Registračné číslo: **EV 5489/17**

ISSN 2454-0412

FOTO na obálke: P. Remiaš a archív

Bašta pri prameni



- nachádza sa v romantickom prostredí
Kúpeľov Bojnice, pri jazierku s prírodným
prameňom termálnej vody



- v ponuke na zahryznutie je široký výber Bruschetta



- slúži každodenne pre kúpeľných hostí, aj pre širokú verejnosť,
funguje ako kaviarenské a reštauračné zariadenie



- vo štvrtok, piatok, v sobotu
a nedeľu hudobné večery
(cimbalová muzika,
Oldies zábavy...)

- možnosť člňkovania sa
na prírodnom jazierku

Viac info na tel. č. 0911 222 460,
www.bastapriprameni.sk,
info@bastapriprameni.sk,
Fb:/Bašta pri prameni



- zabezpečuje kompletný Catering na
rodinné a firemné akcie, ale hlavne
svadby