

## lázeňská léčba dle f. x. mayra – pročistit a uzdravit se

Střevo je kořenem člověka. Jedině je-li střevo zdravé, může být vitální a výkonný i zbytek těla.

Na základě této teorie vyvinul rakouský lékař dr. Franz Xaver Mayr (1875–1965), který žil více než 30 let v Karlových Varech, tzv. Mayrovu lázeňskou léčbu. Jedině v lázeňském hotelu Dvořák, jedině v Karlových Varech, najdete původní lázeňskou léčbu dle dr. F. X. Mayra.

Dr. Mayr vycházel z toho, že funkční trávicí trakt a intaktní střevní flóra jsou pro lidský imunitní systém nejdůležitější. Při procesu rozkladu potravy vznikají však i tělesné jedy, které se usazují ve střevech a orgánech, pokud je nelze vyloučit. Následky jsou pro mnoho lidí překvapivé: Pacienti si náhle stěžují na trvalé bolesti hlavy, potíže se soustředěním, dlouhotrvající vyčerpanost a únavu. A to i ten, kdo patří k těm, co chytí opravdu každou infekci, by měl uvažovat o zdraví vlastního střeva. Narušené střevo může být i příčinou migrény, vyrážky, alergie, zánětu vedlejších dutin nosních nebo dokonce onemocnění kloubů. Stres, vysoká zátěž životního prostředí a jednotvárná výživa jsou dalšími faktory, které nepříznivě ovlivňují zdraví střev.

Regenerační lázeňská léčba dle dr. F. X. Mayra je přirozenou léčbou se zaměřením na znovuobnovení zdraví střeva a tím i celého organismu.

Cílem léčby dle dr. F. X. Mayra je odvádět na základě cíleného pročišťování škodlivé a rušivé látky z těla ven. Příjemné vedlejší efekty této lázeňské léčby: ztráta hned několika nadbytečných kil a zlepšení celkového stavu působí pozitivně také na psychiku člověka.

## to je vaše lázeňská léčba dle f. x. mayra

Při zahájení léčby se provádí vyšetření s diagnostikou dle dr. F. X. Mayra. Dle výsledku vyšetření jsou stanoveny lázeňské procedury a dieta.

- Při této lázeňské léčbě se předepisuje pití karlovarských minerálních pramenů třikrát denně.
- Léčba je doplněna ruční břišní masáží, která je kombinovaným diagnosticky terapeutickým opatřením. Tuto břišní proceduru provádí speciálně vyškolený lékař.
- Dle předpisu lékaře mohou pacienti absolvovat další balneoterapeutické procedury jako např. koupele, masáže nebo podvodní masáže.

### Koncepce Mayrovy léčby spočívá v šetření, čištění a školení.

**Šetření:** Zaživacímu ústrojí se léčebným hladověním, mléčnou a houskovou dietou, rýžovou dietou nebo i mírnou vylučovací dietou extrémně uleví.

**Čištění:** Zaživací trakt je zbaven kyselin a pročištěn: Epsomova sůl a zásaditý prášek tomu napomáhají. Důležitá je i břišní masáž prováděná ošetřujícím lékařem. Slouží k detoxikaci a uvolnění břišního prostoru a zaživacích orgánů. Zároveň si lékař může udělat obraz o pokroku léčby.

**Školení:** Pomalým žvýkáním tzv. lázeňské housky se znovu trénuje správné žvýkání a "učí se" příjem tekutin. Proces detoxikace trvá delší dobu, proto je vhodné absolvovat 3–4 týdenní lázeňskou léčbu.

Přesný počet a druh procedur předepisuje lékař dle zdravotního stavu pacienta.



a statement of  
quality and  
service





### Čím mohu terapii podpořit?

Mějte dostatek pohybu! Pohyb je důležitý pro zlepšení střevní činnosti a odbourání stresových faktorů. Procházky, pěší turistika, walking a jogging jsou optimální varianty pohybu.

Vyvarujte se stresu, praktikujte relaxační cvičení.

Budte v teple: teplé obklady, zábaly a termofory uvolňují celé tělo a pomáhají při léčení.

Hodně pijte – především léčivé prameny, minerální vody, bylinkové čaje a ředěné čerstvé šťávy.

Lázeňská léčba dle F. X. Mayra

Zdravotní indikace

- Zaživací potíže (plynatost, nadýmání)
- Poruchy látkové výměny
- Porucha motility střeva
- Vertebrogenní potíže
- Hypertenze
- Nevegetativní a psychosomatické poruchy
- Migréna
- Celkové oslabení imunity a regenerační schopnosti