

relaxační lázeňská léčba – aktivní odpočinek a nová rovnováha

Někdy potřebuje tělo a duše přestávku na navrácení stavu absolutního zdraví, poněvadž náš zdravotní stav je denně nepříznivě ovlivňován velkým počtem zatěžujících faktorů.

Přeplněný díář, problémy v rodině nebo okruhu přátel a každodenní stres v supermarketu nebo na silnici jsou již zátěží dost velkou. Pokud se pak přidá ještě nevhodná životospráva i strava a nedostatek pohybu, má to nevyhnutelně negativní vliv na našem tělu vlastní léčebné a regulační systémy a to vede k poškození zdraví.

Přerušte tento kolotoč stresu, špatného pocitu a ještě většího stresu: Včasnými a přiměřenými léčebnými metodami můžete tělo a duši dostat znovu do rovnováhy a posílit zdraví.

Relaxujte a odpočívejte aktivně: Odmítejte napětí a povinnosti a nenechte se odpoutat večírky a akcemi od Vaší potřeby odpočinku. Zříkejte se špičkových výkonů a dejte šanci i klidným meditativním činnostem pro volný čas, aby Vás potěšily. Vyhledejte i duševní odpočinek.

Dejte odpovědnost stranou, natáhněte se a přenechte ji ostatním. Uvidíte, jak Vám to bude dělat dobře.

Relaxační lázeňská léčba v hotelu Dvořák je přesně sladěna s potřebami těch, kteří hledají klid a odpočinek, a působí nejrůznějšími mechanismy aktivně proti symptomům nemocí.

to je vaše relaxační lázeňská léčba

- Vstupní vyšetření odborným lékařem (laboratorní vyšetření a EKG jsou závislé na diagnóze)
- Pití karlovarských minerálních pramenů. Minerální voda má blahodárný účinek na zaživací trakt a celý organismus. Minerály se vstřebávají ve střevech a dostávají se do jater a krevního oběhu. Tento vnitřní účinek způsobuje vyrovnaní někdy narušené rovnováhy minerálních látek a zvýšení činnosti důležitých enzymů v našem organismu. Odpadní látky metabolismu se vylučují intenzivněji. Všechny tyto procesy vysvětlují příznivý účinek pitné kúry na celkový zdravotní stav organismu.
- Hydroterapie, uhličitá a perličkové koupele mají intenzivní účinek na rozšíření cév, usnadňují srdeční činnost, ovlivňují prokrvení vnitřních orgánů. Tyto změny mají zklidňující účinek na nervový systém, odstraňují spazmy, normalizují činnost vegetativního nervového systému a posilují mechanismy obranyschopnosti.
- Klasické a reflexní masáže zlepšují prokrvení tkání a tím i metabolismus. Odstraňují odpadní látky a škodlivé usazeniny a mají proto zklidňující účinek na nervový systém.
- Léčebný tělocvík je nejlepší možnost, jak odbourat nahromaděné napětí, agresi a vztek. Plní důležitou vyrovnávací funkci v životě se stresem.

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

a statement of
quality and
service





Čím mohu terapii podpořit?

Využijte nabídky pěších výletů do okolí Karlových Varů s průvodcem. Zažijte přírodu, načerpejte kyslík a odpočívejte aktivně!

Sauna je zázračným prostředkem k uvolnění svalstva. Pomalé zahřátí těla a následné ochlazení studeným stříkem mají velmi pozitivní vliv na krevní oběh. Pot se vyměšuje ze všech pórů, kůže se stává růžovou a jemnou.

Navštivte koncerty, muzea a výstavy. Tyto meditativní činnosti pomáhají najít Vašemu tělu znovu rovnováhu.

Parní lázeň je šetrnou metodou s nižšími teplotami a nejvyšší vlhkostí vzduchu.

Studené a teplé stříky, které již před 100 lety doporučil farář Kneipp, jsou fantastickým aktivátorem: Po každém stříku teplou vodou by měl následovat studený střík. Aby střík studenou vodou nebyl příliš násilný, můžete začít u nohou a rukou a pohybovat proudem vody nejprve pomalu ke středu těla.

relaxační lázeňská léčba

Zdravotní indikace

- Denní stres vyplývající z pracovních a rodinných povinností
- Přetížení, nadměrná zátěž těla a duše
- Poruchy krevního oběhu vegetativního původu
- Únava a vyčerpanost
- Poruchy soustředěnosti
- Nespavost
- Funkční zažívací poruchy
- Bolesti hlavy