

Jáchymovská lázeňská léčba – možnosti, indikace:

Vážení přítomní,

v bloku přednášek, nazvaném **Arabská klientela v lázních** bych si dovolil pár slovy přiblížit lázeňskou léčbu v Jáchymově. Učiním tak proto, že u nás arabskou klientelu léčíme, ze strany těchto klientů je o ni zájem a považujeme tedy za účelné rozšiřovat povědomí laické i odborné veřejnosti o principech naší léčby.

Léčebné lázně Jáchymov a.s. jsou zařízení na léčbu některých chronických chorob pohybového aparátu, o konkrétních indikacích se zmíním na konci mého příspěvku. Základem naší léčby je využívání našeho jedinečného přírodního zdroje. Jde o termální minerální radonové prameny, jejichž radioaktivita je podstatou jejich léčebného účinku. Nejdůležitější procedurou u nás jsou radonové koupele, připravované z těchto pramenů. Radonová koupel je procedura, která má u nás skoro stoletou tradici, je podávána od r. 1906. Údajně však už středověcí horníci /Jáchymov je staré hornické město/ věděli, že se v některých místech v dolech vyskytuje voda, která pomáhá proti revmatickým bolestem. V současné době vodu pro tuto proceduru čerpáme ze čtyř pramenů, jde o termální minerální radioaktivní prameny. /minerály – Ca, Fe, Zn, Mn, Li aj./

Radon je vzácný přírodní plyn. Jde o dceřiný produkt radioaktivního těžkého kovu rádia, má poločas 3,8 dní, vyzařuje záření alfa a jeho rozpad pokračuje přes 7 dalších radionuklidů polonia, olova a vizmutu až ke stabilnímu izotopu olova. Ve vodě z našich pramenů je rozpuštěn, aktivita vody ve vaně je 4000 – 4500 Bq/l. Je, pokud jde o přírodní zdroj, nejvyšší v Evropě. Koupele jsou aplikovány 6x týdně, doba jedné koupele je obvykle 20 min., teplota vody obvykle 35-37 stupňů Celsia /může být nižší, vyšší nepředepisujeme, protože pak dochází k příliš rychlému úniku radonu z vody a koupel ztrácí svoji účinnost/. Série radonových koupelí znamená vystavení organismu terapeutickým dávkám alfa záření, celková dávka při aplikaci 18 koupelí při třítydenní léčbě je 0,28 mS.

V mechanismu účinku terapie alfa zářením je dosud mnoho nejasného a probíhá objektivizace, na níž se účastní i lázně Jáchymov. Účinky lze sledovat nebo předpokládat na nitrobuněčné, buněčné nebo orgánové úrovni, nejznámější a řadou prací prokázané jsou pochopitelně vlastní klinické účinky.

Z teoretických předpokladů účinku radonu je možné vyzvednout zejména toto:

- diskutuje se o možném orgánovém působení - afinita radonu zejména ke žlázám z vnitřní sekrecí, je prokázán vzestup kortizolu.
- na buněčné úrovni se píše o afinitě k bílým krvinkám zejména leukocytům a některým typům lymfocytů. Předpokládá se zvýšení protizánětlivé aktivity a stimulace imunitního systému.
- Na nitrobuněčné úrovni se předpokládá aktivní zásah do procesu apoptózy stimulací aktivity některých enzymů, předpokládá se rovněž stimulace procesů, likvidujících volné radikály.
- Hlavní, analgetický účinek, může být způsoben i zásahem do tvorby endorfinů a předpokládá se i nespecifický popudový účinek, přenášející se cestami buněčné mediátorové komunikace.

Nejdůležitější s klinických účinků radonových koupelí je účinek analgetický. Koupele tlumí bolesti u chronických bolestivých stavů pohybového aparátu. Tento účinek přichází po aplikaci nejméně deseti radonových koupelí, který nastupuje se zpožděním 2-4 týdnů.

Lze považovat i za objektivně prokázaný účinek antiflogistický, který oceňují pacienti se zánětlivými afekcemi pohybového aparátu. Stejně tak možnost ovlivnit imunitní systém bude zajímat určitě revmatology.

Koupele působí protialergicky stimulací funkce nadledvinek. Ovlivňují rovněž příznivě krevní tlak u hypertoniků a je prokázáno i např. snižování hladiny cholesterolu, i když zde jsme sami museli potvrdit, že je nevýznamné a velmi krátkodobé.

Zvýšením aktivity superoxiddismutázy dochází po radonových koupelích k nastartování reparačních procesů buněčných, což je důvodem aplikace radonových koupelí u lidí vyššího věku.

Radonová koupel má relativně málo kontraindikací. Jsou jimi tumory v aktivní fázi, akutní infekční onemocnění, akutní tuberkulóza, těžká srdeční slabost a akutní i subakutní psychogenní onemocnění. K tomu přistupují kontraindikace vodní lázně celkově /zranění kůže, některé kožní choroby a další/ Opatrnost je na místě u stavů po operacích malignit, zde doporučujeme pro aplikaci radonových koupelí odstup nejméně dvou let.

Radonové koupele jsou u nás procedurou hlavní, pochopitelně nikoli jedinou. Poskytujeme celou škálu procedur a léčení klientů je záležitostí komplexní.

Podstatnou složkou naší léčby je rehabilitace. Je prováděna individuálně v ordinacích fyzioterapeutů, nebo ve skupinách v bazénu či v tělocvičně. Nejcílenější je samozřejmě cvičení individuální, ale i pro skupinová cvičení je možné vytvořit sestavy cviků podle diagnóz nebo převažujících souborů příznaků.

Oblíbenou součástí terapie jsou masáže, poskytujeme je ve formě klasických, reflexních nebo subakválních masáží. Léčba je doplněna celou škálou elektroléčebných procedur a řadou dalších fyzikálních procedur, od skotských stříků, vířivých, přísadových a perličkových koupelí přes oxygenoterapii, suché plynové koupele a inhalace, až po např. laseroterapii, magnetoterapii a akupunkturu.

Zvláštní procedurou je tzv. brachyradiumterapie, známá mezi našimi klienty jako jáchymovské krabičky. Je to léčba bolesti, využívající analgetického účinku nízkých dávek gamažáření, používaná u klientů s chronickými bolestmi páteře a velkých kloubů. Procedura má své indikace a kontraindikace. Indikací jsou hlavně klidové dlouhotrvající bolesti, které nereagují na jinou léčbu. Kontraindikací jsou akutní horečnaté stavy, stavy po operacích malignit, zhoubné tumory, tuberkulóza. Proceduru indikuje pouze lékař, který zároveň posuzuje i některé laboratorní parametry, zejména krevní obraz. Celková dávka záření u brachyradiumterapie se pohybuje mezi jedním a třemi greji a jde o proceduru, která, pokud máme správné informace, nemá v této formě obdoby ve světě.

Z výše uvedeného lze odvodit, jaké jsou indikace jáchymovské lázeňské léčby. Jsme zaměřeni na léčbu převážně chronických onemocnění pohybového aparátu. Choroby je možné rozdělit na několik skupin:

1/ Choroby zánětlivé – revmatoidní artritida, spondylitis ankylosans, psoriatická artropatie.

2/ Degenerativní onemocnění páteře a kloubů – artrozy, vertebrogenní syndromy.

3/ Některé poúrazové stavy, stavy po operacích hybného systému /např. náhrady kloubní/. Indikační skupina úrazů je z hlediska tématu dnešního semináře velice zajímavá. Úrazy tvoří vysoké procento klientů ze zemí středního východu, velmi časté jsou stavy po autonehodách a občas vídáme a léčíme i válečná zranění.

Nejsou oficiální indikací stavy po centrálních příhodách mozkových, ale i toto je zajímavá indikace. Zájem pacientů je velký, a proto v indikovaných případech, pokud máme pocit, že lze lázeňskou léčbou ještě dospět ke zlepšení, léčíme i tyto stavy.

Zajímavá je možnost ovlivnění některých chorob metabolických.. Diabetes není oficiální indikací, ale bolestivé stavy, spojené s diabetickou neuropatií, se po Rn

koupelech lepší. Pozitivní efekt má i např. léčba kloubních potíží při arthritida urica.

4/Všeobecně tonizující vliv radonových koupelí je důvodem, proč lze za indikaci k léčbě označit i vyšší věk. Léčbou dochází k celkové aktivaci organismu. Teorie, jak k tomu dochází, se všechny týkají přenosů informací na buněčných úrovních a je tu zajímavá podobnost např. s teorií o účinku laseroterapie.

Tolik vážení přítomní, k Jáchymovské lázeňské léčbě a k jejím indikacím. Děkuji za pozornost a nyní bych chtěl dát prostor eventuálním dotazům.

Prim. MUDr. Josef Šimek