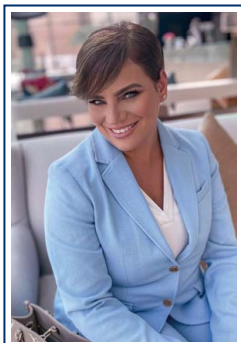


VÁŽENÍ LÁZEŇŠTÍ HOSTÉ,



velmi nás těší, že jste si pro zlepšení svého zdraví vybrali právě naše lázně. Denně se Vám snažíme poskytovat tu nejlepší péči z řad našich odborníků, ale dbáme také na kvalitu všech námi poskytovaných služeb. V souvislosti se zlepšováním bychom Vás rádi požádali o vyplňování dotazníku spokojenosti klienta. Zpětná vazba je pro nás důležitá.

Omlouváme se za komplikace způsobené rekonstrukcí dětského rehabilitačního ústavu. Stavební práce jdou podle plánu a pevně věříme, že nejspozději v letošním červnu přijmeme první dětské klienty tohoto roku.

V neposlední řadě mi dovoluňte popřát Vám příjemné velikonoční svátky a ještě příjemnější lázeňský pobyt u nás.

Ing. Pavlína Filipi
generální ředitelka



OTEVÍRÁME HISTORICKÉ LÁZNĚ DARKOV!



K 1. květnu přijímáme rezervace na první pobyty v roce 2023.

Zpráva, na kterou všichni čekáte je konečně tady!

S přicházejícím jarem nastává také ideální doba pro otevření oblíbených Historických Lázní Darkov!

Ať už máte lázeňský návrh od lékaře nebo byste rádi do lázní vyrazili jako samoplátci, u nás jste vždy vítáni. Proto neváhejte a využijte akční nabídky, kterou nabízíme pro ubytování v Historických Lázních Darkov v měsíci květnu na týdenní pobyty.

Čeká na Vás nezaměnitelná lázeňská atmosféra, nespočet možností pro

volný čas, výtečná kuchyně a ubytování v moderně vybavených vilách.

Vybrat si můžete ze široké nabídky týdenních pobytů, díky čemuž si jednoduše zvolíte ten pravý pobyt přímo pro Vás.

Není na co čekat – rezervujte si svůj májový pobyt co nejdříve!

Objednat můžete na:
tel.: 596 37 2314
e-shop: eshop.laznedarkov.cz

Slevu 20% uplatníte při své objednávce po zadání kódu „MAJVHLD“.

KRYOTERAPIE

Přijďte se k nám léčit „mrazem“.

NYNÍ UŠETŘÍTE!



OBJEDNÁVKY:

+420 596 37 3333

eshop.laznedarkov.cz

*Nutno vyčerpat do 31. srpna 2023.



**SLEVA 15%
NA DOKUPOVANÉ
PROCEDURY**

Sleva se vztahuje pro klienty na pobytu delším než 8 dní/7 nocí.

Nevztahuje se na akční nebo již zlevněné procedury.

Revmatici, vyrazte do našich lázní! Odpočnete si a uleví se vám

Pro tohle chronické zánětlivé onemocnění kloubů a šlach, které nemocného postupně omezuje v pohybu, je ideální lázeňská péče v našich **Historických Lázních Darkov**, které pro Vás, jak již víte, brzy otevíráme. Věděli jste, že tohle onemocnění postihuje čím dál více také mladé generace?



MUDr. Michael Nytra

A právě rehabilitace napomáhá určitému potlačení nemoci a odstranění ztuhlosti postižených bolestivých kloubů. V chronickém stadiu je **denní** cvičení bezpodmínečně nutné.

Lázeňská péče je pacientům s revmatoidní artritidou doporučována, protože kombinuje intenzivní rehabilitaci s pozitivním účinkem na **psychiku** pacienta.

Tato slova potvrzuje také jeden z našich uznávaných lékařů, **MUDr. Michael Nytra**, od kterého pro Vás máme pár slov právě na téma revmatoidní artritida v Lázních Darkov.

Na úvod si pojďme vysvětlit, že revmatická onemocnění dělíme na **zánětlivá**, kam patří právě revmatoidní artritida, ale také například Bechtěrevova choroba, potom dále na **degenerativní**, jejímž zástupcem je kloubní artróza, **metabolická** a **endokrinní**, kam řadíme dnovou artritidu a dále máme tzv. **mimokloubní revmatismus**, kdy bývají postiženy periartikulární tkáně, například šlachy. Všechna tato onemoc-

nění u nás léčíme v hojném počtu, v recentní době takto evidujeme přibližně 10% těchto diagnóz. **Čistě revmatoidní artritida tvoří asi 1% pacientů.**

Lázeňská léčba revmatoidní artritidy **musí zohledňovat fázi aktivity onemocnění** a například ve fázi vysoké aktivity je vhodné pobyt odložit.

Ve fázi střední aktivity je indikována lokální kryoterapie postižených kloubů (kryosáčky, ofuk chladným vzduchem) a u pohybových aktivit je nutné respektování známek zánětu. Dále aplikujeme procedury magnetoterapie nebo elektroterapie s analgetickým, antiflogistickým účinkem a resorpčním efektem. Blahodárný vliv má naše věhlasná léčivá **jodobromová solanka**, která působí protizánětlivě, změkčuje vazivo, urychluje regenerační pochody a působí jako antioxidant. Pokud je onemocnění ve fázi nízké aktivity, je na místě intenzivnější pohybová léčba s cílem zlepšit rozsahy pohybu v kloubech, provádíme měkké techniky, postizometrické relaxace, mobilizace, snažíme se o úpravu svalových dysbalancí a pohybových stereotypů. Cvičení probíhá jak individuálně s fyzioterapeutem, tak i ve skupinách, nezpochybní-

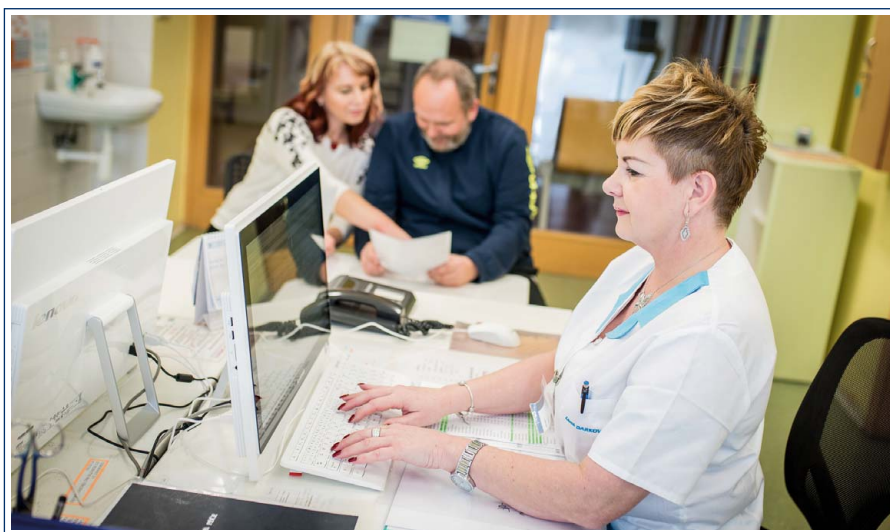
hyperemický, relaxační a analgetický efekt.

Revmatoidní artritida je chronické onemocnění s postupnou destrukcí postižených kloubů, cílem léčby je navození remise, což znamená **zastavení destrukčního procesu**, za úspěch je ale považováno i **dosažení fáze nízké aktivity nemoci**.

Lázeňská péče je s využitím našich možností rehabilitace a moderní fyzikální terapie pro pacienty důležitá ke zlepšení celkové **fyzické i psychické kondice** a dosažení co **nejlepší kvality života a soběstačnosti**.

Naše léčba má také význam v instruktáži a následné autoterapii pacienta po ukončení pobytu u nás. Naši profesionálně edukují pacienty v metodách udržení maximální funkce kloubů, prevenci kontraktur, preventivního cvičení nepostižených kloubů, důraz se klade hlavně na udržení rozsahu pohybu a zabránění svalové atrofie. Cvičení by měl pacient provádět **2 – 4x denně**.

Nezapomeňte, že vyrazit k nám jako revmatik můžete nejen na komplexní či příspěvkovou lázeňskou péči, ale



telný význam má hydrokinezioterapie, tedy cvičení ve vodě. Jako termoterapii v této fázi můžeme aplikovat pozitivní teplo, čímž se myslí například rašelina, parafin, parafango, kdy využíváme

také jako **samoplátce**. Ve všech případech nás dokonce můžete navštívit **každý rok!** Rehabilitaci rozhodně není radno oddalovat, těšíme se tedy, až Vás u nás přivítáme.

Vaše rehabilitace u nás: klient Tomáš



V uplynulém měsíci březnu jsme u nás přivítali klienta Tomáše, 29letého sympatického muže, který k nám přijel z Uherského Hradiště po úrazu páteře.

Tomáš je ve volném čase velkým fanouškem jízdy a skoků na motorce, což se právě stalo důvodem jeho zranění. Tahle nová situace jej pochopitelně vystavila do nepříjemné situace po mnoha stránkách, nicméně byl velmi ochotný se o svou zkušenost podělit také s Vámi. Přinášíme Vám s ním tak krátký rozhovor.

S jakými zdravotními obtížemi jste do lázní přijel a odkud jste k nám zavítal?

Bydlím v Uherském Hradišti a v lázních jsem proto, že jsem utrpěl úraz páteře, musel jsem podstoupit dvě operace a nyní je na řadě rehabilitační fáze.

Jaká máte očekávání o Vašem stavu na konci pobytu?

Doufám, že se můj stav zlepší, že mě zde více rozhýbou a budu moct jít zpět do zaměstnání. Pracuji jako automechanik v autorizovaném servise.

Jde o Vaši první návštěvu Lázní Darkov? Z jakého důvodu jste zvolil právě naše lázně?

Ano jde o mou první návštěvu, jak lázní obecně, tak právě i Darkova a musím uznat, že jsem tady moc spokojený. Vybral jsem si tyto lázně, protože jsou na ně dobré recenze a všichni si to tady chválí.

V jaké fázi pobytu jste?

Jsem zhruba v polovině, pobyt mám na 28 dní a myslím si, že se můj zdravotní stav zlepšuje.

Jaké máte naordinované procedury?

Procedury mám zaměřené hlavně na páteř, takže mám cvičení v bazénu i individuální s fyzioterapeutem, cvičení ve fitku, rašelínový zábal, dále SM systém,

plynové injekce na uvolnění svalů a další.

Jakou proceduru prozatím vnímáte jako neefektivnější?

Neefektivnější je určitě individuální cvičení a pak ostatní cvičení v bazénu nebo s terapeutem, kde cvičíme SM systém.

Je pro Vás rehabilitace fyzicky náročná?

Ano je. Pro zdravého člověka by to nebylo tolik náročné jako pro někoho, kdo 8 měsíců nemůže nic dělat, jen chodí na procházky apod.

Jak vyplňujete volný čas? Zúčastnil jste se již nějaké události z našeho kulturního programu?

Ano rozhodně! Občas zajdu do lázeňské kavárny a byli jsme tady se spolubydlicím také na večírcích a občas se jdeme projít do parku, do obchodu a po okolí.

Jste tedy na sdíleném pokoji, jak hodnotíte dočasné soužití se spolubydlicím?

Spolubydlicí je super! Je to pán, který má 47 let a sedli jsme si od první chvíle, jelikož je taky motorkář a dobrovolný hasič jako já.

Je něco, co Vás v lázních pozitivně či negativně překvapilo?

Překvapilo mě, kolik je zde lidí a jak se všichni hezky chovají. Lidé jsou tu velmi milí a společenská. Navíc ve všem poradí, vyhoví vám, takže se tu cítím velmi příjemně.

Jak jste tady celkově spokojený a doporučil byste Lázně Darkov ostatním?

Ano jsem moc spokojený a rád si zažádám i o prodloužení pobytu. Jednoznačně bych doporučil ostatním lidem, ať si sem zajedou.

Tomášovi moc děkujeme za jeho odpovědi a čas, který nám věnoval a umožnil nám podělit se s Vámi o jeho zkušenost a samozřejmě přejeme hlavně spoustu zdraví!

Jaké mělo zranění vliv na jeho osobní a pracovní život nebo jak byl úraz a následná rehabilitace náročná po fyzické i psychické stránce? **To a mnohem více Vám přineseme v měsíci dubnu na sociálních sítích, tak nás nepřestávejte sledovat!**

NOVÁ OTEVÍRACÍ DOBA CENTRA REGENERACE A KRYOTERAPIE



Nyní jsme tu pro Vás ještě častěji!

Naši milí klienti, s radostí Vám oznamujeme, že jsme navýšili otevírací dobu našeho Centra regenerace a Kryokomory. **Nově jsme tu pro Vás mimo jiné také v neděli!**

Jen si to představte, nechat o sebe pečovat na samém konci týdne, ulevit tělu i duši, ať na ten následující máte spoustu sil a energie... mm... nádhera!

Vybírat můžete z několika druhů masáží, speciálních zábalů, přístrojových ošetření, koupelí a spousty dalšího, co Vašemu tělu i mysli zaručeně prospěje.

Navštivte náš eshop a vyberte si z naší široké nabídky procedur.

CENTRUM REGENERACE

PONDĚLÍ	7:00 – 15:30 h.
ÚTERÝ	7:00 – 18:00 h.
STŘEDA	7:00 – 15:30 h.
ČTVRTEK	7:00 – 18:00 h.
PÁTEK	7:00 – 18:00 h.
SOBOTA	7:00 – 15:30 h.
NEDELE	9:00 – 13:00 h.

KRYOKOMORA

ÚTERÝ	16:00 – 18:00 h.
ČTVRTEK	16:00 – 18:00 h.
(včetně vstupní prohlídky)	
NEDELE	13:30 – 17:00 h.
(bez možnosti vstupní prohlídky)	

KULTURA V LÁZNÍCH DARKOV

DATUM	ČAS	KULTURNÍ AKCE	CENA
6. 4.	15:30	Posezení u klavíru s paní Kwiczalovou <i>Fontána, Budova D – u bazénu, RS</i>	Zdarma
9. 4.	18:30	Hudebně-taneční večer, Pasz <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč
11. 4.	18:30	Hudebně-taneční večer kapela UFO <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč
12. 4.	15:15	Beseda o hornických koloniích – Co se zpívalo a hrálo, vystupuje: Dr. Ing. Milan Bystroň s mužským pěveckým sborem a Bronislav Valek s harmonikou <i>Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS</i>	Zdarma
13. 4.	15:30	Posezení u klavíru s paní Kwiczalovou <i>Fontána, Budova D – u bazénu, RS</i>	Zdarma
14. 4.	15:15	Beseda o městě Karviná (památky a zajímavosti k vidění) Přednáší paní Kolková <i>Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS</i>	Zdarma
16. 4.	18:30	Chytil, Hudebně-taneční večer <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč
17. 4.	18:30	Rozmarýn, Hudebně-taneční večer <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč
18. 4.	18:30	Hudebně-taneční večer kapela UFO <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč
20. 4.	15:30	Posezení u klavíru s paní Kwiczalovou <i>Fontána, Budova D – u bazénu, RS</i>	Zdarma
23. 4.	18:30	Hudebně-taneční večer, Pasz <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč
24. 4.	18:30	Koncert Drahovzal (muzikálové a filmové melodie) <i>Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS</i>	70 Kč
23. 4.	15:15	Beseda s živými hudebními ukázkami "Co se zpívalo a hrálo v hornických koloniích" <i>Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS</i>	Zdarma
24. 4.	15:15	Historie lázní a města Karviná, přednáší p. Mgr. Libuše Kolková <i>Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS</i>	Zdarma
25. 4.	18:30	Hudebně-taneční večer kapela UFO <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč
26. 4.	15:30	Posezení u klavíru s paní Kwiczalovou <i>Fontána, Budova D – u bazénu, RS</i>	Zdarma
28. 4.	15:15	Beseda o historii Lázních Darkov a městě Karviná, přednáší paní Kolková <i>Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS</i>	Zdarma
30. 4.	18:30	Chytil, Hudebně-taneční večer <i>Kavárna, 2. NP, Budova B, RS</i>	100 Kč

KAŽDOU SOBOTU:

16:00 hod.

Bohoslužba, Římskokatolická farnost
Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS

Vstupné: dle ceníku farnosti

KAŽDOU NEDĚLI:

10:00 hod.

Bohoslužba, Křesťanská
Společenský sál, 2. NP, Budova A, RS

Vstupné: dle ceníku farnosti

SLEDUJTE NÁS I NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH

www.facebook.com/laznedarkov

www.facebook.com/groups/laznedarkovskupina

www.instagram.com/laznedarkov.cz

NEBO NA NAŠI WEBOVÉ STRÁNCE

www.laznedarkov.cz



KULTURA V KARVINĚ

6. 4. 2023 · 17:00 – 18:00 hod.

Přednáška o léčitelství s Inkou Grofčíkovou
Regionální knihovna Karviná (pobočka Karviná-Mizerov)

12. 4. 2023 · 17:30 – 19:45 hod.

Film: Rimini
Regionální knihovna Karviná (pobočka Karviná-Mizerov)

12. 4. 2023 · 19:00 – 21:00 hod.

Divadlo: Komédie o umučení a slavném vzkříšení Pána a Spasitele našeho Ježíše Krista
Městský dům kultury

13. – 14. 4. 2023 · 17:00 – 18:00 hod.

Večer s výtvarníkem – povídání a vzpomínky Oldřicha Kodeše, Jaroslavy Rybové a Renáty Filipové
Galerie města Karviné

15. 4. 2023 · 10:00 – 17:00 hod.

Model Show Karviná 2023 Výstava a soutěž plastických i papírových modelů
Středisko volného času Juventus, Karviná

15. 4. 2023 · 19:00 – 21:00 hod.

Československá Oldies Party – VYPRODÁNO
Městský dům kultury

15. – 16. 4. 2023 · 9:00 – 15:00 hod.

Výstava Reborn Mimi panenek
Středisko volného času Juventus, Karviná,

17. 4. 2023 · 19:00 – 21:00 hod.

Divadlo: Nikdy není pozdě
Regionální knihovna Karviná (pobočka Karviná-Mizerov)

18. 4. 2023 · 17:00 – 19:00 hod.

Aleš Palán – beseda se spisovatelem
Městský dům kultury

19. 4. 2023 · 17:30 – 19:15 hod.

Film: Vozka smrti
Regionální knihovna Karviná (pobočka Karviná-Mizerov)

20. 4. 2023 · 17:00 – 18:00 hod.

Podroze marzeń – Madagaskar. Prelekcje przygotowali państwo Lucyna i Libor Šknuřilowie
Regionální knihovna Karviná (pobočka Karviná-Mizerov)

25. 4. 2023 · 17:30 – 19:30 hod.

Tajemní impresionisté – Světové umění v kině centrum
Městský dům kultury

26. 4. 2023 · 17:30 – 19:45 hod.

Film: Bratr a sestra
Regionální knihovna Karviná (pobočka Karviná-Mizerov)

26. 4. 2023 · 19:00 – 21:00 hod.

Divadlo: Vrabčák a anděl
Městský dům kultury

29. 4. 2023 · 17:00 – 19:00 hod.

Taneční show
Městský dům kultury

30. 4. 2023 · 17:00 – 19:00 hod.

Taneční show
Městský dům kultury

www.karvinainfo.cz

Změna programu vyhrazena.

PŘEDPRODEJ VSTUPENEK

bude probíhat na recepci Rehabilitačního sanatoria, budova B, klapka telefonu 2210. Rehabilitační sanatorium: prodej vstupenek po 15. hod. Kulturní akce pořádají: Lázně Darkov, a.s., IČ: 61974935.