

## TÉMA IN

in.ihned.cz/tema

čtyřhvězdičkovém hotelu Gartner ([www.hotelgartner.it](http://www.hotelgartner.it)), který byl otevřen letos v dubnu a nachází se ve vesnici Tirol/Tirol nad lázeňským městem Meran. Můžete si odpočinout v hotelovém bazénu, který je propojen s venkovní zahradou, z níž se můžete kochat nádhernou krajinou a okolními horami. Hotel nabízí i venkovní dřevěnou terasu, ideální pro opalování. [www.suedtirol.info](http://www.suedtirol.info)

## Rakousko

Jedním z regionů, který nabízí výborné podmínky pro wellness, je Tyrolsko. Průzračný horský vzduch, čistá voda, aromatické bylinky, domácí strava a harmonie pohybu a relaxace v nezkážené přírodě jsou základní příslady wellness v této spolkové zemi.

Například Aignerské lázně ([www.tiscovier.at/abfalterbach](http://www.tiscovier.at/abfalterbach)), malý zastrčený klenot

ve východotyrolském Hochpustertalu, jsou v provozu už od roku 1772 a dnes jsou památkově chráněny. Využívají léčivý pramen s obsahem síranu vápenatého, tišící revma, dnu a ischias. Ale nepředstavujte si žádné



FOTO: ÖSTERREICH WERBUNG

**V Aignerských lázních, které jsou v provozu od roku 1772, se hosté dodnes koupou ve dřevěných kádích.**



FOTO: AIGNER BADL

moderní lázeňské zařízení: tady se hosté koupou v dřevěném škopku.

O něco komfortnější jsou lázně Mehrn ([www.mehrn.com](http://www.mehrn.com)) na začátku údolí Alpbachtal (voda s obsahem síranu vápníku a hořčíku), které mají v nabídce kúry podle Kneippa, aromaterapie i ajurvědu.

V jiném tyrolském lázeňském místě Bad Häring ([http://kurzentrum.at/de/bad\\_haering](http://kurzentrum.at/de/bad_haering)) můžete najít léčivé účinky vody s obsahem síry. Ta působí na nemoci revmatického charakteru a projevy stárnutí kloubů a páteře. Moderní lázeňské centrum nabízí navíc pročištění organismu, protistresové terapie nebo následnou péči po ortopedických operacích. Koupele s obsahem kyseliny uhličitě a síry, bahenní zábaly, nejrůznější masážní techniky a mnoho dalšího zde pomáhá lázeňským hostům k blahodárným účinkům na těle i na duši.

Kryoterapii můžete vyzkoušet v poláriu AlpenMed hotelu Lamm v Seefeldu ([www.alpenmedhotel.com](http://www.alpenmedhotel.com)), jediném svého druhu v tyrolských hotelích. Co tato komora s teplotou minus 110 °C dokáže? Chlad tiší bolest. Na bouli přiložíte sáček s ledem, a už odeznívá. Chlad působí tlumivě na bolest a protizánětlivě. Takzvaná kryoterapie tohoto efektu využívá k podpoře výkonnosti, odbourávání stresu, ale také při chronických onemocněních kloubů a páteře, revmatických nebo neurodermatických potížích. Vystavení tak velkému mrazu mobilizuje funkci srdce a krevního oběhu i hospodaření organismu s energií. Při -110 °C se terapeutický účinek dostane i k hlouběji lokalizovaným centrům bolesti. [www.tyrolsko.cz](http://www.tyrolsko.cz)

TEREZA HROMÁDKOVÁ

[tereza.hromadkova@economia.cz](mailto:tereza.hromadkova@economia.cz)

## Z historie

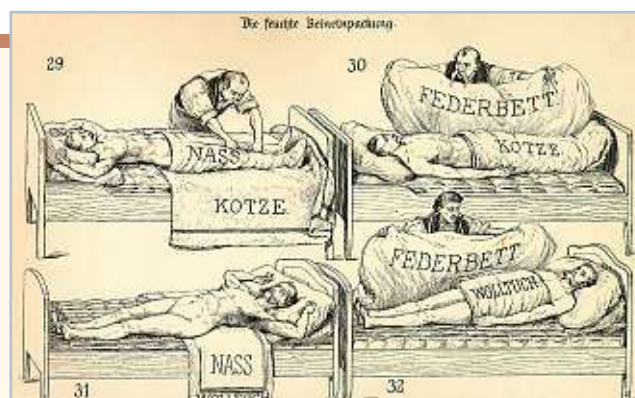
Historie evropského lázeňství má kořeny v lázních antického Řecka a Říma. Podle archeologických nálezů se v Řecku v období tzv. krétsko-mýkénské kultury používaly na Krétě první terakotové vany.

V dobách starověkého Říma se lázním v hlavním městě impéria nejvíce dařilo za vlády císařů, kteří podporovali jejich výstavbu, aby si tak zajistili oblíbenost u lidu. Velkoryse pojatá architektura lázní i estetická úroveň interiérů, kde nechyběla hodnotná malířská a sochařská díla, svědčí o tom, že lázně sloužily nejen ke vzpružení těla, ale i ducha. Důraz na estetickou stránku ovšem souvisel také s tím, že lázně v Římě plnily především společenskou funkci.

K léčebným účelům sloužily lázně mimo Řím, například v Neapolském zálivu – Ischia či Baiae. Z Apeninského poloostrova se využívání koupelí coby léčebného procesu rozšířilo později do německy mluvících zemí a dále do střední Evropy.

Je ovšem otázka, do jaké míry byly lázeňské procedury ve středověku a raném novověku příjemné – kúry se totiž předepisovaly na sto i dvě stě hodin koupelí. Není proto divu, že se pacientům tvořily na rozmačené kůži vyrážky a vředy. Ty někteří z tehdejších balneologů považovali za žádoucí a nezbytné pro úspěch léčby, ačkoliv například alchymista a lékař Paracelsus vyrážku za nutnou součást léčby nepokládal. Přesto byla lázeňská výražka po celé 16. století specialitou třeba lázní v Karlových Varech.

Koupele ve vřidelní teplé vodě tu brali pacienti v malých dřevěných bazénech v lázeňských domech, kam byla voda přiváděna systémem dřevěných



žlabů podél říčky Teplé. K přestavbě lázní došlo až po požáru v roce 1759, kdy jejich středověký charakter zmizel. Už v době dlouhotrvajících koupelí si však Karlovy Vary dokázaly vydobýt výsadní postavení a udržet je i později, kdy se na nějakou dobu stala proležovaným léčebným prostředkem pitná voda.

Františkovým a Mariánským Lázním dopomohl ke zvýšenému zájmu pacientů i badatelů výskyt vody bohaté na oxid uhličitý. Uhlíčitě koupele v přírodních kyselkách, blahodárně působící na cévní systém, se totiž staly hitem druhé poloviny 19. století. Zdroj: České lázně a lázeňství, MMR ČR