

A close-up photograph of a woman lying on her side, receiving a massage. Her eyes are closed, and she has a peaceful expression. Several hands are visible, gently massaging her back, neck, and head. The background is a soft, out-of-focus white, suggesting a spa or hotel setting.

REHABILITAČNÉ PROCEDÚRY

Horec
Penzión 



KLASICKÁ RELAXAČNÁ MASÁŽ

Zvýšené prekrvenie organizmu masážou Vám zlepši termoregulačné procesy, dýchanie, urýchli dobu liečby po zraneniach, podporí duševnú výkonnosť a zabezpečí zdravý, tvrdý spánok. Vaša pokožka bude po masáži napnutá a svieža. Celkové upokojenie organizmu a oddych počas „Klasickej relaxačnej masáže“ je investovaný čas, ktorý Vám Vaše telo oplatí v podobe zlepšenia koncentrácie a celkového výkonu počas nasledujúcich dní.

Doba trvania: čiastočná 20 minút (*chrbát alebo dolné končatiny*)

Indikácie: bolestivosť svalov, kĺbov a šliach, bolesti chrbta, šije, svalov a hlavy, odbúrava odpadové látky

Kontraindikácie: horúčky a infekčné ochorenia, akútne zápalové ochorenia a zlyhávajúce dôležité životné funkcie, infekcie kože a plesňové ochorenia, lokálne postihnuté miesta po zápaloch žíl a trombóze, hnačkové ochorenia a ochorenia s krvácaním v stolici, plný žalúdok - bezprostredne po jedle, plný močový mechúr, tehotné ženy a 2 mesiace po pôrode, masáž brucha pri menštruácii, miesta nádorov, materských znamienok a rôznych výrastkov na koži, ktoré nevyšetрил lekár, vysoký krvný tlak, osteoporóza



RAŠELINOVÝ ZÁBAL

Rašelinový obklad je vhodný pre ľudí, ktorí potrebujú uvoľniť napäté telo a neobľubujú masáže či hydromasážne vane. Ideálna je však kombinácia rašelinového obkladu s následnou relaxačnou masážou. Rašelinový zábal je polopriepustné vrečko a zároveň hygienický spôsob ako telu dodať minerálne látky prostredníctvom pokožky. Rašelina v sebe ukrýva množstvo minerálov a živín potrebných pre zdravú pokožku. Pri ležaní na bruchu

Vám liečivé látky prúdia do pokožky chrbta tepelnou výmenou z nahriateho vankúša na rašelinovom balíku. Liečebný účinok rašeliny pomáha pri hojení ekzémov, celulitide, podporuje celkové prekrvenie a obnovu odumretých kožných buniek.

Doba trvania: 20 minút

Indikácie: subakútne a chronické stavy reumatického a traumatického pôvodu, artrózy, svalové kontraktúry, bolesti kĺbov a chrbtice, obezita, celulitída, vhodné pre zvýšenie lokálneho prekrvenia

Kontraindikácie: akútne zápaly močových ciest, tehotenstvo (s aplikáciami pozdĺž chrbtice), dekompenzované kardiologické ochorenia a ťažké obehové poruchy, horúčkovité stavy, ťažšie zápalové a iné akútne ochorenia kože, plný žalúdok po jedle, plný močový mechúr otvorené poranenia kože, krvácanie, opuchy, alergie na huminové kyseliny



MAGNETOTERAPIA

Je to prístroj pre aplikáciu pulzného magnetického poľa. V ortopédii je možné ho použiť tam, kde sa vyžaduje zvýšené prekrvenie na podklade vasodilatácie alebo neovaskularizácie, alebo pri stratách Kalcia. V neurológii má veľmi priaznivý vplyv pri regenerácii periférnych nervov. V rehabilitácii sa používa k ovplyvneniu celej rady bolestivých syndrómov. Využíva viacero druhov

magnetických polí v liečbe najrôznejších chorôb. Pulzné magnetické polia sú najvýhodnejšie pri kmitočtoch od 2 do 15 Hz a vyšších pre ich protibolestivé účinky. Výrazne znižuje bolesti už od 3.-4. dňa liečby a postupne tieto bolesti úplne odstráni. Ústup alebo zmenšenie bolesti umožní oveľa skôr a vo väčšom rozsahu uplatňovať pohybovú liečbu. Použitie magnetoterapie s pulzným magnetickým pólom nemá prakticky žiadne kontraindikácie, preto je veľmi vhodným doplnkom kúpeľnej liečby.

Doba trvania: 15 minút

Indikácie: bronchiálna astma, parkinsonov syndróm, artritída, artróza, revma, vertebrálne alergické syndrómy, tenisový lakeť, zmrazené ramená, fraktúra (už aj počas sadry), isochias, mozgová porážka, neuralgia, degenerácie miechy, roztrúsená skleróza, myopatia, nízky aj vysoký tlak, bechtereyova choroba, manierov syndróm, vegetatívna dystonia, migréna

Kontraindikácie: kardiostimulátor, krvácavé stavy, myasthenia gravis, všetky mykotické (plesňové) ochorenia pre riziko ich generalizácie, nádorové ochorenia, juvenilny diabetes, gravidita, aktívna TBC

BIOPTRON

Prístroje terapie svetlom BIOPTRON vydávajú svetlo rôznych vlnových dĺžok, ktoré zodpovedajú viditeľnému svetlu a infračervenému žiareniu, pričom u oboch týchto zložiek boli zaznamenané vlastnosti stimulujúce biologické reakcie. Veľmi dôležité je, že BIOPTRON neobsahuje škodlivé ultrafialové (UV) žiarenie. Pri umiestnení prístroja BIOPTRON nad plochu kože preniká energia, ktorú svetlo vydáva, do spodných tkanív. Tento proces vyvoláva biologickú reakciu zvanú fotobiostimulácia, ktorá vo vnútri týchto tkanív spôsobuje rôzne reakcie, ktoré môžu zmierniť bolesť a podporiť hojenie.



Doba trvania: 15 minút

Indikácie: Artritída, bolesť spodnej časti chrbta, poškodenie mäkkých tkanív, syndróm karpálneho tunela, tenisový lakeť, imunitný systém, akné, atopická dermatitída, oparové kožné infekcie, psoriáza (lupienka), ekzém, ochorenie svalové a kostrové, infekcie horných dýchacích ciest, indikácie u novorodencov, sezónne poruchy a depresie

ZÁBAL ZO VČELIEHO VOSKU



Doba trvania: 20 minút

Indikácie: bolesti vo svaloch a kĺboch, reumatické bolesti, syndrómy bolesti, bolesti hlavy, migréna, ochorenia urologického traktu, bronchitída, prechladnutie horných dýchacích ciest, vnútorné napínanie, blahodárna terapia na uvoľnenie, aróma pre zmysly a starostlivosť o pleť

Kontraindikácie: horúčkovité ochorenia, akútne zábaly, akútne posttraumatické stavy, pri krvácaní makro resp. mikroangiopatických poruchách prekrvenia pokožky, nevhodné pre citlivú pokožku, veľkoplošné poranenia kože, na otvorené rany, pri akútnych ochoreniach kože, tuberkulóza, srdcové a cievne ochorenia, hypertonia, alergia na včelie produkty.

SUCHÝ UHLIČITÝ KÚPEL

Moderná liečebná metóda spočívajúca v uzavretí tela a nôh do vzduchotesného vaku, ktorý sa naplní oxidom uhličitým. Procedúra pomáha odstrániť napätie, vysoký krvný tlak, regenerácii svalstva, liečbe kŕčových žíl, celulitídy, popáleninám a napomáha celkovému prekrveniu organizmu.

Odporúčanie: Nebojte sa vyskúšať nové liečebné metódy. Náš vyškolený personál Vás dôkladne a ochotne oboznámia s procedúrou suchého uhličitánového kúpeľa.

Doba trvania: 20 minút

Indikácie: prekrvenie celého tela, odbúranie stresu, odľahčí sa práca srdca, klimaktérium, detoxikácia organizmu, proti nespavosti

Kontraindikácie: nízky tlak, krvácavé stavy, tehotenstvo, onkologické ochorenie, hyperfunkcia štítnej žľazy





PHYACTION - ELEKTROLIEČBA

Prístroj Phyaction je schopný aplikovať všetky v súčasnej dobe dostupné formy elektroterapie. Využíva sa hlavne kvôli analgetickému účinku, k zlepšeniu prekrvenia tkanív, posilneniu svalstva panvového dna a pre myorelaxačný účinok na kostrové svalstvo. Má rozsiahle využitie rôznych druhov prúdov s hĺbkovým efektom:

- strednofrekvenčný prúd – zmierňuje bolesti, normalizuje vegetatívnu rovnováhu
- strednofrekvenčný rázový prúd – má efekt na svalovú kontrakciu, pomáha pri liečbe opuchov
- nízkofrekvenčný Tens prúd – zmierňuje bolesti, zlepšuje cirkuláciu
- na liečbu je možné využívať aj ďalšie druhy prúdov

Doba trvania: 12 minút

Indikácie: ochorenia pohybového aparátu, neuralgia, distorzia, stresová inkontinencia, atonický močový mechúr, ischemická choroba dolných končatín

Kontraindikácie: kardiostimulátor, nádorové ochorenia, poruchy citlivosti, kovové implantáty v prúdovej dráhe, tehotenstvo, ekzémy, krvácavé stavy

MASÁŽNE KRESLO

Podľa tradície čínskej medicíny, kanále a tlakové body v ľudskom organizme ústiace v chrbtici sú priamo napojené na telesné orgány. Masáž chrbtice umožňuje voľné prúdenie tekutín v týchto kanáloch, ktoré sú dôležité pre udržiavanie dobrého zdravia organizmu. Taktiež podľa modernej medicíny chrbtica a orgány sú vzájomne prepojené početnými nervovými vláknami. Masáž chrbtice zvyšuje krvnú cirkuláciu, ktorá napomáha udržiavať a chrániť normálny chod telesných orgánov. Výhodou masážneho kresla to pri type je možnosť nastavenia automatického chodu, kedy dochádza k striedaniu všetkých funkcií v priebehu 5 až 30 min. Časový interval môže byť zvolený individuálne prípadne prerušený.



Doba trvania: 15 minút

Indikácie a kontraindikácie sú rovnaké ako pri klasickej masáži

WELLNESS A REHABILITÁCIE

SAUNA

Sauna má význam v odstraňovaní únavy po cvičení a pre celkové posilnenie odolnosti organizmu. Tiež posilňuje a dlhodobo udržuje športovú kondíciu. Dokonalé prehriatie v saunovom kúpeli uvoľňuje svaly a to redukciou aktivity neuromuskulárnych zakončení. Bezprostredne po saunovaní sa síce znižuje svalová sila, ale druhý deň stúpa nad obvyklé hodnoty. Vplyvom tepla tiež narastá rozťažiteľnosť a pružnosť väziva, čo je účinné predovšetkým pri problémoch reumatického typu. Teplom sa zlepšuje prekrvenie v kĺbných puzdrách a znižuje viskozitu kĺbového mazu, čo má pozitívny vplyv na posilnenie svalového korzetu a podporného väzivového aparátu. Okrem pozitívnych účinkov na pohybový aparát pôsobí saunovanie príjemne i na psychiku.



Indikácie: zmäkčenie väziva, očista kože (kozmetický efekt), svalová relaxácia a ústup bolesti, úbytok hmotnosti stratou vody, trvajúce zníženie krvného tlaku, zvýšenie látkovej výmeny, odplavenie splodín látkovej výmeny, psychická relaxácia

Kontraindikácie: všetky horúčkovité stavy a akútne ochorenia, dekompenzujúce stavy chronických ochorení, arterioskleróza s poškodením orgánov, hypertenzia fixovaná nad 200 torr s orgánovým poškodením, infekčné choroby, akútne štádiá TBC, bacilonosičstvo, parazitálne ochorenia a infekčné ochorenia kože, maligne tumory a ich metastázy, náchylnosť ku krvácanosti a opakujúce sa stavy krvácanosti, vek nad 65 rokov ak sa doposiaľ nesaunovali



VÍRIVÁ VAŇA

Je jemná masáž vírivou vodou, a to buď s čiastočnou aplikáciou na horné alebo dolné končatiny (vírivý kúpeľ horných končatín, dolných končatín), alebo s celkovou celotelovou aplikáciou (vírivý kúpeľ celotelový) vo vani s 1/2 alebo 3/4 náplňou vody s izotermickou teplotou (36° - 37°C). Voda kúpeľa je vírená pomocou elektricky poháňanej vodnej turbíny.

Prispieva k zlepšeniu prekrvenia končatín, aktivuje kožné receptory, uvoľňuje svalovú a kĺbovú stuhnutosť. Táto terapia pôsobí masážne a veľmi upokojujúco.

Doba trvania: 20 minút

Indikácie a kontraindikácie sú rovnaké ako pri klasickej masáži