

Tip na ozdravný výlet - Lázně Karlovy Vary



Neznámější české lázně Karlovy Vary jsou oblíbené mezi zahraničními turisty i tuzemskými lázeňskými hosty. Podívejme se blíže na jejich více než 600 let dlouhou lázeňskou tradici, na karlovarské léčivé prameny a lázeňské procedury, které je zde možné podstoupit. Pro jaké léčebné indikace je pobyt v Karlových Varech vhodný a co jiného je zde možné podnikat? To Vám přiblíží tento článek.

Karlovy Vary jsou **největším lázeňským městem** u nás. Leží v západní části České republiky, asi 120 km od hlavního města, na soutoku řek Teplé a Ohře. Za své založení v roce 1358 vděčí lázně Karlovy Vary císaři **Karlu IV.** Populární jsou Karlovy Vary nejen díky svým **proslulým lázním**, ale i známému bylinnému likéru **Becherovka**, minerální vodě **Mattoni**, mezinárodnímu **filmovému festivalu** či karlovarským **oplatkám**.

Malebné kolonády a **široké ulice města** jsou obklopeny zalesněnými kopci se sítí stezek vhodných k pěším procházkám i k vyjížděnkám na kolech. Pohled na město ležící v údolí pod kopci je pak krásnou odměnou za výkon. Kromě blízkosti přírody je pak dalším bonusem tohoto lázeňského města velmi **pestrý společenský program** během celého roku. Na festivaly a konference do Karlových Varů proudí i množství návštěvníků, jejichž primárním cílem nemusí být zrovna lázně.

Historie lázní Karlovy Vary

Psaná historie města Karlovy Vary začíná v 2. polovině 14. století, kdy se **místní prameny** užívaly především ke koupelím. O zhruba 200 let později zažívají lázně i město samotné prudký růst a rozkvět spojený s rozvojem **pitné kúry** karlovarských pramenů podporované tehdejšími lékaři a odborníky. Od 17. století začíná pitná léčba karlovarskými prameny převažovat nad **koupelemi** a lázně se stávají proslulejšími i díky jejich oblibě mezi bohatou šlechtou. V 18. století byl místním lázeňským pacientem dokonce **ruský car Petr Veliký**.

se 19. století. V tomto slohu vznikly například **Císařské lázně**, Mlýnská a Vřídelní **kolonáda** nebo budova dnešního **divadla**. V 19. a počátkem 20. století byly Karlovy Vary místem významných vědeckých, uměleckých a politických sešlostí, Karlovy Vary se stávaly jedním z nejslavnějších lázeňských měst Evropy. Popularitu ale srazily dvě světové války i jejich následné zestátnění v roce 1948. Od roku 1989 se však do Varů vrací západní klientela a i celková návštěvnost lázní je opět na vzestupu.

Karlovarské léčivé prameny

Ze 79 karlovarských pramenů se jich momentálně 12 používá k pitné kúře. Vodu z minerálních pramenů můžete ochutnat na procházce po **pěti kolonádách** nejlépe z tradičního **karlovarského pohárku**. Ten je možné zakoupit na mnoha místech v Karlových Varech a nakonec si jej můžete nechat jako památku.

Karlovarské minerální vody jsou si základním složením podobné, po chemické stránce patří mezi **natrium-bikarbonát-sulfátové termální kyselky**. Čím se od sebe minerální prameny liší, to je **teplota** a obsah **kysličníku uhličitého**. Díky tomu má každý pramen lehce odlišné **zdravotní účinky**.

Léčebné indikace

S jakým onemocněním Vám tedy mohou karlovarské minerální prameny pomoci? Mezi léčebné indikace patří:

- nemoci zažívacího ústrojí, paradontóza
- poruchy látkové výměny a poruchy žláz s vnitřní sekrecí
- diabetes, obezita
- nemoci pohybového ústrojí, dna
- neurologická onemocnění
- onkologická onemocnění a stavy po nich

Lázeňské procedury

Jaké lázeňské procedury si můžete v Karlových Varech dopřát?

• Karlovarská pitná kúra

K pitné kúře je využíváno 12 pramenů, někdy se doporučuje s mírou konzumovat i tzv. 13. pramen - Becherovku. Konkrétní prameny vhodné pro Vaši pitnou kúru Vám doporučí lékař, stejně jako stanoví množství, frekvenci a délku konzumace.

• Koupele

Kromě pitné kúry je skvělou lázeňskou procedurou i koupel. Ke koupelím se využívá výhradně vřídelní voda (72 °C), která se ochlazuje na teplotu cca 40 °C. Vybrat si můžete koupel perličkovou, vířivou, uhličitou, slatinnou (s rašelinou) nebo s různými jinými přísadami. Délka koupele je obvykle půl hodiny.

• Vodoléčba

Při těchto procedurách se využívá tlaku a teploty vody a vodní páry. Oblíbené jsou tzv. skotské stříky, což je opakovaná aplikace proudů střídavě teplé a studené vody ze vzdálenosti 3 m při konstantním tlaku. Dalšími variantami vodoléčby jsou koupele nohou, sauna či parní lázeň.

• Elektroléčba

Pod pojmem elektroléčba se skrývají metody využívající k léčbě elektrický proud. Ten je do těla vpravován pomocí **elektrod** v krátkých impulsech, což je příjemná a relaxační metoda, která léčí onemocnění kloubů, pohybového aparátu i poruchy látkové výměny.

• Další lázeňské procedury

Kromě výše popsaného je možné v Karlových Varech podstoupit také **světlolečbu**, léčbu teplem, **masáže**, **kryoterapii**, **inhalace** a různé pohybové terapie. Nabídka lázeňských hotelů je nepřeborná a snaží se vyjít vstříc opravdu každému zájmu a každé indikaci.

Co jiného v Karlových Varech podniknout

Krom klasických lázeňských procedur a procházek po kolonádách je možné v Karlových Varech podniknout i spoustu dalších věcí. Pro akční povahy bude jistě zajímavá například **exkurze do podzemí vřídla** nebo výšlap na **rozhlednu Diana** se 150 schody. Toulky po lázeňských lesích jsou také skvělou variantou, v okolí Karlových Varů je mnoho turistických i **cyklistických tras** značených dle náročnosti.

Pro milovníky historie bude určitě zážitkem návštěva **muzea Jana Bechera** či **muzea sklárny Moser** a sklářské hutě. Samotné město Karlovy Vary je také bohaté na pamětihodnosti. V okolí Karlových Varů je pak možné navštívit **hrad Loket**, zámek Kynžvart nebo rozvaliny na Andělské Hoře.

Sportovci jistě ocení, že se v blízkém okolí města nachází několik **golfových hřišť**, tenisové kurty, střelnice, bazény a mnohá další **sportoviště**. Ve městě se také celoročně konají koncerty na kolonádách i v kostelech, nouze není ani o výstavy, aukce uměleckých děl, kina, divadlo, diskotéky, kasina a noční kluby.