

# V podzemí krasu je prostředí čistě jako v dětském inkubátoru

Tohle není žádná ulejárna. V Císařské jeskyni děti léčí náročným tréninkem a bez tabletek.

■ NIKOL MUSELÍKOVÁ

**OSTROV U MACOCHY** | Do dětské léčebny v Ostrově u Macochy ročně zamíří okolo 600 malých astmatiků, alergiků a dalších pacientů trpících respiračními nemocemi, aby se podrobili fyzicky poměrně náročnému programu. Na něm na první pohled není nic neobvyklého – rehabilitační cvičení, zábavné pohybové hry a po nich odpočinek na lehátku. Vše se ale odehrává v útrobách Císařské jeskyně v Moravském krasu. Speleoterapie, tedy léčba různých dýchacích problémů pomocí jeskynního klimatu, je proto základním pilířem léčebného pobytu.

Podobné sanatorium funguje také ve Zlatých Horách, kde ale ke speleoterapii využívají prostory zrekonstruovaných dolů. Léčba v krasové jeskyni je v Česku unikátní, zájemci o pobyt se proto musí hlásit až rok dopředu.

Jeskyně, která je pro speleoterapii vhodná, musí mít vysoký obsah takzvaných lehkých negativních iontů, jeskynní mikroklima k léčbě musí být sterilní, bezbakteriální, bezvirové a bezplísňové. „Negativní ionty jsou i v lese nebo na horách, je to vlastně to, co popisujeme jako čerstvý vzduch. V jeskyni je ale jejich koncentrace ještě stonásobně vyšší než v přírodě,“ vysvětluje primářka z ostrovské léčebny Jarmila Überhuberová.

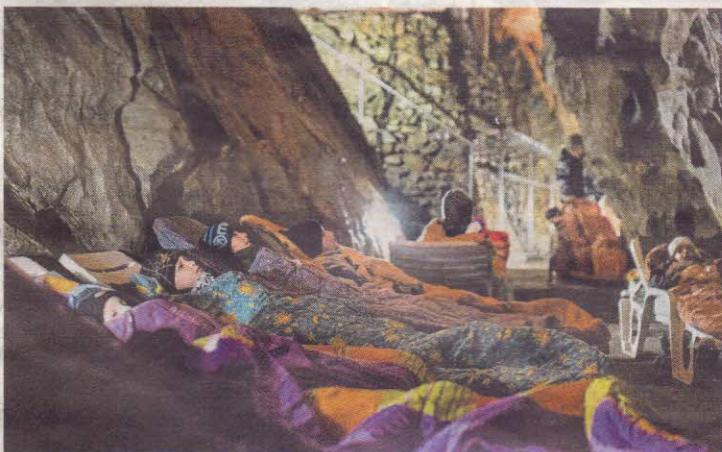
Jeskyně vhodná ke speleoterapii by měla také být schopna vysoké regenerace, tedy se sama očistit od bakterií, jež v ní nemocné děti vykašlou. Dalším příznivým faktorem je obsah hořečnatých iontů v aerosolu, který napomáhá uvolnit stěnu průdušek, hoříček medicína využívá i při inhalačních terapiích. „V jeskyni je obsah hoříčku přirozený, nemusíte polykat tablety ani dávat do žíly,“ říká Überhuberová.

Podle primářky je Císařská jeskyně jedno z mála bezalergenních, sterilních prostředí. „Takové dnes není ani v inkubátoru pro novorozence,“ tvrdí. Najít takové místo není nic snadného, léčebna



Při speleoterapii se klade důraz na kondici. Děti se tady neulívají. V unikátním prostředí Císařské jeskyně absolvují i náročný fyzický trénink, ale samozřejmě také následný odpočinek.

FOTO | ARCHIV LÉČEBNY



si proto Císařské jeskyně považuje a vyjma jednoho koncertu a jedné tradiční mše ročně, které se konají uvnitř, zůstává veřejnosti uzavřena. „Musíme garantovat, že v ní nikdo nenechá více bakterií, než je jeskyně schopna unést,“ uvádí Überhuberová.

V rámci tří nebo čtyřtýdenního turnusu se tedy po obědě skupinka až padesáti dětí vypraví do dva kilometry vzdá-

lé jeskyně. Už tato procházka je součástí kondičního výcviku, za třítydenní pobyt děti urazí až sto dvacet kilometrů. Po příchodu do jeskyně je čeká hodinu a půl dlouhý trénink, složený z cviků s fyzioterapeutkou a z pohybových aktivit ve formě hry. V jeskyni děti podstupují také testy kondiční zátěže. „Děti například šest minut běhají v šedesátimetrové chodbě,“ přibližuje primářka. „Re-

kord zatím drží astmatik, který nám zaběhl šestnáct set metrů,“ dodává. Po tréninku následuje hodinu a půl dlouhý relax. Pacienti se zabalí do spacáku, lehnou si na lehátko a poslouchají předčítanou pohádku. Po návratu na léčebnu podstoupí nově zavedenou bemeer terapii, kterou pro regeneraci využívají i vrcholoví sportovci. „Díky bemeeru se tělo rychleji prokrví, okysličí a regeneruje. Předpokládáme, že kombinace bemeer a speleoterapie vede k ještě většímu navýšení kondice,“ říká Überhuberová.

Podle ní je to právě fyzická náročnost pobytu, která dělá ostrovskou speleoterapii ojedinělou. Jinde ve světě mnohdy spočívá jen na tom, že pacienti v jeskyni položí na lehátko. Výsledky dětí s Ostrova ale ukazují, že náročný trénink se vyplatí. „Jeskynní prostředí dětem nemocnost sníží natolik, že po třetím pobytu mohou dávky protizánětlivých léků omezit na minimum,“ říká Überhuberová.

Dětem se výrazně zvýší kondice, obranyschopnost a i astmatici se zvládnou věnovat téměř jakémukoli sportu bez rizika.