

V Dětské léčebně se speleoterapií vrací dětem zdraví a zlepšují život

Astma, alergie, záněty horních a dolních cest dýchacích, atopické ekzémy a mnoho dalších neduhů pomáhají odstranit v Dětské léčebně se speleoterapií v Ostrově u Macochy. Unikátní zařízení v rámci celé České republiky představila jeho primárka Jarmila Überhuberová.

Řekněte nám něco o vaší léčebně?

Jsme jediná specializovaná léčebna v České republice, která má k uzdravování dětí s chronickým onemocněním dýchacích cest k dispozici vědecky ověřené prostředí Císařské jeskyně. Díky vysoce kondičnímu programu při jeskynní terapii se daří snižovat chronickou léčbu astmatikům, alergikům, zlepšovat kvalitu života dětem, které jsou často nemocné, mají sníženou imunitu, jsou po těžkých zápalech plic nebo po odnětí nosní mandle.

Co si mám pod tím představit?

Když někomu snížíte nemocnost, naučíte ho odstraňovat chyby při aplikaci nasazených léků, které mu například předepíše alergolog, poskytnete mu možnost být v kolektivu dětí, které mají stejné potíže jako on,lepší se jeho psychická i fyzická stránka. Zkrátka měníme jeho postoj k životu. Nebojí se poté více sportovat,lepší se jeho sebevědomí, děti se začnou brát takové, jaké jsou. Nepodceňují se, ani nepřeceňují těžké pocity z toho, že jsou rodiči i lékaři často upozorňováni na to, jak moc marodí. A k těmto změnám dochází v komplexním programu speleoterapie pod dozorem profesionálního týmu zdravotnického i školského, aby bylo malému pacientovi zabezpečeno na několik týdnů výjimečné bezalergenní prostředí i minimální zameškání ve škole.

To zní skvěle.

Ráda bych ještě navázala na Váš první dotaz. Druhá naše unikátnost, kromě zdravotní péče, je samotné místo. Ostrov u Macochy je jako zapomenutá perla v srdci Evropy, ale je tady Císařská jeskyně a speleoterapie užívaná k terapii astmatiků již od osmdesátých let minulého století. Z adventního koncertu se tehdy podařilo získat finance k úpravám Císařské jeskyně, která je od roku 1996 pro veřejnost uzavřena a využíváme ji výhradně ke speleoterapii dětských pacientů.

Čím je Císařská jeskyně tak specifická a proč je určena pouze dětem?

Je to bezalergenní prostředí, na které v dnešní době již nenarazíte. Umožňuje alergickým dětem v našem komplexním programu navýšit kondici, naučit se pracovat s ponámahovou dušností bez aplikace úlevových léků, vyčistit průdušky a vedlejší dutiny nosní od trvalého bakteriálně kontaminovaného sekretu, aerosol v jeskyni obsahuje ionty, které se podílí na protizánětlivých procesech a uvolňuje stěnu průdušek. Samozřejmě, pokud tam máme menší děti, pouštíme do programu jako doprovod (než si děti zvyknou na ne zcela běžné prostředí pro tělocvik) jednoho z rodičů, nebo prarodiče, ale je třeba si uvědomit, že bakteriální osídlení v krku dítěte je jiné, než u dospělých. Císařská jeskyně má vlastnosti, při kterých můžeme v určitém objemu pacientů v čase počítat s úplnou regenerací. Trvale probíhá výzkum, který by měl objasnit, co všechno se přesně podílí na tom, že se toto prostředí pod návalem nemoc-



Jarmila Überhuberová s Tomášem Dvořákem

Spolupráce s mistrem světa

Dětské léčebna se speleoterapií v Ostrově u Macochy spolupracuje s trojnásobným mistrem světa, mistrem Evropy a výkonem 8994 bodů bývalým světovým rekordmanem v desetiboji Tomášem Dvořákem (momentálně šéf trenérem atletické reprezentace), který se stal vzorem pro dětskou léčebnu v roce 2016 a trvale spolupracuje na motivačních modifikačních kondičních tréninků v Císařské jeskyni.

ných vykašlávajících dětí udržuje desítky let sterilní. A proto ani nelze markantně navýšovat kapacitu, byť by lůžková část teoreticky navýšená být mohla bez otevření nového prověřeného jeskynního prostoru s novým odborně vedeným personálem.

Kolik hodin denně je jeskyně v provozu?

Každý všední den asi 3,5 hodiny. To je maximum, aby jeskyně zregenerovala. Děti tam 1,5 hodiny aktivně cvičí a pohybují se, 1,5 hodiny spí, nebo leží a poslouchají čtené pohádky. Jeskyně není nafukovací, vážíme si jí, protože jiné takové prostřední v České republice není.

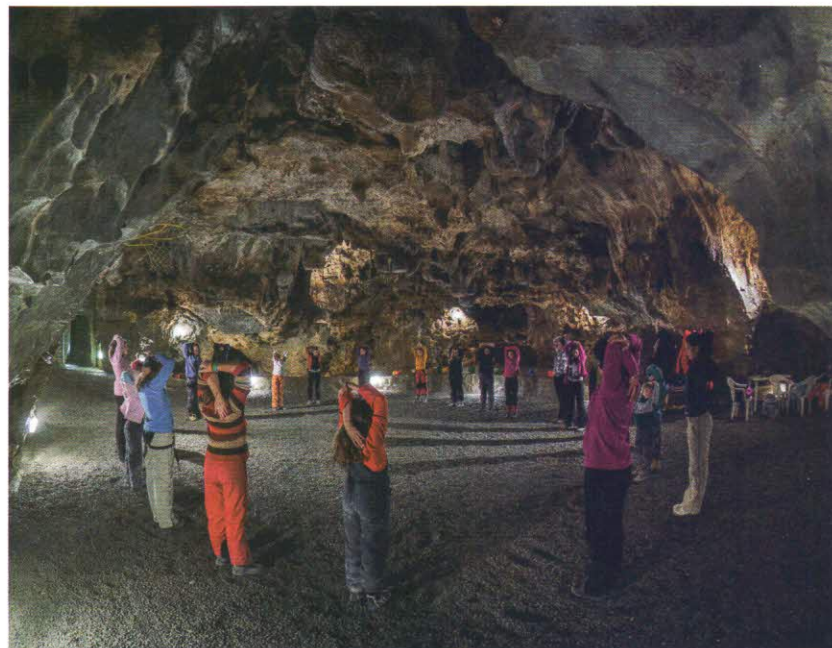
Jaký je zájem o dětskou léčebnu?

Ročně se u nás vystřídá asi šest stovek dětí ve věku od čtyř do osmnácti let. Zájem nijak extrémně nepřevyšuje naši kapacitu. Je to dáno tím, že k nám nemohou kvůli vysoce kondičnímu programu a prostředí jeskyně vozíčkáři a hendikepované děti, též u dětí s psychiatrickým onemocněním není jeskynní prostředí prokázáno za jednoznačně přínosné, na druhé straně spousta rodičů slyší na lázeňské programy a dávají přednost tomu. To souvisí s neznalostí a nevědomostí. Rodiče často netuší, že tady jejich děti mohou

navštěvovat školu, která je hned vedle léčebny. Někteří si zase myslí, že přes zimu nefungujeme, protože je jeskyně zamrzlá. To samozřejmě není pravda. Jeskyně má celoročně osm stupňů a téměř stoprocentní vlhkost. Mikroklima se mění jen minimálně. Je nám ale jasné, že s narůstajícím počtem dětí, které mají alergie, astma a další problémy, nebude naše zařízení dostačovat. Zatím se sice další jeskyně pro speleoterapii v České republice nehledají, protože je speleoterapie brána sice jako oficiální, ale doplňková klimatická metoda k léčbě astmatu a onemocnění dýchacích cest, ale výsledky jsou jednoznačné a bylo by hloupé ignorovat elegantní přírodní cestu, která předchází zvýšené nemocnosti dítěte, navyšování zatěžující chronické medikace a počtu zameškaných hodin ve školním vzdělávání.

Co všechno u vás děti absolvují? Jak vypadá jejich denní režim?

Vstávají asi o půl sedmé a jdou na ranní hygienu. Poté provádějí rehabilitační procedury, ke kterým patří čištění nosu a přilehlých dutin nosní konvíčkou, inhalují, měříme u nich hodnotu výdechového proudu vzduchu, aby lékař při vizitě mohl odhadnout, nakolik dítě ten který den zatížit, případně zvolit individuální program. Následuje ranní vizita, kde lékař rozhodne o aplikaci léků, procedur, intenzitě zátěže. Dopoledne ty starší čeká od osmi do dvanácti hodin škola, nebo Bemer terapie k otevření cév a prokysličení organismu. To je základní předpoklad k tomu, aby dítě podalo vyšší výkon při cvičeních, lépe vstřebávalo aerosol v jeskyni, pročistilo se od zahlednění, otevřeli se mu průdušky a efektivita speleoterapie pro následnou imunomodulaci byla maximální. Ve 12 hodin je oběd, od 12.30 dojde opět na aplikaci léků, měření PEF jako ráno a přecházejí do jeskyně. V ní jsou tři hodiny, přičemž 90 minut tvoří aktivní část, tedy cvičení a pohybové aktivity, dalších 90 minut pasivní, tedy ležení, většina klidně usne. Následuje svačina a aplikace léků. Večer čeká malé pacienty druhá fáze Bemer terapie aplikované lokálně na určité problémové partie např. kůže při atopickém ekzému, unavené svalstvo k rychlejší regeneraci (podobně jak si užívají Bemer terapii vrcholoví sportovci po několikafázovém tréninku), mají jógu, aby si uvědomili, jak důležité je brániční dýchání a upravili dechový vzorec. Pokud nemají jógu, absolvují večerní program s vychovatkami. O víkendu pro ně máme připravenou hippoterapii, plavání a kondiční vycházky. Chodíme i do jiných jeskyní v rámci Moravského krasu.



Mají malí pacienti vůbec volný čas?

Volný čas si může udělat doprovod. Například využít procedury, které máme k dispozici, vyrazit na výlet. Volno jako takové děti nemají, veškerý čas jim vyplňujeme my. Mají polední klid, ležnou v Císařské jeskyni, mezi šestou až osmou většinou referují den při telefonátu s rodiči. Na druhou stranu bych ráda řekla, že čím méně času stráví telefonováním, tím lepší práci u nich odvedeme.

Kolik dnů či týdnů děti zůstávají v léčebně?

Dítě může náš klimatický pobyt dostat od pojišťovny zaplacen jednou ročně. V naší Dětské léčebně se speleoterapií máme vysáňeny 3-4 týdenní turnusy. Výzkum prokázal vysokou účinnost jak u třítydenních tak i čtyřtydenních. Vzhledem k velkému zájmu přihlášených delší turnusy ani zaváděny nebyly. U dětí od 4 do 6 let hradí pojišťovny pobyt jednomu z doprovodu rodičů, či prarodičů, u samoplátců (doprovod dítěte nad 6 let věku) platí asi 500 korun na den.

Rodiče ano, nebo ne?

Pro děti od 4 do 6 let je to velmi vhodné. Především proto, aby se společně naučili zvládat nemoc, ruku v ruce s tím se mění i vzájemné chování dítě-rodič a rodič-dítě. Často se stává, že z neznalosti v přístupu k nemoci rodiče svému dítěti v řadě věcí ustupují, nebo nechtěně stavu přitěžují. Znovu to zopakují, jednou ročně můžeme za pobytu všem změnit a zlepšit kvalitu života. Unikátní prostředí, náročný kondiční trénink v bezalergenním prostředí, pečující profesionální tým lékařů, sester, fyzioterapeutů, bezpečnostních složek v jeskyni, vychovatelek i speciálních pedagogů školy při léčebně, to vše je cesta k lepším zítřkům dítěte.

Jaká je účinnost speleoterapie?

Účinnost speleoterapie je taková, že se po jejím absolvování citelně snižuje nemocnost. Po roce je třeba speleoterapii opakovat, po třetím pobytu u nás se změny v imunitě stabilizují. Může dojít ve spolupráci s alergologem, který má od nás tříletou studii spirometrií včetně zátěžových testů k vysazení a snížení medikace nutné ke stabilizaci onemocnění a návštěvy lékaře. Nutnost nasazení antibiotik se snižuje na minimum, nebo není.

Co říct na závěr?

Na speleoterapii je neuvěřitelně krásné, že se při ní lékař nezabývá jen medicínskou vědou, kterou se naučil, ale spolupracuje i s přírodovědci, krasology, speleology a lékaři z nejrůznějších oborů. Navíc je výchovná. A to jak pro pacienty, tak i lékaře. Učí všechny vzájemně spolupracovat, pomáhat si. Jsou tady vedle sebe pětileté děti a vedle nich osmnáctiletí. Nezřídka se stává, když mladší například při kondiční vycházce už nemůže, že ho starší vezme na záda a pomůže mu.

Máte nějaký sen, cíl?

Budu se asi opakovat, ale je to pro mě nesmírně důležité. Mým cílem je, aby děti, které projdou naším zařízením, zlepšily kvalitu svého života. To vše nezáleží jen na nás, kteří tady pracujeme, ale také na lidech ze základní školy při léčebně, z Moravského krasu a řadě dalších, kteří se pro ně stali díky jejich onemocnění důležití. Těm všem děkuji za vstřícnost při spolupráci, protože jsem přesvědčena, že jdeme správným směrem.

PAVEL ŠMERDA