

Kontakt:

015/818-270,

015/818-201, 015/818-352

Rezervacije:

015/895-313, 015/895-211

www.banjakoviljaca.rs

Zdravlje & Wellness

DOBRODOŠLI U BANJU KOVILJAČU!

Razmena znanja u korist pacijenata



Zahvaljujući razmeni znanja i iskustava između zdravstvenih radnika širom sveta, medicina napreduje brže nego što je iko mogao pretpostaviti. Rezultat toga je da iz dana u dan pacijentima možemo pružiti sve bolju negu i lečenje. Trudimo se da naši stručnjaci uvek budu upoznati sa najnovijim medicinskim dostignućima i da ih uspešno primenjuju u našoj bolnici. Međutim, posebno me raduje činjenica da kolege iz čitavog sveta traže da sa njima podelimo iskustva i znanja koje je naš tim stekao u Banji Koviljači. To je i priznanje našem radu, ali i dokaz da reke znanja mogu teći u oba smera.

dr Nikola Sremčević, direktor Specijalne bolnice za rehabilitaciju Banja Koviljača

U korak sa svetskom elitom

Specijalna bolnica za rehabilitaciju Banja Koviljača jedan je od najsavremenijih centara te vrste u Evropi. Ova elitna ustanova uspeła je da višedecenijskim iskustvom, na najbolji način, poveže blagodeti tradicionalnog prirodnog lečilišta sa svim onim što nude savremena fizikalna medicina i rehabilitacija. Svoja iskustva i znanja u poslednja dva meseca Specijalna bolnica za rehabilitaciju imala je priliku da na najbolji način predstavi svetskoj stručnoj i širokoj javnosti. Na Trećem kongresu zdravstvenog turizma Turske sa međunarodnim učešćem u Antaliji - po specijalnom pozivu Ministarstva turizma Turske našu zemlju i ustanovu predstavljali su stručnjaci Specijalne bolnice dr Aleksandar Jokić i dr Negosava Stojković.

Banja Koviljača imala je i

uspešnu prezentaciju u Parizu u rezidenciji naše ambasade na promociji banja Srbije u organizaciji dijasporne. Ustanovu je predstavio direktor dr Nikola Sremčević.



Prezentaciju su zajednički organizovali ambasada Republike Srbije u Francuskoj, Turistička organizacija Srbije, Udruženja RH centara, Predstavnici Skupštine dijasporne Srba u Francuskoj, predstavnici PKS u Parizu. Aktivnim učešćem sa stručnim radovima dr Ljiljana Ercegovčević i dr Snežana Vasić predstavile su Banju Koviljaču na Evropskom kongresu osteoporozе i osteoartritisа u Valensiji. ■



Kako protiv bola u vratu?



Fizikalna terapija najvažnija u lečenju cervikalnog sindroma. S bolom u vratu probleme ima polovina populacije

SIMPTOMI CERVICALNOG SINDROMA

- Cervikalni sindrom se može javiti u vidu bola u vratu i ramenima; bola koji se od vrata širi ka lopatici i/ili duž ruke, bola u vratu sa najčešće potiljačnim glavoboljama.
- Moguća je pojava utrnulosti prstiju šaka naročito u toku noći i ujutro, zatim vrtoglavice, nesvestice, mučnine, zujanja u ušima, nesigurnosti pri hodu.
- U težim slučajevima, kada postoji pritisak na kičmenu moždinu može se razviti slabost mišića ekstremiteta, teži poremećaji senzibiliteta, otežan hod.

Bol u vratu obuhvata grupu simptoma i znakova koji nastaju usled nadražaja ili pritiska kičmenih nervnih korenova, krvnih sudova vrata i nervnih "spletova". Cervikalni sindrom je često stanje, naročito u srednjim godinama života. Statistika pokazuje da 40-70% ljudi ima bar jednu bolnu epizoda tipa bola u vratu tokom života.

U više od 90% slučajeva cervikalni sindrom nastaje kao posledica razvoja opšteg degenerativnog procesa kičmenog stuba koji prati starenje i koji može zahvatiti praktično sve strukture kičmenog stuba.

Lečenje cervikalnog sindroma obuhvata uzimanje propisane medikamentne terapije, hiruško lečenje je izuzetno retko, a najznačajnije mesto pripada fizikalnoj terapiji.

- U Specijalnoj bolnici za rehabilitaciju Banja Koviljača za

lečenje cervikalnog sindroma koristimo brojne fizikalne agense, peloid, hidro terapiju u sumporovitoj termomineralnoj vodi, kinezi terapiju, akupunkturu - kaže **dr Aleksandra Todić**, speci-

"Pacijenti moraju da nauče kako da se pravilno ponašaju u svakodnevnom životu i tako spreče pojavu bolova u vratu."

DR ALEKSANDRA TODIĆ

jalista fizikalne medicine i rehabilitacije.

- Takođe sprovodimo edukaciju o zaštitnim pokretima i položajima u toku

obavljanja aktivnosti dnevnog života, čime se sprečava dodatno opterećenje kičmenog stuba pri obavljanju određenih aktivnosti - dodaje ona.

Bol u vratu i ramenima kod mlađih, radno aktivnih osoba često može nastati usled dugotrajnog nepovoljnog položaja tela ili stresa. U tim slučajevima preporučuje se redovno vežbanje, šetnja, plivanje, pravilno držanje tela u svim situacijama i programe relaksacije u Wellness centru Banja Koviljače, naročito

tokom vikenda posle naporne radne sedmice. Na taj način smanjuje se stres i preventivno se deluje protiv oboljevanja kičmenog stuba i lokomotornog aparata u celini.

Cilj balneo-fizikalnog lečenja cervikalnog sindroma je sprečavanje pojave novih bolnih epizoda koje utiču na radnu sposobnost i invalidnost, a pre svega poboljšanje kvaliteta života.



Jedinstveno lečenje mališana na svetu

Primena sumporovitog peloida Banje Koviljače kod dece jedinstvena u svetskoj balneologiji



KADA SE KORISTI PELOID KOD DECE?

- kod anomalija i deformiteta lokomotornog aparata
- nekroze zglobova
- povrede i iščašenja butne kosti
- posle operacije kukova
- urođenih skraćanja ekstremiteta i tzv. »staklastih kostiju«
- preloma kostiju
- spastične forme cerebralne paralize
- lakših oštećenja perifernih nerava i centralnog nervnog sistema
- reumatskih oboljenja
- ukočenosti zglobova

Primena sumporovitog peloida kod dece zasnovana je na empirijskom i stručnom saznanju preko sto godina. Poslednjih 22 godine otkada je u Banji Koviljači otvoreno dečije odeljenje, primena sumporovitog peloida obavlja se po strogim indikacijama uz stručni nadzor Univerzitetske dečije klinike, Instituta za majku i dete i IOHB »Banjica » iz Beograda.

- Ovo naše dugogodišnje iskustvo ukazuje nam da imamo odlične rezultate u lečenju dece sa povredama i anomalijama lokomotornog aparata, što pokazuju i brojni stručni radovi prezentovani kod nas i u svetu - kaže prim. dr Negosava

Stojković.
- Prateći stalna zbivanja u svetu balneologije ponosni smo što se zahvaljujući jedinstvenim svojstvima peloida Banje Koviljače nigde u svetu deci ne može biti pružen takav vid efikasne terapije.

Zahvaljujući našim iskustvima, stručnim i naučnim dostignućima u ovoj oblasti, posebna čast našoj ustanovi i našim lekarima predstavlja činjenica da neprestano stižu pozivi zdravstvenih stručnjaka iz

“Naša iskustva ukazuju na veoma dobre rezultate pri lečenju sumporovitim peloidom kod dece.”

DR NEGOSAVA STOJKOVIĆ

čitavog sveta sa željom da im prenesemo naša znanja u vezi sa ovom vrstom lečenja dece - kaže dr Stojković. Ona dodaje da su prošle godine istraživanja i iskustva stručnjaka Banje Koviljače iz ove oblasti predstavljena na 37. svetskom kongresu u Parizu, kongresu zdravlja održanom u Antaliji a biće predstavljeni i na svetskom kongresu u Granadi iduće godine. ■





WELLNESS CENTAR "KOVILJE"

Kraljevski san

Stominutni program za stopostotno opuštanje ljubitelja saune, masaže i aromatično-eteričnih kupki



BLAGODETI SAUNE

Odlazak u saunu ima svoju zdravstvenu, higijensku i kozmetičku učinkovitost. Onaj ko redovno posećuje saunu putem znojenja oslobađa svoj organizam od toksina, dobija svež i perfektan ten zahvaljujući dubinskom čišćenju i dobroj cirkulaciji.

Boravak u sauni ne sme da bude duži od 30 minuta, i to: 10 minuta na 80 stepeni, pa tuširanje mlakom vodom, 10 minuta uz polivanje granitnog kamenja, pa tuširanje mlakom vodom. Potom još 10 minuta na 55-60 stepeni, pa umotavanje u frotir radi postepenog rashlađivanja.



saciona masaža. Laganim, širokim, nežnim, prijajućim hvatovima fizioterapeut će svaki delić tela osloboditi napetosti i dovesti korisnika do sna - kraljevskog. Pošto je organizam relaksiran i oslobođen toksina potkrepićemo ga vitaminima i mineralima iz **vitaminske salate**, u čiji sastav ulazi najkvalitetnije sveže povrće začinjeno maslinovim uljem i limunovim sokom.

Za zdravlje, razbibrigu i opuštanje sanjajte i vi san, ali ne običan već Kraljevski san u Banji Koviljači!

Da bi se gosti u Banji Koviljači, kraljevskoj banji, zaista osećali kraljevski u wellness centru Kovilje na ponudi su mnogi „kraljevski“ programi. Jedan od njih je Kraljevski san.

Ovaj stominutni program izabraće najpre ljubitelji saune. Sem saune korisnik će dobiti relaksacionu masažu, aromatično-eteričnu kupku u kraljevskoj kadi i vitaminsku salatu. Još su prastari narodi praktikovali **saune**, a kasnije se ta navika širila na

antičku Grčku i epohu Rimljana. Ostade popularna do dana današnjeg i prosto joj je nemoguće naći zamenu za očuvanje dobrog psihofizičkog zdravlja.

U **kraljevskoj kadi** naš korisnik dobija aromatično-eteričnu kupku u kojoj će uživati sva čula, a ćelije koje su, prethodnim tretmanom u sauni, otvorene lako će upiti sve ono najbolje što pružaju eterična ulja.

Nakon ove dve izrazito opuštajuće procedure sledi još jedna **relak-**

SNEŽANA TADIĆ, GLAVNI FIZIOTERAPEUT



Relaksacija i tretmani uz konsultacije sa lekarom

Iako odlazak u saunu nema puno kontraindikacija ipak ih je važno spomenuti: visok ili nizak krvni pritisak, proširene vene, povećana telesna temperatura, infekcije kože, maligna oboljenja, TBC, stare osobe i deca. Naravno, opet treba istaći da je lekarska kontrola najmerodavnija kada je u pitanju korišćenje saune, kaže Snežana Tadić, glavni fizioterapeut.