



# MARIÁNSKOLÁZEŇSKÉ MINERÁLNÍ VODY - světový unikát

Mariánské Lázně jsou mladým lázeňským městem, první zmínky o léčivých pramenech se datují z počátku 19. století.

Léčivé minerální vody jsou takové vody, které mají prokazatelný léčivý účinek. Minerální voda se využívá ke koupelím a k pitné léčbě. V Mariánských Lázních a v nejbližším okolí se nachází přes 40 pramenů minerálních vod. Tyto prameny jsou chemickým složením velice různorodé, vedle velmi slaných takzvaných salinických glauberských minerálních vod, nacházíme prostě kyselky s vysokým obsahem železa. Právě tato různorodost minerálních pramenů je světovým unikátem.

V Mariánských Lázních se k pitné léčbě využívá šest léčivých minerálních pramenů:

- ▶ Lesní pramen
- ▶ Křížový pramen
- ▶ Rudolfův pramen
- ▶ Karolinin pramen
- ▶ Ambrožův pramen
- ▶ Ferdinandův pramen

## Lesní pramen

Lesní pramen je minerální voda, která obsahuje hodně bikarbonátu a sodíku. Působí mukolyticky, to znamená, že uvolňuje hlen z dýchacích cest a napomáhá odkašlávání, které je hlavním problémem u pacientů s chronickou bronchitidou. Pacienti, kteří mají kromě bronchitidy i hypertenzi nebo problémy se srdcem a nemohou pít příliš velké množství Lesního pramene, tak ho využívají převážně ve formě inhalací. Lesním pramenem je možné také rozpouštět ledvinové kameny z kyseliny močové, ale zde je nutné si dát pozor, neboť ostatní ledvinové kameny budou naopak růst. Lesní pramen je vhodný i pro pacienty, kteří mají problémy s žaludkem, s jeho zvýšenou kyselostí.



## Křížový pramen

Křížový pramen je nejstarším pramenem v Mariánských Lázních. Doktor Nehr, který objevil Mariánské Lázně pro svět lázeňství, využíval k léčbě především Křížový pramen. Tento pramen je velmi slaná a velmi silně mineralizovaná voda. Obsahuje 10 gramů minerální soli v litru. Křížový pramen se využívá u onemocnění žlučníku, jater, slinivky a především proti zácpě. Pacienti, kteří mají problémy s tlakem a se srdcem, musí využít Křížového pramene vždy konzultovat s lékařem, protože tato velmi slaná voda zadržuje v těle vodu a proto není vhodná u hypertenze a srdečních problémů.



## Rudolfův pramen

Rudolfův pramen je zcela unikátní minerální voda. Využívá se především u zánětlivých onemocnění močových cest. Rudolfův pramen obsahuje velké množství vápníku a hořčičku a jen velmi málo sodíku. Je vhodný především pro léčbu starších klientů, protože vysoký obsah vápníku působí příznivě proti osteoporóze. Hořčík je vynikající pro práci nervových buněk, srdečních buněk, svalových buněk a je přirozeným antioxi-



dantem. Nízké množství sodíku je prospěšné díky tomu, že nezadržuje vodu v těle. Rudolfův pramen se v minulosti předepisoval především u onemocnění ledvin.

### Karolinin pramen

Karolinin pramen je minerální voda, která obsahuje velké množství hořčíku, ale v menším množství než pramen Rudolfův. Sodíku obsahuje naopak 2,5 krát více než pramen Rudolfův. Karolinin pramen, který se v dobách Nehrových nazýval pramenem Novým, byl koncem minulého století znovu přiveden na kolonádu. Karolinin pramen se využívá především u urologických onemocnění, u ledvinových kamenů, zejména když neznáme jejich složení.



### Ambrožův pramen

Ambrožův pramen je prostá kyselka s vysokým obsahem železa. V dřívějších dobách se využíval především u anemií, které vznikají z nedostatku železa. Nyní se předepisují na anémie různé tablety, případně injekce a Ambrožův pramen není již tolik využíván. Tento pramen je také vhodný u fosfátových ledvinových kamenů. *S Ambrožovým pramenem je spojená velmi zajímavá pověst. Říká se, že Goethe při svých pobytech v Mariánských Lázních hojně a pravidelně pil Ambrožův pramen. V té době prožíval Goethe svou poslední životní lásku s Ulrike von Levetzow. Legenda říká, že v těch dobách byl Goethe právě díky této léčbě plný síly. A proto hosté, kteří k nám přijíždí z anglicky mluvících zemí, nazývají tento pramen Spring of love, Němci jej nazývají Quelle der Liebe, Rusové Istochnik ljubvi, česky se mu říká Pramen lásky. A tedy, kdo se chce v Mariánských Lázních zamilovat, jde se napít Ambrožova pramene.*



### Ferdinandův pramen

Poslední pramen používaný k pitné léčbě je pramen Ferdinandův. Tento pramen se nachází v parku ca 1,5 km od centra lázní. Ferdinandův pramen je velmi silně mineralizován, má více než 10 gramů minerální soli v litru. Je tak slaný, že se v minulosti využíval pro výrobu zaživací tzv. Tepelské či Mariánskolázeňské soli. K pitné léčbě se tento pramen může využívat pouze se souhlasem lékaře.



## Obecná pravidla pitné léčby

**Pitná léčba je složitý proces. Vždy je třeba myslet na to, že určitá voda je vhodná pro konkrétní potíže, ale může být silně nevhodná pro potíže jiné.**

- ▶ Pitnou kúru je třeba vždy konzultovat s lékařem, protože špatně zvolená pitná léčba může uškodit zejména pacientům s vysokým krevním tlakem a s problémy s srdcem.
- ▶ Všechny mariánskolázeňské minerální prameny jsou studené. Teplota minerální vody se pohybuje mezi 8 až 10° C. Díky tomu všechny tyto prameny obsahují vysoké množství oxidu uhličitého, který uniká do vzduchu až při teplotě 36° C. Při léčbě v Mariánských Lázních doporučujeme pít studené minerální prameny. Voda se po vypití v žaludku ohřeje, začne se uvolňovat oxid uhličitý, který způsobí zvýšené prokrvení žaludeční sliznice a díky tomu se resorbují více minerálních látek.
- ▶ Pitnou léčbu doporučujeme 3 krát denně před jídlem.
- ▶ Minerální voda se pije z lázeňských pohárků. Tento lázeňský pohárek má objem 220 ml. Doporučujeme provádět pitnou léčbu přímo u pramene a pohárek vypít malými doušky během 3 až 5 minut. Jestliže se mají vypít dva pohárky, je nutné mezi pitnou léčbou udělat přestávku minimálně 5 minut. Pitnou léčbu doporučujeme ukončit aspoň 15 minut před jídlem.
- ▶ Teplou minerální vodu používáme při onemocnění žlučníku, jater, slinivky a při zácpě. Samozřejmě je, že studené minerální vody se nepijí při onemocnění horních cest dýchacích.

### CHEMICKÁ ANALÝZA MINERÁLNÍCH PRAMENŮ

	Křížový pramen	Ferdinandův pramen	Lesní pramen	Rudolfův pramen	Ambrožův pramen	Karolinin pramen
Magnesium	mg/l 92	141	105	122	21	110
Kalcium	mg/l 148	200	105	233	46	83
Natrium	mg/l 2 590	2 870	710	80	57	182
Hydrogenkarbonát	mg/l 2 770	3 050	1 724	1 468	333	877
Sulfát	mg/l 2 945	3 173	623	83	81	197
Chlorid	mg/l 858	1 121	178	32	20	133
Volný CO <sub>2</sub>	mg/l 2 896	2 510	2 631	2 444	2 420	2 600
Mineralizace	g/l 9,60	10,81	3,62	2,16	0,63	1,69