

Źródło Zdrowia

Informator Uzdrowiska Kraków Swoszowice Sp. z o.o.

Nr 1, październik 2010 r.



DZIEŃ OTWARTY W UZDROWISKU

18 września 2010 r. odbył się Dzień Otwarty Uzdrowiska Kraków Swoszowice połączony z Finałem Małopolskiego Festiwalu Wód Leczniczych na Szlaku Uzdrowisk Galicyjskich.



Odwiedzający uzdrowisko w tym dniu mieli okazję skorzystania z wybranych darmowych zabiegów, pomiarów ciśnienia oraz zwiedzenia zakładu przyrodoleczniczego z nowoczesną bazą zabiegową, zabytkowych obiektów uzdrowiskowych i prawie 200-letniego Parku Zdrojowego z pomnikami przyrody.

Dzień Otwarty został połączony z Finałem Małopolskiego Festiwalu Wód Leczniczych, którego celem było propagowanie kuracji

zdrowotnych przy zastosowaniu naturalnych wód leczniczych, które cechuje duża skuteczność przy jednoczesnym braku efektów ubocznych. Goście Festiwalu mieli możliwość degustacji wód mineralnych ze źródeł galicyjskich, zapoznania się

z bogatą ofertą medyczną oraz naturalnymi produktami kosmetycznymi komponowanymi na bazie leczniczych zasobów Uzdrowisk Galicyjskich. Uzdrowiska Galicyjskie to grupa, w której znajdziemy tylko te najlepsze, najszlachetniejsze uzdrowiska z bogatą tradycją lecznictwa, które cieszą się długoletnim uznaniem kuracjuszy. Należą do nich: Uzdrowisko Kraków Swoszowice Sp. z o.o., Uzdrowisko Wysowa S.A., Uzdrowisko Iwonicz S.A., Uzdrowisko Krynica-Żegiestów S.A., Uzdrowisko Rabka S.A., Uzdrowisko Rymanów S.A., Uzdrowisko Szczawnica S.A.

Kolejny Dzień Otwarty zostanie zorganizowany w przyszłym roku przy okazji świętowania Jubileuszu 200-lecia Uzdrowiska Kraków Swoszowice.

Zapraszamy serdecznie!



LECZENIE ZIMNEM

Kojące właściwości zimnych okładów znane były już w starożytności. O tym, że chłód łagodzi ból, zmniejsza obrzęk i spowalnia przepływ krwi wiedzano od dawna. Stosowanie terapii chłodem staje się coraz powszechniejsze. **W Uzdrowisku Kraków Swoszowice wykonywany jest zabieg łączący leczenie chłodem z zastosowaniem równomiernego ucisku.**

Zimno skutecznie zapobiega powstawaniu krwiaka pourazowego oraz znacząco poprawia stan przy ostrych zapaleniach. Jak tłumaczy lek. med. Janusz Strzępek – *Zimno działa na organizm w dwóch fazach. W pierwszej powoduje zwężenie naczyń w skórze i tkance podskórnej. Powoduje to obniżenie przepływu krwi do 60-80% jego wartości spoczynkowej. Jednak po tej pierwszej fazie działania zimna szybko następuje druga, w której naczynia krwionośne ulegają rozszerzeniu. Występuje wtedy przekrwienie tkanek, na które bezpośrednio działa zimno.*



W uzdrowisku, wśród wielu metod zabiegowych, można skorzystać z **mankietu Cryo/Cuff**. Jest on stosowany przede wszystkim w stanach zapalnych stawów, obrzękach pourazowych i pooperacyjnych. Taki mankiet wykorzystywany jest po artroskopii stawu kolanowego lub barku, endoprotezoplastyce i synowektomii kolan, rekonstrukcji ACL lub przy skręceniu stawu kolanowego. Z powodzeniem stosowany jest również w medycynie sportowej i chirurgii.

Cryo/cuff to mankiet dopasowany do anatomicznego kształtu stawu kolanowego, barku lub stopy. Pod ciśnieniem do mankietu dostarczona jest zimna woda, która wypełniając mankiet powoduje ucisk i chłodzi staw. Zabiegi trwają około 10-15 minut. Ilość zabiegów uzależniona jest od stanu chorego.

Cryo/Cuff spełnia zasadniczo trzy role: redukuje obrzęk, krwiak i ból. Dla osoby chorej ma to bardzo istotne znaczenie, gdyż przyczynia się do wcześniejszego rozpoczęcia rehabilitacji.

Doktor Strzępek tłumaczy: - *Leczenie zimnem jest jednym z elementów leczenia i nie może zastąpić leczenia farmakologicznego. Dla jak najlepszych efektów leczniczych w Uzdrowisku Kraków Swoszowice z powodzeniem stosowane są także zabiegi z zakresu hydroterapii, fizykoterapii, kinezyterapii oraz masażu klasycznego.*

Wspólne stosowanie serii zabiegów niekiedy umożliwia czasowe odstawienie leków, lub zmniejszenie ich ilości, działa usprawniająco, redukuje ból oraz powstrzymuje stany zapalne.



OD PAŹDZIERNIKA NIŻSZE CENY

Już od października mają Państwo możliwość skorzystania z naszych pobytów leczniczych w atrakcyjnych – niższych cenach.

Jest to wspaniała okazja, aby stosując kurację z wykorzystaniem naszej unikalnej w skali europejskiej wody siarczkowej, wzmocnić siły przed nadejściem zimy. Zapraszamy do zapoznania się z aktualnym cennikiem na naszej stronie internetowej pod adresem: www.uzdrowisko.krakow.pl



AKTUALNE PROMOCJE

••• LAST MINUTE - oferta pobytów leczniczych •••

Dla kuracjuszy, którzy mogą szybko zdecydować się na przyjazd do naszego Uzdrowiska przygotowaliśmy bardzo atrakcyjną ofertę cenową - last minute. Aktualne informacje o wolnych pokojach i terminach znajdują Państwo na naszej stronie internetowej w zakładce: [Promocje - Last minute](#). Zapraszamy!

••• Promocyjne PAKIETY ZABIEGÓW leczniczych •••

Jeszcze do końca października proponujemy Państwu "Pakiety zabiegów dla Pracowników Urzędów". Atrakcyjne cenowo pakiety, z których mogą skorzystać również przedstawiciele innych zawodów, zawierają zabiegi bodźcowe (kąpiele siarczkowe lub zabiegi z użyciem borowiny), zabiegi fizykoterapeutyczne oraz masaże suche hydro-jet. Szczegółowe informacje dostępne na naszej [stronie internetowej](#).

Uzdrowisko Kraków-Swoszowice Sp. z o.o.
30-698 Kraków, ul. Kąpielowa 70
tel.: (12) 254-78-11 (Informacja), (12) 254-78-46 (Rejestracja)
fax: (12) 650-47-45
e-mail: uzdrowisko.krakow.pl
www.uzdrowisko.krakow.pl

skype: [uzdrowisko_krakow_swoszowice](#)
gg: 18701496

Dojazd autobusami MPK:
z Borku Fałęckiego:
145, 214, 215, 225, 265

