

Lékař Horských lázní Karlova Studánka byl hostem pořadu Dobré ráno České televize.

Českou televizi zaujal nárůst počtu pacientů s duševními obtížemi, a tak si do pořadu *Dobré ráno* pozvala jako hosta našeho lékaře Petra Glozu.

Počet pacientů s psychickými potížemi podle něj v Horských lázních Karlova Studánka dlouhodobě roste a mění se i jejich struktura. „Dříve převažovali starší pacienti, dnes vidíme čím dál víc mladých lidí. Často jde o perfekcionisty, kteří na sebe kladou extrémně vysoké nároky. Chtějí uspět v práci i ve vztazích, ale ten tlak je pro ně dlouhodobě neudržitelný,“ řekl v pořadu.

V našich lázních se nejčastěji léčí úzkosti a deprese. „Nejčastěji léčíme úzkostné poruchy a depresivní stavy. Těžkých depresí spíše ubylo, ale přibývá těch lehčích a středně těžkých, které mají dlouhodobý charakter. Velmi často se setkáváme také se syndromem vyhoření, i když ten není oficiálně vedený jako duševní nemoc, ale spíše jako důsledek přetížení,“ uvedl Petr Gloza v pořadu Dobré ráno s Českou televizí.

Důležitou roli hraje i samotné prostředí lázní a nastavený režim. „Pacienti přicházejí z prostředí plného stresu a nejistoty. V lázních mají jasně daný režim – pravidelný denní rytmus, procedury, klid. Právě tato předvídatelnost a řád pomáhají snižovat napětí a působí velmi uklidňujícím dojmem,“ popsal.

Součástí léčby je také ergoterapie, která má výrazný sociální přínos. „Ergoterapie pomáhá pacientům znovu fungovat v běžném životě – zlepšit soustředění a zvládat emoce. Zároveň má silný sociální rozměr. Lidé spolu komunikují, sdílejí své zkušenosti a zjišťují, že v tom nejsou sami,“ dodal v pořadu.

Duševní zdraví se tak podle něj stává jedním z klíčových témat současnosti – a lázně mohou být jedním z míst, kde lidé najdou potřebnou rovnováhu.

 Archiv České televize



MUDr. Petr Gloza. Foto: archiv České televize



MUDr. Petr Gloza. Foto: archiv České televize