KARLOVA STUDÁNKA
horské lázně

TISKOVÁ ZPRÁVA

pátek, 9. října 2026

Plavali pro zdravá prsa. Karlova Studánka spojila plavání s ukázkou samovyšetření

KARLOVA STUDÁNKA – Plavání zdarma i možnost vyzkoušet si samovyšetření prsou na silikonovém modelu nabídla v pátek 9. října osvětová akce Plaveme prsa v Horských lázních Karlova Studánka. Zapojilo se do ní 32 lidí, kteří společně naplavali 10 105 metrů. O osvětu se postaraly členky ostravského spolku Onko Amazonky, které samy prošly onkologickým onemocněním.

Bazén v Letních lázních se na hodinu a půl zdarma otevřel veřejnosti. Naplavané metry se připočtou k výsledkům dalších zapojených organizací. Letošním společným cílem je symbolicky doplavat až do Santiaga de Compostela. Celostátní akci pořádá Aliance žen s rakovinou prsu, jejíž součástí jsou také Onko Amazonky.

„Já sama jsem pacientka. Když jsem si před třiceti lety nahmatala bulku, žádnou speciální techniku samovyšetření jsem neznala, a byla jsem v šoku, že je relativně velká, a přitom jsem o ní vůbec nevěděla,“ uvedla předsedkyně spolku Kateřina Pintérová. V restauraci před bazénem zájemkyním ukazovala, jak provádět samovyšetření prsou. Pomáhal jí silikonový model v životní velikosti se simulovanými bulkami. Ženy si na něm mohly vyzkoušet, co při prohmatávání hledat.

„Vyšetření se provádí třemi prsty naplocho a důležité je zkontrolovat nejen samotná prsa, ale i spádové oblasti jako podpaží a místa pod klíční kostí. V počátečním stadiu rakovina nebolí. Důležité je, aby si ženy prsa pravidelně kontrolovaly, čím dříve případnou bulku objeví, tím lépe. Každá není zhoubná a nemá smysl čekat na mamograf, ale zajít co nejdříve k lékaři. Pokud si ženy prsa pravidelně nekontrolují, nepřijdou na to, že se uvnitř jejich těla něco děje,“ vysvětlila Pintérová.

Členky Onko Amazonek jezdí do Karlovy Studánky na rekondiční pobyty přibližně 25 let. Během pobytu se věnují také osvětě mezi veřejností. *„Jsme rády, že nám vedení lázní vychází vstříc a bazén nám poskytne. Toho si velmi vážíme,“* doplnila předsedkyně.

Na dlouholetý vztah teď navazuje pomoc s propagací nového léčebného programu, který lázně nabízejí od září. *„S Onko Amazonkami dlouhodobě spolupracujeme. Na společném setkání jsem jim představila nový program, seznámila je s fyzioterapeutkou a koordinátorkou programu Janou Kunzovou, která pacientky učí, jak správně pečovat o jizvu po operaci prsu. Jsem moc ráda, že nám pomohou s jeho propagací mezi pacientky po onkologické léčbě,“* uvedla ředitelka lázní Irena Vašicová.

Nový program pro ženy po léčbě rakoviny prsu propojuje fyzioterapii, péči o jizvu, prevenci a terapii otoků, ergoterapii, výživové konzultace i psychickou podporu. Pomáhá řešit například omezený pohyb ruky nebo obtíže při běžných domácích činnostech. Pacientka na začátku pobytu probere své potřeby s vrchní sestrou a podle nich odborníci sestaví individuální léčbu.

Specializovanou péči vítá i Kateřina Pintérová. *„Velmi oceňuji, že je tento program přímo zaměřený na ženy a že je specializovaný. Žena potřebuje relaxovat, znovu se nadechnout a znovu získat sílu do života,“* dodala.

Horské lázně Karlova Studánka program nabízejí v rámci komplexní lázeňské péče pacientkám po dokončení léčby karcinomu prsu, které dosáhly plné remise.

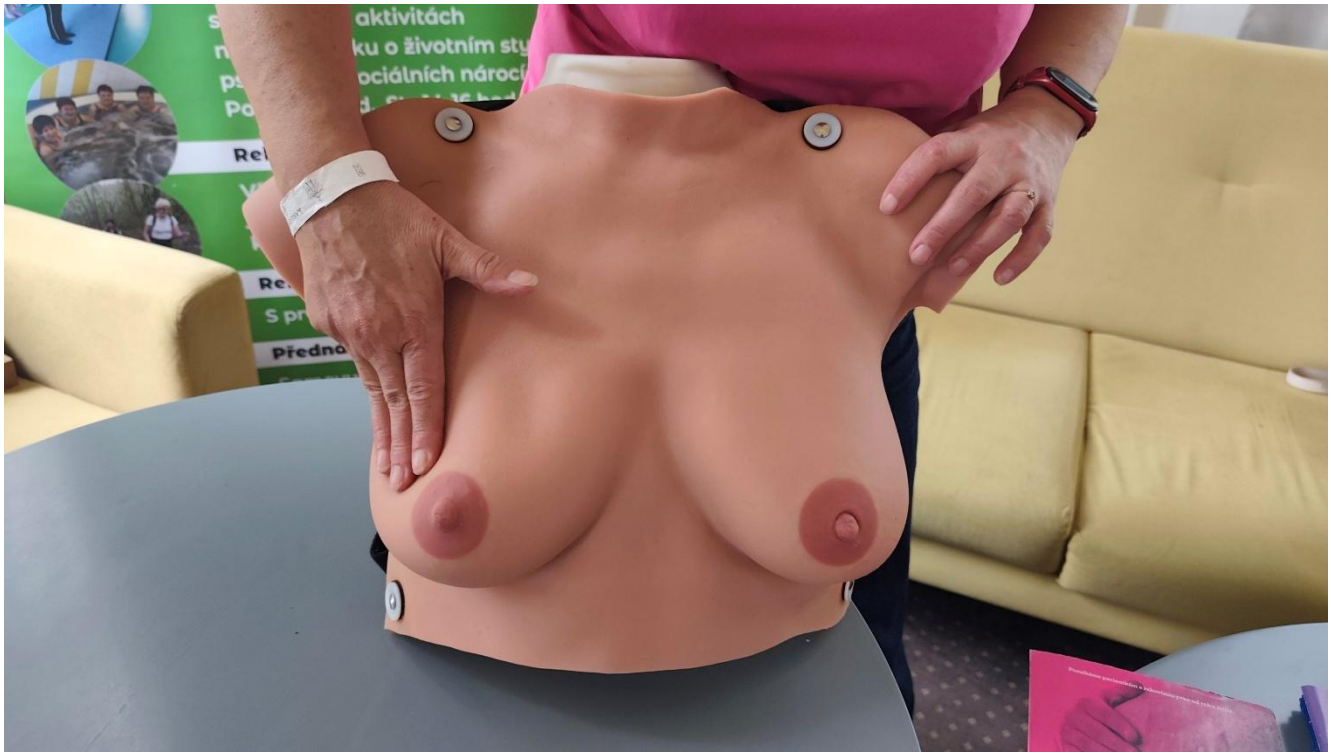
Lucie Špačková
tisková mluvčí

Horské lázně Karlova studánka, s. p.
mobil: 605 517 545
e-mail: luci.spackova@email.cz
www.horskelazne.cz

Irena Vašicová a onkospolek Amazonky

Kampaň Plaveme prsa – Karlova Studánka

Kateřina Pintérová – ukázky samovyšetření



Ukázka samovyšetření – tři prsty na plocho