



## Poriadok používania balneologického bazénu so sírovou vodou s liečivým charakterom v akvaparku Zakopane

1. Balneologický bazén so sírovou vodou s liečivým účinkom je integrálnou súčasťou objektu akvaparku Zakopane, ktorého majiteľom je spoločnosť „POLSKIE TATRY S.A.“ so sídlom na adrese: Droga do Białego 7c, Zakopane, Poľsko.
2. Pri používaní bazénu so sírovou vodou platí všeobecný poriadok akvaparku ZAKOPANE, ako aj tento poriadok.
3. Osoby využívajúce bazén so sírovou vodou sú povinné oboznámiť sa s týmto poriadkom, znakmi, informačnými tabuľkami.
4. Balneologický bazén je naplnený silno mineralizovanou sírovou vodou s pH 7,6. Vzhľadom na trochu kyslé pH vody (na úrovni 7,6), môže dôjsť k zmäkčeniu pokožky a k jej prestavbe. Je to tzv. keratoplastický účinok, ktorý stimuluje okrem iného liečenie takých chorôb pokožky ako je lupienka, vyrážky, nadmerné hrubnutie kože či atopická dermatitída.  
**POZOR!** Kúpeľ v sírovej vode aktivuje kožné receptory, čo môže spôsobovať pocit pálenia a svrbenia. Sírová kúpeľ má tiež regeneračný účinok na chrupavky kĺbov, čo stimuluje liečenie reumatických chorôb, artritídy, reumatických zápalov kĺbov, zápalov kĺbov chrbtice, diskopatie, ako aj pri liečení porúch pohybového ústrojenstva. Sírová vodná kúra tiež pozitívne vplýva na kardiovaskulárnu sústavu vzhľadom na jej pozitívny účinok proti ateroskleróze, a tiež chráni pred diabetickými komplikáciami. Vo vode rozpustený oxid uhličitý má pozitívny účinok pri vysokom krvnom tlaku pôsobiac na jemné žilky (kapiláry) v koži.
5. Vzhľadom na to, že mesto Zakopane leží v zóne horskej klímy, terasa môže byť dočasne zamrznutá alebo zasnežená.
6. Pred vstupom sa oboznámte tak s indikáciami ako aj s kontraindikáciami sírovej kúpele.
7. Balneologický bazén so sírovou vodou je odporúčaný pre osoby vo veku nad 14 rokov.
8. Neploleté osoby môžu bazén používať výhradne so súhlasom a pod dohľadom rodičov, právnych zástupcov alebo vedúcich skupín.
9. Používanie balneologického bazéna osobami so psychickými poruchami a s viditeľným hendikepom je možné iba pod dohľadom dospeléj osoby, opatrovateľa.
10. Pobyť v bazéne so sírovou vodou v prípade pochybností konzultujte s rodinným lekárom alebo s lekárom balneológom.
11. Pred vstupom do bazénu (a pred východom z bazénu) so sírovou vodou sa bezpodmienečne osprchujte a dôkladne umyte celé telo.
12. Riaditeľstvo akvaparku Zakopane si vyhradzuje právo uzatvoriť bazén so sírovou vodou z dôvodov, ktoré prevádzkovateľ nemôže ovplyvniť (napr. poveternostné podmienky ap.), bez možnosti vrátenia vynaložených prostriedkov (predovšetkým v prípade, ak by používanie bazénu ohrozovalo zdravie používateľov).
13. Podrobné informácie:
  - Teplota vody je v rozpätí 34 – 37 °C
  - Hĺbka: 88 cm.
  - Plocha objektu: 71,24 m<sup>2</sup>
  - Maximálny počet osôb: 40
  - Odporúčaná dĺžka kúpele v sírovej vode je 20 – 30 minút.
  - Odporúčaná dĺžka prestávky medzi kúpeľmi je 60 minút.
  - Odporúčaná pravidelnosť je každý deň alebo každý druhý deň. Odporúčame vykonať desať kúpeľov v priebehu 20 dní.



14. V balneologickom bazéne so sírovou vodou je zakázané:

- behať, skákať do bazénu, hlučne sa správať
- plávať
- močiť si hlavu, ponárať sa
- vnášať a požívať alkoholické nápoje, jesť, fajčiť
- nachádzať sa pod vplyvom alkoholu alebo iných látok ovplyvňujúcich nervovú sústavu
- vnášať do bazénu so sírovou vodou predmety, ktoré môžu chemicky reagovať so sírovou vodou (hodinky, bižutériu a iné). Zloženie minerálnej vody môže ovplyvniť farbu bižutérie a plaviek.
- znečisťovať vodu
- vchádzať v prípade nákazlivých chorôb, ktoré sú vymenované v 2. bode – Kontraindikácie.
- vnášať plavecké pomôcky: kolesá, dosky ap.
- vnášať ležadlá na podesty, vyskakovať mimo bazén.
- vnášať sklenené nádoby, ostré predmety.
- robiť snehové kúpele a vracáť sa do bazénu zvonku.
- vchádzať po použití krému na opaľovanie, pilingu, bez predchádzajúceho dôkladného umytia tela.
- viesť rehabilitačné kúry bez súhlasu riaditeľa objektu.
- vchádzanie detí vo veku do 14 rokov
- v prípade zhoršenia cítenia alebo zhoršenia zdravotného stavu okamžite ukončíte kúpeľ v balneologickom bazéne.

15. Prevádzkovateľ objektu nezodpovedá za následky vzniknuté v dôsledku nedodržovania zápisov poriadku a podmienok.

16. Osoby, ktoré nedodržiavajú zápisy poriadku a podmienok, svojím správaním ohrozujú iných používateľov, a ktoré nereagujú na príkazy plavčíka, môžu byť napomenuté alebo vyhodené z objektu.

### **I. Indikácie:**

- artritída kĺbov a chrbtice
- diskopatia
- dna
- reumatická artritída
- poúrazové stavy a preťaženie pohybového ústrojenstva
- chronické choroby kože
- poruchy krvného obehu
- cukrovka
- dna
- ateroskleróza
- neuralgia
- gynekologické choroby
- lupienka
- vysoký krvný tlak s jemným alebo miernym stupňom

### **2. Kontraindikácie:**

- tuberkulóza
- karcinogénne choroby
- horúčky



- vysoká aktivita zápalného procesu
- nedostatočný krvný obeh vo výraznom stupni
- epilepsia
- tehotenstvo
- hemofília
- žltacka
- kožné mykózy
- venerické choroby
- zákal s úzkym uhlom prenikania
- drastický pokles imunity a náklonnosť na infekcie v období zvýšeného výskytu chorôb
- otvorené, ťažko sa liečiace rany, napr. syndróm „diabetickej päty“

**POZOR:**

**V dôsledku zrážania minerálnych látok a sulfidov, ktoré sú vo vode, môže sa objaviť prirodzená usadenina.**