**Lesní pramen proti koronaviru**

**Koronavirus, jak všichni víme, patří k akutním respiračním onemocněním. Na rozdíl od chřipky tento virus infikuje plíce a plicní kapiláry. Z toho důvodu má COVID-19 delší inkubační dobu, samotné onemocnění trvá déle a stav pacienta se při přechodu viru z horních do dolních dýchacích cest prudce zhoršuje. A právě proto je koronavirus tak nebezpečný.**

I po mírném průběhu COVID-19 může rekonvalescence trvat měsíce. K únavě a dušnosti se často přidávají poruchy trávení, vypadávání vlasů, kožní problémy, nespavost a úzkost. Lékaři uvádějí, že je nutný komplexní přístup k péči o pacienty po prodělané koronavirové infekci, který se musí zaměřovat na lidské tělo jako celek. Je potřeba zařadit zdravotní cvičení, dechová cvičení s využitím dýchacích trenažérů, masáže, psychoterapii a dietní terapii, fyzioterapii, včetně inhalací, elektro- a magnetoterapie, vibroterapie, hyperbarickou oxygenaci, reflexoterapii atd.

Právě proto je v dnešní době tak aktuální tradiční mariánskolázeňský léčebný program s názvem Léčba dýchacích cest, který nabízí hotel Pacific ze skupiny Ensana, a který vyvinula hlavní lékařka hotelu paní Růžena Vaňková.

Mariánské Lázně se historicky specializují na léčbu dýchacích cest s využitím léčivé vody z Lesního pramene, ale také vhodného klimatu a neocenitelné polohy uprostřed Slavkovského lesa.

Program s názvem Léčba horních dýchacích cest zahrnuje: klimatoterapii - při léčbě respiračních onemocnění je velmi důležitá poloha Mariánských Lázní v nadmořské výšce 630 metrů, což odpovídá tonizačnímu podhorskému podnebí. Svou roli hrají takové klimatické faktory, jako je intenzivní UV záření, nízký barometrický tlak a zvýšená saturace hemoglobinu kyslíkem, zvýšený obsah ozonu a negativních iontů ve vzduchu a samozřejmě absence prachu a alergenů.

Pro pitnou kúru je využíván Lesní pramen - slaná alkalická minerální voda s mukolytickým účinkem. Lesní pramen se používá také ke kloktání nebo výplachům nosu. V závislosti na povaze onemocnění se doporučuje denní inhalace Lesního pramene s přísadami. K inhalaci se používají ultrazvukové inhalátory, které vytvářejí aerosolovou mlhu o velikostí kapiček 1-10 mikronů. Tyto částečky pronikají do průdušek, alveol i do nosních dutin. Velmi důležitá jsou dechová cvičení, proto se provádějí v lázních relaxační cvičení, určená k uvolnění svalového spazmatu. Obvykle se k nim přidávají nápravná cvičení, která korigují držení těla a posilují břišní svaly, součástí komplexního přístupu jsou samozřejmě i dechová cvičení.

Využívají se i další léčebné procedury, zejména minerální koupele ke zlepšení krevního oběhu, hluboké dýchání, částečná masáž, termoterapie, elektroléčba ke zmírnění svalových spazmat, vodoléčba ke zlepšení produktivity a celkové imunity. Výborný účinek má také kyslíková terapie, která podporuje oxygenaci a rozšiřuje cévy, zlepšuje pružnost plicní tkáně a imunitu.

Lesní pramen je minerální pramen v Mariánských Lázních. Jeho pavilon je chráněn jako kulturní památka České republiky. Teplota vývěru této železnaté kyselky dosahuje přibližně 7,6 °C. Svým složením se značně liší od ostatních pramenů. Často byl tento pramen ochucován citronovou šťávou nebo ředěn syrovátkou.

Pramen byl znám již v roce 1683 pod názvem Schneidsaeuerling. Roku 1827 byl zachycen a v roce 1830 byl zastřešen dřevěným pavilónem. Roku 1834 byla zasklena severní a východní strana pavilonu. V roce 1840 nechal opat Melchior Mahr zbourat stávající pavilon a nahradil ho krásným kruhovým templem se 16 sloupy korintského typu. Dnešní klasicistní podobu získal pavilon v roce 1869 díky staviteli Fridrichu Zicklerovi. Na počátku druhé poloviny 20. století byla stavba při rekonstrukci zasklena. Název lesní pramen získal kolem roku 1828.