

## Uzdrowiska Śląskie Część 1. Ustroń

*Silesian health resorts.*

*Part 1. Ustroń*

### **Streszczenie:**

*Pierwsze wzmianki na temat Ustronia pojawiły się na przełomie XIII i XIV wieku. Dziś, to piętnastotysięczne miasto, stało się jednym z najbardziej znanych w kraju i poza granicami ośrodkiem wypoczynkowo-uzdrowiskowym.*

*Miano uzdrowiska uzyskał Ustroń pod koniec XIX wieku. Dziś Ustroń jest prężnie działającym ośrodkiem, w którym kuracjusze i turyści znajdują uroki przyrodnicze, korzystne warunki klimatyczne sprzyjające rekreacji, wypoczynkowi i kuracji przez cały rok. Największy Zakład Przyrodolecznicy zaspokoili wymagania wszystkich odwiedzających, a atmosfera tej niezwyklej miejscowości Górnego Śląska powoduje, że chce się tutaj wracać.*

### **Abstract:**

*First references about Ustroń appeared already at the turn of the 13th century. Today this town with a population of fifteen thousand has become one of the most famous recreational and health resorts recognised in Poland and internationally.*

*Ustroń gained the name of a spa at the end of the 9th century. Nowadays, Ustroń is a resilient centre where tourists and health resort visitors find natural qualities and climatic conditions favourable for health throughout the year. The largest spa centre satisfies the expectations of all visitors and the atmosphere of this unique location of the Upper Silesia makes Ustroń a place to return.*

**Słowa kluczowe:** Ustroń, uzdrowisko, rehabilitacja, sanatorium

**Key words:** Ustroń, health resort, rehabilitation, sanatorium

Pierwsze wzmianki na temat Ustronia pojawiły się na przełomie XIII i XIV wieku. Dziś, to piętnastotysięczne miasto, stało się jednym z najbardziej znanych w kraju i poza granicami ośrodkiem wypoczynkowo-uzdrowiskowym.

Miano uzdrowiska uzyskał Ustroń pod koniec XIX wieku. Rozpoczęło się od „kąpieli żużlowych”. Żużel z wielkiego pieca wrzucony do zimnej wody nie tylko ją ogrzewał ale również nasycał wodę związkami siarki. Z wody korzystali robotnicy, którzy po umyciu się w „cieplej wodzie żużlowej”, odczuwali znaczną ulgę związaną z dolegliwościami reumatycznymi i gośćcowymi. Przypadkowe odkrycie zainspirowało do działania księcia Albrechta i tak w latach 1802-1804 w sąsiedztwie wielkiego pieca powstał Hotel Kuracyjny – obecny hotel „Ustroń”.

W Ustroniu wydobywane są wody mineralne:

- odwiert U-3 – 11,4% – woda hipotermalna 27,8°C, chlorkowo-sodowo-wapniowa, bromkowa, jodkowa, żelazista, borowa, radoczynna;

- odwiert U-3A – 12,73% – woda hipotermalna 32,8°C, chlorkowo-sodowo-wapniowa, bromkowa, jodkowa, borowa, radoczynna.

Uzdrowisko rozwijało się dynamicznie od lat siedemdziesiątych XX wieku. W dzielnicy Zawodzie powstały kolejno:

- 1973 r. – Sanatorium Uzdrowiskowe „Róża”.
- 1975 r. – Śląski Szpital Reumatologiczny, ośrodek referencyjny w zakresie reumatologii i chorób układu ruchu.
- 1976 r. – Sanatorium Uzdrowiskowe „Wilga”.
- 1977 r. – Sanatorium Uzdrowiskowe „Malwa”.
- 1977 r. – Dom Wczasowo-Lecznicy „Złocien”.
- 1986 r. – Sanatorium Uzdrowiskowe Przedsiębiorstwa Państwowego „Uzdrowisko Ustroń” w Ustroniu, aktualnie Przedsiębiorstwa Uzdrowiskowego „Ustroń” S.A.

W dyspozycji Sanatorium jest ponad 1300 miejsc w oddziałach rehabilitacji kardiologicznej, reumatologii i rehabilitacji narządu ruchu, rehabilitacji neurologicznej i chorób układu oddechowego, psychoterapii oraz rehabilitacji onkologicznej i limfologii.

Aktualnie w skład przedsiębiorstwa wchodzi następujące obiekty:

**Równica** – Sanatorium i Szpital Uzdrawiskowy „Równica”.

Podstawowe profile lecznicze:

1. z zakresu leczenia uzdrawiskowego
  - choroby reumatologiczne,
  - choroby układu krążenia,
  - choroby neurologiczne,
  - choroby narządu ruchu,
  - choroby układu oddechowego;
2. z zakresu rehabilitacji
  - kardiologia (po zawale mięśnia sercowego i po zabiegach kardiochirurgicznych),
  - schorzenia narządu ruchu (w tym stany po urazach i zabiegach ortopedycznych),
  - neurologia (stany po udarach mózgu).

**Kos** – Sanatorium Uzdrawiskowe „Kos”.

Profile lecznicze z zakresu leczenia uzdrawiskowego

- choroby reumatologiczne,
- choroby narządu ruchu,
- choroby układu oddechowego.

**Narcyz** – Sanatorium Uzdrawiskowe „Narcyz”, Ustrońskie Centrum Psychoterapii z całodobowym Oddziałem Leczenia Zaburzeń Nerwicowych i Poradnią Leczenia Nerwic.

Podstawowe profile lecznicze:

1. z zakresu leczenia uzdrawiskowego
  - choroby reumatologiczne,
  - choroby narządu ruchu,
  - choroby układu oddechowego;
2. z zakresu rehabilitacji
  - psychoterapia (turnusy z programem psychologicznym).

**Rosomak** – Sanatorium Uzdrawiskowe „Rosomak”, Ustrońskie Centrum Rehabilitacji Onkologicznej i Limfologii „Rosomak”.

Podstawowe profile lecznicze:

1. z zakresu leczenia uzdrawiskowego
  - choroby reumatologiczne,
  - choroby narządu ruchu;
2. z zakresu rehabilitacji
  - onkologia (po leczeniu raka piersi oraz krtani).

### Uzdrawiskowy Zakład Przyrodolecznicy

Uzdrawiskowy Zakład Przyrodolecznicy zabezpiecza kompleksowe świadczenia zdrowotne z zakresu kinezyterapii, masażu leczniczego, fizykoterapii (światło i elektrolecznictwo, magnetoterapia, ultrasonoterapia), hydroterapii, balneo i peloidoterapii. Baseny solankowe, kąpiele wannowe oraz kąpiele i zawijania borowinowe oparte są na naturalnych tworzywach leczniczych. Krioterapia ogólnoustrojowa w komorze ma działanie stymulacyjne oraz stanowi doskonałą formę odnowy biologicznej, spowalnia

procesy starzenia, wpływa na poprawę nastroju, usuwa uczucie zmęczenia.

### Przychodnia Uzdrawiskowa

Specjalistyczne konsultacje lekarskie: kardiologiczne, laryngologiczne, ortopedyczne, reumatologiczne, osteoporozy, diabetologiczne, neurologiczne, pulmonologiczne.

- 1990 r. – Uruchomienie wydziału zamiejscowego Górnośląskiego Centrum Rehabilitacji „Repty”.
- 1991 r. – Sanatorium Uzdrawiskowe „Elektron”, które powstało w wyniku przekształcenia domu wczasowo-rehabilitacyjnego.
- 1991 r. – Oddanie do użytku pierwszego segmentu obecnego **Zakładu Przyrodolecznicy**, posiadającego kubaturę ponad 85 tys. m<sup>3</sup>. Zakład posiada najnowocześniejsze rozwiązania z zakresu architektury, wyposażenia i balneotechniki. Dysponuje m.in.:
  - sześcioma salami do kinezyterapii o łącznej pow. ponad 1500 m<sup>2</sup>,
  - działem hydroterapii wannowej z 50 wannami do kąpiele solankowych, wirowych, galwanicznych, kwasowęglowych i masażu podwodnego,
  - działem zawijań borowinowych, posiadającym 28 stanowisk do zawijań i kąpiele borowinowych,
  - 4 basenami napełnianymi 3,5-4% solanką naturalną, stanowiącymi niezwykle skuteczny zespół w leczeniu i rehabilitacji chorób układu ruchu, w szczególności w stanach pourazowych,
  - pomieszczenia do inhalacji lekowych i solankowych oraz pełny zakres elektro- i światłolecznictwa.

Leczeniu chorób układu krążenia, a w szczególności rehabilitacji pozawałowej i po zabiegach kardiochirurgicznych służą wyodrębnione stanowiska do treningu kardiologicznego, prowadzonego z użyciem najnowocześniejszego sprzętu monitorującego.

- 1995 r. – Oddanie do eksploatacji wcześniej wykonanych odwiertów solankowych U-3 i U-3A.
- 1995 r. – Uruchomienie działów hydroterapii łącznie z basenami rehabilitacyjnymi w Zakładzie Przyrodolecznicy oraz Przychodni Uzdrawiskowej świadczącej usługi dla pacjentów korzystających z Uzdrawiskowego Zakładu Przyrodolecznicy w trybie ambulatoryjnym. Jednocześnie oddano do użytku laboratorium analityczne, pracownię diagnostyczne, pracownię densytometryczną oraz z zakresu kardiologii pracownię prób wysiłkowych, zaburzeń rytmu serca i ultrasonografii.

Należy zauważyć, że Ustron staje się również ośrodkiem naukowym. Przedsiębiorstwo Uzdrawiskowe „Ustron” S.A. współpracuje naukowo z wieloma jednostkami, m.in. z Katedrą Fizjoterapii WSEiA w Bytomiu, Instytutem Onkologii, Uniwersytetami Medycznymi, Towarzystwami Naukowymi. We współpracy z partnerami organizowane

są warsztaty naukowe, sympozja i kongresy krajowe i międzynarodowe.

Cyklicznie odbywają się:

- Spotkania Uzdrawiskowe,
- Międzynarodowy Kongres Rehabilitacji Onkologicznej, (zdjęcia 1 i 2)
- Kongres Polskiego Towarzystwa Limfologicznego,
- Sympozjum: Ustrońskie Spotkania Rehabilitacji Onkologicznej.

Dzięki aktywności naukowej kadra medyczna Uzdrawiska Ustroń rozwija się, uczestniczy w szkoleniach, konferencjach, podnosi swoje kwalifikacje, zdobywa tytuły naukowe, publikuje w uznanych czasopismach. Działania te, są konieczne przy dzisiejszej dynamice rozwoju medycyny i nauk medycznych. Droga tak wytyczona przynosi korzyści dla Ustronia, regionu Górnego Śląska, a przede wszystkim dla pacjentów, którzy trafiają pod opiekę świadomych, zaznajomionych z nowoczesnymi technikami lekarzy i fizjoterapeutów.



Zdjęcie 1. Studenci fizjoterapii Katedry Fizjoterapii WSEiA w Bytomiu na I Kongresie Rehabilitacji Onkologicznej Ustroń 2009.



Zdjęcie 2. II Międzynarodowy Kongres Rehabilitacji Onkologicznej Ustroń 2010 (od lewej Kierownik Katedry Fizjoterapii WSEiA w Bytomiu dr n. med. Wojciech Kozik, od prawej Z-ca Dyrektora ds. Lecznictwa, Kierownik Niepublicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej, dr n. med. Katarzyna Wencel, Kierownik Ustrońskiego Centrum Rehabilitacji Onkologicznej i Limfologii Sanatorium Uzdrawiskowego „Rosomak” lek. med. Alina Marzec, Rektor WSEiA w Bytomiu prof. nadzw. dr hab. inż. Mirosław Czapka, studenci Koła Naukowego Fizjoterapii WSEiA w Bytomiu: Agnieszka Orłowska-Ferenz, Ewa Leszczyńska, Agnieszka Wiśniowska, Michał Ferenz, Łukasz Zemła, Damian Dragon.

## Kalendarium Ekologia

### LISTOPAD

3-4 listopada **Światowy Dzień bez Papierosa**

3 listopada **Święto Myśliwych**

18 listopada **Światowy Dzień Walki z Tytoniem**

25 listopada **Światowy Dzień Rzucania Palenia**

25 listopada **Dzień Bez Futra - No Fur Day**

28 listopada **Międzynarodowy Dzień bez Kupowania - No Shop Day = Buy Nothing Day**

29 listopada **Dzień ogłoszenia św. Franciszka patronem ekologów**

### GRUDZIEŃ

22 grudnia **Pierwszy Dzień Zimy**

29 grudnia **Międzynarodowy Dzień Różnorodności Biologicznej (ONZ)**