

# Ludmila Formanová, Čáslav



Sport mě provází většinu mého života. Je mým koníčkem ale také povoláním. Zúčastnila jsem se dvou olympiád, čtyř mistrovství světa, tří mistrovství Evropy, několika halových světových i evropských šampionátů, stovek zahraničních i domácích mítinků. Na atletickém stadionu jsem za bezmála dvacet let strávila při tréninku tisíce hodin a naběhala desetitisíce kilometrů. Množství nazvedaných činek se počítá na stovky tun. Sport mi hodně dává - pocit na stupních vítězů za zvuků národní hymny lze jen těžko popsat - ale zároveň také bere - zdraví. Většina vrcholových sportovců mi jistě potvrdí, že sport na této úrovni je v podstatě neustálým balancováním mezi výkonem a zraněním. Víím, o čem mluvím. Mám za sebou dva chirurgické zákroky jako přímý důsledek enormního zatěžování organismu. S přibývajícím věkem stále více poznávám, jak důležitou součástí tréninku vrcholového sportovce je fáze regenerační. Pobyt v lázeňském zařízení po skončení atletické sezóny má určitě svůj velký význam a také jsem ho několikrát využila. Ale pro dobrý výkon sportovce má daleko větší význam regenerace každodenní, odstraňování únavy a drobných zranění tak, aby tělo bylo dostatečně připraveno na další trénink.

Vzhledem k tomu, že žiji a trénuji v malém městě, možnosti využívání rehabilitačních prostředků jsou značně omezené. Na rozdíl od velkých např. pražských sportovních center je problematická i lékařská a fyzioterapeutická péče. Proto mě velmi vyhovuje možnost užívání magnetoterapie Biomag®. Do této doby jsem se s magnetoterapií setkala pouze při pobytech v lázeňských zařízeních a tak mě pochopitelně lákala možnost mít takové zařízení doma zejména proto, že o účincích nízkofrekvenčního pulzního magnetického pole jsem přesvědčená. Pro domácí použití mám k dispozici přístroj Biomag® LITUS s aplikátory A3H Lg MAX díly A a B a solenoidem SPH 2 Lg. Při cestách na závody a soustředění používám přístroj Biomag® LAGUNA s aplikátorem A1HP Lg a solenoidem SPH Lg v praktickém cestovním balení.



Přístroje používám nejčastěji pro jejich myorelaxační účinek, který mi pomáhá při celkovém uvolnění svalstva po tréninkové zátěži. K tomu využívám poduškové díly A3H Lg MAX jako celolůžkový rehabilitační aplikátor, popřípadě jako rehabilitační zádový aplikátor s programem PA a programy o nižších frekvencích vhodných k myorelaxaci. V případě jakýchkoli obtíží potom využívám solenoidů na končetiny a poduškový aplikátor A1HP Lg na místní aplikace za pomoci programů o vyšších frekvencích - 15 - 20 Hz.



Největší účinek jsem zatím zaznamenala při léčbě bolestí v kotníku, kde se mi kombinují obtíže chronické - po operaci šlachy - i akutní po námaze. V tomto případě jsem se také setkala s přechodným zhoršením obtíží - větší bolestivostí - v průběhu prvních aplikací, následně však došlo ke zklidnění a odeznění všech obtíží.

Velice oceňuji možnost připojení čtyř aplikátorů k přístroji Biomag® LITUS, neboť lze využívat celolůžkový aplikátor k regeneraci a zároveň cíleně léčit dalšími dvěma aplikátory akutní obtíže nebo používat mnoho dalších kombinací. Přístroj Biomag® LAGUNA je velmi vhodný k cestovním účelům. Během závodní sezóny jsem nechtěla přerušit léčení obtíží v kotníku a tak se mnou přístroj s malým poduškovým aplikátorem cestoval na závody do Řecka. V nedávné době jsem se vrátila ze soustředění na Gran Canaria, kde LAGUNA šla takříkajíc z ruky do ruky - s úspěchem ji používali všichni členové naší tréninkové skupiny na nejrůznější akutní, převážně svalové obtíže. Nejvíce zkušeností s přístrojem má kromě mě moje tréninková kolegyně a v současnosti jedna z nejlepších českých běžkyň na středních tratích - Petra Lochmanová. U obou přístrojů vedle prokazatelných léčebných účinků oceňuji i poměrně snadné ovládání včetně programové paměti, pěkný vzhled nebudící dojem nemocničního přístroje i příjemný vzhled a materiál aplikátorů. Přenosné pulzní magnetoterapeutické přístroje Biomag® jsou podle mého názoru velice vhodným zařízením pro individuální léčbu a rehabilitaci v domácnosti, bez dlouhého vysedávání v čekárnách ambulantních rehabilitačních zařízení, popřípadě nákladných pobytů v lázeňských zařízeních. V každém případě bych tyto přístroje doporučila všem vrcholovým, ale i pravidelným rekreačním sportovcům, protože v kombinaci s dalšími rehabilitačními prostředky lze pulzních magnetických polí velice účinně využívat jak k prevenci, tak i k léčbě obtíží spojených se sportovním výkonem.