



Kalina
★★★★

ZALETY, WSKAZANIA I PRZECIWWSKAZANIA SAUNY INFRARED

Naukowcy dowiedli, iż nagrzewanie promieniami podczerwonymi przynosi rezultaty lecznicze w różnych dolegliwościach i jednostkach chorobowych:

1. ŁAGODZI BÓL RÓŻNEGO POCHODZENIA M.IN.:

- bóle pleców wywołane stresem, przemęczeniem, reumatyzmem, chorobą zwyrodnieniową,
- bóle stawów spowodowane intensywnym wysiłkiem, urazami i uszkodzeniem tkanek miękkich, chorobą reumatyczną, zwyrodnieniową, rwa kulszową,
- bóle menstruacyjne wywołane skurczem narządów rodnych,
- bóle towarzyszące oparzeniom, owrzodzeniom, porażeniu nerwu twarzowego,
- bóle pochodzenia zapalnego, niedokrwiennego i nerwobóle.

2. ZWIĘKSZA ROZCIĄGLIWOŚĆ TKANEK KOLAGENOWYCH:

Tkanki ogrzane do 45°C i następnie rozciągnięte wykazują nieelastyczne trwałe wydłużenie o ok. 0,5-0,9%, które pozostaje po usunięciu rozciągania, a które nie występuje w tych samych tkankach, kiedy są rozciągane przy normalnej temperaturze tkanek. Tak więc, 20 sesji rozciągania może spowodować 10-18% zwiększenie długości tkanek w ten sposób ogrzanych i rozciągniętych. Efekt ten jest szczególnie cenny w pracy z więzadłami, torebkami stawowymi, ścięgnami, powięziami i błoną maziową, które zbliżowaciał, zgrubiały lub skurczyły się.

3. BEZPOŚREDNIO ZMNIĘJSZA SZTYWNOŚĆ STAWÓW.

Wystąpiło 20% zmniejszenie sztywności w temp. 45°C w porównaniu z 33°C w reumatyzmie stawów palcowych, odpowiadające doskonale zarówno subiektywnej jak i obiektywnej obserwacji sztywności. Każdy zesztyniały staw i zgrubiałe tkanki łączące winny reagować w podobny sposób.

4. CORAZ CZĘŚCIEJ STOSOWANY JEST W TERAPII NOWOTWOROWEJ.

Jest to nowa i eksperymentalna procedura. Jest bardzo obiecujące w niektórych przypadkach, jeśli jest właściwie stosowane. Naukowcy amerykańscy wolą ostrożne monitorowanie temperatury guza.

5. ZWIĘKSZA PRZEPŁYW KRWI

Ogrzewanie mięśni wytwarza zwiększony poziom przepływu krwi, podobny do tego, jaki powstaje podczas ćwiczeń. Wzrost temperatury powoduje zwiększony przepływ krwi i rozszerzenie bezpośrednio naczyń włosowatych, tętniczek i żył, prawdopodobnie w wyniku bezpośredniego działania na ich mięśni gładkie.

6. UTRATA MASY CIAŁA

Po pierwsze poprzez pocenie się i zużycie energii koniecznej do produkcji potu, i następnie poprzez bezpośrednie wydalanie tłuszczu.



7. PRZYŚPIESZA LECZENIE WIELU CHOROÓB M.IN. TAKICH JAK:

- uszkodzenie tkanek miękkich,
- porażenie nerwu twarzowego,
- rwa kulszowa,
- zapalenie stawów ostre i chroniczne,
- dnawe zapalenie stawów,
- reumatoidalne zapalenie stawów (reumatyzm),
- oparzenia, złagodzenie bólu i przyspieszenie czasu zdrowienia, przy mniejszych bliznach
- niedociśnienie,
- zrosty pooperacyjne, leczenie za pomocą podczerwieni było tak pomyślne, że pobyt w szpitalu został skrócony o 25%
- skurcze i ból menstruacyjny,
- bóle pochodzenia zapalnego, niedokrwienne i nerwobóle,
- choroby przewężenia układu obwodowego,
- owrzodzenia nóg i odleżyny,
- hemoroidy,
- cukrzyca,
- żylaki,
- skurcze mięśni o podłożu szkieletowym, stawowym lub neuropatologicznym,
- menopauza

8. NIWELUJE NEGATYWNE SKUTKI STRESU TJ.:

- zmęczenie,
- napięcie nerwowe,
- złe samopoczucie,
- apatię,
- działa antydepresyjnie.

9. POPRAWIA WYGLĄD SKÓRY, PRZEZ CO ZALECANE JEST W:

- chorobach, profilaktyce i terapii cellulitu,
- chorobach skóry tj. grzybice, pokrzywka, wypryski, łuszczyca, trądzik,
- bliznowcach,
- oparzeniach,
- odleżynach,
- oparzenia, złagodzenie bólu i przyspieszenie czasu zdrowienia, przy mniejszych bliznach.
- porażenie nerwu twarzowego
- i innych dolegliwościach skórnych.

NIE ZALECA SIĘ STOSOWANIA NAGRZEWANIA DOGŁĘBNEGO W NASTĘPUJĄCYCH SCHORZENIACH:

- niedoczynność nadnercza,
- układowy liszaj rumieniowaty,
- stwardnienie rozsiane,
- ostry uraz stawu (do 48 godzin od urazu lub po ustąpieniu zaczerwienienia, gorąca i opuchlizny),
- hemofilia lub skłonność do krwotoków,
- ciąża

Szczególną ostrożność w stosowaniu nagrzewania dogłębnego należy zachować przy implantach chirurgicznych, wszczepach silikonowych i przyjmowaniu preparatów farmakologicznych, w tym także różnego rodzaju maści, żeli i kremów leczniczych. Zawsze po wcześniejszej konsultacji z lekarzem prowadzącym!