

A sóterápia élettani működése

Hosszú évezredek tapasztalat, hogy a **sóbarlangok** levegője enyhíti a köhögést, jótékony hatással van a légúti megbetegedések enyhítésére. A sóterápia olyan kezelési módszer, amely a természetben előforduló sóbarlangok mesterségesen létrehozott mikroklímáját használja fel gyógyításra. A levegőben levő kristálysó pozitív töltésű részecskéket megköti, ezáltal a helység levegőjét tisztítja. A levegőbe került kristálysó belélegzésével a kristálysó gyógyító ereje érvényesül. A sóbarlangban keletkező mikro sószemcsék belélegzéskor azonnal eljutnak a légjáratokhoz, a hörgőcskék minden járatába. A sószemcsé ott elolvadva magához vonzza a szennyeződések, amelyeket a beteg később felköhög, illetve a véráram segítségével elbontja és elhagyja a szervezetet. A sóbarlangokban a nagy mennyiségű sónak köszönhetően csíramentes, vírusmentes, valamint baktérium mentes közeg található.

Időskori panaszok

A negatív töltésű ionok lassítják a káros anyagok elraktározását a testben és gondoskodnak azok elszállításáról, ezáltal az anyagcsere és az idegi tevékenység felélénkül. Ez az idős embereknél egyértelműen látható, hogy ismét nő az emlékezőképesség, az élénkség, a koncentrációs képesség és a reakció, és lényegesen le lehet lassítani az öregedési folyamatot.

A mozgásszerv megbetegedései

A negatív töltésű ionok hiánya azt eredményezi, hogy a szövetek és a szervek elernyednek, kopási jelenség jelentkezik, reumás megbetegedések, valamint nő a fejfájás és idegi fájdalom. A negatív töltésű ionokban gazdag sóbarlang levegője ellenben gyógyítja a reumát és az ízületi fájdalmakat. A só nátriumtartalma ezen felül csontjaink fontos építőeleme. Segíti annak felépítését és megelőzi a csonttrikulást.

Az emésztőrendszer

Gyomorpanaszokat vagy hasmenést gyakran a bosszúság, a félelem vagy a csalódás okozza. Szorulás esetén a béltevékenység van gátolva. A máj és az epe területén jelentkező panaszokat jelzik, hogy ezek nem tudnak megbirkózni az emésztési feladatokkal. Ezeket a panaszokat tudja enyhíteni a negatív töltésű ionok eljuttatása.

Allergiás megbetegedések

Ha a test hevesen reagál a virág- és a háziporra, a környezet által kibocsátott mérgekre és bizonyos élelmiszerekre, akkor allergiáról beszélünk. A negatív töltésű ionok az oxigénnel együtt bekerülnek a vérbe és a test sejtjeibe, és többek között enyhíthetik, illetve megszüntethetik a szénanáthát. Ugyanakkor viszont az egészséges oxigén hiánya olyan betegségekhez vezet, mint az asztma és a hörghurut. A nagyobb mennyiségű negatív töltésű ion ilyen légúti megbetegedéseket tud enyhíteni. A testrendszerek mind kapcsolatban vannak egymással: ha például a keringés nem működik helyesen, akkor az immunrendszer is kárt szenved.

Az immunrendszer

Életünk során a baktériumok, a vírusok és a gombák folyamatosan próbálnak behatolni testünkbe, hogy ott betegségeket okozzanak. A testnek azonban rendelkezésre áll védekezősejteinek ütőképes hadserege. Ezeket a negatív töltésű ionok támogatják, amelyek abban segítenek, hogy megsemmisítsék a betegségek okozóit, méregtelenítsék a vért és ezáltal megakadályozzák a gyulladási folyamatok elterjedését

Keringési rendszer

Vérünk az a szállítóeszköz, amely az oxigént és a tápanyagokat a vérereken keresztül a test egyes sejtjeibe eljuttatja. Sajnos a szállító utak néha eltömítődnek, például a koleszterin hatására, amely megtelepszik a véredények belső falain, és ezáltal egyre inkább leszűkíti a véredények átmérőjét, annyira, hogy a vér végül már csak nagy nyomás hatására tud átjutni. Ezt a nyomást a szívnek kell elvégeznie. Ha mindezt hosszú időn keresztül kell csinálnia, ahhoz vezet, hogy a szív túl lesz erőltetve, mindez elsősorban akkor, ha nem jut elég oxigénhez. A kristálysó által leadott negatív töltésű ionok azonban csökkentik a vér koleszterin szintjét, és ezáltal csökkentik a vérnyomást és a szív megterhelését

Negatív ionok gyógyító hatása

A negatív töltésű ionok egészségesek. Mint a világon minden általunk ismert anyag így a só is atomokból áll. Minden atomnak egy atommagja és egy vagy több elektronja van, amelyek a mag körül rendeződnek és az atomburkot alkotják. Ionnak nevezünk minden atomot vagy molekulát, amelynek túl sok vagy túl kevés elektronja van. Ha egy ionnak túl kevés elektronja van, továbbiakat vonz magához, hogy a hiányt egészen egyszerűen kiegyenlítsse. Ezt pozitív töltésű ionnak nevezzük. Ha egy ionnak túl sok elektronja van, akkor túl akar adni rajtuk, ezt negatív töltésű ionnak nevezzük. Egy normál lélegzetben körülbelül egyforma mennyiségű pozitív és negatív töltésű ion található. A belélegzett negatív ionok kedvezően hatnak egészségünkre, a pozitív ionok ellenben károsak. A negatív töltésű ionok legnagyobb koncentrációját a tengernél, a magas hegységeken és az erdőben, továbbá vízeséseknél és folyómedreknél találjuk. Azonban a legtöbb helyen légzésünk már nemcsak, hogy nincs egyensúlyban, hanem túl van terhelve káros pozitív töltésű ionokkal, amelyeket az elektromos eszközök idéznek elő, mint például a számítógép és televízió vagy akár a dohányzás. Mivel manapság átlagosan időnk 80 %-át zárt helyiségben töltjük, annak klímája természetesen mérvadó egészségünkre nézve. Azonban a városban és az irodáinkban, illetve a munkahelyeinken általában nem elég a negatív töltésű ionok száma, mivel sokat megsemmisít a klímaberendezés, az autók kipufogógáza és a gyárak szennygáza. Az ember naponta átlagosan 90.000 liter levegőt lélegez be. Az orrunkban és légcsövünkben lévő nyálkahártya sótartalmú váladékanyagot tartalmaz, amely mint ahogy időközben már kiderült a lélegzetben található pozitív ionok egy részét negatív ionokká tudja átalakítani. A negatív töltésű ionok támogatják egészségünket és erősítik teljesítőképességünket, a test összes funkciójára messzemenően pozitív hatással vannak, mint ahogy ezt az alábbiak alá is támasztják.

Sós levegő

A levegőben levő kristálysó pára a pozitív töltésű részecskéket megköti, ezáltal a helység levegőjét megtisztítja. A levegőbe került kristálysó belélegzésével pedig a kristálysó gyógyító ereje érvényesül. Használatával nem csak a légúti megbetegedéseken tudunk segíteni, hanem pl. allergiás megbetegedéseken, szénanátha, immunrendszer gyengesége, alvászavar stb. A só egy természetes antihisztamin, tisztítja a tüdőt, a hörgőket és segít a slejmfelszakításában. A só felbontja, meglágyítja a nyálkát a tüdőben. A só szükséges a hurut és az arcüreg lerakódásainak felszakításához.