

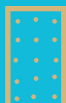


# SOLNÁ INHALAČNÁ MIESTNOSŤ

Účinky pobytu v solnej inhalačnej miestnosti môžeme prirovnať zdravotným účinkom pobytu pri mori. Slaný aerosól v jaskyni pôsobí účinnejšie na pokožku ako pri mori, kde sme chránení opaľovacím krémom. Po prvých návštevách solnej miestnosti sa u niekoho môže prejaviť detoxikácia vo forme **slabej nádchy alebo kašľa**. Ide o bežné prejavy, kedy sa telo zbavuje

## Solná terapia má pozitívne účinky na

- **imunitný systém** – u detí aj dospelých zvýšenie imunity
- **dýchací systém** - priedušková astma, chronické zápalové ochorenia priedušiek a pľúc, zápal dutín
- **tráviaci systém** - pri žalúdočných vredoch, poruchy činnosti žalúdka, poruchy metabolizmu
- **srdcovocievny systém** – krvný obeh, vysoký krvný tlak, pooperačné stavy
- **kožný systém** - zápalové ochorenia kože, lupienka, psoriáza, rôzne ekzémy, akné, regenerácia kože
- **pohybový systém** – reumatizmus, artritída, bolesti kĺbov
- **iné** - stres, bolesti hlavy, letargia, depresia, neurotické stavy, alergie, nadváha, omladenie





**TERMAL**  
HOTEL

Vzduch v solnej miestnosti je presiaknutý soľou z kameňov Himalájskej soli, minerálmi a stopovými prvkami. Jedným z minerálov je **jód**, ktorý napomáha pravidelnej funkcii štítnej žľazy. **Vápnik** posilňuje bunky v tele, aktivizuje enzýmy. Ďalším minerálom je **horčík**, ktorý pôsobí proti stresu, spomaľuje starnutie, regeneruje organizmus. **Draslík a sodík** uľahčuje vylučovanie toxických látok z buniek. Pozitívne účinky minerálov v kamennej soli má aj **zinok, selén či bróm**, ktorý pomáha hojiť kožné ochorenia.

Môžu ju navštevovať všetky vekové kategórie, deti i tehotné ženy. Športovci ju využívajú ako doplnok k regenerácii. Je miestom pre relax a oddych, kde necháte pôsobiť sily soli na Váš organizmus. Pozitívne vplýva na dýchacie cesty, alergie rôzneho pôvodu, srdcovo- cievne ochorenia, poruchy štítnej žľazy, rôzne zápaly ale aj na vyčerpanie organizmu. V neposlednom rade sa v solnej miestnosti zrýchľuje metabolizmus, čo pomáha k odbúravanju tukov. V solnej miestnosti je pre alergikov veľmi dobrá klíma.

### Dĺžka pobytu

- pri akútnych stavoch 5 x 30-45 min
- ako prevencia 3 x 10-15 min

### Návšteva nie je vhodná

- pre ľudí so zvýšenou teplotou (ak teplota klesne, je návšteva ideálna na liečbu vírusových a zápalových ochorení)
- pre ľudí so zvýšenou činnosťou štítnej žľazy,
- onkologickým pacientom (naopak, **po absolvovaní** chemoterapie je ideálna).

