**ZALETY SEANSÓW TERMALNYCH LAVA**

**Wanna Termalna** stosowana jest do seansów pielęgnacyjnych - regeneracyjnych -leczniczych .

Stosowane są w wannie gorące kąpiele metodą : balneoterapia , fizjoterapia,

hydroterapia oraz luminoterapia, poprawiają odporność oraz ogólny stan zdrowia

wpływając korzystnie na drogi oddechowe oraz układ immunologiczny , w tym

zmniejszają stres.

**Rodzaje kąpieli w wannie LAVA :**

* SOLANKOWA (wzmocniony zostaje układ odpornościowy, immunologiczny i  hormonalny
* SIARCZKOWA (działanie przeciwzapalnie, przeciwbólowo,)
* BOROWINOWA ( działanie rozgrzewające, schorzenia stawów, choroby  reumatyczne oraz odkwaszenie organizmu)
* ZIOŁOWA (olejki eteryczne uwalniają się razem z parą wodną trafiając do układu oddechowego, powstaje zwiększenie ukrwienia tkanek, orzeźwienie układu nerwowego, rozluźnienie mięśni
* PIWNO MIODOWA (pobudza krążenie krwi, obniża jej ciśnienie i powoduje

            podniesienie energii życiowej)

* KRZEMOWA w glince  ( redukcja zmarszczek, kurzych łapek i zwiotczeń, zmniejszenie niedoskonałości cery)
* DROŻDŻOWA ( działanie nawilżające, pielęgnacja skóry, redukuje bezsenność ,usuwanie niedowłady nerwów obwodowych, leczenie łuszczycy)
* Humusowa
* CBD

Ogólne pozytywne oddziaływanie na schorzenia takie jak:

infekcji dróg oddechowych, choroba wirusowa, przeziębienie, przewlekłe zmęczenie, stres, depresja, lekkie stany lękowe, migrena, bóle mięśni, zakwasy, rehabilitacja, choroby skóry, pielęgnacja włosów, choroby stawów, bóle menstruacyjne, redukcja cellulitu, poprawa krążenia, wzmocnienie odporności, leczenie ziołami, reumatoidalne zapalenia stawów, reumatyzm, działanie przeciwzapalne, działanie przeciwwirusowe, działanie przeciwgrzybiczne, nerwice, bóle gośćcowe, leczenie żylaków, popękane naczynka, zapalenie skóry, stany zapalne gruczołu krokowego, stany zapalne, trądzik,

łuszczyca, stany zapalne żylaków.

KĄPIELE SOLANKOWE

Kąpiele solankowe dzięki swoim cechom fizycznym jak i chemicznym wywierają korzystne działanie regeneracyjne i lecznicze. Solanki to wodne roztwory jonów głównie sodowych ,bromkowych, jodkowych, borowych i siarczkowych. W większym stężeniu pozorne zmniejszenie masy ciała osoby znajdującej się w kąpieli pozwala na głęboko relaksacyjny seans floatingowy. W gorącej kąpieli solankowej osmoza skóry dostarcza do krwioobiegu niezbędne mikroelementy. Działanie lecznicze kąpieli solankowych trwa również po ich odbyciu, dlatego nie warto spłukiwać ciała po ich zakończeniu nawet do 12 godzin (odkładanie soli w warstwie luźnej skóry) , gdyż na powierzchni skóry dochodzi do tworzenia się płaszcza solnego. Odkładająca się w naskórku sól powoduje zmiany w zakończeniach nerwów znajdujących się w górnej warstwie skóry właściwej co zmienia jej pobudliwość i wpływa w ten sposób na czynności autonomicznego układu nerwowego, regulującego czynności wszystkich narządów.

Terapie solankowe pozytywnie wpływają również na podnoszenie odporności organizmu, leczenie łojotoku oraz łuszczycy, zmniejszają pobudliwość nerwów czuciowych i ruchowych, regulują ciśnienie tętnicze, pobudzają przemianę materii, modyfikują oddawanie ciepła, poprawiają krążenie i ukrwienie skóry, jak również działają hartująco.

**Kąpiele mogą odbywać się w wannie LAVA indywidualnie lub grupowo, mogą towarzyszyć im ćwiczenia. Woda do kąpieli solankowych podgrzewana jest do ok. 37-39°C.**

**Czas trwania: 4-6 x 15 minut z przerwami na leżakowanie 10-15 minut. / co 2 dzień 3 kąpiele tygodniowo max 10 zabiegów kwartalnie .**

**. Wskazania do stosowania kąpieli solankowych:**

- choroby narządów ruchu (schorzenia reumatoidalne)
-choroby zwyrodnieniowe stawów, choroba Bechterewa, choroby ortopedyczne, choroby związane ze wzrostem napięcia mięśni),

- choroby neurologiczne i neurochirurgiczne

- przewlekłe choroby dróg oddechowych i zatok włącznie,

- choroby związane z zaburzeniami krążenia (pochodzenia miażdżycowego bądź z urazów),

- choroby dermatologiczne (łojotokowe zapalenie skóry, łuszczyca),

- choroby związane z obniżoną odpornością (stany wymagające zwiększenia odporności na zakażenia, rekonwalescencja po ciężkich chorobach),

- otyłość,

- niektóre choroby ginekologiczne (bezpłodność, dysmenorrhoea, nerwica wegetatywna, zespół klimakteryczny, starczy zanik narządów płciowych).

KĄPIELE SIARCZKOWE

Kąpiele siarczkowo-siarkowodorowe

Kąpiele termalne LAVA odbywają się w wodach z popularnych Uzdrowisk z dużą zawartością rozpuszczonych związków siarki (siarkowodór, kwas siarkowy), zawierają wodę o odczynie zasadowym. W wodzie występują jony siarczanowe, wodoro-siarkowe oraz siarka koloidalna. Siarka posiada zdolność przenikania przez skórę jako siarka koloidalna i siarkowodór, w krwiobiegu jest transportowana jako siarczany.Siarka przenika przez skórę powodując rozszerzenie i otwarcie kapilarów skóry, przekrwienie, rumień skóry, pobudzenie metabolizmu w skórze. Do działań wtórnych kąpieli siarczkowo-siarkowodorowych można zaliczyć wpływ na układ oksydo redukujący, wpływ na procesy enzymatyczne i odnowę chrząstek stawowych.

Czy o tym wiedziałeś ?

Kąpiel siarczkowa LAVA działa przeciwbólowo, przeciwalergicznie, przeciwbakteryjnie i przeciwpasożytniczo oraz wpływa na obniżenie ciśnienia krwi. Działanie na skórę polega na zmiękczeniu  naskórka, rozpulchnieniu istoty międzykomórkowej, rozluźnieniu połączenia między komórkami oraz regeneracji naskórka - mają działanie keratoplastyczne. W czasie kąpieli odczuwalne jest palenie i swędzenie skóry, związane jest to z pobudzeniem odpowiednich receptorów przez siarkę które rozszerzają naczynia krwionośne powodując rumień.

Doskonałe działanie na choroby stawów i układu krążenia, również przy chorobach skóry i narządów rodnych. Kąpiele siarczkowo-siarkowodorowe powinny stanowić element kompleksowego leczenia, w którym uwzględnić należy również elementy usprawniające narząd ruchu, jak gimnastykę leczniczą, witkowanie i masaże.
Czas trwania:

Temperatura kąpieli 33-38 st. C

3-4 x 8-15 minut z przerwą na leżakowanie 15 minut / 2-3 razy w tygodniu / powtórka co 60-90 minut.

Na jedną kurację leczniczą przypada 8-12 zabiegów

Zalecenia:

Zasada : wyższe stężenie = krótsza kąpiel

Kąpiele siarczkowe należy wykonywać w strefie zewnętrznej SPA( otwarta przestrzeń lub wentylowane pomieszczenia )

Kąpiele całkowite mogą być wykonywane indywidualnie w wannach LAVA z zachowaniem obecności minimum 2 osób.

Z reguły zaczyna się od krótkiego czasu trwania kąpieli i stopniowo się go wydłuża w miarę rozwoju przyzwyczajenia, a wyższą temperaturę w pierwszych zabiegach obniża się przy następnych.

Należy pamiętać o zdjęciu biżuterii ze względu na wchodzenie reakcji metali z siarką oraz stosowaniu bielizny jednorazowej.

Kąpiele siarczkowe o dużym stężeniu leczniczym należy wykonywać pod nadzorem i zgodnie z zaleceniami lekarza lub fizjoterapeuty.

Dozowanie przykładowe:

Woda Siarczkowa Solec Zdrój na 1000L wody gospodarczej pitnej

10 L / pielęgnacja

20 L / regeneracja

30 -60 / lecznictwo

Wskazania do stosowania kąpieli siarczkowo-siarkowodorowych:

- choroby narządu ruchu (choroba zwyrodnieniowa stawów, stany pooperacyjne, stany zapalne, stany pourazowe stawów),

- choroby chrząstki stawowej,

- zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa,

- zmiany zwyrodnieniowo – wytwórcze stawów (artrozy),

- zmiany zwyrodnieniowo – wytwórcze kręgosłupa,

- rwa ramienna,

- rwa kulszowa,

- choroby układu krążenia (hypertomia – choroba nadciśnieniowa, zaburzenia krążenia, zaburzenia krążenia obwodowego),

- choroby skóry (łuszczyca, dermatozy, trądzik),

- choroby narządu rodnego (przewlekłe zapalenie śluzówki macicy, bóle miesiączkowe).

Przeciwwskazania do stosowania kąpieli siarczkowo-siarkowodorowych:

- hipotonia – zbyt niskie ciśnienie krwi,

- stany ropne skóry,

- wczesne stany pooperacyjne,

- niewydolność sercowo-naczyniowa,

- nadwrażliwość na siarkę,

- ostry stan choroby,

- choroby zapalne układu oddechowego,

- uszkodzenia skóry, ubytki skórne, stany ropne skóry,

- skłonności do częstych krwawień,

- świeżo przebyty zawał mięśnia sercowego,

- choroby przebiegające z napadami,

- ciąża,

- gruźlica,

- nowotwory,

- stany pobudzenia i psychozy,

- ciężkie psychopatie.

KĄPIEL PIWNA

Zawarte w składnikach kąpieli witaminy z grupy B, kwas foliowy, niacyna, biotyna zapobiegają migrenie, wspierają funkcjonowanie wątroby, poprawiają wygląd skóry, paznokci i włosów, poprawiają metabolizm, usuwają toksyny z organizmu, wzmacniają jego odporność oraz tworzą na skórze film wspomagający utrzymanie wody w naskórku.

**Proponowany seans:**

Temperatura  wody: 39 st. C

Ilość Piwa Kąpielowego :

Pielęgnacja:  1 x 3 L

Regeneracja 2 x 3 L

Czas :

max 6 x 15 minut z przerwami 10 minut

Łączenie z innymi mieszankami:

dowolne, bez ograniczeń

KĄPIEL BOROWINOWA

Kąpiel w zawiesinie borowinowej ułatwia wchłanianie wysięków pojawiających się w różnych stanach chorobowych, działa przeciwbólowo, poprawia ukrwienie. Ważną rolę odgrywa temperatura w której wykonuje się zabieg a która wywołuje uogólnione przegrzanie tkanek. W efekcie następuje pobudzenie krążenia krwi, przyspieszenie tętna i oddechu, zaczerwienienie skóry, przejściowy spadek ciśnienia krwi, przyspieszenie procesów przemiany materii oraz oddziaływanie przeciwzapalne składników borowiny.