



Gyakran feltett kérdések

Mit jelent „4 az 1-ben”?

1 m²-en négy szolgáltatást tudunk biztosítani:

- 1: Himalája só kabin
- 2: Infrasauna
- 3: Finn sauna
- 4: Gőz sauna

Így helyet, pénzt tudunk megtakarítani.

Milyen gyakran használhatom az infra szaunát?

Az infra sauna kíméletes kezelésének hála, Ön akár napi rendszerességgel is szaunázhat.

Kalóriákat éget, fogyaszt?

Egy félórás infra sauna kúra alatt akár 300 kalóriát is „eléget”! Ameddig Ön az infra sauna kellemes melegében pihen, addig teste keményen dolgozik: izzadságot termel, vért pumpál, azaz megpróbálja hűteni magát. A kutatások szerint 30 perc alatt szervezete annyi kalóriát éget el, mintha ugyanennyit evezett, vagy futott volna. Nemcsak folyadékot, kilókat is veszít!

Csökkenti a fájdalmat?

Az infra sauna mélyreható hője segít a külső véredények kitágításában, enyhülést és gyógyulást hozva az izom-, és lágyzövetek sérüléseinek. A megnövekedett vérkeringés elszállítja az anyagcsere folyamatok során keletkezett hulladékot és oxigénben gazdag vérrel látja el az arra éhes izmokat, így azok gyorsabban felépülnek. Az izmok akkor biztosítják a legnagyobb rugalmasságot és mozgásszabadságot, ha a környező szövetek melegek.

Erősíti az immunrendszert?

Az infra kabin mély-melege megemeli a test hőmérsékletét, mintegy mesterséges lázat előidézve. Ahogy a szervezet immunrendszere harcol ennek a (vélt) láznak a legyőzéséért, úgy erősödik. Mindemellett az intenzív izzadás által a méreg-, és salakanyagok szervezetből történő eltávolításával az Ön egészsége és betegségekkel szembeni ellenállósága nagymértékben megnő.

Javítja, erősíti a vérkeringést?

Ahogy testünk megnöveli a verítéktermelést, hogy saját magát hűtse, a szív egyre keményebben dolgozik, hogy minél több vért, minél gyorsabban pumpáljon, ellátva ezzel a folyamatos gyakorlatozással járó megnövekedett szükségleteinket.



Gyakran feltett kérdések

Megtisztítja a szervezetet a káros anyagoktól?

A felgyorsult vérkeringés arra ingerli a veríték mirigyeket, hogy felszabadítsák az összegyűlt mérge-, és salakanyagokat. A napi izzadás segíthet méregteleníteni szervezetét, mert megakadályozza, hogy a nagyon veszélyes nehézfémek (ólom, higany, cink, nikkel, kadmium) és ugyanígy az alkohol, nikotin, nátrium, kénsav felhalmozódását szervezetében.

Eltünteti a narancsbőrt?

Az infra szaunák segítenek a cellulit (a gél-szerű csomók a bőr alatt, melyek nagyrészt vízből, zsírból állnak és megrekedtek a bőr alatti apró „zsebekben”) eltávolításában. Az európai szépségszalonok rendszeresen alkalmazzák a napi szauna kúrát a kezeléseik során. Mivel az infra szaunák sugárzó hője akár háromszor mélyebbre hatol, mint a hagyományos szaunaké, ezért sokkal hatékonyabbak.

Megszünteti az ízületi fájdalmakat?

Az infra terápia széles körben alkalmazott az ízületi betegségek valamely válfajában szenvedő betegek körében. Mindemellett a kezelés bizonyítottan hatékony a ficamok, az idegszába, az izomgörcsök, az ízületi merevség és még sok más izom-, és csontrendszeri panasz hatásainak enyhítésében. A legtöbb merevség, fájdalom és érzékenység, melyek az időskor velejárói, az infra kezeléssel enyhíthető, vagy teljesen megszüntethető.

Feloldja a stresszt, megnyugtat?

Az infra kabin rendszeres használatának, talán leggyorsabban jelentkező hatása a felüdülés, ahogy eltünteti az étellel járó gondokat és feszültségeket. Csak néhány perc az infrasauna finom melegében és máris érezzük jótékony hatását: mintha újjászülettünk volna, felfrissülve testben és lélekben egyaránt.

Megszépíti a bőrt?

A bőses veríték, amely már az infra kabinban eltöltött néhány perc után jelentkezik, nagy mértékben tartalmaz a szövetekbe mélyen beágyazott szennyező anyagokat és elhalt bőrsejteket. A felgyorsult vérkeringés felszínre hívja a bőr saját természetes tápanyagait, elősegíti a pattanások, kiütések, égések, vágások gyógyulását is: a nyílt sebek gyorsabban begyógyulnak és kisebb heg marad utánuk.

Gyógyszerek?

Amennyiben Ön orvosi recepten felírt gyógyszereket szed, konzultáljon orvosával az infra hullámok és a megnövekedett testhőmérséklet miatt azok hatásának esetleges változásával kapcsolatban. Egyes készítmények rontják szervezetünk hő elvezető, feldolgozó képességét.



Gyakran feltett kérdések

Alkohol?

A közhiedelemmel ellentétben nem tanácsos úgymond „kiizzadni” a másnaposságot. Az alkoholos befolyásoltság csökkenti ítézőképességünket, így kisebb eséllyel vesszük észre, ha esetleg a megnövekedett hő negatívan hat ránk. Az alkohol emellett megemeli a szívverést, amit a szauna hatása még inkább fokoz. Vértékenység esetén használható az infra szauna? A vértékenységben szenvedőknek tanácsos kerülniük az infrasauna használatát.

Lázás állapotban használható a szauna?

Lázás állapotban nem tanácsolt semmilyen szauna használata.

Terhesség ideje alatt lehet szaunázni?

A kismamáknak tanácsos orvosuk véleményét kérniük BÁRMILYEN szauna használata előtt, mert bizonyos esetekben a magasabb testhőmérséklet hatására a magzat megsérülhet.

Menstruáció ideje alatt lehet szaunázni?

Az infra szaunázás a "nehéz napok" alatt ideiglenesen megerősítheti a menstruációt. Van, aki szándékosan idézi elő ezt a hatást a ciklussal jelentkező fájdalomérzet csökkentése céljából, mások egyszerűen mellőzik a szauna használatát azokon a napokon.

Implantátumok esetén lehet szaunázni?

Fém lábak, karok, mesterséges ízületek, vagy bármilyen más sebészti implantátum általában visszaveri az infra hullámokat, így ezeket nem melegíti fel ez a rendszer. Mindazonáltal tanácsos orvosa véleményét kérni infra szauna használatával kapcsolatban. Ha fájdalmat érez, az implantátum közelében ne használja tovább az infra szaunát. A beültetett szilikont, vagy szilikon alapú fül/orr protézist melegítik az infra sugarak Mivel a szilikon 200 fok felett kezd olvadni, feltehetően nincs rá káros hatással az infrasauna. Mint mindig, tanácsos az orvos, illetve a gyártó véleményét kérni.

Biztonságos az infra sugárzás?

Az infra energia teljesen biztonságos. Valójában annyira, hogy a kórházak pl. hasonló technológiával melegítik az újszülötteket. Az infravörös fény biztonságos tartományába esik, ellentétben az ibolyán túli és mikrohullámú sugárzással.

Mi a különleges a kanadai vörös cédrusban?

A vöröscédrus tetszetős egyenes szálszerkezetű, göcsmentes fa. A sokak által kedvelt jellegzetes és kellemes illatát évekig érezni lehet a kabin napi használata mellett is. A cédrus különleges olajat termel, amely megvédi a rovarkártevőktől és a gombák okozta betegségektől. Nagyon jól ellenáll a vetemedésnek is, ezért a gyártók előszeretettel alkalmazzák az olyan vizes, páras helyen is, mint a szauna.