



## KĄPIEL SOLANKOWA

### DZIAŁANIE KĄPIELI SOLANKOWEJ

Kąpiel solankową przygotowuje się przez dodanie do wody soli kąpielowej np. zabłockiej, iwonickiej. Najczęściej stosuje się kąpiele solankowe o stężeniu do 1%, temperatura wody wynosi od 34° do 37°C.

Działanie kąpeli solankowej polega na drażniącym wpływie soli wnikałej do naskórka oraz gruczołów potowych.

Kąpiel solankowa wskazana jest w chorobach reumatologicznych, dermatologicznych, w chorobach układu naczyniowego. Kąpiele lecznicze w wodach chlorkowo-sodowych wykazują korzystne działanie lecznicze poprzez receptory skóry i autonomiczny układ nerwowy oraz hormony tkankowe.

Wśród działań fizjologicznych takich zabiegów wymienić można zmniejszenie pobudliwości nerwów czuciowych i ruchowych, zwiększenie ukrwienia skóry, normalizację ciśnienia krwi, zwiększenie nieswoistej odporności, jak również działanie hartujące.

**CZAS ZABIEGU:** 15 min

### WSKAZANIA

- Choroby reumatyczne
- Choroby zwyrodnieniowe stawów kończyn i kręgosłupa
- Bóle i stany pourazowe mięśni i stawów
- Obniżenie procesów przemiany materii
- Nerwice, depresja i bezsenność
- Działanie hartujące i sprzyjające dobremu ukrwieniu i pielęgnacji skóry
- Obniżona odporność
- Łuszczyce
- Zaburzenia wegetatywne
- Stany rekonwalescencji po chorobach ginekologicznych
- Przewlekłe zapalenie przydatków
- Dolegliwości klimakteryczne
- Astma i alergie
- Osteoporoza
- Odnowa biologiczna, relaksacja

### PRZECIWSKAZANIA

- Wszystkie ostre i podostre stany zapalne
- Niewydolność krążeniowa i oddechowa
- Nadciśnienie tętnicze
- Niedokrwistość
- Zaawansowana miażdżycza naczyń krwionośnych
- Zakrzepowe zapalenie żył
- Świeżo przebyty zawał mięśnia sercowego
- Podwyższona temperatura ciała bez względu na przyczynę
- Skłonność do krwawień i wybroczyn
- Zaburzenia troficzne i zapalne skóry
- Zaburzenia czucia powierzchniowego