

Slana soba umesto slane pećine

Haloterapija je grana speleoterapije - boravak u prirodnoj slanoj pećini, u kojoj se imitira mikroklima takve pećine. Naime, reč je o ruskoj tehnologiji, zasnovanoj na dugogodišnjem istraživanju efekata suvog, sonog aerosola na ljudski organizam. Sve veći broj građana dolazi, kako bi se prepustio haloterapiji, blagotvornom delovanju soli, ne samo zbog poboljšanja fizičkog zdravlja, nego i za olakšanje mentalnih tegoba, prouzrokovanih savremenim načinom života koji izaziva stres, napetost, hroničan umor...

Prva istraživanja je uradio poljski lekar Filip Boškovski, koji je 1843. pretpostavio da je razlog što rudari u rudnicima soli ne oboljevaju od plućnih i kožnih bolesti upravo aerosol, koja se hiljadama godina prirodno stvarala u pećinama.

Iako su blagotvorna dejstva soli poznata vekovima, a danas potkrepljena obimnom medicinskom literaturom, ovo otkriće je zainteresovalo ruske naučnike, koji od 80-ih godina pokušavaju da na veštački način naprave mikroklimu pećine, kako bi ova svojstva približili urbanoj sredini.

Najpre su obložili prostoriju blokovima soli, ali su ubrzo uvideli da so, sama po sebi, ne stvara suhu sonu aerosol, bar ne u vremenu prihvatljivom za ljudski vek. Dugogodišnja istraživanja su urodila plodom, pa je 1990. godine napravljen prvi halokompleks, koji se sastoji od slane sobe (prostorije obložene solju) i halogeneratora (aparata koji proizvodi suhu sonu aerosol). Stvorena je idealna mikroklima i mogućnost doziranja količine aerosoli po kubnom metru.

Utvrđeno je da najblagotvornije delovanje suva slana aerosol ima na oboljenja disajnih puteva (astma, bronhitis, sinuzitis, alergije, upale grla...), kožne bolesti (ekcem, psorijaza, vitiligo...), ali i da utiče na kardio-vaskularne probleme, reguli-

še krvni pritisak, nivo šećera u krvi, gastritis, zapaljenje debelog creva, prehladu. Pozitivno utiče na akne, sagorevanje masnih naslaga, zateže kožu, ublažava reumatske tegobe. Relaksira organizam, pogotovo u stanju stresa, premora, razdražljivosti...

Iako je haloterapija relativno nova metoda, sve više se primenjuje u celom svetu i prilagođena je u nekoliko varijanti:

- HALOTERAPIJA – pri bolnicama i klinikama, uz savet lekara specijaliste za haloterapiju, koji određuje doziranje aerosola po kubnom metru slane sobe i vreme boravka po danima (Rusija, zemlje severne Evrope, Engleska...)
- HALOTRETMANI- spa centri, wellness, hoteli, banje (Mađarska, Hrvatska, Meksiko, Španija, Litvanija, Kanada...) u kojima je osoblje obučeno za rad na aparaturi. Po preporuci istraživačkih centara iz Rusije i proizvođača halogeneratora, broj dolazaka je 10-15 dana, 40 min za odrasle i 20 min za decu, dva puta godišnje. Daje se jedinstvena količina aerosoli za sve tegobe, posebno za decu, a posebno za odrasle.
- KUĆNI HALOTRETMANI- kućni aparati koji se koriste po potrebi, uz savet i preporuku proizvođača. ■

SORELAX

U Beogradu je nedavno počeo sa radom Prvi centar za halotretmane – SORELAX. Napravljene su dve slane sobe, sa najsavremenijim halogeneratorom, koji pomoću senzora prati količinu aerosolnih čestica u vazduhu.

Ovako savršena tehnologija i idealna, strogo kontrolisana mikroklima, pogodna je za sve uzraste. Jedna prostorija je prilagođena deci (igraonica), a druga odraslima (fotelje za opuštanje, meditativna muzika, raznobojna svetla). Najčešći korisnici su deca i odrasli sa respiratornim i kožnim problemima, oni kod kojih je oslabljen imunitet, ljudi sa hroničnim oboljenjima i dr. Takvim osobama halotretmani ublažuju simptome i poboljšavaju kvalitet života. Neretko dolaze poslovni ljudi pod stresom i sa hroničnim umorom, sportisti, te osobe koje su izložene teškom fizičkom i psihičkom radu.

Osoblje Sorelaxa je prošlo potrebnu obuku i dobilo sertifikat od Aline Chervinskaye za profesionalno bavljenje halotretmanima.

Centar se nalazi u Bloku 70
ulica Jurija Gagarina 69
011/2283 451
011/2283 452
060/345 3463
www.slanasoba.rs

