

Grota solna

Konsultacja merytoryczna: Lek. Aleksandra Witkowska

Grota solna to pomieszczenie wypełnione blokami solnymi. W grocie solnej panuje mikroklimat zbliżony do tego, jaki jest nad morzem. Powietrze jest czyste i wysoko zjonizowane, co korzystnie wpływa na układ oddechowy i funkcjonowanie organizmu.



Jak działa grota solna?

Grota solna może być stworzona w zasadzie w każdym pomieszczeniu. W celu jej zbudowania potrzebne są bloki solne i inne formy soli morskiej, także w sypkiej postaci. Wyłożenie pomieszczenia blokami soli morskiej stwarza mikroklimat bogaty w mikroelementy i pierwiastki śladowe, które mają korzystny wpływ na układ oddechowy i nerwowy. Sól, którą wykładane są ściany grot solnych, pochodzi z Morza Bałtyckiego, Morza Czarnego lub z Morza Martwego, może też jednak pochodzić z kopalni soli w Kłodawie lub Wieliczce. Pomieszczenie groty solnej jest wyposażone w specjalny system podgrzewania i wentylacji, co powoduje, że sól paruje, a powietrze staje się przez to ujemnie zjonizowane i nasycone pierwiastkami obecnymi w solnych blokach. Skład chemiczny powietrza w danej grocie solnej zależy od rodzaju i miejsca pochodzenia soli użytej do wyłożenia jej ścian.

Właściwości prozdrowotne przebywania w grocie solnej

Przebywanie w grocie solnej daje podobne efekty co kąpiel w soli leczniczej czy inhalacja roztworem soli morskiej. Ma to korzystny wpływ na układ oddechowy, układ nerwowy i układ krążenia. Pobyt w grocie solnej obniża ciśnienie, relaksuje i łagodzi dolegliwości ze strony układu oddechowego. Wzmacnia też układ odpornościowy. Pobyt w grocie solnej korzystnie wpływa na problemy z krążeniem, schorzenia układu pokarmowego takie jak choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, nieżyt żołądka i zapalenie jelita grubego oraz dolegliwości skórne takie jak łuszczyca, trądzik młodzieńczy, egzema i zapalenie skóry. Zaobserwowano korzystny wpływ przebywania w grocie solnej na osoby z nadwagą, ze skłonnością do alergii, cierpiące na niedoczynność tarczycy, przemęczone, zestresowane i z niedoborem mikroelementów.

Dla kogo wskazany jest pobyt w grocie solnej?

Przebywanie w grocie solnej szczególnie wskazane jest dla osób cierpiących na przewlekłe dolegliwości ze strony układu oddechowego takie jak astma oraz alergie. Czyste powietrze w nasyconym mikroelementami powietrzu grotty solnej korzystnie działa na górne drogi oddechowe i łagodzi dolegliwości z ich strony. Pobyt w grocie solnej zalecany jest też dzieciom mieszkającym w dużych aglomeracjach, które źle reagują na zanieczyszczone powietrze, którym zmuszone są oddychać. Grota solna to również dobre miejsca dla osób zestresowanych i znerwicowanych, ponieważ obecne tam mikroelementy i pierwiastki śladowe korzystnie wpływają na układ nerwowy, redukując stres i napięcie nerwowe.

Przykładowe ceny:

ASORTYMENT

SOLE SPOŻYWCZE

CUKIERKI SOLNE

SOLE KĄPIELOWE

KOSMETYKI SOLNE

NATURALNE OLEJKI ETERYCZNE

LAMPY SOLNE

ŚWIECZNIKI SOLNE

MUZYKA RELAKSACYJNA

SOLNE MATERIAŁY BUDOWLANE

INNE

TEŻNIA SOLNA

GROTA SOLNA

POKÓJ INHALACYJNY

ZOBACZ WIĘCEJ



GROTA SOLNA (ilość produktów: 4)

Sortuj po nazwie rosnąco ▾

+ Dodaj do porównania



GROTA SOLNA TRADYCYJNA 50m2

110 700,00 zł / szt.

+ Dodaj do porównania



GROTA SOLNA NOWOCZESNA 30m2

92 250,00 zł / szt.

+ Dodaj do porównania



GROTA SOLNA NOWOCZESNA 50m2

110 700,00 zł / szt.

+ Dodaj do porównania



GROTA SOLNA TRADYCYJNA 30m2

92 250,00 zł / szt.