

Kloktání s použitím minerálních roztoků

Pro léčbu nachlazení, bolesti v krku, kašle, bronchiálních onemocnění doporučujeme použít neředěný nebo ředěný roztok v poměru 1:3 a více. Nechat mírně zahřát a ochladit do pokojové teploty. Doba kloktání se doporučuje 1 – 2 minuty, doporučuje se opakovat tuto proceduru 5 – 6x denně. Po proceduře se doporučuje nejíst ani nepít po dobu 15 až 30 minut.

Proplachování nosních dutin s použitím minerálních roztoků

Pro léčbu nachlazení, bolesti v krku, kašel, bronchiálních onemocnění rozpustíte 1 polévkovou lžičku minerální soli ve sklenici cca 200 – 250 ml horké vody a necháte vychladnout do pokojové teploty. Doporučuje se vyplachovat speciálním zařízením pro tento účel (k dispozici v lékárnách) nebo jen tahem roztoku soli a vody z dlaní. Doporučuje se opakovat aplikaci 3 – 4x denně.

Vyplachování dásní a ústní dutiny s použitím minerálních roztoků

Při vyplachování ústní dutiny použijeme koncentrovaný roztok neředěný nebo ředěný v poměru 1:3 o pokojové teplotě nebo mírně zahřátý. Roztok ničí patogenní bakterie v ústní dutině, posiluje dásně, snižuje zánět a pomáhá slizniční tkáni úst rychleji se zotavit a obnovit se. Tento roztok může být použit jako první pomoc při bolestech zubů, kdy není ihned příležitost navštívit zubního lékaře. Připravený ředěný roztok se doporučuje používat jako denní ústní voda k ošetření a dezinfekci ústní dutiny. Doporučuje se aplikovat 2 a vícerát denně, ideálně po každém jídle a před spaním.

Ozdravení a regenerace vlasů a jejich koříneků s použitím minerálních roztoků

Solné a solno-jodo-bromové koncentrované roztoky jsou velmi jednoduchým a velice účinným prostředkem k ošetření a hygieně pokožky hlavy a vlasů. Takto odstraňují šupinky a prokrvují pokožku hlavy. Tyto aplikace jsou určeny k posílení vlasů, zvýšení jejich pevnosti a objemu, k ozdravení koříneků vlasů a pokožky hlavy. Tato aplikace normalizuje činnost mazových žláz, pomáhá dodávat kyslík a živiny vlasům a pokožce celé

hlavy, zajišťuje jodizaci a mineralizaci pokožky hlavy a vlasových koříneků.

Vlasy se doporučuje ponořit nebo opláchnout koncentrovaným nebo ředěným roztokem.

Doporučuje se během 10 minut jemně masírovat pokožku hlavy, poté osušit. Nespachovat a neumývat šamponem ani mýdlem. Pro zvýšení účinku se doporučuje zabalit vlasy do ručníku a zahřát. Doba působení se doporučuje maximálně 30 minut. Opakování ošetření vlasů a pokožky hlavy se doporučuje minimálně 1x týdně. Pro zvýšení účinku vlasového solného zábalu doporučujeme nechat působit roztok celou noc a umýt vlasy až druhý den ráno.

Aplikace solno-jodo-bromových koncentrátů je kointraindikována při alergii na jód.

Při onemocnění štítné žlázy aplikaci konzultujte se svým praktickým lékařem.

Distribuce:

CENTRUM CELOSTNI MEDICINY Ostrava
info.ccm@seznam.cz
+420 776 580 062
Mírové náměstí 519/3d
703 00 Ostrava Vítkovice

Prodávající:

Priessnitzovy léčebné lázně a.s.
Priessnitzova 12/299
790 03 Jeseník



eshop.priessnitz.cz

DOPORUČUJEME

Pobyť s mořskými procedurami
MOŘE ZDRAVÍ

www.priessnitz.cz



Priessnitz
LÉČEBNÉ LÁZŇNĚ JESENÍK

Priessnitz
W. Priessnitz

PŘÍRODNÍ MOŘSKÉ SOLNÉ A SOLNO-JODO-BROMOVÉ KONCENTROVANÉ ROZTOKY

NÁVODY A DOPORUČENÍ

ZÁBALY | KOUPELE | INHALACE
SAUNOVÁNÍ | KLOKTÁNÍ
PROPLACHOVÁNÍ DÁSŇÍ A NOSU
KOSMETICKÁ PÉČE

pohybový aparát | horní cesty dýchací
kožní onemocnění | jodizace | detox a imunita
zklidnění nervové soustavy



100% přírodní produkt s přírodním beta-karotenem



Celotělové a lokální koupele a další procedury s aplikací solného a solno-jodo-bromového koncentrovaného roztoku **jsou ideální k použití ve zdravotnických zařízeních, léčebných lázních, rehabilitačních zařízeních, ale také doma** (zdravidoma.cz).



Vhodné využití také **v kosmetických a kadeřnických salónech, k ošetření pleti, zábalům vlasů, ošetření rukou při manikúře nebo nohou při pedikúře.**



Celotělové a lokální solné a solno-jodo-bromové koupele **zlepšují krevní oběh a metabolismus. Pozitivně působí na nervový a pohybový aparát a imunitu.**



Očištěním a hydratací pleti a **pokožky těla** pomocí roztoku se zlepšuje její **pružnost a pevnost.**



Zábaly s koncentrovaným roztokem přispívají **hojení odřenin, poštípání hmyzem a mikrotraumat.**



Koupel nebo zábal z roztoku se používá u lidí s **problematickou pleť, akné, dermatitidou, lupénkou nebo neinfekčními kožními onemocněními.**



Vhodné při **chronické únavě či nespavosti.** V případě inhalací (případně vyplachování nosních dutin, saunování) u dospělých a dětí **ničí viry a škodlivé bakterie, posilují kapiláry, čistí póry a detoxikují lidský organismus, funguje jako prevence nachlazení.**



Aplikace Priessnitzových originálních zábalů s využitím solného a solno-jodo-bromového koncentrovaného roztoku

Pro přípravu aplikace třívrstvého Priessnitzova originálního zábalu vyjmete vnitřní část zábalu, namočíte jej do neředěného koncentrovaného roztoku, jemně vyždímáte a vrátíte do vnější části zábalu. Poté zábal aplikujete na dobu cca 20 - 30 minut. Pro dosažení většího efektu působení zábalu doporučujeme aplikovat zábal s roztokem 2 až 3x denně, v případě potřeby i v nočních hodinách.

Pokud se jedná o citlivou a jemnou pokožku, o čerstvé jizvy, odřeniny, otevřené rány, třeba u lupénky a další poruchy na pokožce, doporučujeme použít ředěný roztok v poměru 1:3 nebo i více, podle citlivosti pokožky.

Po aplikaci Priessnitzova zábalu s využitím roztoku doporučujeme aplikované místo neumývat a nesprchovat, pár minut nechat provětrat a obléknout suché, ideálně bavlněné oblečení. Tím dosáhnete dalšího působení roztoku i bez zábalu v době mezi aplikacemi.

Doporučujeme také v průběhu a po aplikaci zábalu s roztoky dodržovat minimální fyzickou aktivitu a po aplikaci pitný režim a odpočinek.

Příprava celotělových a lokálních mořských přírodních solných a solno-jodo-bromových koupelí

Pro přípravu regenerační a relaxační solné a solno-jodo-bromové koupele (objem vany cca 120-180 litrů vody) si koncentrovaný roztok vlijete do koupele a promícháte. Dávkování cca 150-300 ml roztoku. Pro přípravu léčebné hypertermické léčbnoregenerační koupele si koncentrovaný roztok vlijete do koupele a promícháte. Dávkování cca 500 - 750 ml roztoku. Teplota vody cca 34 - 36 °C.

Čas koupele - od 15 do 20 minut. Četnost ob den nebo 2 dny po sobě jdoucích dnů, s přestávkou ve třetím dni. Počet opakování při regenerační a léčebné kúře - 10 až 12 koupelí.

Léčebnou kuru doporučujeme opakovat minimálně 2x ročně, na jaře a na podzim. Doba načasování koupele

je ideálně v odpoledních nebo večerních hodinách, následovaná odpočinkem a spánkem.

Po koupeli se nesprchujeme, pouze se osušíme a oblékneme si bavlněné oblečení. Je důležité dodržovat pitný režim. Druhý den po celotělové koupeli by měl být odpočinkový bez větších fyzických aktivit. U dětí je možné provádět koupele s roztoky od cca 8 týdnů věku a u dospělých do nejvyšších věkových kategorií.

Saunování - pro všechny typy saun

Při přípravě na saunování s využitím solného nebo solno-jodo-bromového roztoku doporučujeme neředěný koncentrovaný roztok nalít do klasického čistého rozprašovače a nanést na pokožku celého těla, včetně vlasů, obličje a dekoltu (s po-zorováním očí) před nebo během saunování. Roztok svým působením provádí odmaštění, kvalitní čištění kožních pór a jejich otevření. Díky vysoké absorpční schopnosti solného roztoku probíhá **hluboká detoxikace** hlavně podkožní vrstvy a následné pronikání jodu a minerálů do lidského organismu a do všech orgánů. Četnost aplikace je stejná jako u klasického saunování, max 3x během 1 hodiny s přestávkami. Po dokončení saunování doporučujeme celotělový teplý zábal po dobu cca 15 - 20 minut. Pitný režim, odpočinek a spánek jsou také doporučeny.

Solné a solno-jodo-bromové koncentrované roztoky jsou 100% přírodními produkty bez chemie a aromatických olejů, nemají žádnou vůni a nepoškozují saunová zařízení.

Inhalace výparů z roztoku

Pro přípravu léčby nachlazení, bolesti v krku, kaše, bronchiálních onemocnění doporučujeme použít inhalátor zakoupený v lékárně nebo vdechovat páry roztoku pod ručníkem. Použijte buď koncentrovaný nebo i ředěný roztok v poměru 1:3. Doporučuje se zahřát roztok před inhalací na maximální teplotu do 45 °C. Zahřátý solný roztok má tendenci zvýšit pocitovou teplotu o několik stupňů Celsia. Doba inhalace se doporučuje 10 – 15 minut, při respiračních onemocněních se doporučuje opakovat tuto proceduru 3 – 4x denně. Doporučuje se používat inhalaci s roztokem také jako prevenci v období zvýšeného rizika respiračních onemocnění.