

Víte, že:

- 45 minutový pobyt v solné jeskyni se vyrovná 2-3 dnům stráveným u moře
- vzduch je u nás čistý a nasycený mikročásticemi suché soli
- aby se více projevila účinek solné jeskyně, je doporučeno ji navštěvovat alespoň 2-3x týdně
- udržení efektu solné jeskyně ji poté navštěvujte alespoň 1-2x týdně po celý rok
- naše solná jeskyně je vybudovaná výhradně ze soli z Mrtvého moře
- po každé návštěvě je vzduch čištěn Germicidní lampou, která ničí bakterie a viry
- udržujeme teplotu v jeskyni po celý rok 23-24°C a tak v zimě je u nás teplo a v létě chládek
- výborný pomocník při léčbě dýchacích a kožních problémů a také na posílení imunity
- v našem krámku zakoupíte kosmetiku Mon Platin z Izraele, která do svých výrobků přidává minerály z Mrtvého moře a také další slané dárky a soli do koupele apod.
- děti se v jeskyni nudit nebudou, máme pro ně připraveny hračky, pohádky či písničky
- užít si můžete i nezapomenutelnou noc v solné jeskyni
- vyzkoušet můžete i naše další pobočky s privátní vířivkou či saunou



LÁZNĚ TOM

Názory odborníků na pobyt v solné jeskyni

prof. MUDr. Jiří Homolka, DrSC. z 1. kliniky tuberkulózních a respiračních nemocí I. LF UK

Pobyt v solné jeskyni má pozitivní efekty u průduškového astma, chorob horních a dolních cest dýchacích, zánětech krku a nosohltanu, chronické rýmě, chřipce, angíně a významně působí jako prevence v období chřipkových epidemií u zaměstnanců podniků, dětí předškolních a školních zařízení, kde výrazně snižuje nemocnost. U svých nemocných jsem si ověřil, že po 5-10 sezeních v solné jeskyni, se jejich zdravotní stav zlepšil stejně jako po přímořské léčbě. Příznivý efekt solné jeskyně jsou u každého člověka trochu jiné a mají různou délku trvání. Je podobné jako v případě pobytu u moře. Mohu však vřele doporučit všem - alergikům, ale i zdravým lidem - **jako prevenci, alespoň 2x ročně kúru 10 sezení vyzkoušet**. Tím spíš, že je cenově dostupná pro naprostou většinu lidí, cestu k moři si ovšem ne každý může dovolit vícrát v jednom roce. **Jedno sezení (45 minut) v solné jeskyni nahradí přibližně 2 dny strávené u moře**. Praktické zkušenosti s provozováním solných jeskyní ukazují, že pobyty v nich výrazně pomáhají u opakovaných zánětů horních cest dýchacích a průdušek, stavech po zápalu plic a dalších chorob dýchacího ústrojí jako např. průduškové astma. Dále je jejich příznivý účinek prokázán u alergických kožních chorob (atopický ekzém) nebo u lupénky. Pobyt v solné jeskyni pomáhá také při vysokém krevním tlaku a některých chorob srdce a cév, např. u pohnatých stavů. Relaxační účinek pobytu v solné jeskyni je vhodný u stavů z přepracovanosti, při snížené odolnosti proti stresu, u neuróz a emočního vyčerpání.



LÁZNĚ TOM

MUDr. Vladimír Volf, Ph.D. vedoucí lékař - Klinika dětí a dorostu FN KV Praha

Léčba různých chorob v solném mikroklimatu se praktikuje již mnoho let. Metodu inhalace soli rozptýlené ve vzduchu využívali úspěšně již staročeští lékaři. Jako většina dětských lékařů, tak i já doporučuji pobyty u moře hlavně pro děti s postiženími horních a dolních cest dýchacích. Pobyt v SJ je originální, účinnou a čistě přírodní metodou zvanou **haloterapie**. Nasycený vzduch v jeskyni vytváří mikroklima, které má obrovsky pozitivní vliv při léčení širokého spektra nemocí a výrazně podporuje imunitní systém, jak u dětí tak i u dospělých. Další výrazně pozitivní vliv solné jeskyně spočívá v tom, že vdechovaný solný aerosol vysušuje mikrobiální buňky patogenních mikroorganismů, kterých se tělo zbavuje formou uvolňování hlenů z dýchacích cest. Tento jev je označován jako samočistící proces organismu. Z praxe mohu potvrdit, že pobyt v solné jeskyni významně pozitivně ovlivňuje průběh onemocnění u dětských pacientů s chronickými chorobami horních a dolních cest dýchacích (záněty hrtanu, senná rýma, astma...), kožních onemocnění (atopický ekzém), chronických onemocnění trávicího traktu (Crohnova choroba, žaludeční vředy), kardiovaskulárních onemocnění (vysoký krevní tlak), nebo poruch štítné žlázy- Zároveň je třeba zdůraznit pozitivní vliv mikroklimatu v SJ na stabilitu imunitních systémů, což představuje velmi důležitý preventivní faktor v rámci chřipkových onemocnění, jejichž zvýšené riziko je v současné době velmi aktuální. Nezanedbatelným přínosem je vliv SJ na psychiku dětských pacientů. Všude na stěnách i na podlaze je sůl, tlumené světlo prosvítá skrze solné kameny na zdech, z reproduktorů se line relaxační hudba - **děti si můžou při relaxaci hrát**. Pobyt v SJ u dětských pacientů nelze použít jako léčku kauzální, nýbrž



LÁZNĚ TOM

jako léčbu doplňkovou. Je nutno si však uvědomit, že u řady chorob má doplňková léčba zásadní vliv na průběh i prognózu základního onemocnění. Proto by na ni mělo být u dětí pamatováno i s přihlédnutím k finanční stránce této léčby ve srovnání s klimatickým pobytem u moře.

MUDr. Hana Zelenková, Ph.D., primářka dermatovenerologie

Pobyt v SJ z pravé mořské soli jednoznačně patří k pozitivům, kterými je možné rozšířit škálu léčebných prostředků bez nejmenšího rizika pro organismus. Léčebné kúry s plnou zodpovědností doporučují přední odborníci z řad pneumologů, alergologů, pediatrů, kožních i jiných lékařů. V jeskyních vybudovaných z mořských solí, hlavně s přidáním soli z Mrtvého moře, byly zaznamenány vynikající výsledky při výskytu kožních onemocnění - alergie, psoriáza-lupénka, atopický ekzém, akné apod. U pacientů s kožními onemocněními doporučuji minimálně 3-4x do roka kúry po 10 sezeních. **Zvláště u lupénky a atopickém ekzému je to nutné.** Stejně blahodárny efekt byl zjištěn při neurózách a psychickém stresu, vyčerpání, depresích, nemocech krevního oběhu, ischemii, vysokém krevním tlaku, nespavosti a bolesti hlavy, zmírňuje také bolesti při akutní i chronické artritidě. Blahodárny vliv pobytů v solných jeskyních na tato onemocnění je nevyvratitelný a prokazatelný. Tyto procedury se využívají jako metody doplňkové a jednoznačně zlepšují účinky léčby a následnou rekonvalescenci. Solná jeskyně by měla být všeobecně akceptována pro svůj blahodárny a ozdravný vliv na lidský organismus. A to je podstata a tajemství solných jeskyní - právě v nich najdeme skutečné mořské klima.



LÁZNĚ TOM