

Légzőszervi betegségek: Miért jó a sós levegő?



A sós levegő gyógyító erejét már az ókorban is ismerték. Előnye, hogy a várandósság időszakában és kisgyermekkortól is alkalmazható légúti fertőzések, asztma, allergia és bőrproblémák kezelésére, de jótékony hatása a stresszoldás terén is érvényesül.

A sóbarlangok pozitív tulajdonságaira már az 1800-as évek közepén felfigyeltek, a sóbányákban dolgozó munkásoknál ugyanis nem alakult ki tüdőbetegség. Ezt követően számos kutatás igazolta alkalmazásának előnyeit különösen krónikus hörghurut esetén és más légúti betegségektől szenvedők körében. A sós levegő belégzés útján gyulladáscsökkentő hatást fejt ki. A belélegzett sókristályok a légző járatok öntisztulását segítik elő. A speciális mikroklímában jól gyógyíthatók a krónikus légzőszervi betegségek, hörghurut, nátha, torokgyulladás, és az arcüreggyulladás.

[Tovább>>](#)