

Širokospektrální záření

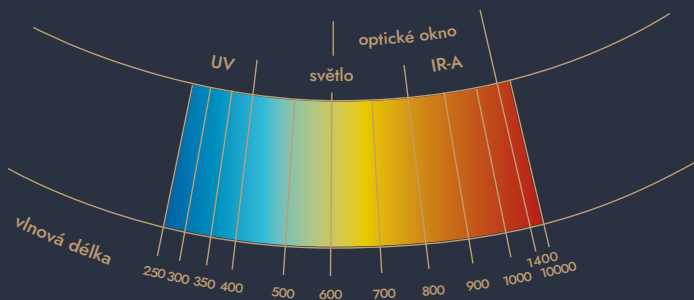
FAKTA A PRAKTICKÉ INFORMACE

NA ÚVOD

Tepelné kabiny s emitory infračerveného záření (obecně INFRASAUNY, také IR tepelné kabiny – z angl. infrared) se těší stále vzrůstající oblibě. Důvodem je jednak rychlý náběh plného výkonu zářičů v řádu zlomku sekundy a rovněž tak i prostorová nenáročnost kabin. Avšak stále a znovu se objevují jisté pochybnosti o tom, co vlastně tento typ záření člověku přináší – zda je to zázračný lék či jen zbytečný rozmar. Nežřídká se pak IR kabiny a jejich účinky na lidský organismus zaměňují s klasickou finskou saunou.

Abychom Vám v těchto otázkách udělali jasno, přinášíme pro Vás na následujících řádcích informace o tom, co IR záření umí a jaké zdravotní benefity přináší.



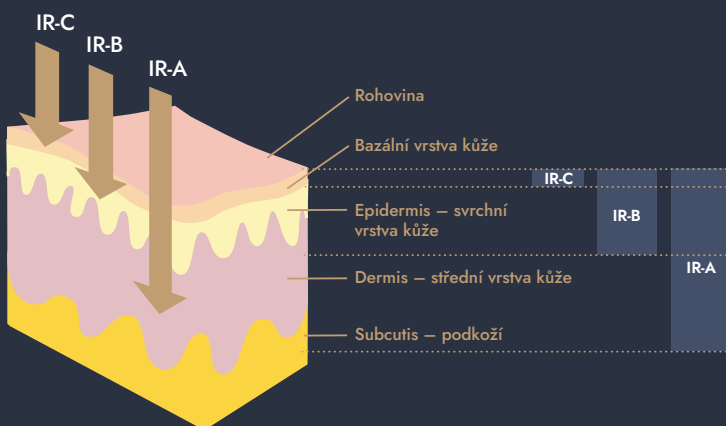


POVAHA A ÚČINKY IR ZÁŘENÍ

Sluneční paprsky pronikající na naši planetu se označují jako globální záření. Toto záření se skládá ze tří složek – UV záření, viditelné světlo a právě infračervené záření – krátce IR záření. V obecné rovině se rozlišuje mezi třemi okruhy IR záření. Hlavním rozlišovacím kritériem je DÉLKA vyzařovaných vln. Zatímco dlouhovlnné a středněvlnné záření (IR-B a IR-C) působí výhradně na svrchní vrstvu kůže, **proniká krátkovlnné záření (IR-A) hluboko do podkoží**. Děje se tak díky velkému množství energie, která je nahromaděna v dílčím úseku tohoto vlnění. A právě tato energie krátkých vln způsobuje dokonalé hloubkové prohřátí organismu, které navozuje pocity příjemného uvolnění a celkové relaxace a přináší tak rozhodující **zdravotní positiva pro lidský organismus**.

ZPŮSOBY VYUŽITÍ IR ZÁŘENÍ

IR záření **se všemi vlnovými délkami** (IR-A, IR-B, IR-C) nabízí široké spektrum využití. Svě uplatnění nachází nejen v oborech medicíny, nýbrž je vítaným zdrojem relaxace i pro vrcholové či rekreační sportovce a pochopitelně jej lze využít i v domácích podmínkách pro celkovou relaxaci a uvolnění po dnech strávených na pracovišti. Trpíte-li však nějakým zdravotním problémem, je vždy na místě konzultace s Vaším ošetřujícím lékařem o vhodnosti použití tohoto způsobu relaxace.





ZDRAVOTNÍ VÝHODY IR ZÁŘENÍ

- Působení tepla rozšiřuje lymfatické dráhy a podněcuje tak pocení
- Zlepšuje zásobení tkání krví, čímž přispívá k hojení jizev, výronů, naraženin či zánětů
- Má blahodárné účinky při následné terapii po zraněních při sportu či při bolestech svalů po sportovní zátěži
- Je vhodným prostředkem pro docílení pozitivních efektů při revmatismu či bolestech v kříži (ischias apod.)
- Mírní pocity bolesti při menstruaci
- Díky zvýšenému prokrvení optimalizuje přenos kyslíku v organismu
- Zvýšené prokrvení má pozitivní účinky na kůži a zbavuje ji nečistot
- Má pozitivní dopad na látkovou výměnu v těle a krevní oběh
- Vyzařované teplo může působit jako faktor prevence srdečních a cévních onemocnění
- IR záření má blahodárný vliv na celkové uvolnění organismu a odbourává stres
- Procesy probíhající při IR záření přispívají k celkové očistě organismu (detoxifikaci) a redukují hladinu kyselin v těle



DOBŘE VĚDĚT

- IR paprsky, které jsou emitovány širokospektrálními zářiči, pronikají nejen na kůži, nýbrž díky záření IR-A (krátké vlny) i DO kůže. Tím se účinky tohoto záření liší od klasické finské sauny, kde vznikající teplo generuje pouze záření IR-C, které působí toliko na povrch kůže.
- Teplota v IR tepelné kabině se pohybuje mezi 30–50 °C. Zářiče generující toto teplo nemají za úkol ohřát okolní vzduch, jako je tomu v klasické finské sauně, nýbrž působit přímo na povrch těla a do podkožního prostoru a takto navodit pocit celkové relaxace organismu.
- Ideální doba pobytu v IR tepelné kabině je 20–30 minut při doporučených dvou cyklech s přestávkou ca. 15–20 minut.
- Po celé proceduře se osprchujte nejlépe jen vlažnou vodou, aby se smyl pot, ale svaly i kůže zůstaly příjemně teplé.



ŠIROKOSPEKTRÁLNÍ ZÁŘIČE S TRUBICÍ VITAE

- Z výše uvedených částí tohoto pojednání o IR záření vyplývá, že všech výhod tohoto způsobu působení tepla na lidský organismus je dosaženo pouze tehdy, emitují-li zářiče **teplu VŠECH vlnových délek – tedy i vlny IR-A**. Pouze se zářiči s těmito parametry může být dosaženo všech zdravotních benefitů, které jsou vyjmenovány výše v textu.
- Právě tyto předpoklady splňují **zářiče s trubicí VITAE**, které na rozdíl od jiných zářičů, pracujících pouze v rozmezí vln IR-B a IR-C, nabízejí plné vlnové spektrum a svými účinky se tak výrazně blíží přirozenému působení slunečních paprsků. Zářiče VITAE mají navíc zvýšený podíl paprsků středních vln (IR-B), které svým intenzivním působením na kůži včas **varují před přehřátím organismu** a dávají tak impuls k opuštění IR tepelné kabiny. Další výhodou těchto zářičů je rozvinutí jejich plného výkonu v řádu zlomků vteřin, což umožňuje započít s prohříváním okamžitě po zapnutí kabiny. Ruku v ruce s těmito skutečnostmi pochopitelně musí jít i cena, a tak jsou v tomto případě zcela liché představy o kabinách v ceně kolem 30 tisíc korun!
- Naše firma SAUNUJEME.CZ Vám nabízí širokou paletu IR tepelných kabin (infrasaun) vybavených špičkovými zářiči EOS VITAE s puncem kvality Made in Germany. Napište nám mail nebo přímo kontaktujte některého z našich obchodních zástupců a nechte si navrhnout kabinu na míru pro Váš domácí prostor!

Zdroj: Die kleine Infrarot – Fibel. Tipps für Infrarot-Frischlinge.
EOS SAUNATECHNIK GmbH, 2013

Saunujeme s.r.o.

SHOWROOM KOLÍN

U Nemocnice 430, 280 02 Kolín

+420 734 767 068 | info@saunujeme.cz

SHOWROOM PRAHA

Opatov Park 2348, Líbalova, 148 00 Praha Chodov

+420 601 545 952 | info@saunujeme.cz

VÝROBNÍ HALA

Masarykova 59, 284 01 Kutná Hora

Saunujeme.cz

Saunujeme.cz
SAUNY NA MÍRU