

## **Rašelina kúpeľová**

### **návod na použitie**

Rašelina kúpeľová – prostriedok pre kúpele na báze rašelinovej zmesi (prírodná rašelina a voda). Určená k jednorazovému použitiu ako prísada do kúpeľa vo vani s vodou zohriatou na 37 - 38°C.

### **Účinok rašelinového kúpeľa**

Účinky spočívajú v prehriatiu celého tela a v organicko-minerálnom pôsobení kúpeľa na celý organizmus. Regeneračná kúpeľ pôsobí blahodarne na telo a myseľ. Aktívne látky a minerály uvoľnia svaly a tkanivá, stimulujú prirodzený cyklus organizmu a podporujú tak regeneráciu a hojenie.

### **Termofyzikálny účinok**

Jedným z hlavných účinkov rašeliny je tepelný efekt, kedy teplo získané jej ohrevom, sa šíri žiarením, prevodom a vedením. V porovnaní s tepelnou kapacitou vody je tepelná zotrvačnosť rašeliny 5,15 x dlhšia, čo podporuje výrazný hlboko pôsobiaci tepelný efekt peloidu s, v tomto prípade celotelovou hypermiou organizmu ako komplexná reflexná reakcia.

### **Biochemický účinok**

Súčasťou rašeliny sú také produkty humifikačného procesu (humínové kyseliny), ktoré sa pri priamej aplikácii stávajú súčasťou komplexného pôsobenia peloidov.

<b>Indikácie</b>	<b>Kontraindikácie</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• artrózy</li><li>• chronické reumatické choroby</li><li>• svalové kontraktúry</li><li>• mierne kožné zápaly</li><li>• akné</li><li>• ekzémy</li><li>• osteochondróza</li><li>• bolestivé vertebrogénne syndrómy</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• akútny zápal močových ciest</li><li>• tehotenstvo (s aplikáciou pozdĺž krížov)</li><li>• dekompenzované kardiologické ochorenia, ťažké obehové poruchy</li><li>• horúčkové stavy</li><li>• ťažšie zápalové a iné akútne ochorenia kože</li><li>• citlivosť na teplo</li><li>• otvorené poranenia kože, krvácanie</li><li>• opuchy a alergie na humínové kyseliny</li></ul>

### **Aplikácia – rašelinový kúpeľ**

Najmenej 1 liter kúpeľovej rašeliny pridáme do 37 - 38°C teplej vody vo vani a poriadne premiešame.

Pre kúpeľ je vhodné použiť minerálnu vodu.

Klient si následne ľahne do vane s pripraveným kúpeľom a nechá ju na seba pôsobiť po dobu 20 minút (minimálne 15 minút). Za túto dobu sa liečivý prípravok stačí rovnomerne rozvrstviť po celom povrchu pokožky a preniknúť dovnútra. Po celú dobu kúpeľa je potrebné sledovať teplotu kúpeľa, ktorá by nemala klesnúť pod 37°C. Teplotu a dĺžku kúpeľa je vhodné konzultovať s lekárom.

Po aplikácii je vhodné sa na krátko osprchovať a po ďalších 20 až 30 minút zaistiť suchý zábal a kľud na lôžku.

### **Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci**

Pri práci s výrobkom sa zakazuje jesť, piť a fajčiť. Je nutné dodržiavať základné hygienické predpisy. Po práci je potrebné si umyť ruky a ďalšie časti tela, ktoré prišli do styku s rašelinovou zmesou a ošetriť ich regeneračným prípravkom.

### **Prvá pomoc**

V prípade vniknutia rašelinovej zmesi do očí, vypláchnite oči prúdom čistej vody. V prípade požitia rašelinovej zmesi vypite ½ litra vlažnej vody a vyvolajte zvracanie.

V prípade akýchkoľvek nasledujúcich zdravotných problémov vyhľadajte lekárske ošetrenie.

### **Skladovanie**

Kúpeľová rašelina sa skladuje v uzavretých, chránených priestoroch pri teplotách + 5°C až 25°C.