ТАЛАСОТЕРАПИЈА

Таласотерапија (грчки:talasa-море) е лечење со примена на физичките и хемиски фактори на морето и приморјето.Третманот со морска вода може да се користи во лекување и превенција на многу болести.Факторите на морето се:приморска клима,морска вода,сончева радијација,аеросол,морски пелоиди,песок,алги.Морето е богато со минерали и живи организми заради што е единствено.Не може да се надомести,вештачки да се произведе,ниту да трае подолго од 24 часа.Заради сето тоа таласотерапијата може да се одржува единствено на приморјето.
После престој на море се враќаме дома во полна снага и со наполнети батерии.За ова постои и научно објаснување:со престојот на море се изложуваме на синергистичко лековито дејство на морската вода и клима.Денес за ваквото лекување важи изреката,,Здраво тело во здрав дух,, што се темели на хипотезата дека телото подобро ќе се излечи ако умот се држи подалеку од проблемите.Заради тоа ваквите центри се секогаш сместени покрај море,одвоени од градската врева и стрес.
Важен дел од третманот е промената на животниот стил,ново опкружување,ослободување од стресот и комплекс на аеросолна и сончева терапија.Малите честици на соли во воздухот(аеросол)продираат во најмалите алвеоли и имаат одредено физиолошко дејство.Ултравиолетовото зрачење делува поволно на метаболизмот на калциум.Олигоелементите(елементи во трагови) и минералите како магнезиум,манган,кобалт продираат во организмот од морето и влијаат на подобрување на одбранбената способност на организмот.
Со пливањето во вода,човекот е изложен на блага масажа,движењата се подобруваат,се активира комплетната мускулатура и со тоа развојот на мускулатурата е целосен и складен.
Пливањето влијае и на функцијата на срцето,белодробие и крвен систем.Се намалува фреквенцијата со намалување на срцевите контракции и доаѓа до подобрување на периферна циркулација,зголемување на амплитудата на респирации со намалување на нивната фреквенција.
Таласотерапија се користи во лекување на следните болести:
-реуматски заболувања
-спортски повреди
-проблеми со циркулација на крв
-псоријаза
-превенција и лекување на срцеви заболувања и болести на крвни садови
-состојби поврзани со модерниот начин на живеење:стрес,прекумерна работа