

Svet vôní do wellness



Aromaterapia v Aqua Vital Park

Aromaterapia je prírodná liečba využívajúca éterické oleje - silice, zmesi prchavých látok, ktoré sa získavajú z rastlín. Tieto látky sú nositeľmi vône a majú liečivé účinky, pre ktoré ich ľudia s obľubou využívajú od nepamäti.

V **Aqua Vital Park** v kúpeľoch Lúčky používame výhradne prírodné silice vybrané a namiešané farmaceutmi. Sú pôvodné tak, ako naše Lúčanské žriedla liečivej vody, preto môžete vôňu v saunách bezpečne a zhlboka inhalovať.



s vôňou jedle bielej a kadidla

Fínska sauna (Suchá sauna)

Jedľa biela bola najuctievanejší ihličnatý strom. Jej vôňa v kadidlách požehnávala ženy pri pôrodoch a hoci v rôznych kultúrach, všade sa zhodne spája so zrodením a obnovou. Použitá silica vznikla šťastným nápadom destilovať ju zo semenných šupín, zvyšku po získavaní osiva pre nové porasty tohto majestátneho, ale na exhaláty veľmi citlivého a tým aj ohrozeného stromu.

Účinky: Antiseptické a ozdravné účinky z inhalovania látok nachádzajúcich sa v ihličnatých lesoch, miernenie alergických dýchacích ťažkostí, príjemný svieži pocit v saune.

Zloženie inhalačného roztoku:

Jedľová silica destilovaná z jedľových šupín, Abies alba, Slovensko • Kadidlová destilovaná silica, Boswellia carterii, Somálsko

Účinné látky obsiahnuté v siliciach: bornylacetát, borneol, pinény

Sila eukalyptu s pohladením materej dúšky

Eukalyptovo-bylinková inhalácia (Parná sauna)

Silica z austrálskych eukalyptovníkov je obľúbený inhalačný prostriedok. A to iba pred 150 rokmi barón von Mueller priniesol tieto stromy z Austrálie do Európy a dnes zdomácnili v teplejších oblastiach celého sveta. To vôňa materej dúšky a mäty v nás zase často vyvoláva pocity slovanského domova v náručí hôr. Na vôňach prírody je nádherné to, že i vzdialené a rozdielne môže spoločne vytvoriť harmóniu.

Účinky: Pri inhalácii prichádza nielen k uvoľneniu nosových a prínosových dutín, ale i k uvoľneniu dolných dýchacích ciest, čo zabezpečí, že dezinfekčne priaznivo pôsobiace látky z eukalyptu, mäty a dúšky materej preniknú z pľúc do krvného obehu. Okrem príjemného pocitu uvoľnenia dýchania, inhalácia chráni organizmus pred vírusovými a bakteriálnymi infekciami, nádchou, ochoreniami dýchacích ciest a mierni alergické dýchacie ťažkosti.

Zloženie inhalačného roztoku:

Eukalyptová silica, Eucalyptus globulus, proveniencija Čína

Silica z dúšky materej, Thymus serpyllum L., proveniencija Balkánsky poloostrov

Silica z mäty kučeravej, Mentha spicata var. crispa, proveniencija Čína

Citrónová lisovaná silica „Messina“, Citrus. limon L., Taliansko-Sicília

Účinné látky obsiahnuté v siliciach:

1,8-cineol, tymol, p-cymol, mentol, izomentol



s energiou stretnutia limetky a pravého santalu

Tepidárium (relaxačný priestor)

Limetka nám evokuje slnečné stredomorie, alebo vďaka nápoju Mojito rumom prevoňaný Karibik. Až tam sa totiž preplavila s anglickými námorníkmi ako prostriedok proti skorbutu. A predsa je aj v afrických a stredomorských krajinách iba Maurským privandrovalcom z Arábie, pričom jej domovinou bola výlučne juhovýchodná Ázia. A tak je jej spojenie s pravým východoindickým santalovým drevom, kráľom vzácných driev vlastne iba stretnutím starých známych.

Účinky: V pocitovej oblasti – osviežujúce a tonizujúce účinky, svieža a ľahká vôňa limetky ustálená pravým indickým santalom

Zloženie inhalačného roztoku: *Limetová lisovaná silica, Citrus aurantifolia, , proveniencia Taliansko • Santalová destilovaná silica (východoindický santal), Santalum album, India*

Účinné látky obsiahnuté v siliciach: *citral, D-limonén, santalol*

s vôňami starovekého Orientu

Rímsky kúpeľ (Parná sauna)

Majstrami prepychu a utrácania boli Rimania. Ich cesty ako pavučiny pretkali všetky miesta, kde sa nachádzalo niečo, čo mohlo vybičovať ich zmysly. Drobné kvietky jazmínu z karaván hodvábných ciest, v Anatólii zbierané damascénske ruže, Krétsky cistus zo srsti pasúčich sa kôz. Ani kardamón a Siamsky styrax nebol pre nich nedostupný. A všetkým týmto pravým vzácnostiam prírody môžete privoňať i Vy.

Účinky: Výrazné protívírusové a protibakteriálne vlastnosti, silice svojimi účinkami v spojení inhalácie a saunovania detoxikujú organizmus, posilňujú jeho prirodzenú obranyschopnosť a účinne chránia pred chorobami z prechladnutia.

Použitie silice uvoľňujú psychické napätie a stres.

Zloženie inhalačného roztoku:

*Benzoínová absolútna silica Siamská, Styrax tonkinensis, Thajsko,
Cístová destilovaná silica, Cistus ladaniferus, Francúzsko,
Kardamónová destilovaná silica, Elettaria cardamomum, India,
Ružová absolútna silica, Rosa damascena, Bulharsko,
Jazmínová absolútna silica, Jasminum grandiflorum, India,
Citronová lisovaná silica „Messina“, Citrus. limon L., Taliansko-Sicília*

účinné látky obsiahnuté v siliciach:

*kyselina benzoová, cinamylbenzoát,
zingiberén, a-terpynylacetát, 1,8-cineol*



Vo „svete“ prírodných vôní, ktoré liečia pracujeme už 23 rokov. Asi aj preto výraznejšie vnímame to množstvo syntetických vonných kompozícií, ktoré nás v bežnom živote obklopujú (prípravky na pranie, aviváže, osviežovače vzduchu pre domácnosti, autá). Tieto chemicky pripravené látky prenikli aj do wellness. Ich použitie vo zvýšenej koncentrácii v saunách za účelom inhalácie je však podľa nás v rozpore s princípom wellness, pretože syntetické vonné kompozície sú zostavované za účelom príjemného vonného efektu a nie sú určené na inhalovanie vo väčších koncentráciách a už vôbec nemajú liečebné účinky.

Vážime si pravidlá, na ktorých je založený skutočný wellness, snažiaci sa o ozdravovanie klientov prírodnými prostriedkami. Preto sú v Aqua Vital Park inštalované zariadenia zabezpečujúce riadené aerosolové dávkovanie výlučne prírodných silíc do prúdu čerstvého vzduchu vháňaného do saun. To všetko Vás bude liečiť tým najvoňavejším spôsobom.

www.hanus.sk

PharmDr. Peter Hanus

