

Terapeutické účinky solných produktů

aneb Jak léčí sůl kamenná

Sůl je starý osvědčený léčebný prostředek, jehož význam dnes bohužel poněkud upadl v zapomnění. Mnozí z nás dokonce přijali myšlenku, že sůl je cosi škodlivého. To souvisí s poznatky z 50. let, kdy byla odhalena souvislost mezi nadměrnou konzumací soli a vysokým krevním tlakem. Bohužel je spotřeba soli v průměru vyšší než naše biologická potřeba, což může vést u některých lidí ke zdravotním problémům. Nesmíme však zapomenout, že sůl je pro život absolutně nezbytná. Nedostatek soli může dokonce vést k výrazným poruchám látkové výměny. Zajímavé a dnes stejně jako dříve aktuální jsou recepty, které doporučoval řecký lékař Dioskorides při bolestech v krku nebo zácpě!

V dnešní době začínáme sůl a její vliv na lidský organismus znovu objevovat, zejména v alternativní medicíně. Sůl kamenná – halit; termín „halit“ pochází z indogermánského slovního kmene „hal“ s významem „sůl“. Z něj je odvozeno latinské „sal“ pro současné slovo sůl. Chemické složení soli je NaCl a její naleziště jsou v Polsku, Německu, Rakousku, Španělsku, Pákistánu, Indii, Číně a USA.

Historie vzniku soli

Když se ohlídneme do historie vzniku soli, musíme začít až na počátku stvoření našeho vesmíru, až u velkého třesku před 13,7 miliardy let. Sodík a chlor vznikly jadernou fúzí v obřích hvězdách i následkem hvězdných explozí a staly se součástí pramihoviny, z níž se zformovala planeta Země. Ale sodík i chlor jsou látkami, které se v hlubinách Země nezdrží. Tvoří součást křemičitých hornin a při pukání zemské kůry v hlubinách oceánů nebo při vulkanických aktivitách pevninské zemské kůry jsou vymršťovány na zemský povrch. Rozpuštěním ve vodě se sodík a chlor osvobozují a mohou se spojit v chlorid sodný neboli kuchyňskou sůl. Solná ložiska vznikla před více než 285 miliony let v prvohorách, respektive v období nazývaném svrchní perm. V této době pokrývalo valnou část polského území mělké moře, z něhož při vysychání vznikaly jednotlivé malé mořské pánve a ty nakonec vytvořily rozsáhlá solná ložiska. Podle způsobu dobývání rozlišujeme sůl mořskou – z moře a sůl kamennou – z dołu.

Sůl v našem každodenním životě není ničím drahocenným či vzácným. Na její přítomnost jsme si zvykli natolik, že je pro nás naprosto běžná. Kamenná

sůl z Polska se na rozdíl od jiných soli vyznačuje vysokým přirozeným podílem jódu. Sůl je důležitá pro řízení příjmu a výdeje vody v organismu a transport živin do buněk a také pro přenos impulzů do nervů a svalů. Nedostatek soli může tedy vést k výrazným poruchám látkové výměny. Sůl je proto považována za lék, za mnohostranného pomocníka pro dobrý tělesný i duševní stav, za starý osvědčený léčebný prostředek a za magickou látku.

Produkty z kamenné soli jsou vyrobeny z čisté přírodní soli, pocházející z dołu ve středním Polsku. Oblibu si začínají získávat elektrické solné lampy a solné aromalampy. Jsou tvořeny větším či menším blokem kamenné soli (halitu), jemně opracovaného do velikosti lampy. Do takto upraveného kusu soli se vyvrtá otvor, do něhož se instaluje objímka se žárovkou a celá lampa se pak připevňuje na dřevěný podstavec.

Proč mít doma solnou lampu?

V čem tkví „touha po soli“, která se momentálně skrývá za neobyčejně velkou a stále rostoucí oblibou lamp ze solných „krytálů“? Tento trend lze jednoduše objasnit tím, že rozsvícená hřejivá solná lampa má ionizační efekt, její světlo vytváří neobyčejnou atmosféru a je jedinečnou dekorací interiéru. V odborných kruzích se o solných lampách často hovoří v souvislosti s pojmem „prostředí klima“. Ve vzduchu, který dýcháme, nachází přirozené množství elektricky nabitých částic. Vědecké výzkumy naznačují, že kvalitní vzduch v místnosti se vyznačuje vyváženým poměrem kladné a záporné nabitých iontů (cca 50 : 50 %). Dnes máme kolem sebe mnohem více zdrojů kladných iontů. Patří mezi ně mimo jiné veškerá elektronika, topná zařízení, spalovací jednotky produkující výfukové plyny a cigarety. Důvodů, proč si pořízovat solnou lampu, je hned desatera: zlepšuje celkovou kvalitu okolního ovzduší; ionizuje ovzduší; vytváří obdobné složení vzduchu, jako je na horách, u moře či v podzemí; posiluje imunitní systém; zvyšuje odolnost vůči stresu; pročišťuje dýchací cesty a plic; neutralizuje zdraví škodlivé elektromagnetické záření; zpomaluje stárnutí organismu; eliminuje působení cigaretového kouře; každý kus je originálem.

Vliv solné lampy na zdraví

Bylo prokázáno, že zvýšený obsah záporných iontů ve vzduchu může mít

příznivé účinky na osoby trpící astmatem a sennou rýmou. Záporné ionty mají rovněž pozitivní účinky při potížích s oběhovým systémem. Nedostatek záporných iontů může být jednou z příčin podrážděnosti, špatného soustředění, nespavosti, deprese apod.

Jako vhodný zdroj světla a energie lze využít zejména v uzavřených místnostech, kde jsou zdroje kladných iontů, v kancelářích, v ložnicích, v jídelnách a v dětských pokojích, kde jsou ideálním nočním osvětlením. Lampy lze doporučit také do ordinací, čekáren, ošetřoven a pokojů pro nemocné. Všude tam přináší pacientům fyzickou i psychickou úlevu, pomáhají eliminovat žívnou půdu pro choroboplodné zárodky, energeticky pročišťují a celkově vylepšují klima.

Jaký zvolit barevný odstín lampy?

Atraktivitu lamp zvyšuje také výběr z několika barevných odstínů soli, které tak příznivě působí i na vědomí člověka. Barevné světlo dovede svým estetickým působením vyvolat příjemnou náladu a dobrý pocit (barevná terapie). Barevné světlo je tedy i účinným lékem pro tělo, ducha i duši! Lampy mohou být zabarveny do následujících barev a odstínů: oranžová barva – působí jako prostředek ochrany, překonání traumata, zdoštění strachu a psychologických blokad, očisty, stimulační a posilující, vnitřního zpevnění a rozšíření vědomí; napomáhá člověku, aby se vrátil na zem, stal se opět zdravým, posílil a načerpal novou životní sílu; je podpůrnou barvou při sklerózách, anémii a trávicích obtížích; **červená** barva aktivuje energii; **oranžově-červený** odstín pomáhá uvolňovat emocionální bloky; **meruňkový** odstín je pastelově oranžová, její působení se projevuje jako jemnější stimulace oranžové barvy; důraz spočívá více na překonání blokad a aktivaci svobodného plynu života; **korálový** odstín je ještě jemnější než čistě oranžová barva, přesto může rovněž léčit duševní traumata; důraz se klade na posílení lásky k sobě samému; na fyzické úrovni zasahuje pohlavní orgány a hormonální systém; **žlutá** barva zvyšuje spokojenost, optimismus a dobrou náladu; **bílá** barva zase zesiluje koncentraci.

Solné aromalampy a svícný

jsou stejně jako elektrické solné lampy důležitými pomocníky vnášejícími do místnosti harmonii a čistotu. Podobně jako čajové svíčky najdou aromalampy své uplatnění všude tam, kde chceme

příjemnět nebo energetizovat prostor. Aromalampa se používá s vonnými oleji nebo po odstranění skleněné nástavby jako svícen. Odpařování éterických olejů je stejně jako rozptylování nebo umístění soli v prostoru starým rituálem očisty a podpory energie s nesporným účinkem. Při prostém odpařování výtažků z květin a bylin lze lampu dobře použít jako prostředek aromaterapie, tedy léčby vůní. Vdechování výparů vonných esencí pomáhá při nejrůznějších onemocněních, při fyzickém vyčerpání i psychické únavě. Esence navíc pročišťují a dezinfikují ovzduší. Příklady použití některých esencí: do pracovního se hodí citron a máta (podporují koncentraci a odhují); do obývacího pokoje je vhodný pomeranč, růžové dřevo, bergamot a levandule (vytvářejí poklidné klima); do ložnice je nejlepší růže, levandule a santalové dřevo. Solné aromalampy lze tedy použít k energetizaci, očištění, osvětlení, léčbě či prosvětlení atmosféry.

Je sůl nad zlato?

Můžeme říci že určitě, neboť se o tom přesvědčujeme v praxi. Existuje celá řada starých domácích prostředků: obklady se solí např. pomáhají při otocích revmatického původu a bolestech v uších, zábalý se soli proti neprokrveným chodidlům a koupel nohou ve slané lázni zase proti nachlazení a kožním plísním. Zajímavé a dnes stejně jako dříve aktuální je použití soli v podobě solných termosáčků, které slouží k prohřívání lidského těla při svalových obtížích, bolestech zad, revmatismu, onemocnění kloubů, pomáhá při otocích revmatického původu, k doléčení zlomenin, podporuje usazování vápníku, při počátečních stadiích artritidy kloubů, při problémech se žlučníkem, s ledvinami, zmírňuje bolesti uší. Na prohřívání krčních svalů a krční páteře se používají **solné válečky**, kdy se teplem uvolní ztuhlé krční svaly a solí svaly promasíruje na bázi akupresury.

Lékaři a léčitelé již mají letité zkušenosti s účinky soli. Zkuste to i vy!

Alena Součková
Foto archiv Galerie Dolmat

Výrobce – fa Dolmat

Stroupežnického 20
Praha 5-Smíchov
Po-Pá: 9-18 hod.
tel.: 257 315 118