

Благоприятный эффект лечения минеральными водами обеспечивается благодаря минеральным веществам, содержащимся в них в гомеопатических дозах и усваиваемым организмом гораздо лучше, чем аналогичные лекарственные препараты, благодаря их высокой температуре (термальные минеральные воды), благодаря их радиоактивности. Это относится к минеральным водам, содержащим торий и радий. Они успокаивают нервную систему, улучшают восстановление нервных волокон, уменьшают воспалительные процессы.

Мы советуем горожанкам, ведущим активный образ жизни и заботящимся о своем здоровье, а следовательно, о своей внешности, регулярно проходить курс лечения минеральными водами на бальнеологических курортах. Курс лечения минеральными водами обычно длится двадцать один день. Этого вполне достаточно для того, чтобы вывести токсины из вашего утомленного организма, улучшить цвет вашего лица, вернуть эластичность и упругость вашим мышцам, активизировать кровообращение и восстановить ваше оптимистическое отношение к жизни.

Если ухудшилось состояние вашей кожи под влиянием нездоровой печени или утомления (например, в конце зимы), мы рекомендуем вам бальнеологические курорты, расположенные в зоне умеренного климата. Сульфатные, радоновые минеральные воды, а также минеральные воды с высоким содержанием планктона назначаются в виде ванн и душей. Дополнительно могут быть предписаны ингаляции и косметические препараты, приготовленные на основе планктона.

Если ухудшился цвет вашего лица, возможно, под влиянием нездоровой печени (слишком много алкоголя, слишком жирная пища) или нездорового желчного пузыря, мы рекомендуем вам минеральные воды с большим содержанием бикарбоната натрия (этот метод лечения противопоказан женщинам, страдающим ожирением).

При расстройстве венозного кровообращения рекомендуется лечение бикарбонатными радиоактивными термальными водами, содержащими кальций и микроэлементы. Они назначаются в виде ванн и подводных душей (струя воды направляется на определенные участки тела, погруженного в ванну). Иногда дополнительно назначаются питьевые минеральные воды.

Если в тканях ваших зубов недостает кальция, рекомендуется лечение рекальцинирующими водами. Они назначаются в виде классических ванн и душей или же классических душей и воздушногазовых ванн. Правильно проведенное лечение этими водами позволит вам сократить визиты к зубному врачу. Расстройства организма, наблюдаемые при лечении минеральными водами. В начале курса лечения минеральными водами многие больные жалуются на головокружения, тошноту, бессонницу, иногда на появление кожных сыпей и на лихорадочное состояние. Это не означает, что организм больного плохо переносит назначенный ему курс лечения минеральными водами. Наоборот, это явный признак благоприятной реакции организма. Старайтесь как можно больше развлекаться на курорте, будьте всегда нарядно одеты и красиво причесаны. Не забывайте о декоративной косметике. Это значительно повысит эффект лечения.