

18.03.2020 - 14:45 Uhr

Saunabaden gegen das Coronavirus?



Schwäbisch Hall (ots) -

Das Coronavirus hat eine weltweite Krise ausgelöst. Die Folgen sind für niemanden abschätzbar. Es herrscht Überforderung und Ratlosigkeit im Umgang mit dem Virus. Viele Menschen sorgen sich um ihre Gesundheit. Den Körper in einer solchen Situation zu stärken, ist richtig und wichtig. Saunabaden sowie Trockensalzinhalation kräftigen das Immunsystem und können so vor einer möglichen Ansteckung schützen.

Was Viren gar nicht mögen: Die heiße Luft der Sauna

"[...] Das Coronavirus mag es nicht so besonders warm und auch nicht so extrem feucht.", stellt Dr. Christoph Specht, ausgebildeter Tropen-, Reise- und Präventionsmediziner, im Rahmen seines Interviews mit der European Waterpark Association sicher und untermauert die Empfehlung des Saunabades.

KLAFS empfiehlt daher bei hohen Temperaturen (80-90°C) in die Sauna zu gehen und dort die heiße Luft einzusatmen. Das eigene Immunsystem wird durch regelmäßiges Saunieren gestärkt und kann den Körper so besser vor Viren und möglichen Krankheiten schützen.

Um zu wissen, welche Maßnahmen helfen können, lohnt es den soweit bekannten typischen Verlauf der Krankheit genauer anzusehen: Die Coronaviren vermehren sich - wie Grippeviren auch - zuerst im Rachen und Halsbereich. Dabei infiziert der Erreger insbesondere Zellen der unteren Atemwege und greift die Lungen in drei Phasen an: zunächst vermehrt sich das Virus, kann dann in der zweiten Phase eine starke Immunreaktion hervorrufen und unter Umständen das Lungengewebe zerstören. Im Verlauf der Infektion kann es zur einer Lungenentzündung kommen.

Um dieser möglichst vorzubeugen, kann eine Trockensalzinhalation mit Microsalt in der Sauna unterstützen. Das Salz aktiviert und fördert die Selbstreinigungsfunktion der Lunge und ist grundsätzlich entzündungshemmend. Es regt die Durchblutung der Lungen an und reinigt sie sowie den gesamten Atemtrakt von Viren, Bakterien und Allergenen wie Staub oder Pollen.

Sauna und Trockensalzinhalation sind damit gut geeignet, das Immunsystem intensiv zu stärken und dem Coronavirus gewappnet entgegen zu treten.

Kontakt:

Pressekontakt:

Weitere Informationen erhalten Sie jederzeit gerne bei:
KLAFS GmbH & Co. KG | Erich-Klafs-Straße 1-3, 74523 Schwäbisch Hall

Tel.: +49 (0)791 501-0 sowie im Internet unter <http://www.klafs.de>

Medieninhalte



Unterstützend zur wohltuenden Wärme und den stärkenden Wirkungen des Saunabades reinigt die Microsalt-Anwendung SaltProX von KLAFS die Atemwege und kräftigt das Immunsystem. Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/80312 / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke honorarfrei. Veröffentlichung bitte unter Quellenangabe: "obs/KLAFS GmbH & Co. KG"

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100071556/100844652> abgerufen werden.