

מלח

כמו אויר לנשימה

"חדרי מלח" הפכו לאחד משיטות הטיפול נמובילות בתחום הרפואה המשלימה. שהייה בחדר מלח מהווה פתרון לסובלים מבעיות נשימה ועוד שלל בעיות בריאות אחרות. כל כך פשוט וכל כך יעיל וטבעי.

מי מוסמך לטפל באמצעות חדרי מלח?

מאחר והטיפול בחדרי המלח הבנויים מבלוקים של מלח, נעשית על ידי מטפל מוסמך ולא על ידי רופא, כדאי ורצוי לבדוק, כי המטפל הינו בעל ידע באנטומיה, פיזיולוגיה ופתולוגיה נשימתית, אשר עבר הכשרה מקצועית בתחום הספאלאותרפיה, וכי ניתן לקבל עליו המלצות. לאחר שהמטופל עובר 4-6 טיפולי התנסות, מרכיב המטפל את סדרת ההמשך, המומלצת. ספציפית לאותו מטופל (מס' טיפולים ותדירות הטיפול). המטפל מלווה את המטופל באופן צמוד לאורך כל תהליך הטיפול.



למי מומלץ טיפול בחדר מלח?

הטיפול בחדר מלח יעיל במיוחד לאנשים הסובלים מבעיות בדרכי הנשימה, הסינוסים, ואפילו אסתמה של העור. הוא מצוין לאנשים, הסובלים מאלרגיות ונזלת כרונית, ואף יעיל בחיזוק המערכת החיסונית של הגוף.

היום ניתן למצוא בחדרי המלח גם אנשים מעשנים, שמעידים, כי הטיפול במלח מסייע להם בהוצאת הליחה ומקל על הנשימה.

באילו מצבים אסור להיכנס לחדרי המלח?

בכל מצב של דלקת בגוף או חום לא מומלץ להיכנס אל חדר המלח, מאחר שהטיפול במלח יכול להחריף את הדלקת.

כמו כן, אנשים הסובלים ממחלות דם, שחפת ונשים בהריון צריכים להימנע מן הטיפול בחדר המלח.

מתי כדאי לטפל?

החודשים שבהם האסתמה היא שקטה ורמת האלרגיות באוויר נמוכה הם הזמנים הטובים ביותר לטיפול. חודשי הקיץ, בין חודש מאי לחודש אוגוסט, הם התקופות הטובות ביותר.

עם תחילת הסתיו ותחילת האביב כבר מופיעות האלרגיות, וזו הטיפול עלול להיות ממושך יותר, וזאת בשל החשיפה המוגברת לגורמים מגרים.

חשוב לזכור:

חדרי המלח הם כלי עבודה בידיו של המטפל או הרופא, וכמו בכל תחום של הטיפול - הידע, הניסיון והיחס האישי, הם שקובעים את יעילותו והצלחתו של הטיפול.

קשה שלא לשים לב לפופולאריות הרבה שצברו חדרי המלח בקרב האוכלוסייה בישראל. את הקרדיט לכך יש לתת לברוך בקר, אח מוסמך, מטפל נשימתי ומייסד השיטה בארץ, שהקים בשנת 2000 את חדר המלח הראשון בחיפה. היום, עשר שנים אחרי, כשברחבי הארץ מצפון ועד דרום פזורים 20 מרכזים, ובהם 30 חדרי מלח בגדלים שונים, מחליט ברוך "להילחם" בגורמים הלא מקצועיים שנכנסו לתחום, ולעשות סדר שיאפשר לכל אזרח מן השורה לבחור את חדר המלח שיעניק לו טיפול מקצועי.

חדר מלח, או בשמו המקצועי speleoroom, הינה שיטה טבעית המטפלת בבעיות נשימה, אשר מבוססת על שימוש בבלוקים של מלח ממכרות המלח באוקראינה, המכילים נתון כלוריד בריכוז של 98%. דרגת המליחות הגבוהה מסייעת בהפיכת יונים חיוביים ליונים שליליים, אשר משפרים את תפקודי הריאה.

נכון להיום, שיטת הטיפול זאת הינה אחת הדרכים המקובלות בטיפול ומניעת בעיות במערכת הנשימה, לצידם של הרפלקסולוגיה, שיאצו, דיקור סיני, הומיאופתיה וכו'.

שיטת הטיפול באמצעות מלח, הנקראת ספאלאותרפיה, התפתחה משנת 1939 ועד שנת 1987, כשהמטרה היא העלאת היכולת הפנימית של הריאה באספקת החמצן, הוצאת ליחה מיותרת מדרכי הנשימה, וחיזוק המערכת החיסונית.

החל בשנת 1987, כשהירידה אל המכרות לא התאפשרה לאוכלוסייה בעלת צרכים מיוחדים, כגון קשישים, תינוקות ואנשים הסובלים מקלסטרופוביה, התחילו להקים חדרי מלח מעל פני הקרקע.

שיטות נוספות

במקביל לטיפול בחדרי המלח החלה להתפתח שיטה קונבנציונאלית הקרויה האלוותרפיה (טיפול על ידי מכשיר, המפזר מלח לתוך חלל החדר). שיטה זו באה להיות לעזר לרופא הריאות או רופא אף אוזן גרון, ולשמש אותם ככלי טיפולי בנוסף לטיפול תרופתי קונבנציונאלי, או לניתוחים במקרה של סינוסיטיס.

מכון שהטיטול בשיטת ההלוותרפיה (גנרטור) הינו פולשני ומטרתו לספק מלח כתרופה לספיגת נוזלים מחלל הסינוסים או הריאות, קיימת סכנה לייבוש יתר של מערכת הנשימה.



מכשיר ההלוגנרטור מיועד לשימוש במרכזים רפואיים וע"י רופא בלבד!!! וזאת לאחר צילומי רנטגן ו או בדיקת סטטוסקופ בהתאמה יומיומית. מכשיר ההלוגנרטור מצריך אישור של משרד הבריאות שלא כמו המכשירים המופעלים בארץ ואינם מיועדים לטיפול רפואי, אלא במרכזי ספא.

על מה שמים דגש בעת בניית חדרי מלח?

בעת בניית חדר מלח יש להקפיד שימוש בבלוקים של מלח אשר קיבלו את אישורו של משרד הבריאות.

שיטת הבנייה חייבת להיעשות עפ"י כללים, המאפשרים לדמות את המיקרו אקלים המצוי במכרות המלח תת-קרקעיים. בעת השהייה בחדר יש להקפיד שהמלח יכול ריכוז קבוע של 98 אחוזים נתון כלוריד. מעבר לכך הטמפרטורה בחדר צריכה להיות נמוכה ויש להקפיד על תחזוקה מתאימה של החדרים.