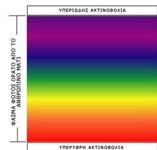


## Τι είναι η υπέρυθρη ακτινοβολία;



Οι υπέρυθρες ακτίνες είναι ηλεκτρομαγνητικά κύματα κάτω από την περιοχή της ερυθρής περιοχής του ορατού φωτός, τα οποία φροντίζουν για την υγειά και την ευεξία μας, σε αντίθεση με τις υπεριώδεις ακτίνες.

Η υπέρυθρη θερμική ακτινοβολία δεν έχει καμία σχέση με την βλαβερή υπεριώδη ακτινοβολία, η οποία ευθύνεται για τα εγκαύματα και τις κακώσεις του δέρματος.

Τα υπέρυθρα κύματα είναι μια μορφή ενέργειας, η οποία μπορεί να ζεστάνει αντικείμενα χωρίς να ζεσταίνει τον αέρα γύρο τους. Η υπέρυθρη θερμική ακτινοβολία χρησιμοποιείται εδώ και πολλά χρόνια για θεραπευτικούς σκοπούς και μπορεί να χαρακτηριστεί ως απολύτως ασφαλής.

Η υπέρυθρη θέρμανση χρησιμοποιείται ήδη εδώ και μια δεκαετία σε χώρες με πολύ κρύο και υγρασία όπως Γερμανία, Αυστρία, Καναδά κλπ. και διαθέτει περίπου 1.500.000 θερμαντικά σώματα κάθε χρόνο στην παγκόσμια αγορά.

Ο πρώτος, που κατασκεύασε την καμπίνα υπέρυθρης θέρμανσης, ήταν ο Δρ. Tadashi Ishikawa, το 1967 στην Ιαπωνία. Το σύστημα αυτό χρησιμοποιήθηκε καταρχήν από τους γιατρούς και δόθηκε στο κοινό το 1981. Από τότε χρησιμοποιείται επιτυχώς στον ιδιωτικό τομέα καθώς και από γιατρούς, θεραπευτές, κέντρα θεραπείας και αποκατάστασης και κλινικές.

Η υπέρυθρη θερμότητα αποτελεί βασικό υποστηρικτικό μέσο για τις μεθόδους θεραπείας. Ακόμα και στις θερμοκοιτίδες, για να ζεσταίνουν τα νεογέννητα, χρησιμοποιούν συστήματα υπέρυθρης θερμότητας.

Η υπέρυθρη θερμότητα, που εισχωρεί σε βάθος, έχει διάφορα πεδία χρήσης και επιδρά θετικά σε κάποιες ασθένειες, όπως: υψηλή και χαμηλή πίεση, διαταραχές στο κυκλοφορικό, αποτοξίνωση, στρες, ρευματισμοί, αρθρίτιδα κ.λ.π. Χρησιμοποιείται από τους αθλητές(υπέρυθρη σάουνα) και συμβάλει στο να διατηρηθούν σε φόρμα οι μύες, ακόμα κι αν χρειάζεται να γίνει μια παύση άθλησης λόγω τραυματισμού.

Η υπέρυθρη θερμότητα προκαλεί την απομάκρυνση τοξικών ουσιών από το σώμα και την καύση λίπους, γεγονός, που υποστηρίζει θετικά μια κούρα αδυνατίσματος.