

Hydroterapi för balans och avkoppling

Att vatten som blandas med luft har en balanserande och avkopplande effekt på människokroppen har länge varit ett faktum. Vattenterapi, s.k. hydroterapi, genom spabad ger inte bara ett ökat välbefinnande utan har även visat sig ha en hälsofrämjande effekt.

Ända sedan Hippokrates tid har vatten använts för att lindra och behandla exempelvis hudsjukdomar, gikt och reumatism och än idag använder många hydroterapi som ett alternativ att behandla och lindra krämpor på. Det är också ett sätt att påskynda kroppens återhämtning när man har träningsvärk eller suttit still och blivit stel.

Många människor upplever att kombinationen vatten, värme och luft dämpar smärta, ökar blodcirkulationen och stärker immunförsvaret. Tar vi ett varmt bad märker de flesta av oss att stressen minskar och känslan av att vara viktlös känns befriande. Vatten i rörelse stimulerar även hudens receptorer, vilket löser upp spänningarna i musklerna.

Det var abboten Sebastian Kneipp som i slutet av 1800-talet lade grunden till den moderna hydroterapi och han menade att "det är vattnet som botar". Abboten införde en behandlingsmetod baserad på vattnets olika användningsområden som t.ex. varm eller kall dusch på delar av kroppen, ångbad och tvättsvampsbad. Man upptäckte att hydroterapiens viktigaste princip – att blanda vatten med luft – gjorde så att bubblorna först gav en reaktion mot huden för att sedan jobba sig in i kroppens mjuka vävnader.

Det moderna spabadet som kombinerar vatten, värme och luft uppfanns av bröderna Jacuzzi under 1950-talet. En av brödernas söner led av reumatisk artros och för att lindra hans smärtor tog bröderna en av de pumpar som deras företag tillverkade och skapade ett bubbelbadkar hemma i familjens badkar. Den lille pojken fick stor hjälp av denna hydroterapi och en bärbar pump började säljas till skolor och sjukhus för att också hjälpa andra.

Idag finns Jacuzzi® spabad i en mängd olika modeller och alla bygger på en och samma grundprincip: att jetmunstyckena ska ha en mycket noggrant avvägd mix mellan luft och vatten. Även munstyckenas placering är vald med stor omsorg för att ge bästa möjliga massageeffekt.



Vattenterapi, s.k. hydroterapi genom spabad ger inte bara ett ökat välbefinnande, det har även visat sig ha en hälsofrämjande effekt.



För ytterligare information vänligen kontakta:

Johanna Eklund, johanna@perpr.se, 08- 400 255 17.

Högupplösta bilder finns att ladda ner på perpr.se.

Om Folkpool

Folkpool är Sveriges största leverantör av pooler och spabad och har levererat fler än 24 000 pooler och spabad sedan företaget startade 1968. I dag är det andra generationen som driver företaget framåt. Med engagerad personal och kunniga återförsäljare arbetar man med samma entusiasm som när Lars Biörck byggde sin första pool 1968 i garaget i hemmet i Järna.