

# Fragen und Antworten zum SOLEUM

In dieser Ihnen vorliegenden Informationsfibel beantworten wir eine Fülle von Fragen, die uns in letzter Zeit gestellt wurden. Die meisten folgenden Ausführungen werden sicher auch Ihre Fragen beantworten. Auf unserer Homepage werden diese Fragen ebenso veröffentlicht wie laufend aktualisiert.

<b>Thema SOLEUM .....</b>	<b>4</b>
Was ist ein SOLEUM? .....	4
Was ist dann der Unterschied zwischen Dampfbad und SOLEUM? .....	4
Ist das Soleum eine Dampfdusche? .....	4
Wie groß darf ein Soleum maximal sein? .....	4
Kann ich das Soleum auch in meiner Wohnung aufstellen? .....	4
Warum ist das SOLEUM gesünder als eine Dampfdusche oder Dampfkabine? .....	5
Welche Temperatur wird im Soleum erreicht? .....	5
Welche Vorteile hat das SOLEUM gegenüber einer einfachen Infrarotkabine? .....	5
Benötige ich eine Entlüftung in der Kabine? .....	5
Was ist mit der Restfeuchtigkeit in der Kabine? .....	6
Gibt es das Soleum nur in den Standardgrößen? .....	6
Ich habe ein kleines Badezimmer, kann ich da ein SOLEUM einbauen? .....	6
Gibt es das Soleum auch für mehr Personen? .....	6
Für welche Dauer reicht die Solelösung im mitgelieferten Behälter? .....	6
Wie lange soll man in der Kabine inhalieren? .....	6
Wie lange hält die SOLE in dem Behälter? .....	6
Wie oft kann man das SOLEUM in der Woche benützen? .....	6
Was ist nach der Benützung zu beachten? .....	6
Warum gibt es bei diesem Vernebelungssystem kein Problem mit Legionellen? .....	6
Kann ich auch Musik im Soleum / Dampfkabine genießen? .....	7
Gibt es die Möglichkeit Farblicht zu verwenden? .....	7
Wie lange benötigt die Kabine, um betriebsbereit zu sein? .....	7
Welchen Stromverbrauch hat die Kabine? .....	7
<b>Thema ANGEBOT-AUFTRAG-LEISTUNGSUMFANG .....</b>	<b>8</b>
Liefern und montieren Sie in ganz Österreich? .....	8
Was ist in Ihrem Leistungsumfang enthalten? .....	8
Aufputzarmatur oder Unterputzarmatur? .....	8
Bekomme ich einen Plan für die Vorbereitungsarbeiten? .....	8
Das Dampfbad wird erst später gebaut die Anschlussinformationen benötige ich jedoch früher (Rohbau)? .....	9

Ebenerdiger Einstieg, Estrichvorbereitungen? .....	10
Fußbodenheizung im Dampfbad/Soleum? .....	10
Wie ist die Dampfleitung zu montieren? .....	11
Welchen Gulli empfehlen Sie? .....	11
Kann eine Ablaufrinne eingesetzt werden? .....	11
Gibt es ein Anschlussschema eines Dampfbades? .....	12
<b>Thema MONTAGE .....</b>	<b>13</b>
Wie lange dauert die Montage? .....	13
Kann ich mir bei den Montagekosten etwas sparen?.....	13
Wie wird die Technik geliefert? .....	13
Kann die Vernebelungsdüse nur an der Decke montiert werden? .....	13
Wie wird das Soleum geliefert?.....	13
Was ist, wenn die Düse verstopft ist? .....	13
Wo soll der Kompressor platziert werden?.....	14
Wie lange kann die Luftleitung vom Generator zur Düse sein? .....	14
<b>Thema INFRAROT .....</b>	<b>15</b>
Was ist Infrarot-Strahlung?.....	15
Wo befindet sich die Infrarot-Wärmestrahlung in der Sole-Kabine?.....	15
Welche Infrarotstrahlung habe ich im SOLEUM?.....	15
<b>Thema SOLE .....</b>	<b>16</b>
Was ist SOLE? .....	16
Was ist SOLE aus medizinischer Sicht? .....	16
Was bringen Sole-Inhalationen (0,9 % - 3 %)? .....	16
Was sind Sole-Bäder und Sole-Unterwassertherapien (bis 12 %)? .....	16
Ist Meerwasser auch SOLE?.....	17
<b>Thema SOLE HERSTELLUNG .....</b>	<b>18</b>
Welches Salz soll ich verwenden? .....	18
Wo kann man das Salz beziehen?.....	18
Was ist Kristallsalz? .....	18
Wie wird die Sole aus Kristallsalzbrocken erzeugt? .....	18
Warum muss man die Sole, die mit Kristallsalzbrocken erzeugt wird, filtern? .....	19
Wie hoch muss die Solekonzentration zum Inhalieren sein? .....	20
Wie wird die SOLE-Inhalationslösung mit Meersalz hergestellt? .....	20
Kann ich zuviel Salz „erwischen“?.....	20
<b>Thema DAMPF und SOLENEBEL .....</b>	<b>21</b>
Warum heißt es SOLENEBEL und nicht SOLEDAMPF? .....	21
Wie lange dauert es, bis die Kabine vernebelt ist? .....	21
Muss man einen Dampfgenerator verwenden?.....	21
Was bringt ein Dampfgenerator zusätzlich im Soleum?.....	21
Welchen Dampfgenerator verwenden Sie?.....	21
Wer schließt den Dampfgenerator an? .....	21
Welche Anschlüsse benötige ich für den Dampfgenerator? .....	21
Welchen Stromanschluss benötigt der Dampfgenerator? .....	22
Kann ich den Dampfgenerator zu einem späteren Zeitpunkt nachrüsten? .....	22

<b>Thema REINIGUNG und PFLEGE .....</b>	<b>24</b>
Wie sind die Fliesen und Armaturen nach einer Inhalationssitzung zu pflegen? .....	24
Gibt es Salzablagerungen nach mehreren Verwendungen? .....	24
<b>Thema GESUNDHEIT .....</b>	<b>25</b>
Welche Anwendungsgebiete gibt es für SOLE? .....	25
Welche Institutionen und Therapieeinrichtungen gibt es rund um das Thema SOLE? ...	25
Was ist Thalassotherapie bzw. Meeresheilkunde? .....	25
Was bringt die Infrarotwärme? .....	26
<b>Thema TEE .....</b>	<b>27</b>
Kann ich alle Tees vernebeln? .....	27
<b>Thema KINDER und SOLE .....</b>	<b>28</b>
Kann ich mein Kind mit in die Kabine nehmen? .....	28

## Thema SOLEUM

### *Was ist ein SOLEUM?*

Das SOLEUM ist eine Kombination von **Duschkabine, Infrarot-Wärmekabine** und der **Möglichkeit, SOLE oder Tees zu vernebeln**.

Die tägliche Dusche erleben Sie in einer **gefliesen Dusche mit Sitzmöglichkeit**, an die man sich schnell gewöhnen wird, um zB. sitzend die Fußpflege zu machen.

### *Was ist dann der Unterschied zwischen Dampfbad und SOLEUM?*

Der Grundaufbau der Kabine ist immer der Selbe. Spezielle wasserfeste Isoliermodule sowie Sitzbänke od. Liegen. Beim Dampfbad werden zumeist nur jene Flächen beheizt mit der Sie in Kontakt kommen können (Sitzbank, Boden, ev. Wandseitenteile). Beim SOLEUM wird die Kabine komplett beheizt (ausgenommen Armaturenposition und Steuerungen). Dies wirkt sich natürlich auch im Preis aus.

Selbstverständlich können Sie aber das Dampfbad mit der Sole-Inhalationstechnik ausstatten! Dies funktioniert genauso.

### *Ist das Soleum eine Dampfdusche?*

Nein, es wird in der Standardvariante kein Dampfgenerator eingesetzt. Die meisten Kunden nehmen sich jedoch den Dampfgenerator gleich dazu denn ein nachträglicher Einbau ist nur schwer und mit hohen Kosten verbunden.

Im Soleum werden alle Wandelemente, Sitz und Bodenteil mit speziellen sehr leistungsstarken Elektroheizmatten beheizt. Diese erzeugen die angenehme Strahlungswärme in der Kabine. Anders somit als beim Heißdampf, der in der Dampfdusche oder Dampfkabine für die notwendige Temperatur (~40-42°C) sorgt.

### *Wie groß darf ein Soleum maximal sein?*

Der Größe sind im Prinzip keine Grenzen gesetzt. Bei größeren Kabinen dauert es länger zur Bildung des Solenebels als bei kleineren Kabinen. Man kann die Anschaffung einer zweiten Anlage überlegen. Meistens kommt man jedoch mit einer Vernebelungsanlage aus. Wir empfehlen bei größeren Kabinen auch den Einsatz eines Dampfgenerators da man hier die Temperatur noch heißer wählen kann.

### *Kann ich das Soleum auch in meiner Wohnung aufstellen?*

Ja, das Soleum ist in einer Kabinengröße von 90x90cm, 100x100cm, 110x110cm und für 2 Personen ab 120x120cm erhältlich und passt somit in jedes Badezimmer. Da es ja eine vollwertige Duschkabine ist, verwandelt es das Badezimmer in einen kleinen Wellnessraum. Das Soleum wird aber zumeist immer an die Bedürfnisse und maßlichen Gegebenheiten des Kunden angepasst. Reine Standard-Kabinen gibt es somit kaum.



## ***Warum ist das SOLEUM gesünder als eine Dampfdusche oder Dampfkabine?***

Ein Dampfgenerator erzeugt Heißdampf von unten (Wasser wird über eine Heizspirale bis zum Siedepunkt erhitzt und verdampft dann). Dieser Heißdampf erzeugt in Dampfkabinen und Dampfduschen die nötige Wärmeentwicklung. Der Dampf sorgt für eine Befeuchtung der Schleimhäute und durch das Schwitzen wird der Körper entschlackt. **Mehr kann der Dampf nicht!**

Im SOLEUM wird die Wärme durch die Heizmatten erzeugt (Infrarot-Strahlungswärme), der **Solenebel** befeuchtet nicht nur die Atemwege sondern **die INHALATION wirkt zusätzlich entzündungshemmend, auswurfördernd, schleimlösend und beschleunigt die Heilung der Atemwegschleimhäute.**

Die medizinische Wirksamkeit von **Sole-Anwendungen bei einigen Hautkrankheiten ist ebenso unbestritten.**

## ***Welche Temperatur wird im Soleum erreicht?***

Im Soleum wird eine **Temperatur von bis zu 42°C** erreicht (abhängig von der Kabinengröße). Diese können Sie durch den Heizungsregler selbstverständlich regeln.

Der Temperaturbereich um 42°C wird von Medizinern „als eine gesunde Art des Schwitzens“ bezeichnet.

## ***Welche Vorteile hat das SOLEUM gegenüber einer einfachen Infrarotkabine?***

Die Infrarotstrahlungswärme bietet in der Infrarotkabine die selben Vorteile wie das SOLEUM. Eine „Tiefenwärme“ ist im SOLEUM jedoch nicht möglich.

**Das SOLEUM bietet jedoch zusätzlich:**

- die Möglichkeit, SOLE oder TEE in der Kabine zu vernebeln und somit diese zu einer „Inhalationskabine“ zu machen;
- eine Duschfunktion; → Das Soleum ist eine vollwertige Dusche.
- die Option, einen Dampfgenerator zusätzlich zu verwenden (Dampfdusche mit Solevernebelung).

### **Thema Sauberkeit:**

Bei den Holzkabinen (ausgenommen Zedernholz) besteht die Gefahr der Schimmelbildung und der Verunreinigung durch Bakterien, die wegen der geringen Hitze, 40°C - 60°C, nicht abgetötet werden können.

Bedingt durch das Obermaterial Keramik (Fliese) kann **im Soleum keine Schimmelbildung oder Verunreinigung durch Bakterien** entstehen, obwohl hier eine Temperatur von 45°C nicht überschritten wird.

## ***Benötige ich eine Entlüftung in der Kabine?***

Im privaten Bereich ist eine Entlüftung nicht zwingend erforderlich; im Objektbereich durch die oftmalige Benützung jedoch schon. In der Kabine wird die Feuchtigkeit durch die Heizung komplett aufgetrocknet. Es empfiehlt sich jedoch – wie in allen Badezimmern –, das Fenster zu öffnen und für eine ordentliche Entlüftung zu sorgen. Wo kein Fenster vorhanden ist, ist eine Entlüftung jedoch sehr empfehlenswert um eine Schimmelbildung zu vermeiden. Das Bad so gut wie möglich zu belüften (Tür öffnen, Soleum-Tür geschossen halten).

### ***Was ist mit der Restfeuchtigkeit in der Kabine?***

Das Wasser auf der Sitzbank und auf den Wänden wird innen durch die Heizung komplett aufgetrocknet. Auch wenn Sie die Heizung nach Gebrauch sofort ausschalten, kühlt die Kabine nur langsam ab und trocknet somit die Kabine auf.

### ***Gibt es das Soleum nur in den Standardgrößen?***

Nein, alle möglichen Varianten sind möglich. Das Soleum sollte jedoch nicht zu groß sein (Ansonsten 2 Vernebelungsanlagen verwenden). Die Standard-Soleum-Kabinen passen in bzw. statt jeder Dusche auch ins kleinste Badezimmer.

### ***Ich habe ein kleines Badezimmer, kann ich da ein SOLEUM einbauen?***

Überall, wo Sie Platz für eine Dusche haben, passt auch das SOLEUM hinein. Denn das Soleum ersetzt die Dusche, da es ja die Duschfunktionalität ebenfalls bietet. Es sollte jedoch ein Mindestmaß von 90x90 vorgesehen sein.

### ***Gibt es das Soleum auch für mehr Personen?***

Wir bieten Varianten für 2 Personen, wo man sich gegenüber sitzt. Je nach vorhandenem Platz kann das Soleum/ die Dampfkabine auch für mehrere Personen ausgebaut werden.

### ***Für welche Dauer reicht die Solelösung im mitgelieferten Behälter?***

Die Solelösung reicht für ca. 30 Minuten.

### ***Wie lange soll man in der Kabine inhalieren?***

Sie können grundsätzlich unbedenklich lange die Wärme und das Solenebelbad genießen. Ideal sind jedoch ca. 20 Minuten.

### ***Wie lange hält die SOLE in dem Behälter?***

Wir empfehlen grundsätzlich die Solelösung **immer frisch** zuzubereiten.

### ***Wie oft kann man das SOLEUM in der Woche benützen?***

Sie können im Prinzip jeden Tag in das Soleum gehen. Es ist unbedenklich und nicht so kreislaufbelastend wie eine Sauna.

### ***Was ist nach der Benützung zu beachten?***

Spülen Sie die Düse nach Benutzung mit klarem Wasser einige Sekunden durch. Dies verhindert die Verstopfung der Düse.

### ***Warum gibt es bei diesem Vernebelungssystem kein Problem mit Legionellen?***

Unser System basiert auf Luft. Es wird nur jene Flüssigkeit in die Kabine vernebelt, die sich in dem Acrylbehälter befindet. Nach der Vernebelung **bleibt KEIN RESTWASSER – bzw. RESTSOLE in einer Leitung** zurück. Dadurch gibt es keine Keim- bzw. Legionellenbildung!



### ***Kann ich auch Musik im Soleum / Dampfkabine genießen?***

Selbstverständlich! Wir bieten Ihnen wasserfeste Deckenlautsprecher, die Sie entweder mit der von uns gelieferten Steuerung (nur Radio) oder mit einer externen HiFi-Anlage verkabeln.

### ***Gibt es die Möglichkeit Farblicht zu verwenden?***

Das ist nicht nur möglich sondern auch empfehlenswert. Wer genießt nicht gerne die Kraft der Farben als Form der Entspannung. Wir bieten Ihnen Farblichtlampen in verschiedenen Größen und Leistungsstärken an.

### ***Wie lange benötigt die Kabine, um betriebsbereit zu sein?***

Aufgrund unserer leistungsstarken Heizung (**ca. 300W/m<sup>2</sup> !**) benötigt die Kabine eine Vorheizzeit von etwa 20 Minuten. Dies ist abhängig von den gewählten Fliesen (Dicke, Glasmosaik,...).

### ***Welchen Stromverbrauch hat die Kabine?***

Je nach Kabinengröße ist dies unterschiedlich. Bei unseren Standardkabinen (100x100cm) ist der Energieverbrauch ungefähr 1250W bei derzeit ~15 Cent pro kWh, **1 Betriebsstunde = 18,75 Cent**).

## Thema ANGEBOT-AUFTRAG-LEISTUNGSUMFANG

### *Liefern und montieren Sie in ganz Österreich?*

Ja, auch im angrenzenden Raum Deutschlands.

### *Was ist in Ihrem Leistungsumfang enthalten?*

Es ist bei uns üblich das wir die gesamte „Rohkabine“ aufstellen und die Technik vormontieren. Nach uns kommt Ihr Fliesenleger, der die Kabine falls notwendig noch ausgleicht, abdichtet (zweimaligen Dichtanstrich, Dichtbänder) und danach verflieset.

Weisen Sie Ihren Fliesenleger darauf hin das sich Heizungen in den Elementen befinden und Sorgfalt beim Verfliesen geboten ist. Auch die Ausschnitte für die Steuerungen und Deckenelemente (Deckenlicht, Farblicht, Lautsprecher,..) sind nicht zu klein zu machen (Steuerungen und Elemente dem Fliesenleger auch zeigen!).

Da wir in ganz Österreich unterwegs sind macht es wenig Sinn (Anfahrtskosten) das wir unsere Professionisten (Fliesenleger, Installateur, Elektriker) zu Ihnen schicken. Wir arbeiten daher immer mit Ihrem Installateur und Elektriker zusammen.

Die Glastüre bzw. Glasverbau können wir Ihnen auch anbieten. Es empfiehlt sich aber oft den Glaserer vor Ort damit zu beauftragen.

### *Aufputzarmatur oder Unterputzarmatur?*

Wir benötigen von Ihnen vorab die Information ob Sie eine Aufputzarmatur oder Unterputzarmatur einsetzen möchten, ebenso ob Sie eine Regenbrause haben möchten.

Falls Sie eine Unterputzarmatur einsetzen möchten, informieren Sie Ihren Installateur das unsere Wandmodule 4,5cm + ca. 1cm Fliese haben werden und somit der Unterputzmischer entsprechend weiter nach vorne gesetzt werden muß!

### *Bekomme ich einen Plan für die Vorbereitungsarbeiten?*

Wenn Sie uns mit der Durchführung des Auftrages beauftragen, erhalten Sie einen Plan für Ihren Installateur mit der Positionierung des Gulli's und der Armaturen sowie die Auslassposition der Dampfleitung. Ebenso erhalten Sie Informationen welche elektrischen Vorarbeiten (Verlegung von Leerrohren) zu erledigen sind.

Detailpläne zu zeichnen erfordert einen hohen zeitlichen Aufwand. Bitte haben Sie Verständnis dafür das wir deshalb keine Pläne und Detailinformationen ohne einen Auftrag machen können.

Einen bemaßten Rohplan für Armaturen, Gulli und Dampfauslass sowie eventuelle elektrische Vorbereitungen können wir Ihnen für eine Pauschale von EUR 180,-- inkl. MWst anfertigen. Dies setzt jedoch eine fixe, von Ihnen vorgegebene Form der Kabine (Modell) voraus (Siehe dazu auch das Dokument Preisbeispiele Rohkabinen).

Diesen Betrag erhalten Sie nach einer Auftragsvergabe an uns wieder gutgeschrieben.



## ***Das Dampfbad wird erst später gebaut die Anschlussinformationen benötige ich jedoch früher (Rohbau)?***

Wenn Sie in dem Technikbereich, wo später die gesamte Technik (Technikkasten, Dampfgenerator, ..) platziert werden soll, folgendes Vorinstallieren, so können Sie beruhigt das Dampfbad auch später installieren.

### **Dampfgenerator benötigt:**

1. Wasserzulauf (Kaltwasser genügt)
2. Wasserablauf (Gully)
3. Stromanschluss  
(Starkstrom empfehlenswert, Zuleitung je nach Kabinengröße, wenn Sie hier eine 5x4mm<sup>2</sup> Zuleitung nehmen sind Sie für gewöhnlich auf der sicheren Seite. Befragen Sie hier jedoch Ihren Elektriker um genauere Informationen bzgl. Zuleitung und Absicherung zu erhalten. Die Dampfgeneratoren gibt es in 3kw, 6kW, 9 kW und selten auch 12kW Ausführung.
4. Dampfleitung  
Sie müssen in einer Wand eventuell eine Dampfleitung vorstemmen. Um zu wissen wo diese in die Kabine herauskommen soll müssen Sie sich bereits Gedanken über die Form der späteren Kabine machen (weg vom Fußbereich!).

### **Das Soleum bzw. die Heizung benötigt:**

1. Vorzugsweise eine separate Stromleitung. Die Leistung der Kabine hängt von der zukünftigen Größe ab. Multiplizieren Sie einfach die gesamte Innenfläche der Kabine (Alle Wandflächen und Boden) mit 300W, damit erhalten Sie die zu erwartende Anschlussleistung. Wenn Sie hier eine 5x4mm<sup>2</sup> Zuleitung nehmen sind Sie für gewöhnlich auf der sicheren Seite. Befragen Sie hier jedoch Ihren Elektriker um genauere Informationen bzgl. Zuleitung und Absicherung zu erhalten.
2. Der Kompressor hat 250W
3. Der Steuerungskasten hat ca. 150W

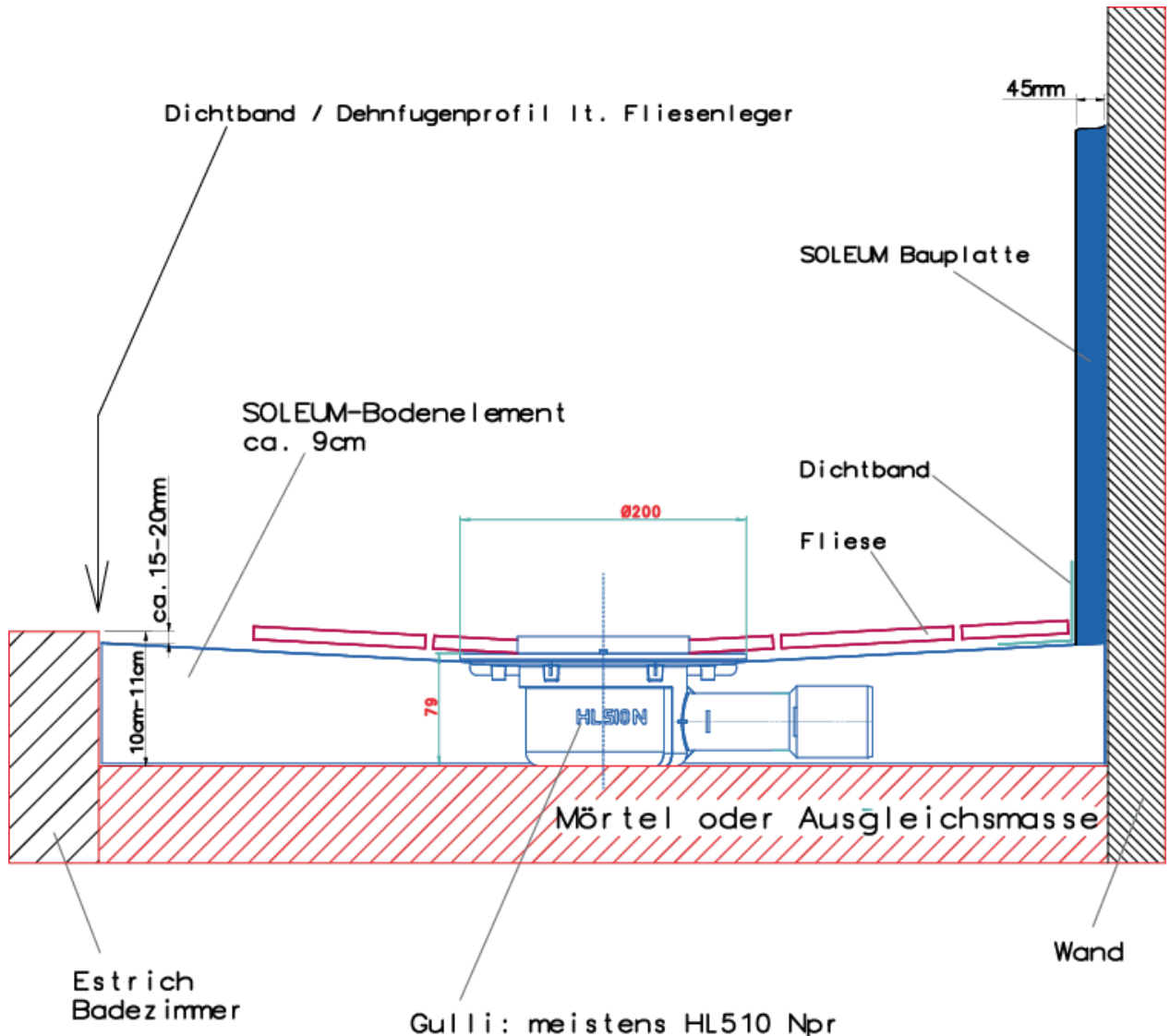
### **Ablauf in der Kabine**

Es macht natürlich Sinn sich gleich Gedanken über die zukünftige Form der Kabine zu machen um den Gulli gleich an richtiger Stelle zu setzen.

### ***Ebenerdiger Einstieg, Estrichvorbereitungen?***

Üblicherweise wird der Estrich unterhalb der Kabine ausgespart.

Bleiben Sie anhand nachstehender Skizze ca. 10-11cm unterhalb des fertigen Estrichniveaus.



### ***Fußbodenheizung im Dampfbad/Soleum?***

Sie können die Fußbodenheizung schon auch in das Dampfbad führen und somit den Estrich samt Gulli fertig stellen. Bedenken Sie jedoch, dass die Fußbodenheizung –falls Sie im Dampfbad keinen eigenen Kreis machen/gemacht haben – nur im Winter in Betrieb ist und Sie somit im Sommer einen kalten Boden hätten. Man kann zwar auf den fertigen Estrich mit Gefälle zum Gulli eine zusätzliche Heizmatte aufspachteln, muss aber damit rechnen dass viel Wärme nach unten in den Boden verloren geht und dieser im Vergleich zu den anderen beheizten Elementen nur mäßig warm wird. Die aufgespachtelte Heizung hat ~ 5mm, berücksichtigen Sie dies bezüglich des Gefälles!

***Wie ist die Dampfleitung zu montieren?***

Dies weiß für gewöhnlich der Installateur ohnehin. Die Dampfleitung muss isoliert (Kautschukisolierung) sein und darf keine scharfen Knicke beinhalten. Sie soll in Richtung Dampfdüse immer leicht fallen. Am Ende der Dampfleitung ist dann einen **WANDSCHEIBE** zu setzen. Auf dieser lässt sich nach fertiger Verfließen die Dampfdüse aufschrauben. Die gebräuchlichsten Durchmesser sind 22mm und 28mm (Dampfgeneratoren ab 6kW = 28mm Kupferrohr)

***Welchen Gulli empfehlen Sie?***

Beim Gulli setzen die meisten Installateure den **HL510NpR mit Dichtmanschette** ein.

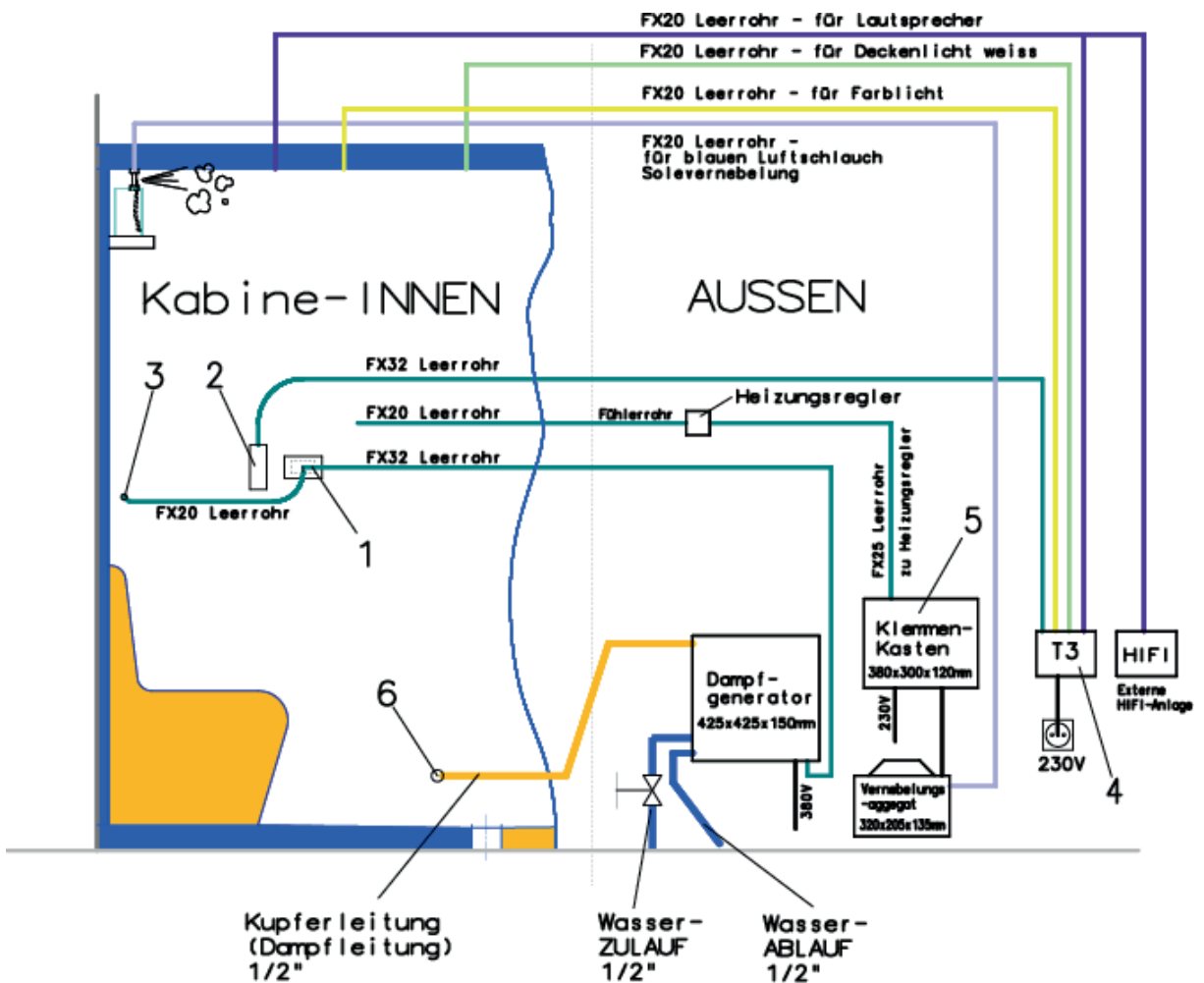
***Kann eine Ablaufrinne eingesetzt werden?***

Ja dies ist möglich. Hier benötigen wir die entsprechende Information von Ihnen.

### Gibt es ein Anschlussschema eines Dampfbades?

In den meisten Fällen lässt sich nachstehendes Schema anwenden. Die T3-Steuerung wird mittlerweile in einen größeren Technikkasten eingebaut!

Wenn Sie vom Technikkasten 6 FX-Leerrohre über die Kabinendecke auf einer Höhe von ~ 240cm (vom Badezimmerfußboden/Estrich) vorverlegen und diese ca. 2m lang lassen, dann liegen Sie auf der sicheren Seite (Beim Eisatz von Licht, Farblicht, Lautsprecher, Sole,..)



#### LEGENDE :

- 1...Dampfgeneratorsteuerung
- 2...SOL-T3-Steuerung
- 3...Fühler-Dampfsteuerung
- 4...SOL-T3-Steuerkasten
- 5...Klemmenkasten
- 6...Dampfauslass

#### Abmessungen :

Dampfgenerator : 425x425x150mm(6KW)  
 Vernebelungsaggregat : 320x205x135mm

Klemmenkasten: 380x300x120mm  
 oder 300x220x120mm je nach Kabine  
 T3-Steuerkasten: 210x160x120mm

## Thema MONTAGE

### ***Wie lange dauert die Montage?***

Je nach Größe der Kabine 1-2 Tage. Die Kabine wird (falls nicht anders vereinbart) an den Stößen grob vernetzt und verspachtelt. Diese muss dann 2-3 Tage trocknen, dann kann der Fliesenleger kommen.

### ***Kann ich mir bei den Montagekosten etwas sparen?***

Das Vernetzen nimmt je nach Kabinengröße auch viel Zeit in Anspruch. Ein geschickter „Heimwerker“ kann sich dies sicher auch selber netzen (ähnlich wie bei den Stößen von Rigipsplatten).

### ***Wie wird die Technik geliefert?***

Der Technikkasten wird entsprechend Ihrer Kabine bei uns vorbereitet und bei Ihnen vormontiert. Den elektrischen Endanschluss muss jedoch Ihr Elektriker übernehmen. Die Vernebelungsdüse und die Deckenelemente sowie Steuerungen können erst nach dem Verfliesen eingeklebt (Silikon) werden. Die elektrischen Leitungen und Steuerkabel werden soweit möglich bereits alle eingezogen.

Aufgrund der Entfernungen (je nachdem wo die Kabine montiert werden soll) macht es oft wenig Sinn das ein Techniker von uns zum Montageort fährt um die Deckenelemente und Steuerungen einzukleben. Die Fahrzeit ist oft viel länger als die Arbeitszeit muss jedoch ebenso verrechnet werden.

Es wird daher üblicherweise bei weiteren Entfernungen vereinbart das zB der Elektriker oder Fliesenleger die Elemente einklebt (oder auch selber).

Wenn Sie jedoch uns mit der Endmontage (Einkleben) beauftragen wollen so erledigen wir dies selbstverständlich gerne für Sie (Abrechnung nach tatsächlichem Zeitaufwand, Fahrzeit und Kilometersatz).

### ***Kann die Vernebelungsdüse nur an der Decke montiert werden?***

Nein, sie kann auch seitlich montiert werden. Dazu wird ein 90° Eckventil anstatt des geraden Ventils auf die Düse aufgeschraubt. In unseren Soleum-Kabinen ist die Düse immer oben an der Decke montiert. Wenn Sie die Düse seitlich montieren wollen (wenn Sie z.B. in einem gegenüberliegenden Raum Platz für die Technik haben), geben Sie dies bitte bei Ihrer Bestellung bekannt.

### ***Wie wird das Soleum geliefert?***

SOLEUM Basic: Das SOLEUM-Basic Bausatz ist für den Heimwerker konzipiert und somit für den Selbstbau geeignet.

Bestellte SOLEUM-Anfertigungen: Größere SOLEUM-Kabinen bzw. Dampfbäder werden nur mir Montage angeboten da im Selbstaufbau zu viele Fehler passieren können (Gewährleistung/Garantie).

### ***Was ist, wenn die Düse verstopft ist?***

Wenn durch Schwebeteilchen (ungefilterte Tee- oder Kristallsalzlösung) oder Salzablagerung (entstanden durch nicht durchgeführte Wasserspülungen nach Gebrauch) eine Düse verstopft ist, so können Sie diese nach Demontage mit lauwarmem Wasser durchspülen. Bei einer hartnäckigen Verstopfung müssen Sie mit einer feinen Nadel die Düse reinigen.

Wir übernehmen für Sie jedoch gern ein Düsenservice. Für einen Betrag von EUR 25,- reinigen wir Ihre Düse bestmöglich und stellen Sie wieder auf Ihre optimale Position ein.

***Wo soll der Kompressor platziert werden?***

Wir empfehlen, den Kompressor oberhalb oder besser in einem Nebenraum der Kabine zu platzieren. Der Kompressor kann auch 7-10m weit weg positioniert werden (Dachboden, Garage ohne Frostgefahr,....)

***Wie lange kann die Luftleitung vom Generator zur Düse sein?***

Die Luftleitung kann bis zu 10m betragen. Je weiter der Kompressor entfernt ist, desto weniger hören Sie ihn.

## Thema INFRAROT

### *Was ist Infrarot-Strahlung?*

Infrarotstrahlung oder **Wärmestrahlung** ist ein Teilbereich des von der Sonne erzeugten Lichtspektrums. Die Sonne sendet neben dem UV-Licht (UV-A, UV-B) auch die für den Menschen unsichtbaren Infrarotstrahlen aus. Sie sind die im Sonnenlicht für das Wärmeempfinden des Menschen verantwortlichen Strahlen. Außerdem gibt die durch die Sonneneinstrahlung erwärmte Erde IR-Strahlung ab.

Infrarotstrahlen werden nach ihrer Wellenlänge - gemessen in Nanometer (nm) - in 3 verschiedene Bereiche eingeteilt:

kurzwellige Infrarot-Strahlung (**IR-A**): 780 bis 1.400 nm

mittelwellige Infrarot-Strahlung (**IR-B**): 1.400 bis 3.000 nm

langwellige Infrarot-Strahlung (**IR-C**): über 3.000 nm bis 1 mm.

### *Wo befindet sich die Infrarot-Wärmestrahlung in der Sole-Kabine?*

Die Infrarotstrahlung erfolgt durch spezielle leistungsstarke Heizmatten, die – **über das Medium KERAMIK** (also der Fliese) – eine gleichmäßige Wärme in die Kabine abstrahlen.

Dies ist das selbe Prinzip wie bei den meisten am Markt erhältlichen Infrarot-Wärmekabinen.

Diese angenehme gleichmäßige Wärmestrahlung ermöglicht **ein gesundes Schwitzen** und einen **Genuss aller Vorteile der Infrarot-Strahlungswärme**.

### *Welche Infrarotstrahlung habe ich im SOLEUM?*

Im Soleum haben Sie eine gleichmäßige langwellige Infrarot-Strahlung (**IR-C** - Eindringung in die Haut von über 3.000 nm bis 1 mm.). Es ist keine Tiefenwärmekabine – dazu ist die Abstrahlungstemperatur zu niedrig. Sie sitzen ja direkt auf/an der Fliese! Bei den Holzkabinen müssen Sie einen Abstand zwischen Strahler und Körper halten, da die Strahler sehr heiß sind.

Der Grundgedanke, der dahintersteckt, ist in erster Linie, nicht in einer vorgegebenen Position vor eingebauten Infrarotstrahlern sitzen zu müssen, um in den Genuss der vollen Bestrahlungsintensität zu gelangen. Daher wünscht man sich eine von allen Wänden abgegebene Infrarotstrahlung, die es ermöglicht, eine individuelle Position in der Kabine einnehmen zu können – sprich eine komfortablere Lösung.

In den meisten Infrarot- Kabinen werden Strahlerquellen eingesetzt, **die hauptsächlich Infrarot C** und mehr oder weniger geringe Teile von Infrarot B abstrahlen.

Es wird hier komplett nur die oberste Hautschicht erreicht, dringt also nicht direkt in tiefere Hautschichten ein, sondern wird bereits an der oberen Hautschicht in Wärme umgesetzt (die sich von dort aus durch Reflexwirkung erst langsam weiter im Körper verbreitet).

## Thema SOLE

### *Was ist SOLE?*

**Sole** (aus spätmittelhochdeutsch *sul, sol* Salzbrühe) ist eine Salz-Wasser-Lösung.

Als Solen werden Wässer definiert, die einen Salzgehalt von mindestens 14g/l Wasser aufweisen. Meerwasser (Adria) enthält im Vergleich dazu über 32 g, ist also eine mind. 3%ige Sole.

Solen sind natürlich vorkommende Heilmittel aus Bergbausole oder Solequellen und werden therapeutisch in verschiedenen Konzentrationen angewendet, je nachdem ob sie für Bäder (bis 12 %), Inhalationen (0,9 % - 3 %) oder als Trinkkuren (0,3 - 1,5 %) dienen.

Die durch Kristallsalz oder Meersalz hergestellte reine SOLE ist eine **26-prozentige gesättigte und gebrauchsfertige kristalline Solelösung** (Es gibt hier keine 100% Solelösung).

### *Was ist SOLE aus medizinischer Sicht?*

In der Medizin werden Kochsalz-Lösungen mit einem Salzgehalt von 1,5 bis 6 Prozent als Sole bezeichnet. **Die medizinische Wirksamkeit von Sole-Anwendungen bei einigen Hautkrankheiten ist unbestritten.**

Es gibt Sole-Trinkkuren, Solespülungen, Solebäder, Sole-Einreibungen, Soleumschläge und Sole-Inhalationen.

**Sole** zeichnet sich im Unterschied zu Schwefel und Radon **als reizmildes, als gut verträgliches Kurmittel** aus mit dennoch hoher Wirksamkeit und einem breiten Wirkungsspektrum.

### *Was bringen Sole-Inhalationen (0,9 % - 3 %)?*

Bei chronischen und spezifischen Erkrankungen der oberen und unteren Luftwege (Asthma, Bronchitis), sowie bei akuten und chronischen Nebenhöhlen- und Ohrenerkrankungen ist eine Soleinhalation empfehlenswert.

Die inhalative Anwendung der **Sole wirkt entzündungshemmend, auswurfördernd, schleimlösend und beschleunigt die Heilung der Atemwegsschleimhäute**. Es gibt sie in verschiedenen Vernebelungsformen in Apparaten oder in Kabinen (SOLEUM).

**Inhalieren Sie immer unjodiertes Salz!**

### *Was sind Sole-Bäder und Sole-Unterwassertherapien (bis 12 %)?*

Balneotherapeutisch wirkt die Sole schmerzlindernd, durchblutungsfördernd, entzündungshemmend, muskelentspannend; sie fördert die Zellregeneration, regt Stoffwechsel und Organfunktion an, erhöht die Abwehrkräfte, desensibilisiert bei Allergien und stabilisiert das Nervensystem.

### ***Ist Meerwasser auch SOLE?***

**Das Meerwasser ist Salzwasser**, genauer eine wässrige Lösung von verschiedenen Salzen mit einem **durchschnittlichen Salzgehalt** (Salinität) **von 3,5%** Massenanteil. Der Gesamtsalzgehalt schwankt je nach Meer. Die Ostsee hat einen Salzgehalt von 0,2 bis 2%, das **Tote Meer hingegen bis zu 28%**. Der Mittelwert gilt somit vor allem für das Hauptvolumen der Ozeane und auch für die meisten Nebenmeere wie etwa die Nordsee. Den Hauptanteil der Salze bilden die Chloride, wobei wiederum Kochsalz bzw. Natriumchlorid die dominierende Rolle spielt. Zusammen knapp 1 Promille entfallen auf Magnesiumchlorid, Magnesiumsulfat, Kalziiumsulfat, Kaliumchlorid und Kalziumkarbonat. Aber auch andere Salze sind in Spuren im Meerwasser gelöst.

## Thema SOLE HERSTELLUNG

### *Welches Salz soll ich verwenden?*

1. **unjodiertes** Meersalz
2. **unjodiertes** Kristallsalz
3. Emser Salz aus der Apotheke  
Weblink: Emser  
Salz: [http://www.emser.de/seiten/emser\\_salz/emser\\_salz\\_index4.html](http://www.emser.de/seiten/emser_salz/emser_salz_index4.html)

### *Wo kann man das Salz beziehen?*

In der Apotheke, im Reformhaus / Drogerie (achten auf unjodiert, und nicht „nur für äußere Anwendung“!)

### *Was ist Kristallsalz?*

Kristallsalz Himalaja:

Das Salzkristall ist aus 100% Natursalz. Kristallsalz gibt es meist als Salzkristallbrocken oder fein gekörnt.

Kristallsalz ist eigentlich ein neuer moderner Ausdruck für naturbelassenes Salz.

### *Wie wird die Sole aus Kristallsalzbrocken erzeugt?*

Geben Sie mehrere Salzkristalle (Kristallsalz bzw. Himalaya-Natursalz, nehmen Sie kein handelsübliches Salz!) in ein verschließbares Gefäß, zum Beispiel ein leeres, sorgfältig gereinigtes Marmeladenglas oder ein Einwegglas. Füllen Sie das Glas mit Wasser auf, bis die Kristalle bedeckt sind. Nach etwa einer Stunde haben sich diese soweit aufgelöst, dass eine **26-prozentige gesättigte und gebrauchsfertige kristalline Solelösung** entstanden ist (Es gibt keine 100% Solelösung).



Sie werden feststellen, dass sich die Salzkristalle jetzt nicht mehr weiter auflösen. Erst wenn Sie wieder Wasser zugießen und die Solekonzentration dadurch geringer wird, beginnen die Salzkristalle sich weiter aufzulösen, bis wieder eine natürliche Sättigung der kristallinen Sole bei etwa 26 Prozent erreicht ist. Solange noch Salzkristalle in Ihrem Gefäß sind, haben Sie die Gewähr einer gesättigten kristallinen Sole. Aus dieser können Sie die für das Soleum benötigte Menge entnehmen. Bitte die Sole nur in Glasgefäßen aufbewahren.

Die Sole kann immer wieder mit Wasser aufgefüllt werden, bis sich die Salzkristalle vollständig aufgelöst haben. Bevor Sie weitere Sole entnehmen, sollten Sie einen neuen Salzkristall in das Glas geben, damit eine 26-prozentige Konzentration der kristallinen Sole gewährleistet ist.

Die konzentrierte Sole bedarf keiner besonderen Aufbewahrung und ist **unbegrenzt haltbar**. Weder Keime und Viren noch Pilze oder Bakterien haben eine Chance, sich in der Sole zu vermehren. Es handelt sich also um eine sterile Lösung.

#### Entnahme der SOLE aus dem Gefäß:



Benötigte Teile:

- Küchenpapier od. Kaffeefilter,
- Trichter, eventuell auch ein Sieb,
- Glas



Nehmen Sie ein Stück Küchenpapier oder einen Kaffeefilter und geben Sie dies in einen Trichter. Sie können zusätzlich ein Sieb verwenden, in welches Sie das Küchenpapier legen (siehe Bild).

#### ***Warum muss man die Sole, die mit Kristallsalzbrocken erzeugt wird, filtern?***

Durch das Auflösen des Kristallsalzes wird die Sole auch trüb und enthält kleinste Schwebeteilchen. Diese könnten die Zerstäubungsdüse in der Kabine verstopfen. Die Filterung der Sole ist also eminent wichtig.

Mit dieser gefilterten Sole können Sie nun Ihre zum Inhalieren **verdünnte Solekonzentration** herstellen.



### **Wie hoch muss die Solekonzentration zum Inhalieren sein?**

Im Soleum wird eine 1-2% Solelösung zur Inhalation verwendet:

**Die medizinischen Inhalationen sind 0,9 also in etwa 1%.**

Konzentrationstabelle bei Kristallsalzsole (durch Auflösen):

ca. 1%ig	30ml Sole auf 1l Wasser
ca. 2%ig	60ml Sole auf 1l Wasser

### **Wie wird die SOLE-Inhalationslösung mit Meersalz hergestellt?**

Bei der Verwendung von unjodiertem Meersalz (bzw. fein gekörntem Kristallsalz) lösen Sie einen Esslöffel Meersalz auf einen Liter Wasser vollständig auf. Diese Konzentration ergibt ein gutes Verhältnis zur Inhalation (1-2%) und Sie können dies direkt in den Behälter im Soleum füllen.

### **Kann ich zuviel Salz „erwischen“?**

Wenn Sie bei der Anrichtung der Sole zuviel Salz (mehr als einen Esslöffel) bzw. mehr als 3%ige Solelösung verwenden, dann werden Sie dies an „brennenden Augen“ in der Kabine schnell bemerken. Verändern Sie das Mischverhältnis wieder durch Zugabe von mehr Wasser!

Für die Haut bedeutet eine höhere Solelösung keine Probleme, jedoch für die Schleimhäute ist eine zu aggressivere Lösung nachteilig. Wenn Sie stark verschnupft sind, besprechen Sie eine höhere Inhalationsdosis unbedingt vorher mit Ihrem Arzt.



## Thema DAMPF und SOLENEBEL

### *Warum heißt es SOLENEBEL und nicht SOLEDAMPF?*

Wenn man Sole verdampft, bleibt Salz übrig (Salzgewinnung). Sole kann man also nur vernebeln und nicht verdampfen. Man spricht hier auch von einer Kaltvernebelung. Sie werden den Solenebel jedoch nicht als kalt empfinden, da sich dieser sofort durch die Kabinenwärme erwärmt.

### *Wie lange dauert es, bis die Kabine vernebelt ist?*

Es benötigt nur wenige Minuten Zeit, um eine Solekabine im Standardmaß von 90x90cm / 100x100cm zu vernebeln. Bei größeren Kabinen benötigt man mehr Zeit (immer abhängig vom Raumvolumen).

### *Muss man einen Dampfgenerator verwenden?*

Normalerweise nicht. Der Dampfgenerator verwandelt die Kabine zusätzlich in eine Dampfdusche bzw. mehr Dampfkabine (da es ein schöner gefliester Raum ist). Medizinisch gesehen bringt er für die Gesundheit keinen Vorteil.

### *Was bringt ein Dampfgenerator zusätzlich im Soleum?*

Sie können die Solekabine **mehr als 42°C** aufheizen. Sie schwitzen mehr!

Der Dampf verteilt die Solepartikel durch Verwirbelung noch mehr im Raum, und auch das Farblicht (falls vorhanden) erhält durch den Dampf eine tiefere Wirkung bzw. Optik.

### *Welchen Dampfgenerator verwenden Sie?*

**Wir verwenden ausschließlich hochwertige Dampfgeneratoren mit einer automatischen Entleerung.** Dies ist eminent wichtig, damit sich keine Keime und Bakterien bilden können, die beim nächsten Betrieb in die Kabine geblasen würden.

Bei Dampfgeneratoren die keine Entleerung vorgesehen birgt sich die Gefahr der Keim- und Legionellenbildung im Restwasser des Generators.

Im Generator wird Wasser erhitzt bis zum Verdampfen. Bleibt in den Geräten nach dem Betrieb ein Restwasser stehen, so können sich hier in diesem warmen, stehenden Wasser Keime bilden. Diese werden, wenn ein Dampfgenerator keine automatische Entleerung hat, beim nächsten Betrieb in die Kabine geblasen.

### *Wer schließt den Dampfgenerator an?*

**Der Anschluss muss von einem konzessionierten Installateur vorgenommen werden.**

### *Welche Anschlüsse benötige ich für den Dampfgenerator?*

Sie benötigen einen Wasserzulauf (Kaltwasser) und einen Wasserablauf (automatische Entleerung) in den nächstgelegenen Gully (meist der Duschkabine-Gully). Sowie eine Dampfleitung, diese ist für gewöhnlich eine Kupferleitung (22mm od. 28mm ) mit einer Kautschukisolierung. Die Kupferleitung stellt immer Ihr Installateur her und ist kein Bestandteil der Lieferung. Für die spätere Montage der Dampfauslassdüse ist es sinnvoll am Ende



eine Wandscheibe zu setzen. Darauf kann man nach der Verfliesung die Dampfdüse aufschrauben.

### ***Welchen Stromanschluss benötigt der Dampfgenerator?***

Bei unseren Standardkabinen hat ein Dampfgenerator 3kW. Dies ist mehr als ausreichend. Dieser wird mit einem normalen Lichtstrom (230V) betrieben. Dampfgeneratoren mit einer höheren Leistungszahl werden mit Starkstrom (380V) betrieben. Welche Absicherung Sie benötigen, steht in der jeweiligen Betriebsanleitung des Dampfgenerators.

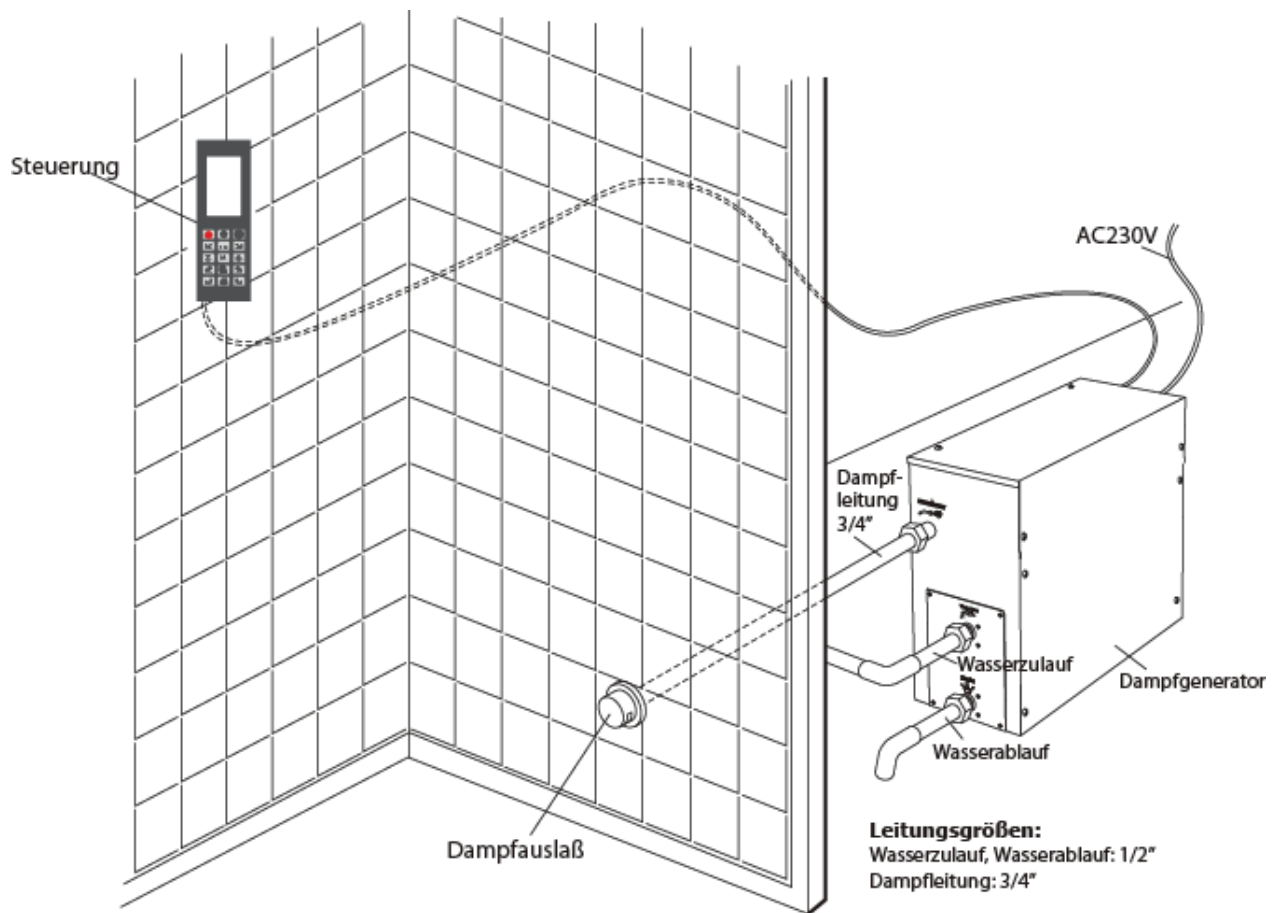
**Der Anschluss muss von einem konzessionierten Elektriker vorgenommen werden!**

### ***Kann ich den Dampfgenerator zu einem späteren Zeitpunkt nachrüsten?***

Sie sollten sich bereits bei der Planung des SOLEUMs Gedanken über den Einsatz eines Dampfgenerators machen, denn dieser benötigt einen fixen Wasseranschluss und einen Ablauf. Zusätzlich muss eine Kupferleitung (Dampfleitung) in die Kabine verlegt werden.

Auch die Leerverrohrung (Durchmesser 32mm) für die Steuerung muss berücksichtigt werden. Eine Nachrüstung kann möglicherweise deutliche Mehrkosten (Stemmarbeiten, Fliesen,..) verursachen, als wenn man es gleich in der Bauphase des SOLEUMs mitberücksichtigt.

Schema Dampfgenerator:





## Thema REINIGUNG und PFLEGE

### *Wie sind die Fliesen und Armaturen nach einer Inhalationssitzung zu pflegen?*

Spülen Sie die Fliesen nach Ihrer Dusche einfach mit Wasser ab. Hierdurch entfernen Sie geringe Salzurückstände.

Als sehr vorteilhaft erweist sich auch die Nanoversiegelung der Fliesen und Fugen. Diese wird in Abständen von mehreren Monaten neu aufgetragen und schützt Ihrer Kabine und Duschtüre optimal (das Wasser perlt sauber ab).

### *Gibt es Salzablagerungen nach mehreren Verwendungen?*

Kalkablagerungen werden Sie –wie in jeder anderen normalen Dusche- auch sehen jedoch **keine Salzablagerungen**. Dafür ist die Solelösung von 1% zu gering. Es empfiehlt sich jedoch **immer eine Abspülung der Wände** nach dem Duschen!

## Thema GESUNDHEIT

### *Welche Anwendungsgebiete gibt es für SOLE?*

Die Anwendungsgebiete für Sole sind also sehr zahlreich.

Sole wird u.a. bei folgenden Indikationen angewendet (Bäder und Inhalationen):

- Hauterkrankungen (Neurodermitis, Psoriasis-Schuppenflechte,..)
- Allergien
- Atemwegserkrankungen (Bronchitis, Asthma,..)
- Erkältungskrankheiten
- Verdauungsbeschwerden
- Stoffwechselstörungen
- Nieren- und Blasenerkrankungen
- Konzentrationsschwäche und Schlafstörungen

### *Welche Institutionen und Therapieeinrichtungen gibt es rund um das Thema SOLE?*

Es werden hier nur einige größere Institutionen und Kurhäuser aufgelistet.

- Tassilo Kurbetriebe **Bad Hall**
- **Heilstollen Bad Reichenhall** (<http://www.alpensole.de/>)
- VitalBad Aussee
- **Bad Ischl , Soletherapien**  
(<http://www.kaisertherme.co.at/folges/geschichte.htm>)
- **Dr. Ebel Fachkliniken GmbH & Co. Rehabilitationsklinik CAROLINUM KG** , 34385 Bad Karlshafen  
(<http://rheuma.ebel-kliniken.de/flycms/Therapie-mit-Sole/>)
- **AWO Kurhaus "Zur Solequelle"**, Bayern
- **Medizinisches Therapiezentrum Bad Zell** ([http://www.lebensquell-badzell.com/navigation/cms,id,62,nodeid,62,\\_country,at,\\_language,de.html](http://www.lebensquell-badzell.com/navigation/cms,id,62,nodeid,62,_country,at,_language,de.html))

### *Was ist Thalassotherapie bzw. Meeresheilkunde?*

Ein Klimawechsel kann Wunder bewirken bei Erkrankungen der Haut, der Atemwege oder bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die gesundheitsfördernden Auswirkungen von Sonne, Licht, Wind und Luft im Gebirge und am Meer werden in der Medizin schon lange genutzt. Heute zeigen aktuelle Forschungsergebnisse, welche Klima- und Thalassotherapien sich für präventive Maßnahmen und zur Behandlung vieler Krankheiten einsetzen lassen.

Das an südlichen Meeresküsten vorherrschende Klima ist also der Gesundheit sehr zuträglich bzw. kann bei vielen Krankheiten Heilungsprozesse auslösen und beschleunigen.

Diese Beobachtung mündete in Kurbehandlungsstrategien, die unter dem Begriff "**Thalasso**therapie" (oft in der Kurzform "Thalasso" verwendet) zusammengefasst werden. Hauptkomponenten dabei sind:

**- Luftfeuchtigkeit und Temperatur (Aerosol, Wärmeanwendungen)**

- Bäder (Salzwasser, Auftrieb, Wellen, Jod, eventuell Algen).

Im Reizklima von Meeresgebieten und Hochgebirgsregionen sind zudem kaum Allergene vorhanden und – so lautet zumindest die Vermutung der Wissenschaftler – die alten Hautzellen können sich besser lösen, die Durchblutung wird gefördert und das Entzündungsrisiko sinkt.

### ***Was bringt die Infrarotwärme?***

Infrarot-Tiefenwärme dringt in die Haut und entfaltet über die Lymphen und Blutbahnen auf den ganzen Körper seine wohltuende und heilsame Wirkung. **Man schwitzt sanft**. Aber weil die Wärme unter die Haut geht, schwemmt der Körper im Schweiß viermal mehr Fette, schädliche Schwermetalle, Gift- und Schlackenstoffe aus als in der wesentlich heißeren Sauna.

Das Institut für Wärme- und Immuntherapie (IWIT) in Wien erforscht seit vielen Jahren die Hyperthermie (Hyperthermie ist die Fachbezeichnung für die gezielte künstliche Erhöhung der Körperkerntemperatur ) mit Infrarotstrahlung und hat daraus wirksame Therapien entwickelt:

- Arthrosen, Arthritis.
- Fibromyalgie (Weichteilrheumatismus).
- Wirbelsäulenleiden.
- Asthma, Bronchitis.
- Infektionen und Immundefekte.
- Schmerzzustände.
- Stresszustände und Muskelverspannungen.
- Thermoregulationsblockade (Unfähigkeit zu fiebern).
- Krebserkrankungen.

## Thema TEE

### ***Kann ich alle Tees vernebeln?***

Nicht alle Teesorten eignen sich für die Inhalation bzw. Vernebelung. Sprechen Sie mit Ihrer Apotheke über mögliche Teesorten, die sich zur Inhalation eignen.

Möglich sind zB. **Pfefferminze, Kamille und Thymian.**

Kochen Sie frischen (offenen- keine Teebeutel) Pfefferminztee (erhältlich in Drogerie, Apotheke oder Naturladen) und füllen Sie dieses gefilterte Teewasser (keine Schwebeteilchen dürfen sich darin befinden) in den Verneblungsbehälter.



## Thema KINDER und SOLE

### *Kann ich mein Kind mit in die Kabine nehmen?*

Warum denn nicht? Ein Kind hat normalerweise nicht das „Durchhaltevermögen“, sich 20min ruhig hinzusetzen, aber schädlich ist ein Besuch im Soleum für das Kind nicht. Es ist eine rein natürliche Salzhinhalation, die auch dem Kind wohl tut. Fragen Sie vorher aber dennoch Ihren Arzt, ab welchem Alter er dies empfiehlt bzw. ob dies für **Ihr** Kind auch passend ist.

Für Kinder mit Hautproblemen (Neurodermitis) wirkt die Sole sicher helfend.