

# Slana revolucija u liječenju alergija

**NOVINARSKA EKIPA ZDRAVOG ŽIVOTA** posjetila je u Osijeku novootvoreni **Centar za zdravlje tijela i duha Vivasol** u kojem se nalazi prva hrvatska slana soba za haloterapiju, gdje se sa solju liječe razni problemi i bolesti dišnog sustava poput alergija i astme

**MELITA ŠTRBIK** na terapiju u slanu sobu zbog alergija i bronhitisa dovodi 9-godišnju kćer Petru

NAPISALA: ANA KIRIN  
SNIMILA: MATEJA VRČKOVIĆ

Početak travnja novinarska ekipa Zdravog života posjetila je u Osijeku novootvoreni Centar za zdravlje tijela i duha Vivasol u kojem se nalazi prva hrvatska slana soba za haloterapiju, to jest liječenje solju. Riječ je o potpornoj terapiji za razne probleme i bolesti dišnog sustava, uključujući alergije i astmu, zatim kožne bolesti, bolove u zglobovima i artritis, oslabljeni imunitet, kronični umor i stres. Centar Vivasol otvorila je Sunčana Petrić, 48-godišnja kemijska tehničarka, a odnedavno i apsolutnica na Teološkom

fakultetu, koja je proteklih osam godina radila kao hagi-oterapeut u osječkom Centru za duhovnu pomoć. Kako sama kaže, upravo je pružajući ljudima duhovnu pomoć shvatila koliko je važno i psihofizičko zdravlje, a budući da u Osijeku ima puno plućnih bolesnika i osoba koje pate od alergija, kada je saznala za haloterapiju, odlučila ju je dovesti u svoj grad.

U slanoj sobi u njezinom centru svi su zidovi, strop i podovi potpuno prekriveni prirodnim kamenom solju. Uređaj koji se zove halogenerator stvara i u sobu upuhuje čestice suhog slanog aerosola koje zasićuju i ioniziraju

## 'Spasonosna terapija za vrijeme proljeća'

### Melita i Petra Štrbik

Trgovkinja Melita Štrbik na haloterapiju dovodi svoju 9-godišnju kćer Petru. "Petra je alergična na pelud, ambroziju, pseću i mačju dlaku, perje i prašinu, a trenutačno ima i bronhitis. Mjesec dana je stalno kašljala i skoro se gušila, bez obzira na lijekove, sirupe i čajeve. Po noći gotovo da nije mogla spavati. Prije tje-dan i pol krenula je na haloterapiju i nakon četiri dolaska kašalj joj se počeo smanjivati i počela je iskašljavati sluz. Sada, nakon šeste terapije, već joj je puno bolje. Zbog alergija cijelo ljeto provede na moru, a u ovom periodu, dok još traje škola, ovakva terapija predstavlja spas. Petra voli dolaziti u slanu sobu i kaže da se u njoj super osjeća i da joj vrijeme brzo prođe. I ja sam jednom isprobala haloterapiju, kada sam imala začepljene sinuse i nakon toga sam odmah počela normalno disati", rekla je Melita Štrbik.

**U slanoj sobi u Vivasol centru** svi su zidovi, strop i podovi potpuno prekriveni prirodnim kamenom solju, a uređaj koji se zove halogenerator u sobu upuhuje čestice suhog slanog aerosola koje zasićuju i ioniziraju zrak te u prostoriji stvaraju posebnu ljekovitu mikroklimu





### 'Ublaženi simptomi bronhitisa'

**Dubravka Maras sa sinom Domagojem**

Dubravka Maras, 42-godišnja knjižničarka koja pati od alergija, priča kako je na haloterapiju počela dolaziti zbog svog trogodišnjeg sina Domagoja, koji često ima zdravstvene probleme jer se rodio tri mjeseca prerano: "U zadnje je vrijeme nekoliko puta bio u bolnici zbog bronhitisa i upale pluća, a kad je primao antibiotike, imao je probleme s probavom. Zato smo odlučili isprobati haloterapiju i napokon je počeo normalno jesti i spavati. Bili smo i na pregledu i liječnik je rekao da su mu dišni putevi prohodni. Sada vidim da puno bolje izgleda i da je vedriji, a kako sam i sama išla na terapiju nisu mi se pojavile alergijske tegobe kao inače u ovo doba godine."



### 'Osjećam se kao da sam izašla iz mora'

**Ančica Kadić, umirovljenica**

"Zadnjih šest godina mučim se s kožnim i dišnim alergijama. Alergična sam na 2400 alergena i spadam u skupinu od 10 posto ljudi koji najviše pate od alergija. Zahvaljujući medicinskoj terapiji nekako sam mogla živjeti, a otkada sam krenula na haloterapiju nisam popila ni jednu tabletu. Dok sam u slanoj sobi, lakše dišem, opustim se i uživam. Osjećam se kao da sam upravo izašla iz mora i imam sol na koži. Nakon tuširanja me koža uvijek svrbjela, a prvo tuširanje i pranje kose nakon haloterapije bilo je za mene novo iskustvo - uopće nisam osjećala svrbež i nelagodu. Osjećam se čak deset godina mlađe i svakako namjeravam doći na sljedeći niz terapija kada počne sezona cvjetanja ambrozije", kaže 65-godišnja Ančica Kadić.



### 'Nadamo se da će sezona alergija proći bezbolno'

**Goran Peterko sa sinom Lukasom**

Goran Peterko, tajnik Rukometnog saveza Osječko-baranjske županije, u centar Vivasol došao je sa svojim 4-godišnjim sinom Lukasom te nam ispričao: "Sina dovodim na haloterapiju kao prevenciju jer je prošle godine imao snažne alergijske reakcije na pelud korova i trava. Disanje mu je bilo otežano i imao je sjene na plućima pa je zbog toga deset dana proveo u bolnici. Zato smo ove godine odlučili isprobati haloterapiju, za koju smo čuli da ju preporučuju i neki liječnici. Nadam se da će zahvaljujući tome ove godine sezona alergija proći bez problema."

**Slavonija je epicentar i trave u Europi pa je pacijenata s alergija dijelovima Hrvatske, peludi ambrozije tu i nešto više nego u ostalim kaže dr. Mato Čurić**



ju zrak te u prostoru stvaraju posebnu ljekovitu mikroklimu. Te čestice soli, veličine od 1 do 5 mikrometara, sadrže i željezo, kalcij, magnezij, bakar, cink, litij i selen. Terapija se sastoji od sjedenja u udobnim stolicama uz opuštajuću glazbu i blagu rasvjetu te udisanja zraka zasićenog česticama soli. Vlasnica kaže da jedan tretman za djecu traje 20, a za odrasle 40 minuta i da je za puni efekt terapije potrebno od 10 do 15 tretmana. Ističe kako nema nikakvih nuspojava niti interakcija s bilo kojom medicinskom terapijom tako da svi bolesnici koji koriste lijekove mogu bez straha ići na haloterapiju

ju kao dopunu svom uobičajenom liječenju.

#### Ljekovita terapija za kožne bolesti

"Haloterapija se razvila iz speleoterapije", objašnjava Sunčana Petrić, "liječenja koje se provodilo u slanim spiljama ili rudnicama soli. Još su u srednjem vijeku redovnici odnosili bolesnike u slane spilje kako bi ih izložili njihovoj specifičnoj mikroklimi. Da bi pojačali taj efekt, drobili su stalaktite soli i stvarali slanu prašinu koju su bolesnici udisali. U 19. stoljeću jedan je poljski liječnik zapazio da rudari u rudnicama soli ne oboljevaju od plućnih bolesti te je kasnije u

Poljskoj otvoreno prvo liječište za plućne bolesnike u slanim spiljama, koje postoji i danas. Poznato je i da su u Njemačkoj krajem Drugoga svjetskog rata ljudi u rudnicama soli potražili sklonište od bombardiranja, a astmatičari među njima nakon toga su se osjećali bolje ili ozdravili. Poslije su otvoreni sanatoriji za astmatičare i alergičare u spiljama i rudnicama soli i provedena su mnoga znanstvena istraživanja koja su dokazala učinkovitost speleoterapije. Ona se dalje razvijala sve

do današnje haloterapije, kod koje bolesnici borave u umjetno stvorenim slanim sobama kao imitacijama prirodnih slanih spilja. U svijetu je tijekom zadnjih 20 godina izgrađeno više od tisuću slanih soba, a najviše u Rusiji, Finskoj i srednjoj Europi, Kanadi, Australiji i Turskoj, s tim da u nekim zemljama i zdravstveno osiguranje pokriva troškove ovakve terapije." Prema tvrdnjama Sunčane Petrić, medicinska istraživanja dokazala su da je haloterapija učinko-



**Uređaj halogenerator u slanu sobu upuhuje čestice suhog aerosola**

### 'Dobrodošla potporna terapija'

**Dr. med. Mato Čurić, specijalist pedijatar, pulmolog i alergolog iz Kliničke bolnice Osijek**

"Slavonija je epicentar peludi ambrozije i trave u Europi pa je tu i nešto više pacijenata s alergijama nego u ostalim dijelovima Hrvatske. Pacijentima preporučujemo tijekom ljeta odlazak na more, a zimi boravak u gorskim predjelima. Haloterapija je dobrodošla potporna terapija, osobito za one ljude koji nisu u mogućnosti promijeniti sredinu. Primijetio sam da blagotvorno djeluje na astmu, bronhitis i alergijske bolesti. Obično se za liječenje kod kuće alergijskim bolesnicima daju inha-



latori s vlažnim aerosolom, a kod haloterapije se udiše suhi aerosol, čije čestice prodiru duboko u dišne puteve i smiruju i produbljuju disanje. Djeluju antibakterijski, protuupalno, mukolitički (poboljšavaju izbacivanje sluzi), hiposenzibilizirajuće, dakle smanjuju štetnost djelovanja alergena, te povoljno djeluju na lokalni imunitet."

vita kod bolesti dišnog i srčano-krvožilnog sustava, bolesti unutarnjih organa poput čira na želucu i dvanaestniku, kožnih bolesti poput seboreje, ali i bolesti živčanog sustava. Ističe i relaksacijske vrijednosti haloterapije te kaže da pomaže kod napetosti, tjeskobe, depresije, kroničnog umora i neuroza. Na haloterapiju u Osijeku zasad najčešće dolaze ljudi s alergijskim tegobama, bronhitisom, plućnim bolestima i slično, a Sunčana Petrić kaže da su joj mnogi od njih rekli da, usto što su ozdravili ili ublažili svoje zdravstvene probleme, sada bolje spavaju, osjećaju se smirenije i zadovoljnije tijekom dana te su manje podložni stresu. U to se, priča,

i sama uvjerala tijekom izgradnje slane sobe i prije njezinog službenog otvaranja. "To je za mene bilo jako stresno razdoblje pa mi je pao imunitet i dobila sam herpes zoster. Znajući da boravak u slanoj sobi jača imunitet, svaki dan sam provodila neko vrijeme u njoj i svi zdravstveni problemi brzo su nestali, unatoč tome što sam i dalje bila izložena stresu. Primijetila sam i da haloterapija poboljšava raspoloženje te pomaže koncentraciji i radnoj sposobnosti", rekla je vlasnica centra Vivasol. Informacije: Centar za zdravlje tijela i duha Vivasol, Branka Radičevića 27, Osijek, 031/500990, 098/9954517, 091/5021283, www.vivasol.hr



**Sunčana Petrić, vlasnica Centra za zdravlje tijela i duha Vivasol**

## Savršeno disanje

Mijenjajte svoj život svakim dahom



- poboljšajte zdravlje
- ublažite stres
- povećajte emocionalno zadovoljstvo
- poslovnu i sportsku uspješnost
- kreativnost
- seksualni užitak
- produbite duhovna iskustva

Knjiga sadrži jednostavne vježbe koje će vam donijeti konkretne dobrobiti za vaše zdravlje, uključujući vašu sposobnost samoiscjeljenja, tjelesnu sposobnost te mentalno i emocionalno zdravlje.

Savršeno disanje poučava kako svjesno, duboko disanje može obogatiti sva područja života.

Više informacija potražite na: [www.planetopija.hr](http://www.planetopija.hr)  
knjižara Planetopija  
Ilica 72, Zagreb  
tel.: 01/4846 197

