Sauna x infrakabina

Vložil Pavel Dostál - 25/11/2005 14:49

Mnoho návštěvníků se nás ptá jaký je rozdíl mezi infrakabinami a saunami.

Zde je možná odpověď: (vybráno z emailové komunikace)

... rozdíl ve výši teploty, která působí v saunové kabině a infrakabině na tělesný povrch není. Infraradiace dopadá v ohraničeném svazku a zahřívá místo dopadu na teplotní stupeň, který lze nastavit. Uvádíte 50°C. Stejné teplotě je vystaven saunující na druhém stupni pryčny, tj. 95 cm nad podlahou a zcela mimo teploty, kterými charakterizujete "saunu", tedy kolem 100°C. Určitý rozdíl je ve způsobu transportu tepla - IR prostupuje vzduchem a teprve na kůži se mění v tepelnou energii s zahřívá zhruba z 95% (tady neuzáleží na výšce měření). I v saunové kabině vydává topidlo IR záření, ale díky konstrukci topidla účinné jen z 40-60%. Zbývající množství tepla je předáváno sdílení (kondukcí), což je z hledisdka termokinetiky nejpříznivější způsob tahřívání, který platí od vzniku lidského rodu. Transport tepla sáláním je v saunové lázni vskutku menší a nezatěžuje tolik tímto náročným druhem předávané tepelné energie.
Vaše tvrzení, že prostředí sauny zahřívá jen zvenčí je pravdivé jen z poloviny. Kůži ano, ale každý saunující se totiž určitě ještě vdechuje vzduch horký podle izotermy, v níž se prohřívá. A to je pro rychlé a účinné zahřátí velmi důležité. Infrakabiny nemohou zajistit přímý dopad IR na sliznici dýchadel a tím je organizmus ochuzen o příznivý (mukolytický, expektorační a imunomodulační) vliv tepla na dýchací cesty.
Zdravotní účinky by měly být u obou teplodárných zdrojů zhruba stejné, protože jich lze použít jako pomocného prostředku termoterapie. Indikace a kontraindikace jsou stejné a není výhoda u žádného tepelného zdroje nad druhým. V obchodní propagaci se raději vyhýbejte zdůrazňování vlivu obou tepelných zdrojů na různé nemoci. Jiné připomínky nemám, co děláte sedí. Propagujte svůj výrobek, který je zřejmě kvallitní a jistě pro individuální zahřívání významný, jak bývala kachlová kamna se stejným účinkem na záda dědečků a babiček. Infrazáření není nic nového, natož převratného, slunce zářilo už na prvoky před miliardami let.

S pozdravem keep sauning
A.M.

==========