

### **ИНФРАКРАСНАЯ ПЛЕНКА REXVA для ИК-САУН**

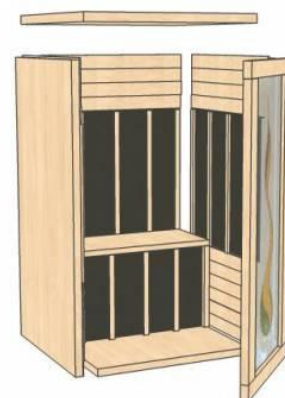
Коллеги, по итогам октября-ноября спрос на пленку RexVa для ИК-саун вырос более чем в 1,5 раза.

Растет популярность ИК-кабин в загородных домах, санаториях и даже квартирах!

Предлагаем Вам материалы, которые помогут Вам **УВЕЛИЧИТЬ** Ваши продажи:

#### **Преимущества ИК-Саун**

- **ПОЛЕЗНО.** Сауну используют с целью профилактики и лечения различных заболеваний (см.ниже)
- **ВЫГОДНО.** Покупка и установка обойдется в разы дешевле, чем кладка традиционной печи, да и преимущества перед электрической печью довольно очевидны – ИК прибор затрачивает до 80% меньше электроэнергии.
- **УДОБНО.** ИК обогреватель можно использовать и в маленьких помещениях – мини-саунах, оборудованных в квартирах.
- **БЫСТРО** Для прогрева парилки традиционным способом понадобится не менее 2-х часов, обогревателю достаточно 20-ти минут.
- **АКТУАЛЬНО.** По подсчетам специалистов, за один сеанс в инфракрасной сауне человек сжигает до 2500 кКал. Кроме того, в результате потоотделения из организма выводится масса токсинов и шлаков.



#### **При монтаже ИК-саун применяют инфракрасную термопленку RexVa XM 305H (400 Вт)**



**Мощность** RexVa XM 305 H = 400 Вт/кв.м.

**Напряжение** сети = 220-230 В/50 Гц

**Температура** нагрева = 70°C

**ИК излучение** = 90,4%

**Ширина** пленки = 0,5 м

**Длина** рулона = 150 м.п.

**ЦЕНА** 400 руб/кв.м.

**Инфракрасное излучение** — электромагнитное излучение, занимающее спектральную область между красным концом видимого света (с длиной волны  $\lambda = 0,74$  мкм) и микроволновым излучением ( $\lambda \sim 1—2$  мм).

Сейчас весь диапазон инфракрасного излучения делят на три составляющих:

- коротковолновая область:  $\lambda = 0,74—2,5$  мкм;
- средневолновая область:  $\lambda = 2,5—50$  мкм;
- длинноволновая область:  $\lambda = 50—2000$  мкм;

Инфракрасное излучение также называют «тепловым» излучением, так как инфракрасное излучение от нагретых предметов воспринимается кожей человека как ощущение тепла. При этом длины волн, излучаемые телом, зависят от температуры нагревания: чем выше температура, тем короче длина волны и выше интенсивность излучения. Спектр излучения абсолютно чёрного тела при относительно невысоких (до нескольких тысяч Кельвинов) температурах лежит в основном именно в этом диапазоне. Инфракрасное излучение испускают возбуждённые атомы или ионы.

Принцип обычной сауны это нагревание воздуха до **100°C** и более. Такая температура является стрессовой для организма в целом и противопоказана пожилым людям, больным сердечно-сосудистыми заболеваниями, поскольку увеличивается нагрузка на сердце и сосуды. В инфракрасной же сауне происходит только прогревание тела, при этом температура воздуха является комфортной для человека.

Свойства	Инфракрасная сауна	Обычная сауна
Время разогрева	10 - 20 мин.	Более 1 часа
Температура	43-66°C	93-104°C
Воздух	Свежий воздух и низкая влажность	Горячий воздух и очень высокая влажность
Потребляемая мощность	До 2 кВт	Более 3 кВт
Место установки	любое помещение в городской квартире, доме и т.д.)	специальное помещение, строение, в городской квартире исключается
Ограничения по возрасту	Нет	есть
Ограничения по здоровью	низкие	Высокие
Требования	Обычная розетка 220В	Специальный подвод электроэнергии, воды, вентиляции

В составе пота, выделяемого в инфракрасной кабине, содержится приблизительно **80%** воды и **20%** твердых веществ, таких как жир, холестерол, токсины, кислоты, шлаки и т.п. (для сравнения: в традиционной сауне тело прогревается на глубину **до 3-5 мм**, а пот при этом содержит **95%** воды и **5%** твердых веществ). При этом количество пота, выделяемого в течение получаса в инфракрасной кабине с температурой воздуха **около 50°C**, **в 2-3 раза больше**, чем в традиционной сауне за то же время при температуре воздуха **110° С**. Кроме того, температура тела в инфракрасной кабине повышается **до 38,5°C**, имитируя естественную реакцию организма на инфекцию, при этом подавляется жизнедеятельность болезнетворных бактерий и вирусов.

Сеансы в инфракрасной сауне можно проводить **каждый день**, тогда как обычную сауну можно посещать **не чаще 1 раза в неделю**.

Оздоровительные свойства инфракрасных лучей биорезонансного диапазона подробно изучены и описаны в медицинской литературе, разработан целый ряд методик по лечению заболеваний с помощью инфракрасного излучения биорезонансного диапазона. Для лечения и профилактики заболеваний с помощью инфракрасной сауны отечественной медициной также разработан целый ряд методик. Для инфракрасных саун выпускается греющая пленка «ХІСА» мощностью 400 Вт/м<sup>2</sup> и шириной 500 мм (максимальная температура разогрева до 80оС). **ПРИМЕНЯЕМЫЕ В КАБИНАХ ИНФРАКРАСНОГО ТЕПЛА ЭЛЕМЕНТЫ ДОЛЖНЫ РАБОТАТЬ В ОБЛАСТИ "С" (ДЛИННОВОЛНОВОЙ) ИНФРАКРАСНОЙ ЧАСТИ СПЕКТРА.** Некоторые недобросовестные продавцы в целях экономии применяют в самодельных тепловых кабинках инфракрасного тепла нагреватели для использования в технологических процессах сушки промышленных изделий. Эти нагреватели могут повредить Вашему здоровью! **ПОМНИТЕ, ЧТО ЕСЛИ НАГРЕВАТЕЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ СВЕТИТСЯ, ТО ОН РАБОТАЕТ В ДИАПАЗОНЕ «А» (световом диапазоне, как обычная электрическая лампочка), ВРЕДА ДИАПАЗОН «А» НЕ ПРИНОСИТ, КАК И ТРЕБУЕМОГО ЭФФЕКТА!** Требуйте объяснений по гарантийным обязательствам на нагреватели. Бесплатная замена нагревателя во время гарантийного срока, которую, как правило, предлагают фирмы - самодельщики, и гарантированная рабочая длина волны нагревателя на весь срок эксплуатации ( гарантия 5-7 у фирменных кабин) – это не одно и то же!

## МОНТАЖ

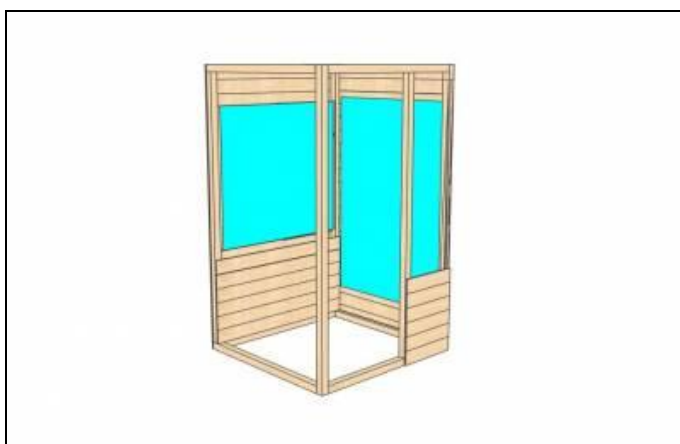
### 1. Сборка каркаса



### 2. Обшивка каркаса досками



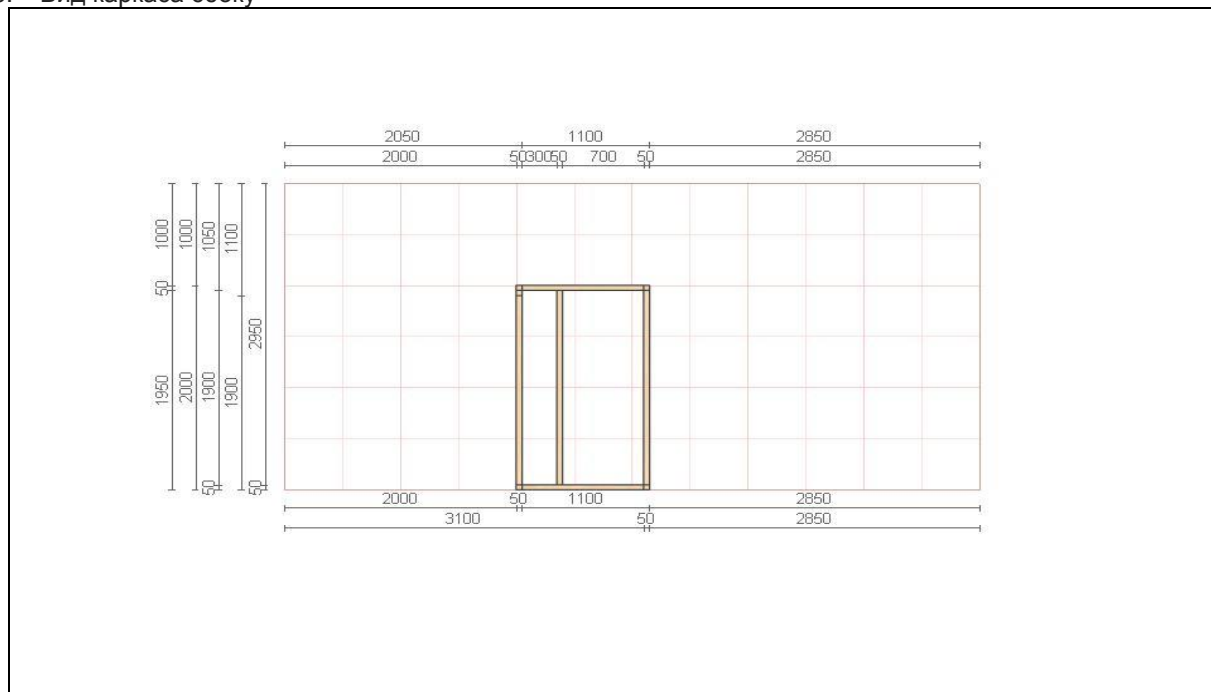
### 3. Укладка теплоизоляции



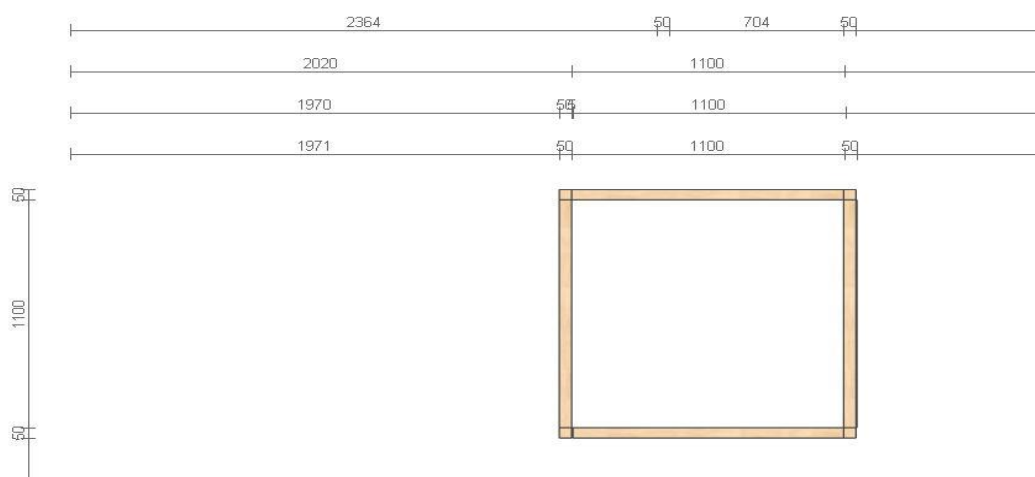
#### 4. Подключение ИК-пленки RexVa XM 305 Н (400 Вт)



#### 5. Вид каркаса сбоку



## 6. Вид каркаса сверху

**Во время сеанса пользуйтесь, пожалуйста, следующими правилами:**

1. Вообще, к сеансам в инфракрасной кабине следует относиться очень серьезно и воспринимать их как оздоровительное, а не развлекательное мероприятие. Нормальный оздоровительный сеанс продолжается 25-30мин при температуре до 55 °С, при этом он должен быть непрерывным, иначе толку не будет. Если Вам кажется скучноватым просто так сидеть, поставьте напротив стеклянной двери кабины телевизор.
2. Для оптимального использования поддерживайте температуру в пределах 45-55°С. Установка более высоких температур может привести к дискомфорту с очень небольшой терапевтической ценностью. Температура в кабине никогда не должна быть более 60°С. Регулировать температуру в вашей системе можно в течение сеанса: или регулируя вентиляционные клапаны, или открыванием двери.
3. Горячий душ перед сеансом может увеличивать объем выведенного пота.
4. Для оптимальных результатов воздерживаются от использования сауны сразу после еды.
5. Важно сохранить водный баланс. Для этих целей пьют воду до, в течение и после сеанса..
6. Не применяйте лосьон для тела до сеанса в сауне.
7. Используйте, по крайней мере, 2-3 полотенца: одно постелите сложенное в несколько раз на сидение, еще одно - под ноги. Третье служит для вытирания пота, струящийся по лицу и заливающий глаза, а также пота с тела. Помните, вода оказывает большое сопротивление инфракрасному излучению. На стенках кабины могут образоваться пятна,

- когда Вы опираетесь на боковые стенки, так как дерево легко впитывает пот, полотенце поможет предотвратить это неприятное явление.
8. При первых признаках простуды или гриппа, увеличивая длительность сеанса, можно повысить активность иммунной системы.
  9. По мере привыкания к инфракрасной сауне Вы можете увеличить сеанс до 40 минут или более. Пожалуйста, помните о водном балансе вашего организма в течение всего сеанса.
  10. Обратите внимание, что первоначально многие люди с большим уровнем тяжелых металлов, химическими токсинами или пестицидами могут иметь трудности с потоотделением. Для некоторых, может требоваться 5-10 сеансов прежде, чем появится ощутимый объем пота, но непрерывное водное потребление, уменьшит токсикацию организма. Даже без большого объема выделяемого пота, ИК сауна помогает выводить токсины через мочу, кишечник и волосы.
  11. Главное, что следует запомнить, организм человека не всегда имеет тренированную систему терморегуляции. Если Вы ведете малоподвижный образ жизни, не занимаетесь спортом, возможно, Ваш организм не способен правильно реагировать на тепловое воздействие. В таком случае, потоотделение даже в ходе получасового сеанса в инфракрасной кабине может и не наступить. Ничего страшного. Продолжайте принимать регулярные процедуры в ИКК, и через какое-то время у Вас начнется потоотделение сначала на 29-й минуте, потом на 25-й, потом на 15-й и т.д. Ваш организм сам настроит систему терморегуляции, и скоро она не будет уступать подобной же системе чемпиона мира в любом виде спорта.
  12. Очень большое значение имеет поза, в которой Вы принимаете процедуры. Идеальной считается поза «фараон на троне» - сидя, опустив вниз ноги, выпрямив спину и вытянув руки вдоль туловища. Спина должна отстоять на 10-15 см от защитной решетки на тыловых излучателях. Если позволяет место, то можно принимать процедуры и лежа, но при этом эффективность воздействия инфракрасного излучения может снизиться на 70%.
  13. Чтобы прогреть лодыжки и ноги более эффективно, поднимите их. Любая область тела, которую Вы желаете более глубоко прогреть, должна быть помещена как можно ближе к ИК нагревателям.
  14. **Сразу по окончании сеанса постарайтесь некоторое время (3-5 мин) посидеть спокойно и не совершать резких движений, т.к., даже после выхода из кабины, наблюдается повышенное потоотделение и циркуляция крови.**

### **Применение сауны с целью профилактики и лечения некоторых заболеваний.**

Сауну используют с целью профилактики и лечения различных заболеваний. Многочисленными исследованиями было доказано благотворное влияние сауны на организм человека. При правильном проведении процедуры посещения сауны можно эффективно снижать артериальное

давление у страдающих гипертонией, улучшать самочувствие людей с заболеванием почек, а также регулировать обмен веществ. Значительный эффект от сауны достигается сочетанием их с массажем при лечении таких заболеваний периферической и центральной нервной систем, как радикулит, остеохондроз, хронический полиартрит.

Одной из чудесных особенностей сауны является и способность снимать усталость, улучшать настроение, снижать уровень тревоги. Вследствие улучшения кровообращения (то есть активизации окислительных, восстановительных процессов) в поврежденных тканях в парной быстрее заживают травмы мышц, связок и суставов.

Очень важным показателем целесообразности сауны и правильного выбора методики ее посещения является хорошее самочувствие на следующее утро.

Таким образом, сауна способствует поддержанию основных функций организма на достаточно высоком уровне и дает возможность людям, ведущим малоподвижный образ жизни, в значительной степени компенсировать недостаток физической нагрузки. Она повышает работоспособность, ускоряет восстановительные процессы после значительных умственных и физических нагрузках.

Отмечено, что регулярное посещение сауны снимает усталость, способствует расслаблению мышц, тренирует нервную вегетативную систему.

Особое значение для населения промышленных стран имеет оздоровительная ценность сауны как метода антистрессовой терапии.