



LÁZNĚ 12. 12. 2016

## Inhalace Vincentky - účinná léčba dýchacích cest

**Lázeňské procedury využívající minerální vodu Vincentku jsou osvědčenou léčebnou kúrou při: onemocnění dýchacích cest a hlasivek žaludečních...**

**Vincentka je všem jistě dobře známá přírodní minerální voda s typickou výraznou chutí, která je dána silnou mineralizací a vysokým obsahem jódu. Je to uhličitá minerální voda hydrogenuhlčitano-chlorido-sodného typu se zvýšeným obsahem fluoridů a kyseliny borité. Pod složením této minerální vody z Luhačovic si pravděpodobně spousta lidí nic nepředstaví, ale o jejích pozitivních účincích a využití pro lázeňské procedury slyšel již téměř každý.**

Název Vincentka se objevil již roku 1792, avšak zmínky o léčivých luhačovických pramenech jsou mnohem starší. Samotná historie prodeje Vincentky v lahvích sahá do roku 1820, a jako jednoduchý avšak účinný způsob léčby dýchacích cest se používá **inhalace Vincentky** dodnes.

### Využití Vincentky v lázeňství

Lázeňské procedury využívající minerální vodu Vincentku jsou osvědčenou léčebnou kúrou při:

- onemocnění dýchacích cest a hlasivek
- žaludečních vředech
- pooperačních stavech

- problémech s látkovou výměnou
- léčbě chronické pankreatitis nebo diabetes mellitus

Vincentku lze užívat také preventivně a to v denní dávce zhruba jedné skleničky. Jako **účinná preventivní kúra** se doporučuje pít ráno před snídaní a večer před večerí, ideálně po dobu 20-30 dní.

Již pouhých 20-30ml doplní denní dávku jódu, a díky obsahu minerálů je Vincentka vhodná také jako regenerace po náročném sportovním výkonu, kdy dochází k velkým ztrátám potu.

Vincentka se doporučuje v malém množství po konzumaci kávy nebo vína, jelikož **neutralizuje překyselení žaludku**, a vhodná je také ke kloktání či výplachům nosních dutin. Samostatnou kapitolou je inhalace Vincentky, která má pozitivní vliv na dýchací cesty.

## Inhalace Vincentky

Inhalace minerální vody je vhodná pro alergiky i astmatiky, a osoby trpící **onemocněním dýchacích cest**. Inhalace Vincentky je vhodná také jako léčba rýmy a nachlazení, a stejně tak jako prevence, jak těmto nemocem předcházet.

Inhalace minerální vody je léčebný postup, při němž pacient vdechuje páry minerálních vod a tím do těla dostává prospěšné minerály. Jsou dvě možnosti, jak inhalovat - buď za pomoci speciálního přístroje zvaného **inhalátor**, a nebo přímým vdechováním par vroucí minerální vody. Tímto způsobem si můžete lázeňské procedury s využitím Vincentky snadno dopřávat i doma.

A jaké jsou **výhody inhalace**? Je to především způsob levné, avšak maximálně účinné lázeňské procedury. Inhalací se dostanou účinné látky přesně tam, kde je jejich účinek potřeba. Dochází k odstranění otoku a rozpuštění přebytečných hlenů, což přispívá k rychlému uvolnění dýchacích cest, tedy k úlevě a volnému dýchání. Inhalace minerální vody má také vliv na zlepšení funkcí sliznice dýchacích cest.

Inhalace Vincentky je také vhodným řešením, **jak léčit dýchací cesty**, případně onemocněním předcházet, a to zcela bez zbytečného užívání léků a umělých přípravků. Ty nejjednodušší věci bývají mnohdy nejúčinnější, a to v případě Vincentky platí dvojnásob.

## Proč inhalovat?

- ideální způsob prevence chřipky i nachlazení
- levná a účinná metoda
- využití přírodních látek bez zbytečné chemie a léků
- je to snadné a rychlé
- zaručená léčba rýmy i nachlazení
- pomáhá při onemocnění hlasivek
- pomáhá v boji s celou řadou dalších onemocnění

## Jak vypadá správná inhalace Vincentky?

Pokud nevlastníte inhalátor, není to žádný problém - **inhalace** je možná i s vybavením, které vlastní doma každý.

Vincentku přiveďte k varu. Přelijte ji do velké mísy a položte na stůl. Usadte se ke stolu, hlavu dejte

nad mísu s horkou Vincentkou, přehodte přes sebe ručník nebo utěrku, a zhluboka **dýchejte nosem** po dobu několika minut. Mějte zavřené oči, aby vás něštípaly.

Pro malé děti však tato verze inhalace minerální vody vhodná není - mohly by se horkou vodou opařit. Pro děti je vhodnější inhalace za pomoci inhalátoru, který je bezpečnější, co se rizika opaření týče. I přesto však nenechávejte děti s inhalátorem samotné a během inhalace na ně dohlížejte.

## **Kde Vincentku sehnat?**

Rozhodli jste se připomenout si doma **lázeňské procedury** a vyzkoušet inhalaci minerální vody, ať už jako prevenci, nebo jako léčbu konkrétních potíží? Nemusíte mít obavy, že by byla Vincentka těžko k sehnání, a rozhodně nejde o nic nákladného. Za pár korun je Vincentka k sehnání v lékárně nebo také v každém větším supermarketu, mnohdy i v malých prodejnách s potravinami.

Pokud byste však chtěli Vincentku přímo od zdroje, udělejte si výlet do **Luhačovic**, které jsou ideálním místem, kde příjemně strávit dovolenou nebo víkend, odpočinout si, a navíc udělat něco i pro své zdraví.