

شیوه های درمان با نمک در حقیقت کشف تازه ای نیست. یونانیان باستان در یافته بودند که معادن نمک و غارهای نمکی تاثیر مثبت و شگرفی بر روی بیماری های تنفسی و همچنین بهبود بیماری های روانی دارند به نحوی که دریافته بودند افرادی که در معادن نمک کار میکنند هیچگاه به بیماری های تنفسی دچار نمیشوند. این افراد در گذشته های دور و با استفاده از این تاثیرات موفق به درمان بیماریهای تنفسی و بهبود تنفس افراد مبتلا به این بیماری ها شده بودند. در بحبوه جنگ های جهانی هم آلمانها برای بهبود تنفس سربازان خود قبل از اعزام به جنگ مدتی آنها را به غارها و معادن نمکی میفرستادند تا از تاثیرات شگرف نمک در بهبود سلامت سیستم تنفسی و عصبی بهره مند گردند.

ناگفته پیداست که نوع نمک مورد استفاده در غارهای نمکی و به تبع آن در اطاق های نمکی با نمک های خوراکی که در بسیاری موارد برای سلامت هم مضر هستند بسیار متفاوتند و نمک مورد استفاده در اطاق های نمکی نوع خاصی از نمک هستند که مصرف آن چه بصورت خوراکی و چه بصورت تنفسی مشکلی را برای سلامت ایجاد نمی کند.

نمک درمانی (Therapy Salt): استفاده آزمایشگاهی از تاثیر نمک در بهبود بیماری های تنفسی و به تبع آن بهبود بیماری های ناشی از اختلال در سیستم تنفسی است. مکانیسم این فرایند ایجاد شرایط موجود در معادن نمک طبیعی و غارهای نمک طبیعی بوسیله ژنراتور ها و هوا ساز های نمکی است. هوای ایجاد شده توسط این ژنراتورها کاملاً تمیز، خشک، عاری از میکروب، و عاری از هرگونه مواد شیمیایی است.

نمک درمانی به رویش نوین، در سال 1982 در شوروی ابداع شد و از آن تاریخ تا به امروز میلیون ها نفر در سراسر دنیا از فواید این رویش درمانی بدون دارو جهت درمان و بهبود بیماری هایی نظیر آسم، آلرژی، گرفتگی مجاری تنفسی، سرفه های مزمن و غیره بهره مند شده اند.

موج دوم استفاده از رویش های درمانی ابداع شده (نمک درمانی) و غارها و اطاق های نمکی از ابتدای سال 2009 شروع شده است. امروزه تقریباً در تمامی کشورهای اروپایی، آمریکای شمالی (آمریکا و کانادا)، ژاپن و بسیاری از کشورهای دیگر این رویش برای بهبود سلامت افراد مورد استفاده قرار میگیرد و به سرعت در حال گسترش است.

هوایسازهای غارهای مصنوعی نمکی (Dry Saline Diffuser) امروزه در اتحادیه اروپا (European Union) و آمریکا به عنوان یک ابزار پزشکی ثبت و آزمایش شده مورد استفاده قرار میگیرد. در اتحادیه اروپا این سیستم به شماره
CR1609

(
European Council Directive - Declaration of Conformity #CE1609
)، در دیوان بهداشت کانادا به شماره 1342 (
Health Canada Medical Devices Bureau #1342

) و در روسیه در وزارت بهداشت این کشور ثبت رسمی شده است و در تمامی کشورهای عضو اتحادیه اروپا، انگلستان، کانادا، آمریکا و بیشتر کشورهای دیگر به عنوان یک جایگزین دارو برای بهبود بیماریهای تنفسی و روحی به وفور مورد استفاده قرار میگیرد به نحوی که در بسیاری از کشورهای اروپایی شرکت های بیمه ای قسمتی از هزینه های استفاده از غارهای نمکی را همانند دیگر خدمات درمانی و بهداشتی پرداخت می نمایند و افراد را به استفاده بیشتر از روش های طبیعی درمان و بهبود بیماری ها تشویق مینمایند.

مکانیسم عملکرد:

هوای طبیعی غارهای واقعی نمک توسط دستگاه های هواساز نمکی (Dry Saline Diffuser medical device) بصورت کاملاً مشابه ایجاد میگردد. در این دستگاه ها نمک مخصوص بوسیله هوای ایجاد شده توسط دستگاه ژنراتور به داخل غار دمیده میشود و بدین ترتیب هوا بوسیله نمک مخصوص غنی میگردد. در این غارها دمای هوا، رطوبت، تمرکز و بقیه مولفه ها بطور کاملاً دیجیتالی کنترل میگردد تا شرایطی کاملاً شبیه غارهای طبیعی نمک ایجاد گردد. نمک دمیده شده در داخل غار (اطلاق) نمکی غیر قابل دیدن و کاملاً شبیه هوای طبیعی می باشد و در واقع اثر پزشکی غارهای نمکی ناشی از این هوای ایجاد شده است که هیچ بو و رنگی هم ندارد. این هوا با جایابی در منتهی الیه پایینی شش ها عملاً باعث ایجاد مکانیسم تنفس بهتر، باز شدن شریان های تنفسی میگردد. پس از جایابی این ذرات نمک معلق در هوای غار در شش ها و مجاری تنفسی، باکتری ها و میکروب ها و خلط ها توسط این ذرات جذب میشوند و پس از مدتی قسمت اعظم این باکتری ها، میکروب ها و خلط ها بوسیله سرفه دفع میگردد. دفع این باکتری ها کمک شایانی در بهبود بیماری هایی نظیر آلرژی و همچنین اثرات فوق المعاده زیادی در شادابی و کاهش اضطراب و افسردگی دارند. از خصوصیات مهم دیگر نمک درمانی تاثیر شگرف آن بر روی بیماری های پوستی، افسردگی، اضطراب، ضعف اعصاب و... می باشد. همچنین استنشاق هوای غنی شده با نمک باعث بهبود و کاهش التهاب و ورم در سراسر دستگاه تنفسی خصوصاً بینی، گلو، و شش ها میگردد. همچنین کاهش ورم و آماس در غشاء های مخاطی از اثرات مفید استفاده از اتاق های نمکی است (غشاهای مخاطی، لایه های سلولی هستند که قسمت هایی از بدن را که نباید خشک شوند، حفاظت می کنند. این غشاهای دهان و بینی، داخل پلک ها، مجاری تناسلی، گوارشی و تنفسی را می پوشانند

یاخته های اختصاصی موجود در این غشاهای تحت عنوان سلولهای گابلت، مخاط) موکوس را که یک پروتئین چسبنده است ترشح می کنند، مخاط باعث لغزنده سازی و پاکسازی می شود. در نقاطی که حفرات بدن باز می شوند، غشاهای مخاطی در امتداد پوست قرار می گیرند. نمک درمانی و استفاده از اتاق های نمکی همچنین باعث کاهش ریسک ابتلا به بیماری های تنفسی خصوصاً آسم (آلرژی)، برونشیت، تنگی نفس، سرماخوردگی، بیماریهای عصبی، و... در افراد عادی میگردد.