


# Sauerstofftherapie

in der Blockhaussauna

im



Salinen-  
Sauna-Park

49214 Bad Rothenfelde  
Heidländer Weg 8  
Tel. 05424/69622

## Gesund und fit durch Sauerstoff

Durch regelmäßig durchgeführte „Sauerstoff-Sauna-Anwendungen“ werden folgende medizinische Wirkungen erzielt (wissenschaftlich im Buch „Physiologische und technische Grundlagen der Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie“ von Prof. Dr. Manfred von Ardenne festgehalten).

### Vorbeugende gesundheitliche Aspekte der Sauerstoffsauna:

- Erhöhung der Sauerstoffanteile im Blut
- Verbesserung der gesamten Durchblutung
- Stabilisierung des Kreislaufs (dadurch auch bessere Verträglichkeit bei den Saunagästen, die sonst schnell zu Kreislaufproblemen neigen)
- Erhöhung der geistigen Leistungsfähigkeit
- Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit
- Deutlich „psychisch entspannteres Wohlbefinden“ nach dem Saunieren
- Intensivere Durchblutung der Herzkranzgefäße und des Herzmuskels durch die erhöhten Sauerstoffanteile im Blut
- Verbesserte Durchblutung der Nieren, Leber, Bauchspeicheldrüse und anderer Organe, dadurch natürlich auf Sicht gesehen eine erhöhte und längere Leistungsfähigkeit dieser Organe
- Aktivierung der körpereigenen Abwehrkräfte
- Durch die Erhöhung des Sauerstoffwertes im Blut, damit aber auch gleichzeitig eine geringere Belastung des Kreislaufs, erhöht sich die Verweildauer in der Sauna.