Консультация для родителей

« О пользе морской воды для здоровья»



О пользе морской воды знал ещё Гиппократ. Наружно он предлагал применять её для заживления ран, трещин и синяков и других заболеваний. Морские купания прописывал всем, страдающим нервными болезнями и болями в суставах.

В наше время миллионы людей выбирают для отдыха морские курорты, и они не ошибаются. Польза пребывания на море не только в отдыхе, но и в полезных свойствах моря для здоровья человека. Море оказывает благоприятное действие на человеческий организм. Химический состав морской воды обладает могучими свойствами.

Море имеет магическую силу притяжения, его бескрайний простор и размеренный шум волн завораживает и умиротворяет. Солёные морские водыснабжают организм отрицательными ионами. Благодаря этому море оказывает антистрессовое воздействие.

А ещё море дарит нам огромное количество полезных веществ, нормализующих обменные процессы. Йод, которым богата морская вода, активизирует мозг, улучшает память, налаживает работу щитовидной железы. Любому человеку, страдающему хроническими лор. заболеваниями и частыми простудами, врачи всегда советуют съездить к морю.

Для климата морского побережья характерно достаточно высокое атмосферное давление, чистый воздух с повышенной ионизацией, свежий ветер, равномерная температура, высокое содержание в воздухе озона и взвесей морских солей*(йода, хлористого натрия, брома)*. Морской климат рекомендуется после перенесённых заболеваний, для восстановления сил организма.

Если вы отдыхаете на морском курорте, то должны знать о той пользе дляорганизма, которую несёт в себе такой отдых.

Вы приносите неоценимую пользу самому большому органу организма – коже. Именно пребывание на море способствует очищению кожных покровов, когда раскрываются поры и кожные рецепторы буквально впитывают в себя полезные микро- и макроэлементы, минеральные соли, органические вещества, которыми обогащена морская вода.

Даже те, кто считают себя практически здоровыми, должны знать, что морская вода, которая имеет в своем составе практически полный набор элементов таблицы Менделеева, способствует активизации всех жизненно важных процессов в человеческом организме и повышает его способность сопротивляться самым разным заболеваниям.

Присутствующие в большом количестве в морской воде микроэлементы и соли способствуют тому, что мелкие ранки обеззараживаются и заживают быстрее, так как морская вода, очищая их, действует как местный антибиотик.

Польза морской воды бесспорна, поэтому при возможности нужно обязательно пользоваться этим природным богатством.

 