

## Θαλασσοθεραπεία: Όταν η θάλασσα κάνει «θαύματα»

/ [Γενικά](#)



Είναι γνωστό πως το νερό έχει τη δύναμη να ομορφαίνει. Μας αναζωογονεί, θεραπεύει και προσφέρει ανακούφιση από άγχος, ένταση και νευρική κατάσταση. Ο όρος «θαλασσοθεραπεία» έχει γίνει πολύ γνωστός τα τελευταία χρόνια και αποκτά ιδιαίτερη σημασία για εμάς τους Μεσόγειους, που έχουμε μάθει να ζούμε και να μεγαλώνουμε με τη θάλασσα. Το θαλασσινό νερό είναι πλούσιο σε νάτριο, μαγνήσιο, θείο, φώσφορο και ιώδιο, στοιχεία που ανανεώνουν και «ζωντανεύουν» σώμα και πνεύμα! Χρησιμοποιείται όχι μόνο στην αισθητική αλλά και στην αντιμετώπιση παθολογικών καταστάσεων. Έτσι, παρουσιάζει εξαιρετικά αποτελέσματα στην καταπολέμηση της παχυσαρκίας, σε φλεγμονώδεις καταστάσεις όπως η αρθρίτιδα, σε κυκλοφορικά προβλήματα, τραυματισμούς, αναπνευστικά προβλήματα και ρευματισμούς. ([περισσότερα...](#))