Воды озера Сасык-Сиваш, где собирается морская соль, настолько гиперсоленые, что в них обитает только редкая микроводоросль Dunaliela salina. Она известна своими антиоксидантными свойствами благодаря способности синтезировать и запасать большое количество бета-каротина — пигмента группы каротиноидов, который является источником образования витамина А. Бета-каротин и высокое количество магния придают морской соли розовый оттенок. При большом скоплении эта водоросль вызывает «красное» цветение. В течение лета цвет воды меняется из бледно-розового в кирпично-красный в зависимости от концентрации Dunaliella salina. К концу летнего сезона вода постепенно испаряется, а на поверхности озера остаются кристаллы розовой соли, которые сохраняют в своем составе все богатство микроэлементного состава морской воды.

Учёными доказано, что при принятии солевой ванны различные химические добавки способны эффективно проникать в организм через кожу. Поэтому важно использовать нерафинированную морскую соль без токсических добавок, которые всасываются кожей с той же скоростью, что и полезные минералы, засоряя и отравляя организм. В настоящее время большая часть соли является рафинированной – ее промывают, высушивают, добавляют химические добавки: антислёживатели, отбеливатели, алюминий и его производные, йодаты и красители. Цвет такой соли красивый белый, но морем она уже не пахнет… В результате прокаливания соли при температуре 600оC теряются все полезные микроэлементы, разрушается кристаллическая решетка, соль становится для человека совершенно чужеродной и агрессивной, для выведения такой соли организм накапливает жидкость – возникают отеки. Для того, чтобы соль легко сыпалась, добавляют алюминий. Воздействие алюминия на организм хорошо изучено – ускоренное старение мозга и развитие заболеваний нервной системы (Toxicology, январь 2014). Натуральная морская соль, в отличие от рафинированной, имеет сероватый цвет, возможно, с розовым оттенком, и на ощупь она слегка влажная, кристаллы неправильной формы. Процесс заготовки морской соли подразумевает полное отсутствие вмешательства химического производства и сохранение ее природных свойств. Эта соль – не очищенная, без добавок. В ней сохраняются более 60 полезных микроэлементов и отсутствуют вредные добавки!

 В кристаллическую решетку природной морской соли заключены содержащиеся в ней минеральные элементы и серосодержащие газы, которые придают дополнительные лечебные свойства воде в солевой ванне. В зависимости от целей, которых вы хотели бы достичь, принимая ванны с использованием морской соли, стоит выбирать разную концентрацию. Для принятия ежедневных ванн с целью отдохнуть, расслабиться после напряженного рабочего дня, смягчить и дезинфицировать воду из-под крана рекомендуется принимать ванну с добавлением 1-2 кг морской соли на 100 литров воды. Вы можете добавить эфирные масла прямо в ванну, поскольку соль является прекрасным эмульгатором, но концентрация морской соли в этом случае не должна превышать 1 кг на 100 литров. Если вам необходимо пройти оздоровительный курс, в том числе с целью восполнить недостаток микроэлементов и поднять иммунитет, необходимо добавлять 3-4 кг морской соли на 100 литров воды. Именно в этом случае вода в солевой ванне приблизится по составу к морской воде! Продолжительность приема ванны от 15-20 минут. Очень важно соблюдать комплексный подход – курс должен состоять из 12-15 солевых ванн, которые можно принимать либо каждые два дня с перерывом на один день, либо день через день. После прохождения оздоровительного курса можно принимать ежедневные ванны с 1-2 кг морской соли на 100 литров воды. Через один месяц по необходимости можно повторить курс. Температура воды в ванной должна быть:

1. для сохранения минерализации до 39 градусов по Цельсию

2. для эффекта ингаляции – от 36 градусов по Цельсию.

Именно при такой температуре воды в организме человека усиливается кровоток в 1,8-2,2 раза и ускоряется обмен веществ. При принятии солевой ванны на поверхности тела образуется "солевой плащ", уменьшающий испарение воды с кожи и удерживающий тепло, в результате чего поверхностные сосуды кожи расширяются и кровоток ускоряется. Эта тончайшая солевая оболочка на коже продолжает действовать в течение нескольких часов после принятия ванны и является источником длительного влияния на нервные окончания в коже и рефлекторного воздействия на системы организма. Поэтому не рекомендуется после принятия солевой ванны смывать соленую воду с кожи. Достаточно просто промокнуть мокрое тело полотенцем.

Для того, чтобы облегчить состояние беременной, как правило, ей назначают синтетические препараты в т.ч. магния. Они, конечно, помогают избавиться от большинства неприятных симптомов, но среди них нет таких, которые бы не имели побочных эффектов и токсического влияния на развивающегося в утробе матери ребенка. Ведущие специалисты Европы по ведению беременности, в частности, Корнелия Эннинг (Cornelia Enning), немецкая акушерка и исследовательница в области водных родов и неонатального плавания, рекомендуют женщинам избегать приема синтетических витаминов. А в качестве решения проблемы недостатка минералов, беременным предлагается получать их через кожу, принимая ванны с морской солью. Используя нерафинированную морскую соль, беременные насыщают свой организм необходимыми микроэлементами, которые впитываются настолько, насколько они в этот момент необходимы. Таким образом можно не только избавиться от неприятных симптомов и обезопасить себя от химического вредного воздействия синтетических препаратов во время беременности, но и гарантировать правильный рост и развитие малыша. Принятие ванн с природной морской солью также поможет избавиться от отёков. Концентрация морской соли для принятия ванн беременными составляет 1 кг на 100 литров воды.

Ребенок проводит 9 месяцев в амниотической жидкости, которая на 97% состоит из воды - остальные 3% составляют протеины и алкалоиды (гормоноподобные ароматические вещества) и минеральные соли - кальция, натрия и хлора. Таким образом, примерно на 1-2% околоплодная жидкость состоит из соли. Купая новорожденного, мы можем воссоздать эту концентрацию, добавив 50-100 граммов нерафинированной морской соли на 10 литров воды. Такая ванна будет питать кожу малыша минералами, а также способствовать профилактике рахита, развития кожных проблем – аллергических высыпаний, крапивницы и стафилококковых сыпей и пр. Нерафинированная морская соль - мягкое обеззараживающее средство, делающее купание ребенка безопасным, полезным и приносящим массу удовольствия, после которого крепкий и продолжительный сон малышу гарантирован.