



SOPOTORIUM
MEDICAL RESORT

Krioterapia ogólna, czyli terapia zimnem polega na krótkotrwałym poddaniu ciała działaniu bardzo niskich temperatur od -160°C do -110°C .

Krioterapia działa prozdrowotnie, wspiera walkę z bólem, pomaga w oddziaływaniu rehabilitacyjnym, sprawdza się w medycynie estetycznej, sportowej i odnowie biologicznej, wywiera wpływ upiększający i anti-aging.

Krioterapia leczy dolegliwości bólowe poprzez zmniejszanie stanów zapalnych występujących w organizmie. Zabiegi w kriokomorze w celach kosmetycznych przede wszystkim wpływają na ujędrnienie i uelastycznienie skóry, wygładzają zmarszczki i zmniejszają nie lubiany przez wszystkie panie cellulit.

Jednoczesnym efektem zastosowania krioterapii jest przyspieszenie metabolizmu dobowego, co jest spowodowane wydatkiem energetycznym organizmu na spadek temperatury. Podczas 3-minutowego zabiegu organizm spala nawet do 400 kcal, dlatego krioterapia jest również pomocna w walce z nadwagą. Kolejną zaletą zabiegu jest detoksykacja organizmu.

Całemu zabiegowi krioterapii towarzyszy poprawa samopoczucia i uwalnianie endorfin, podobnie jak podczas treningu. Aż 91% osób korzystających regularnie z leczenia zimnem zauważa poprawę nastroju po zabiegu. Terapia zimnem to sposób na zachowanie młodości i świeżości skóry.