



راهنمای خرید نمک حمام [نمک بدن] آرام بخش

نمک حمام یا همان کوکتل پدیکور یکی از مواد معدنی مفید و کاربردی است که، هنگام استحمام به آب اضافه می شود. این نمک مزایای بسیار زیادی از جمله، درمان گرفتگی عضلات، آرام شدن درد ها، کاهش استرس و خستگی، تاثیر مثبت بر ذهن افراد و را در خود دارد. پیشنهاد میکنیم برخی نکات مهم را در رابطه با این ماده معدنی به خاطر داشته باشید.

نمک حمام چیست؟ چه کاربردی دارد؟

از مواد معدنی جامد که در آب حل می شوند، معمولاً به عنوان نمک حمام یا همان نمک بدن یاد می شود. چنین موادی باعث تمیزتر شدن بدن و در عین حال دلپذیری حمام می شود. این مواد، به عنوان پاک کننده های آرایشی نیز دیده می شوند و فواید درمانی بسیاری دارند.

این نمک ها شامل سولفات منیزیم، کلرید سدیم (NaCl)، جوش شیرین (بی کربنات سدیم)، بوراکس و ... است. در تهیه این نمک از رنگ، روغن و اسانس نیز استفاده می شود. وقتی از این نمک در حمام استفاده می کنید، زیر آب، حالتی جوشان داشته و کف می کند.

قطعا می دانید که وجود آهن و کلسیم، چقدر در بدن مهم هستند. منیزیم هم از جایگاه ویژه ای برخوردار است. منیزیم، دومین عنصر فراوان در سلول ها است. همچنین، چهارمین یون مثبت در بدن است که، بیش از 325 آنزیم را در بدن تنظیم می کند. این عنصر می تواند تأثیر قابل توجهی، در عملکرد بدن داشته باشد. به عنوان مثال منیزیم در کنترل عضلات و همچنین در تولید انرژی و دفع سموم نقش مهمی دارد.

همچنین کوکتل پدیکور، سرشار از منیزیم و سولفات است، که به راحتی از طریق پوست جذب می شود. بنابر این، یکی از آسان ترین راه ها برای جذب این عناصر مهم، استفاده از نمک حمام است. کمبود منیزیم، خطر بیماری قلبی، سکتة مغزی، یوکی استخوان، ورم، درد مفاصل و ناراحتی های دستگاه گوارش را افزایش می دهد.

استفاده از کوکتل پدیکور یا نمک بدن از چه زمانی رایج است ؟

حمام کردن در کل لذت بخش است، اما می توانید آن را لذت بخش تر کنید. مثلا، با استفاده از نمک های حمام، می توانید تجربه حمام بهتر و لذت بخشی تری داشته باشید. یک حمام گرم، می تواند خستگی شما را هنگامی که از کار و کارهای روزمره فارغ شدید، برطرف کند. به خصوص وقتی نمک حمام را به آب اضافه کنید.

اگر می خواهیم به تاریخ استفاده از نمک حمام اشاره کنیم، باید بگوییم که تاریخچه آن از چین شروع می شود. بیش از دو هزار سال پس از میلاد مسیح، انواع نمک و همچنین روش های استخراج آنها، مورد توجه همه قرار گرفته. در میان افراد مشهور، سقراط دوستان خود را به استفاده از نمک دریا برای معالجه بیماری های خود، ترغیب می کرد. این امر، به اهمیت استفاده از این مواد معدنی اشاره دارد.

فواید و مزایای استفاده از نمک حمام چیست ؟

اگر بخواهیم در مورد فواید این ماده صحبت کنیم، ابتدا باید به نقش آن در ایجاد آرامش و کاهش استرس و تنش اشاره کنیم، افزودن مقدار کمی نمک حمام به آب، باعث می شود جریان خون، بهبود پیدا کند. این مواد در تسکین درد های مختلف و همچنین گرفتگی عضلات پا تاثیر بسزایی دارد.

این نمک ها می توانند جوش های پوستی را از بین ببرند و باعث ترمیم آن شوند. جالب اینجاست که این مواد معدنی مفید، علاوه بر بدن بر ذهن نیز تأثیر مثبت دارند. از مهمترین تأثیرات استفاده از این نمک ها، آرامش و لذت بردن از خواب راحت شب است.

جالب است بدانید که نمک حمام به باز شدن منافذ و پاکیزگی پوست، رفع عرق و سموم از بدن کمک می کند.

این مواد موجب بهبود ناراحتی هایی همچون گزیدگی حشرات، جوش های سطحی و پینه پاها می شوند و در رفع بیماری های پوستی مانند آسیب ها و جراحات ورزشی ، آگزما و همچنین ترمیم پوست آسیب موثر خواهد بود.

همچنین این نمک می تواند برای لایه برداری پوست شما استفاده شود. باید آن را در یک پارچه مرطوب بریزید و سپس پارچه را روی زانو ها و آرنج خود بمالید. پس از شستشوی خود، متوجه اثر شگفت انگیز آن می شوید.

انواع نمک حمام با کیفیت، با خواص درمانی مفید برای بدن، در حجم و مدل های گوناگون، در لیست زیر موجود است. بسته به نیاز خود، می توانید بهترین نمک حمام را، از بین گزینه های پر فروش زیر انتخاب فرمایید.

مشاهده محصولات پیشنهادی