

### ***Przeciwwskazania do korzystania z sauny infrared:***

Nie zaleca się stosowania nagrzewania dogłębnego w następujących schorzeniach:

- Niedoczynność nadnercza.
- Układowy liszaj rumieniowaty.
- Stwardnienie rozsiane.
- Ostry uraz stawu (do 48 godzin od urazu lub po ustąpieniu zaczerwienienia, gorączka i opuchlizny).
- Hemofilia lub skłonność do krwotoków.
- Ciąża.

Szczególnie ostrożność w stosowaniu nagrzewania dogłębnego należy zachować przy implantach chirurgicznych, wszczepach silikonowych i przyjmowaniu preparatów farmakologicznych, w tym także różnego rodzaju maści, oli i kremów leczniczych.

Oczywistym przeciwwskazaniem jest pogarszanie się stanu zdrowia po użyciu infrasauny.

Przeciwwskazaniem jest również odczuwanie bólu w czasie kąpieli w saunie podczerwonej.