Charakterystyczny dla wybrzeża morskiego mikroklimat groty solnej tworzony jest w wyniku wykorzystania naturalnych właściwości soli wspomaganych urządzeniami inhalacyjnymi.

Sól użyta w naszej grocie-pochodząca z Pakistanu, okolic morza Martwego oraz Kłodawy- jest naturalnym, ujemnym jonizatorem, który zasadniczo poprawia jakość wypełniającego grotę powietrza. W obecności takich biopierwiastków jak:

**jod** - odpowiada za prawidłową przemianę materii,
**wapń** - stanowiąc 1,5-2% masy ciała odgrywa kluczową rolę w procesach biochemicznych i fizjologicznych,
**magnez** - przeciwdziała niedotlenieniu i niedokrwieniu mięśnia sercowego,
**sód, chlor, potas** - ściśle ze sobą powiązane odpowiadają za regulację bilansu wodnego ustroju oraz utrzymanie równowagi kwasowo-zasadowej.

We wnętrzu groty powstaje specyficzny mikroklimat o stałej wilgotności i temperaturze. Krystaliczna sól kamienna produkując ujemne jony, które w ogromnych ilościach spotykamy nad morzem, przy wodospadach, po burzy– pozwala polepszyć kondycję zdrowotną działając wspomagająco przy leczeniu:

**chorób płuc i oskrzeli** (astma oskrzelowa, chroniczne zapalenie oskrzeli, przewlekłe zapalenie płuc),
**schorzeń sercowo-naczyniowych** (niewydolność krążenia, stany pozawałowe, nadciśnienie),
**schorzeń przewodu pokarmowego** (choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, nieżyt żołądka, zapalenie jelita grubego, choroba crohn'a),
**dysfunkcji wegetatywnego układu nerwowego** (zaburzenia krążenia, zaburzenia ruchów jelita grubego),
**schorzeń dermatologicznych** (łuszczyca, zapalenie skóry),
**alergii i uczuleń różnego typu,**
**spadku odporności na stres, nerwice, przemęczenia, nadwagi i cellulitu.**

**Dla kogo grota solna.**
Aby terapia była skuteczna, należy ją stosować przez jakiś czas przynajmniej dwa razy w tygodniu (około 10 seansów). Zawsze jednak można też "wpaść" do groty po prostu dla relaksu. Zwłaszcza w okresie jesienno-zimowym, kiedy narażeni jesteśmy na infekcje, będzie to korzystne nie tylko dla skołatanych nerwów, ale i dla zdrowia. Z terapii solnej korzystać może prawie każdy, bez ograniczeń wiekowych.
**Pobyt w jaskini jest korzystny dla kobiet w ciąży. Wdychane pierwiastki lekko obniżają ciśnienie, sól pochłania nadmiar wody z opuchniętych kończyn, a przyjemna muzyka i szum fal uspokajają mamę i dziecko**
Godzina przebywania w jaskini dobrze robi osobom starszym.

Osoby z nadczynnością tarczycy, zaawansowanymi chorobami nowotworowymi, chorobami nerek oraz innymi ostrymi stanami ostrych zapaleń, powinny zasięgnąć opinii lekarza przed wejściem do groty.