

Gdzie w Łodzi są tężnie i co warto o nich wiedzieć?

26.10.2022 8:38 Anastazja Sabat / ŁOT

Tężnia to budowla z drewna i gałęzi tarniny służąca do zwiększania stężenia soli w solance przez jej częściowe odparowanie. Tężnie służyły w przeszłości do uzyskiwania soli kuchennej, obecnie używane są jako potężne inhalatoria w kurortach. I choć kojarzą się głównie z Ciechocinkiem, to znaleźć można je także w Łodzi!



Źródło: www.lodz.pl

Lubisz tężnie? Zapraszamy do Łodzi!

W Łodzi znajdują się aktualnie aż 6 działających tężni. Tężnie są położone w różnych terenach Łodzi więc każda osoba znajdzie swoją idealną tężnię obok siebie. Niektóre z nich są umieszczone na osiedlach a inne są dostępne w parkach. Tężnie działają od maja do końca września w godzinach od 7:00 do 22:00. Trzeba także pamiętać że nie są one dostępne w okresie wzmożonych opadów atmosferycznych.



www.lodz.pl

Czym są tężnie?



www.lodz.pl

Tężnie solankowe to konstrukcje zbudowane z drewna iglastego i cienkich gałązek. W

przypadku łódzkich tężni są to gałazki tarniny . To właśnie po nich spływa solanka rozbijając się na mniejsze krople w których znajdują się minerały takie jak jod, brom, magnez, potas, sód oraz żelazo. Dzięki temu powietrze otaczające tężnie jest bogate w mikroelementy – zupełnie jak w nadmorskich sanatoriach i uzdrowiskach co sprawia że łodzianie tak kochają nasze łódzkie tężnie. Łodzianie bardzo chętnie głosują w Budżecie Obywatelskim za budową kolejnych tężni.

Kto może korzystać z tężni?

Korzystanie z tężni solankowych poleca się przede wszystkim osobom z nawracającymi schorzeniami górnego układu oddechowego. To dlatego, że jod rozrzedza zalegający w drogach oddechowych śluz. Pierwiastek ten reguluje pracę tarczycy i co ważne regularne seanse w tężni solankowej wzmacniają odporność organizmu .Już 2-3 sesje w tygodniu przyniosą rezultaty. Jedna nie powinna trwać jednak dłużej niż 45 minut.



www.lodz.pl

Co trzeba wiedzieć?

Tężnie solankowe działają pozytywnie na niektóre dolegliwości lecz warto pamiętać że są pewne przeciwwskazania do ich odwiedzania. Osoby z chorobami nowotworowymi, niewydolnością krążenia, z aktywną infekcją zapalną oraz gorączką nie powinny korzystać z tężni .Osoby chwilę po przebytych zawale oraz z nadwrażliwością na jony zawarte w solance także nie powinni korzystać z tężni.



www.lodz.pl

Tężnie w Łodzi

Tężnie są położone w różnych terenach Łodzi, więc każda osoba znajdzie swoją idealną tężnię obok siebie:

- Tężnia solankowa Widzew-Wschód w parku Widzewska Górka
- Tężnie solankowe w parku Podolskim
- Tężnie Spółdzielni Mieszkaniowej im. M Reja
- Tężnie Spółdzielni Mieszkaniowej Botanik
- Śródmiejska tężnia solankowa w pasażu Abramowskiego
- Ciechocinek na Olechowie i Janowie w parku Źródła Olechówki



Więcej o łódzkich tężniach przeczytasz na stronie www.lodz.pl