



Was Sie schon immer über Infrarotkabinen wissen wollten / oder sollten

In der heutigen Zeit gewinnen Infrarotkabinen immer mehr an Bedeutung und bieten eine preisgünstige, zeitsparende und wirkungsvolle Alternative zur klassischen Sauna.

Um die Qualität und die damit verbundenen Preisunterschiede von Infrarotkabinen beurteilen zu können, sollten drei Kernpunkte beachtet werden:

1. Welche Art von Strahler ist eingebaut?
2. Wie viele Strahler sind eingebaut?
3. Welches Holz ist in der Kabine verarbeitet?

Man unterscheidet grundsätzlich zwei Hauptgruppen von Infrarotstrahlern:

- Stabstrahler :
- Flächenstrahler:



Im Bereich der Stabstrahler unterscheidet man zwischen **Quarzsand,-Keramik-Magnesium** bzw. **Incolloy –strahlern**. Sie gehören zu den ersten Generationen von Strahlern und haben sich im Laufe der Jahre bewährt. Alle diese Strahler arbeiten im Infrarot C Bereich (ab 3000 Nanometer) sorgen für eine gute Erwärmung des Körpers, wirken aber nur in den oberen Hautschichten (ca. 0,4 mm). Keramik bzw. Quarzsandstrahler neigen auch dazu, eine sehr hohe Eigentemperatur zu entwickeln (teilweise über 300 Grad am Rohr gemessen), was einen gewissen Sicherheitsabstand vom Körper zum Strahler erfordert. Einen guten zusätzlichen Schutz bieten hier Anlehnteilen. Ein samt geflocktes Schutzgitter alleine reicht nicht aus, weil der Samt mit der Zeit bei ausgiebiger Nutzung der Kabine durch die hohen Temperaturen am Strahler vereinzelt schmelzen kann.

Die Vollspektrumstrahler gehören zu den Stabstrahlern der neueren Generation und wirken mit ihrem A/ B/ C Anteil (alle Infrarotbereiche werden abgedeckt) tiefer in den Körper hinein. Sie sind gänzlich ungefährlich weil der infrarot A Anteil (er sorgt für die Tiefenwirkung) im Bereich von ca. 18 Prozent liegt. Durch die Anbringung eines sogenannten Konterreflektors vor dem Glaskolben des Strahlers mindert man die Hitze, sorgt aber trotzdem für eine gute Verteilung der Infrarotstrahlung auf den Körper.

Flächenstrahler eignen sich hervorragend für Personen die einen guten Schwitzeffekt erzielen möchten, aber hohe Raumtemperaturen meiden wollen. Diese Strahler entwickeln lediglich eine Eigentemperatur von ca. 80-85 Grad, was eine sehr grosse Nähe des Körpers zum Strahler ermöglicht. Die Flächenstrahler haben den weiteren Vorteil, dass man Sie komplett auf die Innenwände der Kabine anbringen kann. (gute Nachrüstmöglichkeit für bestehende Saunen) Damit wird nahezu der gesamte Körper mit der Infrarotstrahlung abdeckt (auch unter Sitzbank, Boden etc.). Sie erreichen aber leider mit Ihrer Wellenlänge von 8500 Nanometer nur die oberste Hautschicht des Körpers (0,1mm). Damit sind sie, ausgehend von der Wellenlänge, die schwächsten Strahler, können aber in Verbindung mit modernen Stabstrahlern gerade bei Grossraumkabinen eine hocheffiziente Kombination darstellen.

Aus welcher Holzart Infrarotkabinen bestehen hat auf die Wirkung der Infrarotstrahlung keinen Einfluss. Meist werden Holzarten wie Fichte, Kiefer, Hemlock oder Zedernholz verbaut. Die Original Canadian Red Cedar gehört zu dem qualitativ besseren Holz weil sie Öle beinhaltet die für eine gewisse Resistenz gegen Pilze, Bakterien und Feuchtigkeit sorgen. Allerdings sollten Allergiker vorher prüfen ob sie nicht gegen dieses Holz allergisch sind. Ansonsten wäre eine geruchsneutrale Fichte verträglicher und auch günstiger.