



Ranuan Hillauutiset 7.7.2017

Hillatohtori Taisto Illikainen kuvailee hillasadon kehittymistä. Nyt ollaan hyvällä mallilla, kukinta on edennyt hyvin ja lämmintä on riittänyt. Jos ei ole yöpakkasia, voidaan odottaa hyvää hillakesää. Illikainen toivoo, että olisi hyvä asia, jos 100-vuotta juhlivalle Ranualla sattuisi onnistunut hillakesä. Marjatohtori Reijo Säaskilahti kertoo jo ensimmäisistä tupella olevista hilloista. Kaikki merkit antavat suuntaa hyvällekin hillakesälle.

Hillasauna

Nyt voit lieventää hillakuumetta hillasaunassa. Hierontapalvelut Anu Kaikkonen tarjoaa jatkossa myös saunapalveluita. Yrittäjä Anu Tahkola (ent. Kaikkonen) on aloittanut saunaterapiaopiskelun. Hän tekee opintoihin liittyviä harjoitustöitä Ranualla Kuhan kylässä.

Anu Tahkola on kehittänyt mm. yrtti-, koivu- ja hillasaunateriapalveluita. Hillasauna on sellainen, jossa peseudytään hillashampoolla ja otetaan hillanlehtijalkakylpy, kuvailee Tahkola. Löylyn lämmittämälle iholle Tahkola suosittelee käytettäväksi hillavillaa. Hillaa on käytetty myös hillavillakivissä, joita käytetään väsyneille nivelille tai raajoille. Kivillä painellaan keveästi hoitoa tarvitsevia alueita ja lisätään tarvittaessa hillaöljyä. Hillan vitamiinit ja hivenaineet vilkastavat verenkiertoa, turvotus vähenee ja olo virkistyy.

Hillasaunan jälkeen kasvot käsitellään hillavoiteella. Muualle vartaloon jää hillan vaikuttavia aineita, eikä iho kaipaa lisäkosteutta. Nesteytys on tärkeää, nautimme saunan jälkeen mm. hillanlehtiteetä.

Anu Tahkola kertoo olevansa onnekas, koska hän voi hankkia monia hoidoissa tarvittavia hyvinvointituotteita lähellä toimivilta yrittäjiltä. Käytettävät tuotteet ovat lisäaineettomia, eikä niissä ole keholle vieraita aineita. Miedot tuoksut tulevat kaikki puhtaista yrteistä. Hillan ympärille on saatu kehittymään kokonainen tuoteperhe. Nyt hillaa on käytettävissä sisäisesti ja ulkoisesti. Hillan vaikutuksia saadaankin monipuolisesti meidän hyvinvointiin, kertoo Tahkola.

Hillasauna on puhdistava ja meditatiivinen tapahtuma. Aikaa on hyvä varata pari tuntia. Asiakkaat kuvailevat hoidon vaikutusta miellyttäväksi sekä oloa keveäksi. Tahkola suosittelee saunaterapiaa kaikille, jotka voivat käydä saunassa.



Anu Tahkola ja hillasaunassa käytettäviä hoitotuotteita

Ranuan Hillautiset, Riikka Tuomivaara, Ranuan kehittämispäällikkö