

VACUUM MASSZÁZS

Nem a hagyományos értelemben vett masszázsközé tartozik, hanem az alakformáló, méregtelenítő kezelések közé.

A vacuum masszázsk a kézi nyirok masszázsk egyik speciális formája.

Vérkeringést, nyirokkeringést javító és immunrendszert aktiváló hatását többféle probléma esetén is felhasználhatjuk.

Hogyan hat a vacuum masszázsk?

Ez a sajátos technika, mivel felfokozza a nyirok- és a véráramlást, ami akár az ötvenszeresére is felgyorsulhat, biztosítja a salakanyagok elszállítását a szervezetből. Így javul a bőr alatti kötőszövetek oxigénellátása és anyagcsereje. A felgyorsult keringés következtében erősödik a szervezet zsírégetési folyamata.

Megerősíti a laza kötőszöveteket, visszaállítja azok rugalmasságát, a bőr fesesebb lesz.



Mire használjuk?

- ★ A vacuum masszázsk rendkívül alkalmas a narancsbőr eltüntetésére, megelőzésére
- ★ a terhességi és nyúlási csíkok kezelésére is alkalmazható a módszer
- ★ méregtelenítő, regeneráló kúrák elemeként
- ★ ödémák megszüntetésére

A vákum ereje a felszipantott zsírszöveteket szétöri és kiszippantja a lerakódott mérgeanyagokat, ami aztán a nyirokkeringés segítségével távozik a szervezetből.

Gyakorisága: érdemes hetente 2-3 alkalommal végezni a kezelést. Kúraszerűen végzett, kb. 10-15 kezeléssel már igen látványos eredmény érhető el. Megelőző vagy fenntartó kezelésként is végezhető.

Mire figyelünk egy zsírégető, illetve méregtelenítő kúra során?



A felfokozott nyirokkeringés nemcsak a kezelés időtartama alatt áll fenn, hanem a következő napokban is folytatódik. Ezért fontos, hogy a kúra ideje alatt fokozottan növeljük a folyadékbevitelt, ami legalább 50 %-ban vizet kell, hogy tartalmazzon. Ez kb. 2,5 liter folyadékot jelent. Így támogatjuk a nyirokrendszerünket a salakanyagok elszállításában. Ellenkező esetben a mérgeanyagok nem tudnak olyan mértékben eltávozni a szervezetből. Ilyenkor léphetnek fel olyan tünetek, mint a fejfájás, émelygés, a bőrön jelentkező apró kiütések. Ebben az esetben tanácsos több folyadékot fogyasztani!

Ellenjavallatok:

- heveny gyulladáskos folyamatoknál
- pajzsmirigy működésének zavara esetén
- trombózikos, vagy trombózik gyanús területen
- szívelégtelenség miatti ödémák fennállása esetén