

Próżniowy masaż piersi

<http://urodaizdrowie.pl/prozniowy-masaz-piersi>

November 4, 2012



Jędrne piersi to marzenie wszystkich kobiet. Niestety, rzadko kiedy jesteśmy z nich zadowolone. Cięża i karmienie, nagły przyrost lub spadek wagi powodują pojawienie się rozstępów i utratę elastyczności skóry. Przywrócić piersiom dawny kształt może metoda próżniowego masażu. Masaż ssący to jedna z lepszych i nieinwazyjnych metod pomagających ujędrnić i wysmuklić wybrane części ciała, w tym biust.

Opis metody

Ta niechirurgiczna metoda sprawdza się również znakomicie w przypadku likwidacji cellulitu i rozstępów, świetnie radzi sobie z pozbawioną elastyczności skórą, a także jest pomocna w trakcie procesu odchudzania, gdyż niweluje ryzyko „obwisłej skóry”. Podczas każdorazowego zabiegu zostaje usprawnione krążenie krwi i limfy.

Bańki nakładki ssące to charakterystyczne wyposażenie urządzenia do masażu próżniowego. Najprościej mówiąc nakładki przykładane są do ciała – następuje rozbijanie tłuszczu i usuwanie toksyn, co przedkłada się na usprawnienie krążenia krwi i limfy. Seria takich zabiegów prowadzi do widocznego ujędrnienia i poprawienia wyglądu skóry. Z doświadczenia wiem, że kobiety najczęściej poddają masażowi próżniowemu biust, brzuch, pośladki i uda, czyli najbardziej problematyczne części ciała, z którymi zwykle kosmetyki często nie dają sobie rady – twierdzi Karolina Mazur, kosmetyczka.



Decydując się na serię zabiegów mamy niemalże stuprocentową pewność, że poddane działaniu masażu próżniowego piersi zostaną widocznie ujędrnione, podniesione i odzyskają swój młodzieńczy wygląd. Jednorazowy zabieg trwa zazwyczaj około 30 minut i jest zupełnie

bezbolesny, aczkolwiek dla uzyskania najlepszych efektów należy poddać się całej serii (10-15) zabiegów, a później podtrzymywać ten efekt.

Przebieg zabiegu

Najlepsze efekty daje seria zabiegów wykonywanych w odstępie 1-2 dni. Długość zabiegu wynosi zazwyczaj około 30-40 minut. Przy zabiegach na biust wykwalifikowana kosmetyczka dobiera odpowiedni rozmiar nakładek i przykładą je do piersi. Urządzenia do masażu próżniowego mają zazwyczaj możliwość regulacji siły ssania, którą także ustala przeszkolona do wykonywania zabiegu osoba (najczęściej kosmetyczka).

Jeżeli zabiegowi zostają poddane inne części ciała kosmetyczka przesuwając nakładki zgodnie z przebiegiem mięśni – wówczas otrzymujemy najlepsze rezultaty. Przy „rozbijaniu” cellulitu siła ssąca jest zazwyczaj dosyć wysoka by efektywnie rozbić tłuszcz, wyszczuplić uda i pośladki i pobudzić drenaż limfatyczny.

Masaż próżniowy stymuluje głębokie warstwy skóry, przez co pobudza fibroblasty do zwiększonej produkcji elastyny i kolagenu. Proces ten nie tylko powoduje poprawę napięcia skóry, ale także pozwala jej zachować młody wygląd. Z kolei rozbijanie tkanki tłuszczowej powoduje wyrzeźbienie ciała, a w połączeniu z odpowiednią dietą przynosi rewelacyjne efekty odchudzające, które najlepiej widać na brzuchu, pośladkach i udach. Terapia próżniowa pozwala na efektywną walkę z cellulitem, jednakże jej długość uzależniona jest od stopnia zaawansowania „pomarańczowej skórki”.



Zalety terapii próżniowej

1. usprawnienie mikrokrażenia,
2. usuwanie nagromadzonych toksyn (detoksykacja),
3. rozbijanie tłuszczu,
4. drenaż limfatyczny (usprawnione krążenie krwi i limfy, eliminacja końcowych produktów przemiany materii),
5. rzeźbienie i modelowanie ciała,
6. przywrócenie jędrności wybranym częściom ciała,
7. podniesienie i poprawa kształtu piersi,
8. pobudzenie fibroblastów do produkcji elastyny i kolagenu.

Masaż próżniowy jest uznawany na świecie za jedną z najskuteczniejszych bezinwazyjnych metod likwidacji cellulitu i tkanki tłuszczowej. Masaż jest bardzo przyjemny. Nie trzeba się do niego specjalnie przygotowywać. Należy jednak pamiętać, by przed zabiegiem i po jego zakończeniu wypić ok. 0,5 litra wody, aby pomóc organizmowi za pomocą układu moczowego wydalać złoży niechcianego tłuszczu. W czasie kuracji zalecane jest przestrzeganie zasad zdrowego żywienia, lekka gimnastyka oraz wypijanie dziennie ok. 2 l niegazowanej wody mineralnej dziennie.

Przeciwwskazania do zabiegu

1. nadciśnienie,
2. zapalenie żył,



- 3. nowotwór,
- 4. ciąża,
- 5. stany zapalne skóry,
- 6. mechaniczne uszkodzenia,
- 7. przepuklina.

