Лимфатический массаж тела

Лимфатический (лимфодренажный) массаж – это процедура, способствующая улучшению оттока лимфы посредством воздействия на лимфатические центры, лимфатические коллекторы и капилляры.

Отцом лимфодренажного массажа считается датский массажист Эмиль Воттер, в начале 20 столетия он активно внедрял в свою практику лимфодренажный массаж. А в 1934 опубликовал результаты своей деятельности. После чего методика лимфодренажного масссажа получила признание у общественности.

Лимфа – эта телесная жидкость, содержащая продукты метаболизма, клетки ткани, белки, жиры и чужеродные вещества. Также она содержит витамины, растворимые в жирах (А, Е, Д, К) и витамины, растворимые в воде (комплекс витаминов группы В и витамин С). Лимфа в теле разводит необходимые вещества, участвует в иммунитетном процессе и в последствии одновременно выводит избыточную жидкость из тела вон.

В норме циркуляция лимфы по организму очень медленная 4-5 мм в 1 сек., движется лимфа по организму «снизу вверх» посредством «мышечного насоса», т.е. благодаря работе мышц, и дыханию. Учитывая различные отрицательные факторы, такие как

малоподвижный образ жизни, длительное пребывание в одной позе (долго сидеть или стоять), алкоголь, курение, различные инфекционные заболевания, погрешности в питании и т.п. происходит нарушение циркуляции лимфы. Появляются отеки, незаметно ухудшается общее состояние здоровья, появляются косметические недостатки кожи и много других проблем со здоровьем. И здесь на помощь приходит лимфодренажный массаж. Ритмическое растяжение и массаж скелетных мышц способствуют не только механическому перемещению лимфы, но и усиливают собственную сократительную активность лимфангионов в этих мышцах.

В РЕЗУЛЬТАТЕ, ЛИМФАТИЧЕСКИЙ МАССАЖ ПОМОГАЕТ РЕШИТЬ РЯД ПРОБЛЕМ:

• выведение продуктов распада, токсинов, и др. вредных веществ,
• выведение продуктов распада т.к. лимфатическая система отвечает за иммунитет нашего организма,
• снижение веса – непосредственно на вес человека лимфодренажный массаж не влияет это миф. Но происходит уменьшение объемов (к примеру бедер) за счет выведения

жидкости,
• лимфодренажный массаж – отличное средство для ликвидации отеков, мелкой сосудистой сетки,
• за счет улучшения общего состояния здоровья и выведения токсинов, улучшается состояние кожи,
• отличное решение при работе с целлюлитом.

Кроме того, лимфодренажный массаж стимулирует липолитические процессы (способствующие омоложению организма), выполняется совершенно безболезненно и приятно, являясь прекрасным средством для релаксации, благотворно влияет на иммунитет и здоровье в целом.

От других видов массажа лимфатический массаж отличается темпом и силой воздействия, некоторыми приемами. После процедуры мы рекомендуем обильное питье. От лимфодренажного массажа не должны оставаться синяки (как впрочем, и от любого вида массажа), исключены жесткие массажные приемы и болевые ощущения. Ключевой момент в данной процедуре, это, конечно же, магистральный лимфодренаж. Специалисту небходимо обеспечить дальнейший отток лимфы от конечностей в кровеносную систему. Поэтому важно чтобы лимфодренажный массаж делал профессионал, понимающий физиологию процесса.

В нашем центре лимфатический массаж тела представлен как отдельная самостоятельная процедура, так и в составе антицеллюлитной программы, программ очищения организма, реабилитации, снижения веса.

Противопоказания к проведению лимфодренажного массажа такие же ,как и классического. **Напомним, что пациенту стоит заранее предупреждать об их наличии наших специалистов.**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА !!

Забронируйте время визита по телефону +7-918-766-17-80
или отправьте заявку онлайн

Записаться на прием