

Время: 60 минут

Прорабатываемые зоны: спина, поясничный отдел, грудной отдел, живот, бедра (внешняя и внутренняя поверхность бедра)

Лимфодренажный массаж — это массаж, который способствует снижению веса,

удаляет отеки и улучшает обмен веществ. В процессе сеанса массажист сначала снимает напряжение и спазмы (сначала на поверхности, а затем в глубине тканей). Только после этого происходит прокачка лимфатической системы. Процедура проводится учитывая вашу индивидуальную скорость лимфотока.

Лимфодренажный массаж базируется на глубоких знаниях анатомии и особом ручном воздействии.

Особенности лимфодренажного массажа:

Лимфодренажный массаж сегодня стал особенно популярен в связи с увеличивающейся степенью зашлакованности организма человека.

Этот массаж подходит каждому независимо от возраста и пола, так как он оказывает комплексное воздействие на весь организм.

Секрет действия лимфодренажного массажа заключается в его особой технике. Техника проведения лимфодренажного массажа подразумевает знание путей лимфатиков, расположение лимфоузлов. Поглаживание и надавливание - основной его метод. Движения делаются по направлению движения лимфы, именно поэтому мастер должен иметь профессиональную подготовку. Длительность сеанса примерно 15-60 минут. Данный вид массажа делается как на все тело, так и на отдельные его участки.

Как действует лимфодренажный массаж?

Лимфодренажный массаж улучшает ток лимфы благодаря чему устраняются

отеки, а органы и ткани на много быстрее освобождаются от конечных продуктов распада - токсинов. И как следствие получают больше кислорода и питательных веществ.

Показания к применению лимфодренажного массажа:

выраженный отечный синдром,  
варикозное расширение вен,  
коррекция фигуры (в сочетании с различными методами похудения выводит продукты метаболизма, образующиеся в результате расщепления жира)

Противопоказания к применению:

повреждения кожи или гнойные воспаления,  
инфекционные заболевания,  
герпес в активной стадии,  
обострения хронических дерматозов,  
воспалительные процессы,  
кровотечения,  
злокачественные новообразования,  
болезни крови,  
избыточное оволосение.