Автор: admin
06.02.2014 16:38 -

Целлюлит. Как с ним бороться?

Так каковы же они – средства по борьбе с целлюлитом, кроме уже вышеперечисленных физической активности и правильного питания? О! Только наберитесь терпения, чтобы прочитать о них всех! Вы ещё только думаете о том, как бы подкорректировать свои пышные формы и прелести, а за вас **уже** подумали!

Остаётся только воспользоваться таким прекрасным разнообразием и преобразиться.

Это и древняя, как мир, **иглорефлексотерапия** – воздействие на биологически активные точки организма, и более современная
лазеропунктура
– воздействие на те же точки, только лазером.

Бальнеотерапия – лечение водой – так же известна во всём мире с незапамятных времён. При этом применяется специально подготовленная вода (морская, минеральная или вода с добавлением эфирных масел) и подводный душ-массаж.

Стоунтерапия – лечение камнями, легко и приятно помогающее избавиться от жировых отложений путем ускорения обмена веществ.

Медовый массаж. Представляет собой изумительное сочетание лечебного действия пчелиного мёда и массажа.

Миостимуляция – «гимнастика для ленивых», где используются импульсы электрического тока, активно сокращающие мышцы. Этот метод улучшает кровообращение и лимфоток, активизирует обмен веществ, что, в свою очередь, способствуют активному сжиганию жировых запасов.

Липосакция – хирургическая коррекция контуров фигуры, когда жировые отложения

удаляются с помощью вакуумного отсоса.

Криотерапия – дозированное воздействие холодом, что способствует повышению тонуса кожи и уменьшению жировых отложений. Ещё наши далёкие предки принимали ледяные ванны для омоложения и укрепления иммунной системы.

Вакуумный массаж улучшает доставку кислорода и крови к тканям, стимулирует лимфообращение, повышает мышечный тонус.

Гидрофортерапия – один из новых методов борьбы с целлюлитом, основанный на принципе молекулофореза, то есть доставки активных компонентов непосредственно в жировую ткань, на глубину до 10 см. Во время процедуры используется специальный гель, компоненты которого активизируют клеточный метаболизм и нормализуют микроциркуляцию внутри жировой ткани, обеспечивают нормальный лимфодренаж.

Импульсные токи – это воздействие на проблемные зоны импульсов тока определённой формы и частоты, способствующих выравниванию поверхности кожи, в результате чего «апельсиновая корка» постепенно исчезает.

Лимфодренаж – процедура, нормализующая лимфоток. Ликвидирует застой лимфы и способствует тем самым активному выводу токсинов, улучшению обмена веществ и питанию тканей.

Прессотерапия или прессомассаж. Воздействует на лимфатическую систему и способствует выведению из организма излишков жидкости и токсинов, восстанавливает кровообращение и водный баланс в клетках кожи. Эффективно борется с целлюлитом и ожирением и устраняет дряблость, возвращая коже упругость и гладкость.

Озонотерапия . Введение в жировую ткань проблемных зон озонокислородной смеси, что улучшает микроциркуляцию в коже и подкожно-жировой клетчатке, стимулирует сжигание жиров и насыщение клеток кислородом и питательными веществами.

Электролиполиз (липолиполиз или целлюлолиполиз) – подкожная электростимуляция проблемных участков с использованием специальных электродов, это заставляет клетки активно работать.

Мезотерапия – простой и эффективный метод воздействия на проблемные зоны, когда активные вещества вводятся в очень маленьких дозах прямо внутрь кожи, на глубину 0,5-4 мм. К достоинствам данного метода относятся длительное сохранение результатов и отсутствие возрастных ограничений.

Наружная ультразвуковая пульсотерапия – воздействие на проблемные зоны ультразвуковыми волнами высокой частоты, при котором разрушаются не только жировые клетки, но и подкожные рубцы, деформирующие кожу.

Ионофорез – введение лекарственных или косметических веществ с помощью постоянного гальванического тока. Ток укрепляет и тонизирует сосуды, улучшая кровообращение и обмен веществ. Активные же компоненты косметических и лечебных средств, проникая в глубокие слои кожи, значительно повышают их активность.

Обёртывания. Этот древний способ ухода за телом и сегодня остаётся актуальным и эффективным средством, не затерявшимся среди обилия современных методик. В косметическом салоне вам предложат огромный перечень обёртываний – комфортной и эффективной процедуры – от плотных бинтований с помощью бандажей до шоколадного (!) антицеллюлитного обёртывания, хорошо увлажняющего и питающего кожу, способствующего уменьшению жировых отложений и стимуляции обменных процессов.

Шоколад стимулирует синтез эндорфина – «гормона счастья» не только при его поедании, но и при применении его вот таким оригинальным способом. В данном случае эффект от шоколадного обёртывания (кроме вышеуказанного) состоит также в повышении жизненного тонуса и препятствии развития депрессии.

Вот вы и познакомились с чудо-средствами оздоровления и омоложения тела. Но, зная об этом и возлагая вполне понятные надежды на чудодейственные манипуляции, не нужно забывать о необходимости и самим прилагать усилия в борьбе за сохранение

здоровья и красоты. А посему желаю вам, дорогие наши читатели, чтобы здоровый образ жизни и физическая активность давались бы вам легко, с радостью и стали бы неотъемлемыми составляющими вашего существования!

Рациональное же питание и правильное использование средств ухода за телом пусть также станут вашими соратниками и поддержат эффект от процедур салона красоты!

Автор - **Марина Дутти**
Источник