

Баночный массаж по телу



Баночный массаж тела использовался ещё в древности для лечения самых разных заболеваний. Поэтому баночный массаж считается проверенным средством в борьбе с многочисленными проблемами, которые могут возникать у людей в течение всей жизни. В косметологии, в борьбе за красоту и стройность женских тел, специалисты также применяют баночный массаж. Основная проблема эстетики тела нашего века – это целлюлит. Причём он возникает как у худеньких, так и у полненьких, как у молодых, так и у взрослых людей. Появление на коже целлюлита в первую очередь связываем с повседневным питанием в обычном магазине. Поэтому так важно время от времени очищать свой организм по методике интерстициального питания. На сегодняшний день баночный массаж остается лидером среди антицеллюлитных процедур. Массаж позволяет устранить застои межтканевой жидкости и избавиться от «апельсиновой корки». Суть такого массажа состоит в том, что при баночном массаже в местах присасывания банок улучшается кровообращение и лимфоток, расщепляется жировая ткань. Сейчас изобретены специальные безогневые пластиковые или силиконовые баночки, которыми очень удобно работать. Баночный массаж может применяться как самостоятельно, так и служить дополнением к различным другим оздоравливающим техникам. В сочетании с интерстициальным питанием и тайским слим-массажем он даёт потрясающий эффект.

Антицеллюлитный баночный массаж можно проводить на любых проблемных участках, кроме внутренней поверхности бедер, обходя подколенные впадины и паховую область. Баночный массаж живота способствует скорейшему сжиганию жировой ткани на животе, влияет на активность мышц живота. Кожа становится гладкой, подтянутой и красивой. Баночный массаж спины проводят не только при целлюлите, но также и при остеохондрозе и отложении солей. Проходить баночный массаж лучше у специалиста. Так как во время баночного массажа вы будете расслаблено лежать, а специалист в это время будет тщательно прорабатывать «апельсиновую корку». После проведения процедуры очень важно нанести специальную мазь и обернуть бедра пищевой пленкой от 30 минут до 1 часа, далее снять плёнку и вечером

принять душ.

Баночный массаж выполняют 2-3 раза в неделю.

Курс массажа состоит из 15-20 сеансов по 2 раза в неделю с периодичностью один раз в год.

Для лучшего лечебного эффекта применяются антицеллюлитные крема и масла.

Показания к массажу:

- различные стадии заболевания периферической нервной системы;
- радикулиты, миозиты;
- наличие мышечно-тонических и болевых синдромов;
- целлюлит;
- детские простудные заболевания;
- остеохондроз шейного, пояснично-крестцового и грудного отделов позвоночника на разных стадиях;
- сколиозы;
- трахеит;
- бронхит;
- пневмония вне стадии обострения;
- заболевания органов дыхания;
- необходимость в реабилитации организма после продолжительного заболевания

Противопоказания:

- инфекционные заболевания;
- чрезмерно высокая температура тела
- наличие видимых родимых и пигментных пятен в области предполагаемого воздействия;
- стремительно развивающиеся воспалительные процессы кожи;
- гипертоническая болезнь; – общее сильное изнеможение организма;
- острая сердечно-легочная недостаточность;
- заболевания крови и кровоточивость;

- злокачественные опухоли;
- аллергические реакции;
- туберкулез;
- ревматизм на развивающейся стадии;
- тромбофлебит;
- тромбоз сосудов;
- варикозное расширение вен в области предполагаемого воздействия. Также следует помнить о том, что банки противопоказано ставить на:
 - зону сердца;
 - позвоночник;
 - область почек;
 - подколенной ямке;
 - по внутренней поверхности бедра.

Нежелательно производить массажные движения в первый период после перенесенных человеком операций.