

Виды массажа, применяемые в косметологии



**Преподаватель курса «Сестринское дело в
косметологии»**

Кириченко Алена Александровна

Массаж – эффективный способ сохранить красоту и здоровье КОЖИ

Массаж — совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы в виде растирания, давления, вибрации, проводимых непосредственно на поверхности тела человека как руками, так и специальными аппаратами через воздушную, водную или иную среду с целью достижения лечебного или иного эффекта.

Дополнительно к механическим воздействиям, для усиления эффекта, применяют в первую очередь массажные масла, а также различные ароматические, благовонные масла, лекарственные мази, гели, другие препараты и температурные воздействия (например, криомассаж).

Классический массаж по крему (маслу)

Этот вид массажа подходит для регулярного применения, предназначен он для поддержания оптимального состояния кожи лица и тела. Классический массаж подходит для любого возраста и типа кожи, он позволяет поддерживать тонус, часто входит в программы ухода за кожей лица, прекрасно дополняет использование косметических продуктов.

Классический массаж проводится курсами по 10-15 процедур через день или два в зависимости от состояния кожи пациента.

Пластический массаж лица

Рекомендуется людям после 30 лет и позволяет отодвинуть старение кожи, значительно повышает упругость и эластичность. Данный массаж хорошо сочетается с пластифицирующими альгинатными и гипсовыми масками. Кроме того, пластический массаж оказывает успокаивающее воздействие на нервную систему. Курс пластического массажа обычно состоит из 10-15 процедур, проводящихся через день.

Лечебный массаж по Жаке

Этот вид массажа лица помогает улучшить состояние кожи при жирной коже с акне, комедонами, постакне. Лучше доверять проведение массажа по этой технике только профессиональному массажисту. В среднем в одном курсе может быть до 20 процедур, которые проводятся 2-3 раза в неделю.

Криомассаж

Особенностью данного массажа является применение жидкого азота, который имеет минусовую температуру. Работа жидким азотом проводится с помощью аппликатора, который прокатывается по массажным линиям или локально на проблемную область.

Он прекрасно борется с повышенной выработкой кожного сала, мелкими морщинами и дряблостью кожи. Кроме этого, одним из основных назначений криомассажа является снятие стресса и напряжения. Курс обычно состоит из 15 сеансов, проводящихся 2-3 раза в неделю.

Хиропластический

Новая уникальная методика воздействия на кожу, разработанная профессором Института мануальной терапии в Барселоне. Этот стиль массажа позволяет достичь потрясающего лифтинг-эффекта благодаря комплексу определенных движений, которые раздражают кожные рецепторы, вызывая тем самым ответную реакцию организма в виде расширения сосудов расположенных в дерме и гиподерме. Такой чудо-массаж предназначен не только для лица, но и для рук, шеи, воротниковой зоны. Хиропластический массаж помогает улучшить микроциркуляцию крови, нормализовать работу потовых и сальных желез, разгладить как мимические, так и неглубокие статические морщины.

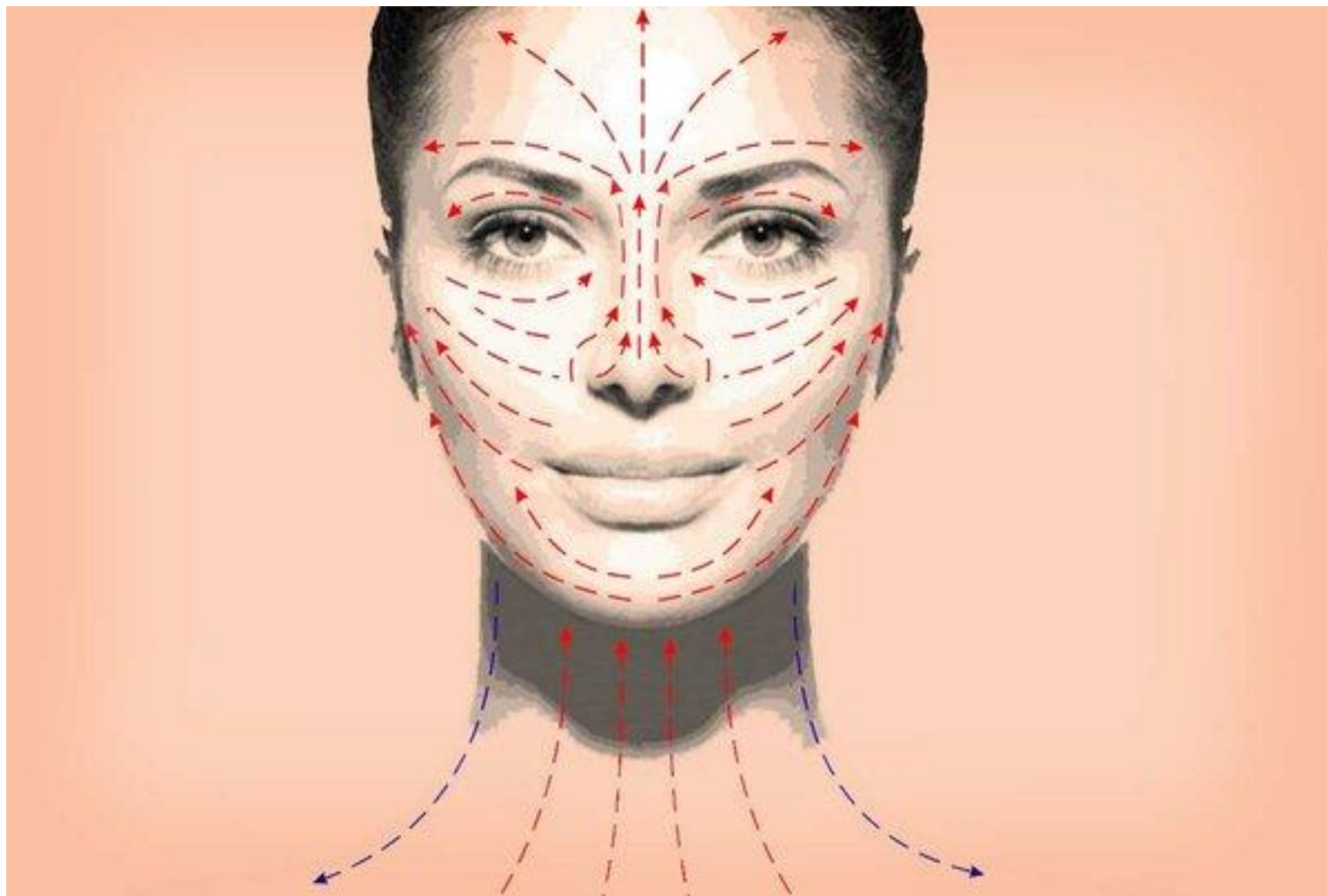
Миофасциальный

Комплексный метод, сочетающий в себе глубокое дыхание, разностороннюю непродолжительную нагрузку на одну либо на целую группу мышц. Такая техника помогает добиться расслабления лицевых мышц, а также снять мышечные зажимы. Заставляя глубокие мышцы работать, массаж корректирует овал лица и разглаживает рельеф кожи. В итоге происходит так называемый «миолифтинг» лица: разглаживаются морщины в области вокруг глаз и на лбу, носогубные складки становятся менее заметными.

Правильно сделанный массаж помогает достичь таких результатов:

- повысить эластичность и упругость кожи;
- замедлить процесс старения;
- нормализовать функцию сальных желез;
- восстановить здоровый оттенок кожи;
- улучшить мышечный тонус лица;
- разгладить морщины;
- подкорректировать овал лица;
- улучшить кровоснабжение тканей;
- убрать второй подбородок;

**Главное условие правильного проведения
процедуры – движения строго по массажным
ЛИНИЯМ**



Аппаратные виды массажа

Гальванизация - ток невысокого напряжения активизирует обменные



Микротоковый массаж

Массаж , основанный на микротоках, стимулирует именно верхние слои кожи. Слабые электрические импульсы позволяют мышцам лица сокращаться и расслабляться, приводя их к естественному состоянию. Данный вид массажа особенно показан после оперативных вмешательств на лице или после перенесенных заболеваний, связанных с лицевыми нервами.

Микротоки лица подвижными электродами



Микротоковый массаж перчатками



Микротоки тела подвижными электродами



Прессотерапия

Прессотерапия - является более эффективным методом лимфодренажа для всего тела. С помощью специального костюма, одеваемого на пациента, и двух подключенных микропроцессоров можно создать уникальное давление по всему телу. Это позволяет заставить жидкость активно циркулировать и выводиться естественным путем.

Прессотерапия



Вакуумный массаж

Вакуумный аппаратный массаж основан на воздействии отрицательного давления, что позволяет вызвать усиленный отток лимфы. Но с этим методом нужно быть осторожными: доверить свое тело можно только профессионалу, который сможет точно контролировать воздействие. Иначе можно вызвать разрывы и микроразрывы тканей эпидермиса.

Вакуумный массаж



LPG массаж – отличный метод омоложения кожи

Сегодня с помощью LPG массажа лица с успехом проводят процедуры омоложения, моделируют и подтягивают овал лица. Достигается это за счет вакуумного воздействия на кожу. Аппарат мягко захватывает отдельные участки кожи вместе с подкожным слоем и быстро отпускает. За счет деликатного «пощипывания» происходит восстановление всех слоев. Кожа лица при таком импульсном воздействии не растягивается и не травмируется

LPG массаж лица



LPG массаж

При выполнении LPG массажа осуществляется комплексное воздействие на кожу: механическое разминание самодвижущимися роликами, вибрация и вакуумная аспирация. При помощи вакуума кожная складка захватывается внутрь камеры манипулы, а роллеры, вращаясь в разных направлениях, разминают, раскачивают и шлифуют кожу, при этом за счет движения манипулы происходит вибрация. Создается эффект перекачивания волны по телу. Толщина складок, степень их захвата и скорость вращения роллеров регулируется для каждого пациента индивидуально. Происходит стимуляция липолиза (разрушение липидов) в адипоцитах (жировых клетках) за счет дополнительной оксигенации тканей, этот процесс приводит к уменьшению объема жировой прослойки.

LPG массаж тела



Ультразвуковой массаж

Ультразвуковой массаж стимулирует крово- и лимфообращение, разглаживает рубцы и морщины, ускоряет обмен веществ в клетках кожи и снабжает их кислородом, уменьшает отёки и выводит токсины. Одновременное применение с массажем специальных косметических средств усиливает его эффективность в несколько раз и позволяет активным ингредиентам косметики проникать глубже.

Ультразвуковой массаж лица



Ультразвуковой массаж тела

Ультразвуковой массаж тела хорошо снимает спазмы и всевозможные отеки, прекрасно разглаживает морщины, а так же дает возможность улучшить воздействие различных косметических средств. Если же использовать при ультразвуке еще и вспомогательные препараты, то из тканей более активно будут выводиться всевозможные шлаки и токсины, а так же лишняя жидкость, которая мешает сжиганию жиров и подтягиванию кожи и мышц.

Ультразвуковой массаж тела



Массаж травяными мешочками

Этот вид массажа появился в Таиланде и Индии. Основным инструментом тут выступают подогретые мешочки, которые наполнены целебными травами, такими как имбирь, герань и шалфей, которые богаты эфирными маслами и биоактивными ингредиентами.

Иногда в них добавляют кунжут или рис. Эти мешочки запариваются кипятком или горячим растительным маслом. Такой необычный массаж поможет вам активизировать обмен веществ, восстановить мышечную систему, а также нормализовать лимфатический и кровяной обмен веществ. Кроме того, он насытит вашу кожу полезными веществами. Он также обладает существенным эффектом лифтинга.

Массаж травяными мешочками



Стоун-массаж

К такому массажу прибегала еще царица Клеопатра. Этот массаж ей производили с помощью драгоценных камней. Массаж камнями очень ценится в аюрведе, так как он помогает восстановить в организме человека распределение энергии, настраивая его на омоложение и полное самоизлечение. Поклонники такого массажа считают, что его эффект намного более продолжительный и сильный, чем от обычного массажа, особенно если массажист опытный.

Стоун-массаж



Массаж раковинами

Этот вид масса родом с Полинезийских островов, его по праву можно считать альтернативой массажу камнями. Специалист на протяжении сеанса на тело клиента воздействует пустыми ракушками разной формы и диаметра. Ракушки мастер располагает на различных участках тела, поглаживает ими тело и надавливает. Данная процедура может расслабить и вылечить, её также считают прекрасной профилактикой стресса, а косметический эффект такого массажа просто превосходный.

Массаж раковинами



Ледяной альпийский массаж



Ледяной альпийский массаж

С целлюлитом специалисты рекомендуют бороться именно с помощью данного массажа, который проводится кубиками льда. При быстром воздействии холода сосуды сужаются, а потом расширяются, поэтому обмен веществ усиливается, а приток крови увеличивается. Жир сгорает и уходит застой в тканях. Умывание кубиками льда или криомассаж вы можете делать и дома, заморозив лёд из отваров целебных трав. Водите кубиком по своей коже снизу вверх, зигзагами и по кругу. Любую зону следует массировать не более трёх минут.

Массаж улитками

Массаж улитками или, как его еще называют, улиткотерапия, впервые появился в Японии. Слизь, которая выделяется улитками, – очень ценное вещество, активно используемое в косметических средствах. Оно содержит в себе антиоксиданты, кислоты и протеины. В ходе процедуры улитки ползают по лицу и оставляют на коже ценную слизь. Такой массаж прекрасно удаляет отмершие клетки, увлажняет и тонизирует лицо. Кроме того, слизь заживляет рубцы и шрамы, лечит ожоги и воспаления.

Массаж улитками



Массаж змеями

Массаж змеями – это новое, уникальное в своем роде, направление анималотерапии (вид терапии, при котором используются животные для оказания психотерапевтической помощи). В ходе процедуры используются 4-5 неядовитых змей, которые активно ползают по телу клиента, делясь своим внутренним теплом. Если клиент сможет побороть свой страх, а по статистике 90% людей боятся именно змей, то змеинотерапия поможет ему решить проблемы с депрессиями, неврозами, хронической усталостью, снять стресс и достичь внутренней гармонии.

Массаж змеями



Массаж поющими чашами

Массаж поющими чашами родом из Тибета. Это глубокий, энергостимулирующий и гармонизирующий массаж, который делается с помощью звуковых вибраций поющих чаш. Такой массаж действует на двух уровнях: физическом и энергетическом. На физическом уровне данный массаж за счет мягких вибраций снимает различные спазмы, дискинезию, мышечные блоки, воспалительные состояния и в целом улучшает защитные силы организма. На энергетическом уровне у человека появляется состояние внутренней улыбки, эмоции и стресс утихают, мысли проясняются.

Массаж поющими чашами



**Массаж не только полезен для
здоровья тела, но и для
эмоционального состояния
человека - прекрасно расслабляет,
снимает стресс и улучшает
настроение.**