

Борисенко Ксения Вадимовна

студентка

ФГБОУ ВО «Ростовский государственный

университет путей сообщения»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

LPG-МАССАЖ

***Аннотация:** в статье рассматривается вопрос коррекции фигуры посредством современного метода – lpg-массажа. Изучается принцип действия непосредственно массажера, порядок выполнения процедуры, а также показания и противопоказания, предписанные специалистами в данной области.*

***Ключевые слова:** коррекция фигуры, lpg-массаж, красота, здоровье, кожа, лимфодренаж кожи, метаболизм.*

Механизм действия

LPG массаж основан на одновременном воздействии на кожу и подкожную клетчатку сразу нескольких факторов. Сущность механизма заключается в том, что он осуществляется самодвижущимися роликами. ЛПДЖ-массажер имеет компьютерный пульт управления с сенсорным экраном, две рабочие насадки-манипулы. Одной манипулой работают с лицом, другой с телом. При проведении эндермолифтинга ее полость с помощью вакуума втягивает небольшой участок кожи с подкожной клетчаткой, а движущиеся роллеры, захватывая складку, разминают ее подобно пальцам массажиста.

Эффект

Манипуляция LPG-массажа вызывает в тканях следующие процессы: Повышается уровень метаболизма; Улучшается микроциркуляция крови, что способствует рассасыванию поверхностных кровоизлияний – гематом, а также общему оздоровлению эпидермиса; В результате: уменьшается отечность, улучшается цвет кожи; Ускоряются окислительно-восстановительные реакции, в результате чего значительно снижается уровень молочной кислоты, вызывающей мышечные боли после физической нагрузки; Активизирует синтез эластина и

коллагена; За счет повреждения клеток адипоцитов, из которых состоят «жировые депо», запускаются процессы липолиза (расщепления жиров). Эффективность этого метода приравнивается к хирургической липосакции; Оптимизируется работа сальных и потовых желез; Улучшается кислородное снабжение тканей кожи и уровень их гидратации; Стимулируется выработка антистрессовых гормонов (энкефалинов, эндорфинов).

По данным клинических исследований, проведенных в европейских клиниках, ЛПДЖ-массаж в несколько раз увеличивает приток артериальной крови и отток венозной крови и лимфы. Следовательно, значительно улучшается снабжение тканей кислородом.

Показания и противопоказания

Методика LPG-массажа используется как средство коррекции возрастных изменений лица, а также при похудении, для устранения целлюлита и локальных жировых отложений на теле. Так, целью может служить:

Подтяжка и восстановление контура лица; Сокращение количества мимических морщин; Похудение, уменьшение объема жировых отложений; Ликвидация отеков за счет вывода из межклеточного пространства избыточной жидкости; Лечение нарушений работы сальных желез; Укрепление мышц и связок, их восстановление после травм; Снятие мышечной усталости.

Вакуумно-роликовый массаж можно делать в любом возрасте.

Однако, существуют некоторые противопоказания, такие как: Кожные новообразования любой этиологии; Свежие повреждения кожи или высыпания в зоне обработки; Нарушения свертываемости крови; Гипертония 2,3 степени; Наличие электронного имплантата; Острые инфекционные заболевания; Хронические болезни в стадии обострения; Период беременности и лактации.

Сочетание эндермологии с большинством других косметологических методик (обертывания, пилинг, ультрафонофорез, электростимуляция) противопоказанием не служит, их комплексное применение, напротив, увеличивает эффект.

Как проводится

Конкретных указаний по уходу за кожей после лифتمассажа не выявлено. Единственное ограничение – 3–4 часа после процедуры на лицо нельзя наносить косметические средства.

Специалисты рекомендуют делать роликовый массаж 1–2 раза в неделю. Длительность курса эндермолифтинга зависит от задачи. Это может быть как 10 сеансов, так и 25. Но советуют прибегать к поддерживающей терапии (1–2 сеанса ЛПДЖ массажа ежемесячно).

Порядок проведения процедуры

Пациент надевает индивидуальный эндермологический костюм, который обеспечивает индивидуальную гигиену, а также облегчает проведение процедуры, затем ложится на кушетку.

Врач-косметолог включает аппарат, один из роллеров прихватывает притянутую вакуумом кожную складку, другой разглаживает ее. При этом у пациента создается ощущение перекатывания по телу волны. Продолжительность сеанса эндермолифтинга – около 30 минут. После его завершения рекомендуется 2–3 часа не есть.

Список литературы

1. Хеджази Л.А. Косметология. – М.: Итальянский косметологический центр ИНТЕГРЭ, 2005. – 197 с.
2. LPG массаж [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pohudejkina.ru/lpg-massazh.html> (дата обращения: 25.04.2018).