

Manuální lymfodrenáž

Manuální lymfodrenáž je jemná hmatová technika zlepšující transport a odvádění odpadních i jiných látek z tkání lymfatickým a cévním řečištěm. Respektuje znalost anatomie mízního systému a provádí se vždy z centra do periferie. Má vynikající léčebný, detoxikační, regenerační, relaxační, i kosmetický účinek. Vede k odstranění otoků, k redukci hmotnosti i projevů celulitidy (tzv. pomerančové kůže).

Lymfatický systém a jeho funkce v těle:

Lymfa (mízní tekutina) odvádí z tkání mízními kapilárami a cévami bílkoviny i jiné odpadní produkty tkáňového metabolismu, které transportuje do cévního řečiště. Lymfa proudí přes lymfatické uzliny, které fungují jako filtr, vždy pro určitou oblast těla. Pokud je lymfatický systém přetížen nebo poškozen, lymfa se hromadí v podkoží, nemůže dobře proudit a vznikají tak lymfatické otoky. Můžeme být celkově unavení, pociťovat až bolestivé napětí, zejména v oblasti dolních končetin, máme pocit „těžkých nohou“.

Manuální lymfodrenáž a její účinky:

Celkové posílení imunity a detoxikace organismu, léčba otoků, léčba celulitidy a podpora hubnutí, zlepšení elasticity kůže, projevů akné, zbavuje otoků, napětí i bolesti u syndromu těžkých nohou či po operaci varixů, po úrazech, zhmoždění či jiných operacích, zlepšuje hojení ran a jizev.

Je vhodná jako prevence u lidí se sedavým zaměstnáním, či naopak u těch, kteří musejí dlouho stát. Dále i pro sportovce k odlehčení svalového napětí a pocitů bolesti.

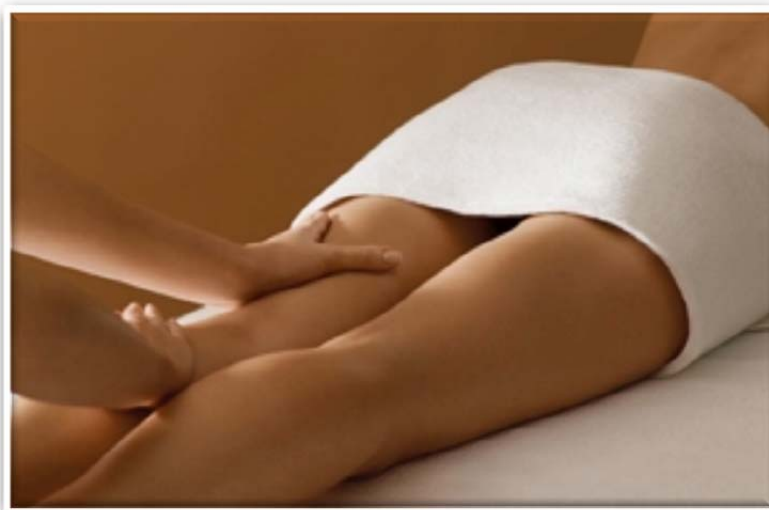
Kontraindikace:

Akutní zánět žil dolních končetin, akutní fáze nádorového onemocnění nebo jeho relaps, akutní virové a bakteriální infekce, hyperfunkce štítné žlázy, nekompenzovaná ischemická choroba srdeční a vysoký tlak, kardiální a ledvinné otoky, ascités, cirhóza .

U onkologických nemocí ve stadiu remise je nutné přinést akutální onkologickou lékařskou zprávu s doporučením k této terapii. Před zahájením léčby lymfodrenážními technikami je také vždy nutná konzultace s lékařem – lymfologem.

V těhotenství, při onemocnění cév, jater, ledvin, štítné žlázy a vysokém krevním tlaku je vhodné poradit se s terapeutkou či lékařem.

Doba aplikace: 60 min.



Přístrojová lymfodrenáž

Přístrojová lymfodrenáž je velice příjemný postup jak bez námahy aktivovat činnost lymfatického systému. Pomocí přístroje a speciálních návleků se vytváří postupná komprese a tím tlaková vlna ve směru drenáže z centra do periferie, která aktivuje proudění v lymfatickém systému člověka.

Přístroj vhání do komor speciálních drenážních návleků vzduch a tak se vytváří tlak, který stimuluje tok lymfy a povzbuzuje činnost látkové výměny i obranyschopnost organismu.

Přístrojová lymfodrenáž a její účinky:

Velice efektivně zbavuje otoků, úspěšně bojuje s křečovými žilami, odvodňuje organismus, zastavuje patologické ukládání tuků. Kromě tohoto je velice žádaná i z kosmetického hlediska, kdy zastavuje předčasné stárnutí kůže, zlepšuje napětí a elasticitu pokožky, zejména v případě celulitidy.

Protože se v trávicím traktu nachází také poměrně hustá síť lymfatických cév, podporuje přístrojová lymfatická masáž zažívání a látkovou výměnu, zrychluje vylučování tukových látek z organismu. Pro tento účinek je s výhodou používána i v redukčních programech na hubnutí.

Kontraindikace:

Kožní defekty v místě aplikace, horečnatá onemocnění, akutní záněty žil dolních končetin, akutní onkologické onemocnění či jeho relaps, (není vhodné ji aplikovat před ukončením protinádorové léčby, nebo pouze se souhlasem lékaře onkologa).

Doba aplikace: 50 min.

Pro tuto terapii jsou jako oblečení vhodné legíny či bavlněné tepláky.

