

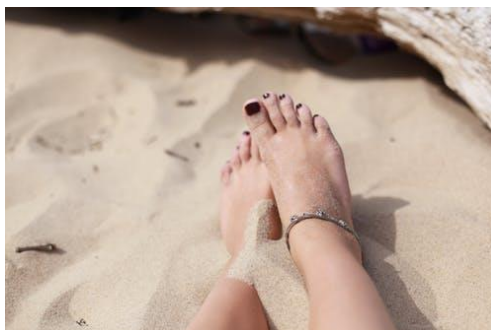
OPIS KOZMETIČNIH STORITEV

1. ESTETSKA PEDIKURA

Vključuje odstranjevanje poroženele kože, odstranjevanje manjših kurjih oces in otiščancev na lahko dostopnih mestih, čiščenje obnohtnih kanalov, odstranjevanje obnohtne kožice in nohtov.

K estetski pedikuri je lahko vključeno tudi lakiranje nohtov z navadnim oz. permanentnim lakom (pogoj so zdravi nohti).

Estetska pedikura ne vključuje reševanja večjih težav na stopalih, nameščanje sponke ob vraščenih nohtih ter nego nog stranke s sladkorno boleznijo.



2. KLASIČNA MASAŽA TELESA

Klasična masaža je obdelava mehkih delov telesa. Zajema masažo: hrbta, spodnje okončine, zgornje okončine, trebuha ter zgornjega dela prsnega koša.

Učinki masaže:

- fiziološki: vpliv na kožo, skeletne mišice, živčni sistem, tok limfe, cirkulacijo krvi, sklepe in sklepne strukture, dihalo, prebavila;
- psihološki: izboljša duševno počutje, dvigne samozaupanje, pomirja in sprošča.

Masaža se odsvetuje pri:

- vnetjih, kožnih in žilnih obolenjih;
- svežih in odprtih ranah ter zlomih kosti;
- težjih obolenjih (novotvorbah, tuberkulozi, zvišanem krvnem tlaku, hemofiliji, infekcijskih boleznih);
- težjih mentalnih stanjih.



3. MADEROTERAPIJA

Maderoterapija je metoda za odpravo celulita in preoblikovanje telesa. Izvajamo jo z anatomsko oblikovanimi lesenimi valjčki, je 100 % naravna metoda.

Z intenzivnim pritiskom z valjčki razbijamo maščobne celice, prepletene v skupke. Iz maščobnih celic se sprosti maščoba. Tako se sprosti pritisk na krvni in limfni obtok, da postaneta bolj prehodna, posledično se poveča dotok kisika in hranljivih snovi.

Z maderoterapijo vplivamo na:

- pospešitev mikrocirkulacije,
- pospešitev limfnega obtoka,
- maščobno celico,
- vezivno tkivo – fascijo,
- zunanji videz kože.

Maderoterapija telesa se priporoča za:

- odpravo celulita,
- odpravo toksinov iz telesa,
- preoblikovanje telesa,
- odpravo maščobnih celic,
- zmanjšanje obsega,
- lepši tonus kože,
- dvig in oblikovanje zadnjice.

Kontraindikacije maderoterapije:

- infekcijska in vročinska stanja, tumorji, zlomi, nalezljive bolezni, akutna žilna in limfna vnetja, nosečnost, poškodbe, ulkusi, gangrena, krčne žile, težje psihične motnje
- ...

Reakcija na maderoterapijo:

- je vsaka sprememba stanja kože, zaželena reakcija je rdečica na koži (odraža vitalnost organizma).

Priporoča se več zaporednih obiskov vsak drugi ali tretji dan, odvisno od vrste celulita.



4. BODY WRAPPING (POVIJANJE TELESA)

Body wrapping ali povijanje telesa je učinkovita metoda preoblikovanja telesa in boja proti celulitu. Na kožo naneseemo anticelulitno kremo in nato telo drenažno povijemo s folijo. S pomočjo učinkovitih preparatov, ki jih nanašamo na predele telesa (trebuh, zadnjica, stegna), dosežemo :

- razgradnjo maščob v celicah,
- odvajanje razgrajenih snovi, toksinov in vode iz podkožnega tkiva,
- aktiviramo limfni sistem,
- izničujemo videz pomarančaste kože.

Body wrapping priporočamo:

- če iščete učinkovit način za zmanjšanje celulita,
- če želite izboljšati tonus kože,
- če imate težave z zadrževanjem vode v koži,
- če želite izboljšati napetost kože.

Priporočila za boljši rezultat:

- popijte vsak dan dovolj tekočine,
- doma naredite 1 dan prej piling telesa in se ne mažite s kremami,
- 2 uri pred in po tretmaju ne jejte
- 4 ure po tretmaju se ne tuširajte, ampak popijte veliko tekočine.

Kontraindikacije:

- tromboza
- ↑ RR



5. MANUALNA (ROČNA) LIMFNA DRENAŽA

Ročna limfna drenaža je tehnika, kjer s pomočjo krožnih, spiralnih in črpalnih gibov po točno določenem zaporedju vplivamo na limfni obtok (mehanično z nežnimi gibi stimuliramo krčenje limfnih žil).

Primarno vplivamo na limfni sistem, katerega naloga je odstranjevanje večjih molekul (kot so beljakovine, maščobe ...) iz tkiv. S tem hkrati vplivamo na razstrupljanje telesa. Poleg drenažnega učinka izboljšamo telesno odpornost, delujemo antistresno in protibolečinsko (čistimo mehko vezivno tkivo, odplavljamo odpadne snovi, ga normaliziramo in s tem ↓bolečino).

Absolutne kontraindikacije:

- nezdravljeni maligni tumorji z možnostjo metastaz;
- akutna vnetja: generalizirana (vročina) in lokalna;
- tromboza (sveža);
- dekompenzacija srca

Relativne kontraindikacije:

- zdravljena maligna obolenja;
- prekancerogene spremembe na koži, nevusi;
- funkcijske motnje ščitnice;
- kronična vnetja;
- bronhialna astma;
- tromboza, tromboflebitis, felbotromboza;
- znižan krvni tlak;
- globoka trebušna drenaža.



6. DEPILACIJA Z VOSKI

Depilacija je namenjena odstranjevanju nadležnih dlačic.

Izvajamo dve tehniki depiliranja:

- z voski v patronih (topel vosek naneseemo na kožo, na vosek pa položimo trak in odstranimo s hitrim potegom traku) – depilacija nog, rok, hrbta, trebuha (večji predel);
- z voski brez traku (vosek naneseemo na kožo s spatulo in ga odstranimo s hitrim potegom) – za občutljivejše predele kože, kot je pazduha (manjši predel).

Kontraindikacije depiliranja:

- varikozne vene,
- akutne in kronične infekcije kože,
- modrice, sveže brazgotine in odprte rane,
- tanka in občutljiva koža,
- nedavna izpostavljenost soncu in prisotnost sončnih opeklin,
- kožni izrastki in izpuščaj na koži.

Napotki pred depilacijo:

- a) priporočljiva dolžina dlak je od 0,5 do 1 cm – oz. približno 10 dni po britju;
- b) izvedite depilacijo najmanj 5 dni pred izpostavitvijo soncu;
- c) dan pred depilacijo priporočamo piling predela, ki ga želite depilirati;
- d) na dan depilacije se na predelu izognite mazanju z olji, losjoni in kremami;
- e) koža naj bo čista in suha (prepotena in pregreta koža ne dopušča kvalitetne izvedbe depilacije).

Nega kože po depilaciji:

- a) kožo mažite s pomirjujočimi in protivnetnimi izdelki
- b) 24 ur po depilaciji ne priporočamo telesnih aktivnosti in tesnih ter slabo zračnih oblačil;
- c) ne uporabljajte deodorantov, anti-perspirantov, parfumov, izdelkov za samoporjavitev, make-upa in ostalih agresivnih kozmetičnih izdelkov, ki zamašijo pore ali povzročajo iritacije in alergijske reakcije na začasno občutljivih področjih;

- d) izogibajte se pretiranemu športu in telovadbi, bazenom, nvročim kopelim, UV sevanju, savni, solariju ...;
- e) 2-3 dni po depilaciji se izogibajte soncu, solariju in savni,
- f) dan po depilaciji naredite piling in potem 2-3 krat tedensko.

