

Обучающие материалы по аппарату
Аппарат МХ-Р21, Зв1: прессотерапия, миостимуляция,
ИК-прогрев



Оглавление

Введение	3
Прессотерапия	3
Преимущества прессотерапии	3
Как проводится процедура	3
Миостимуляция	4
ИК-прогрев	5
Преимущества аппарата Аппарат МХ-Р21, 3в1	5
Интерфейс устройства	5
Интерфейс прессотерапии и ИК прогрева	5
Интерфейс миостимуляции	7
Описание программ:	9
Противопоказания	9
Процедура миостимуляции на определенных частях тела:	9
Показания и противопоказания к прессотерапии	11
Эффективность процедуры	12
Для каких частей тела проводится прессотерапия?	13
Какое количество сеансов прессотерапии необходимо при целлюлите?	13

Введение

Аппарат МХ-Р21 совмещает в себе 3 функции, предназначенные для приведения формы тела клиента в лучшее состояние.

Прессотерапия

Прессотерапия – это массаж сжатым воздухом, который подается через подключенный к аппарату специальный костюм. Последний состоит из разных секций - штанов, рукавов, пояса, позволяющих осуществлять воздействия как на все тело, так и на его отдельные части, например, спину или ноги. Разработан такой костюм с учетом физиологических и анатомических особенностей человека.

Аппарат для прессотерапии компьютеризирован, что позволяет регулировать интенсивность, силу давления воздуха в костюме и время воздействия в зависимости от целей процедуры, состояния организма и кожи пациента. Боль и дискомфорт во время такого массажа исключены, при условии его правильного выполнения. Напротив, нормальные ощущения – это релаксация и приятное тепло во всем теле после процедуры, за что она и пользуется спросом.

Изначально прессотерапия была разработана для лечения варикозной болезни, ведь она способствует укреплению стенок сосудов и нормализует циркуляцию крови в конечностях.

Преимущества прессотерапии

Прессотерапия не зря пользуется популярностью среди аппаратных методик массажа и коррекции фигуры, ведь такая процедура обладает целым рядом плюсов по сравнению с другими:

- 1) отсутствие болевых ощущений и дискомфорта;
- 2) приятный расслабляющий эффект как во время проведения, так и после;
- 3) эффективная борьба с целлюлитом и дряблостью кожи;
- 4) отсутствие реабилитационного периода;
- 5) расслабление мышц;
- 6) высокий массажный эффект;
- 7) улучшение иммунитета и здоровья в целом;
- 8) помощь в проблемах со сном;
- 9) улучшение пищеварения.

Таким образом, прессотерапия оказывает не только ярко-выраженный косметический эффект, но и благотворно влияет на здоровье в целом, что делает ее также лечебной процедурой. При этом пациент испытывает во время сеанса исключительно приятные ощущения.

Как проводится процедура

Прессотерапия проводится следующим образом – на участки тела пациента, требующие массажного воздействия, надеваются соответствующие секции костюма. С помощью аппарата специалист выставляет нужный режим, интенсивность и время воздействия, а затем на тело пациента начинает давить сжатый воздух, что по ощущениям схоже с давлением манжеты при измерении артериального давления. Единственное отличие – воздействие происходит пульсовой волной, то есть с определенными временными паузами.

По утверждениям специалистов, проводящих сеансы прессотерапии, одна процедура заменяет несколько сеансов традиционного ручного массажа.

Продолжительность одного сеанса составляет от 30 до 40 минут. Для достижения максимального эффекта специалисты рекомендуют проходить прессотерапию курсами, состоящими из 10-20 процедур, в зависимости от целей массажа и имеющихся проблем. Каждый день проводить процедуру нельзя - лучше всего делать перерывы в 2-3 дня.

Прессотерапию лучше всего проходить в специализированных салонах или клиниках у специалистов, которые не только знают, как правильно использовать аппарат для этой процедуры, но и имеют медицинское образование, то есть точно знают физиологию человека и все процессы, происходящие в организме. Они смогут правильно выставить программу массажа, исходя из индивидуальных предпочтений и особенностей здоровья пациента, что очень важно для достижения максимального эффекта. Стоимость сеанса может варьироваться от 500 до 1000 рублей за процедуру.

Миостимуляция

Миостимуляция – популярная косметическая процедура, в основе которой лежит действие на мышцы электрическими импульсами. Ток дает определенную нагрузку на мышцы (в том числе и труднодоступные мышечные волокна), тренируя их. В это время вы можете лежать на диване, смотреть телевизор или читать книгу. Миостимуляция изначально применялась исключительно как восстанавливающая процедура для ослабленных пациентов, чтобы избавиться от мышечной атрофии. Затем процедуру стали использовать космонавты, чтобы привести в порядок и тонус мышцы, а также восполнить дефицит массы тела.

Миостимуляция для тела выполняется с помощью специального аппарата. К проблемным зонам крепятся электроды, через которые посылаются электрические импульсы (допустимо до 100 мА). Достигая нужную мышцу, создаваемый импульс заставляет ее сокращаться, что способствует притоку крови к мягким тканям тела. Атрофированные мышцы также начинают пробуждаться под влиянием микротоков. Нервная система человека реагирует на полученные импульсы, различая такое вмешательство, как призыв в двигательной активности. Также мышцы начинают активно потреблять питательные вещества и близлежащих тканей. В результате мышечных сокращений происходит стимуляция лимфообращения и кровообращения, улучшается циркуляция жидкостей, усиливается метаболизм, активно расщепляется жир, устраняются отеки, кожа приобретает упругость и становится более подтянутой.

Для достижения выраженного и стойкого результата рекомендуется проводить процедуру около 2-3 раз в неделю по 30 минут. При выраженных проблемах, миостимуляцию тела можно делать ежедневно. В среднем курс состоит из 10 сеансов, в последующем необходимы профилактические процедуры раз в два месяца. С каждой последующей процедурой толерантность мышц к электрическому току возрастает, поэтому для достижения необходимого эффекта, важно увеличивать силу воздействия, но делать это нужно аккуратно, ориентируясь на сигналы организма и свои ощущения.

ИК-прогрев

В большинстве случаев инфракрасный прогрев проводится одновременно с прессотерапией, что позволяет эффективнее избавиться от избытка жидкости, снять отёки и обзавестись «летающей походкой». Инфракрасный прогрев в массажных аппаратах имеет множество преимуществ:

Улучшение циркуляции крови и лимфы. Благодаря прогреву уменьшается риск заболеваний сердца, происходит укрепление стенок сосудов – они становятся более эластичными. Хороший лимфоотток обеспечивает быстрое выведение шлаков и токсинов, а значит, сильный иммунитет. Также правильный лимфоотток ответственен за отсутствие целлюлита у женщин;

Выведение продуктов застоя. Во время сеанса происходит выделение пота, а вместе с ним – токсинов и шлаков. В отличие от банных процедур, инфракрасный прогрев не является стрессом для организма, так как проходит на сравнительно низких температурах;

Улучшение состояния кожи. Инфракрасный прогрев очищает поры, помогает при дерматитах и псориазе;

Уменьшение болей в мышцах и суставах. Процедура идеальна для спортсменов, так как помогает быстро восстановиться от тренировок или подготовиться к соревнованиям;

Борьба с лишним весом. За сеанс сжигается более 200 Ккал, а потеря в объёмах составляет от 0,5 до 4 см.

Преимущества аппарата Аппарат МХ-Р21, 3в1

- 1) Корпус аппарата сделан из ударопрочного пластика, который легко моется. Разъемы так же удобные для подключения и надежно фиксируемые.
- 2) Тонкая настройка: прессотерапия может работать отдельно от ИК прогрева, так же можно настраивать отдельно каждую воздушную подушку и секцию прогрева.
- 3) Безболезненность процедуры: Процедура проходит безболезненно для клиента. Температура внутри костюма устанавливается от 35 до 80 градусов.
- 4) Отличные результаты: Благодаря 3 сочетанным процедурам – результат не заставить себя ждать.

Интерфейс устройства

Интерфейс прессотерапии и ИК прогрева



В главном меню можно выбрать между функциями прессотерапии и миостимуляции.



В меню можно выбрать какую зону включить, периодичность цикла, давление, время процедуры, а также ИК-прогрев по зонам.



- время процедуры



- Давление



- Цикличность надува



- Выбор зоны процедуры



- Включение прессотерапии



- Зоны и интенсивность ИК-прогрева



- Установка температуры каждой части



- Включение ИК прогрева

Интерфейс миостимуляции



- Установка времени процедуры



- Выбор режима работы



- Установка интенсивности стимуляции



- Старт процедуры

Внимание: напряжение в костюме 36V, это безопасно для клиента, но нужно подождать несколько минут пока костюм не достигнет заданной температуры!

Описание программ:

P1 – программа для посттравматического восстановления мускулатуры, снятия болевых симптомов, расслабление

P2 – реабилитация для спортсменов, желающих вернуть мышцам тонус, массу и эластичность

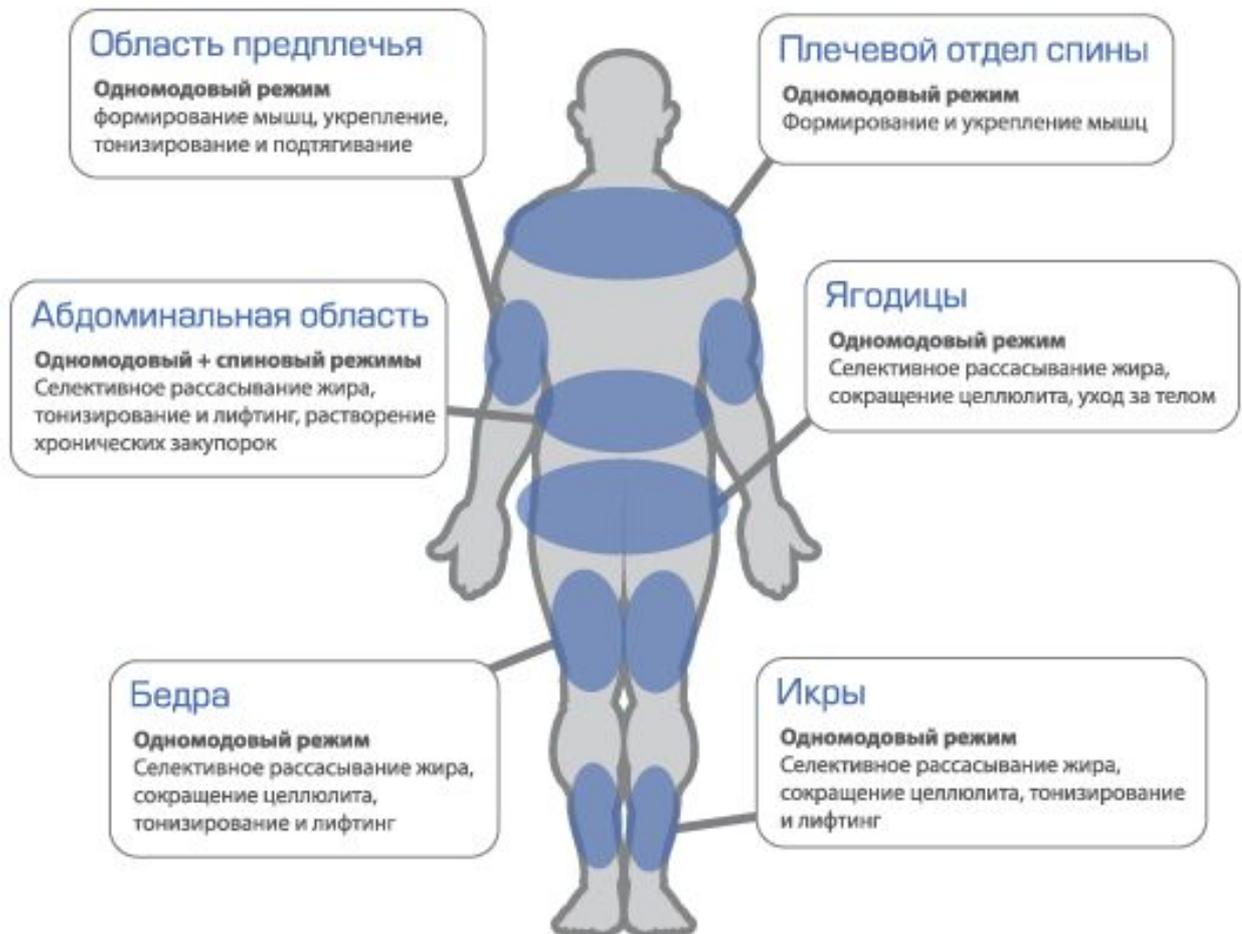
P3 – программа лимфодренажа, интенсификация обменных процессов, тургор и подтяжка кожи

P4 – работа с избыточным весом, выведением шлаков и коррекцией фигуры. Активное жиросжигание и глубокий массаж.

Противопоказания

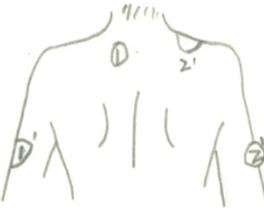
Не рекомендуется использовать беременным женщинам, людям с металлическими имплантами, людям с заболеваниями, протекающими с воспалительным процессом

Процедура миостимуляции на определенных частях тела:





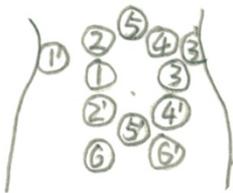
- Плечи и шея – Стимуляция кровообращения, помогает уменьшить жировую прослойку и снимает напряжение и усталость.



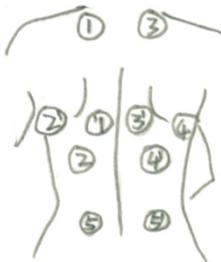
- Плечи, шея, руки - Стимуляция кровообращения, помогает уменьшить жировую прослойку и снимает напряжение и усталость.



- Грудь - Стимуляция кровообращения



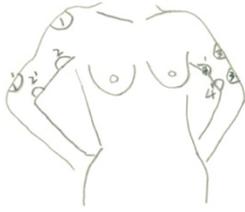
- Стимуляция живота помогает избавиться от лишнего жира и привести в тонус мышцы пресса.



- Спина - Стимуляция мышц спины помогает избавиться от лишнего жира и привести в тонус мышцы. Так же имеет расслабляющий эффект.



- Ягодицы - Стимуляция мышц ягодиц помогает избавиться от лишнего жира и привести в тонус мышцы.



- Плечи, руки - Стимуляция мышц рук и предплечий помогает избавиться от лишнего жира и привести в тонус мышцы.



- Ноги - Стимуляция мышц рук и предплечий помогает избавиться от лишнего жира и привести в тонус мышцы.

Показания и противопоказания к прессотерапии

Показаниями к проведению процедуры аппаратного лимфодренажа являются:

- профилактика и коррекция преждевременного старения;
- профилактика и лечение отеков различного генеза;
- купирование воспаления при травмах кожи, акне, УФ-повреждениях кожи;
- терапия локальных жировых отложений;
- коррекция целлюлита;
- рубцы (в том числе после пластических операций) и стрии;
- воздействие после процедуры ультразвуковой кавитации, после липосакции;
- мышечное перенапряжение.

Прессотерапия может использоваться как лечебное мероприятие или с целью послеоперационной реабилитации, а также в качестве профилактической методики самостоятельно либо в сочетании с другими физиотерапевтическими воздействиями, например, вакуумно-роликовым массажем, ультразвуковой липосакцией.

Процедура противопоказана при следующих состояниях и патологиях:

- Тромбоз, тромбофлебит, варикоз (в том числе вен малого таза);
- Острые воспаления кожи, нагноения, повреждённый эпидермис;
- Не полностью зажившие переломы;
- Беременность;
- Сердечно-сосудистая недостаточность;
- Отеки сердечного или почечного происхождения;
- Почечная недостаточность;
- Заболевания гепатобилиарной системы (печени, желчного пузыря, желчевыводящих путей);
- Сахарный диабет;
- Туберкулёз;
- Менструация.
- Наличие кардиостимулятора;
- Нарушение функции щитовидной железы;
- Повышенная температура тела, лихорадочные состояния.

Эффективность процедуры

Прессотерапия показывает хороший косметический результат в программах, направленных на похудение и коррекцию фигуры, а именно, уменьшение объёмов бёдер. В процессе и после курса процедур отмечается снижение выраженности или полное устранение функциональных (не патологических) отёков, улучшение состояния кожи при целлюлите, так называемой «апельсиновой корке».

Эффективность, комфортность и полное отсутствие неприятных ощущений позволяет использовать прессотерапию в косметологии и как самостоятельную процедуру, цель которой это лимфодренаж, и в качестве дополняющего основной уход воздействия, в сочетании с массажными техниками и другими аппаратными методиками.

Кроме того, данное воздействие применяется в восстановительной медицине для снятия или профилактики отёков, в том числе после оперативных вмешательств, разумеется, по назначению профильного врача.

Для каких частей тела проводится прессотерапия?

Процедура проводится в основном на конечностях, ускоряя ток лимфы от периферии к регионарным лимфоузлам. Также встречаются аппараты со специальным поясом, позволяющим проработать ягодицы, живот и поясничную область.

Какое количество сеансов прессотерапии необходимо при целлюлите?

Для эффективного уменьшения объёмов и улучшения текстуры кожи необходимо сделать порядка 10 процедур с интервалом 1-3 дня (оптимально, если они будут ежедневными). Курс можно повторить при необходимости через 2-3 месяца.