

MASAŻ PAŁECZKAMI BAMBUSA

Masaż bambusem

Przynosi ukojenie i pełne odprężenie, a przy tym wspiera prawidłowe funkcjonowanie organizmu. **Masaż bambusem**, bo o nim mowa, wykazuje dobroczynny wpływ na umysł i ciało. Warto więc poddać się zabiegowi, by osiągnąć zadowalające rezultaty.

Na czym polega masaż bambusem?

Masaż bambusem jest masażem pobudzającym tkanki głębokie. Wykonywany za pomocą specjalnych kijów bambusowych, działa relaksacyjne oraz leczniczo.

Ogrzane kije wałkują mięśnie, co prowadzi do ich natychmiastowego rozluźnienia. Jednocześnie dochodzi do pobudzenia krążenia krwi i limfy oraz złagodzenia wszelkich dolegliwości bólowych.

Masaż całego ciała najczęściej rozpoczyna się od stóp. Następnie masażysta stopniowo przesuwa się ku górze: aż do karku – a wszystko po to, by ponownie zakończyć na stopach. W zależności od masowanej części ciała, używa się kijów różnej długości.

Dlaczego akurat bambus? Okazuje się, że wykazuje on szereg cennych właściwości, a przy tym bardzo rzadko wywołuje reakcje alergiczne. Nie podrażnia skóry, działając jednocześnie przeciwbakteryjnie. Dodatkowym atutem jest fakt, że pałeczki bambusowe stanowią bogactwo związków krzemu, w efekcie czego działają jako silne piezoelektryki. Pocieranie i rolowanie po skórze prowadzi do wytworzenia potencjału energetycznego, dającego potężny zastrzyk energii. Masaż więc łagodzi także stany zmęczenia.

Jakich efektów można się spodziewać?

Masaż bambusem działa na organizm całościowo. Pozwala uzyskać stan pełnego odprężenia, regeneracji i rewitalizacji. Działając relaksująco, zmniejsza napięcie nerwowe, poprawia samopoczucie oraz łagodzi stany depresyjne – wpływając pozytywnie na psychikę.

Umożliwia zwiększenie elastyczności skóry, w efekcie czego przyczynia się do wymodelowania sylwetki.

Działanie masażu sprowadza się również do usprawnienia krążenia limfatycznego i żylnego oraz do zwiększenia elastyczności mięśni i ścięgien.

Kiedy warto poddać się masażowi bambusem?

Masaż bambusem wyróżnia się szerokim zakresem zastosowania. Jest szczególnie zalecany w przypadku:

- nadmiernego stresu,

- przemęczenia,
- pogorszonego samopoczucia,
- bólów głowy,
- bólów pleców,
- bólów mięśni,
- pogarszającego się stanu skóry.

Ponadto masaż bambusami, zwiększając elastyczność i jędrność sylwetki, pozwala pozbyć się cellulitu. Podczas masażu dochodzi bowiem do pobudzenia krążenia krwi i limfy, w efekcie czego nieestetyczne grudki i nierówności znikają.

Przeciwwskazania do masażu bambusem

Masaż bambusem jest bezpieczny. Niemniej jednak istnieje kilka przeciwwskazań, które wykluczają poddanie się temu zabiegowi.

Zalicza się do nich między innymi:

- schorzenia przebiegające ze stanem zapalnym,
- powiększone węzły chłonne,
- skłonność do krwotoków,
- ciążę,
- choroby nowotworowe.