

LIMFNA DRENAŽA – **PRESOTERAPIJA**

Sjedilački način života, stresni dani na poslu i brza putovanja ostavljaju tragove na vašem tijelu. Limfna drenaža je terapija kojom se metodom upuhivanja zraka stvara pritisak na točno određene dijelove tijela, čime se mehanički potiskuje nataložena međustanična tekućina. Terapijom se potiče funkcija limfnog sustava pa se tako brže izlučuju štetne tvari iz tijela kao i suvišne tekućine. Cjelokupni tretman dovodi do stanja opuštenosti, prestanka natečenosti i boli koja je eventualno bila prisutna ranije.

Saznanje da suvremeni način života pored dobrih donosi i cijeli niz neugodnih i nepoželjnih stvari, postaje sve jasnije i bolnije. Neprestani stres, predugo sjedenje uz premalo gibanja, prekomjerna tjelesna težina, nepravilna prehrana - sve to predstavlja opterećenje za naš organizam. Posljedice su loša prokrvljenost tkiva - posebno nogu, stražnjice i trbuha, nakupljanje otpadnih produkta metabolizma, punjenje i povećanje volumena masnih stanica, oticanje nogu, pojava celulita i proširenih vena.



Limfna drenaža je medicinsko-kozmetički tretman koji potiče razgradnju celulita, smanjenje obujma, prokrvljenost tkiva i otklanjanje edema. Limfnom drenažom, zvanom i presoterapija, postiže se ravnoteža tekućina u organizmu i bolje opće stanje organizma jer limfa - bezbojna tekućina koja se sastoji od plazme, bijelih krvnih stanica (limfociti) i nešto crvenih krvnih stanica, tj. njeni limfociti vežu na sebe strane ili kancerogene stanice, tvari, mikrobe te ih izbacuju iz tijela. Limfa prolazi kroz mnoge limfne žlijezde koje su veličine od 3 do 6 centimetara, a njihov je zadatak da kružeći cijelim tijelom, pročišćavaju limfu od bakterija.

Limfnu drenažu obavezno preporučamo našim klijenticama koje dolaze na tretmane oblikovanja tijela i žele još bolje rezultate. Limfna drenaža višestruko pozitivno djeluje na naš organizam jer prenosi hranjive tvari i kisik iz krvi do svake naše stanice, a na povratku sakuplja štetne tvari i vraća se u krvotok pa se stoga preporuča i nakon kirurških zahvata jer ublažava bol, dugotrajne ožiljke, zadebljanja kože te podiže imunitet u tretiranom dijelu tijela.

Limfna drenaža može biti uključena u sve naše pakete tretmana za oblikovanje tijela,

Kandidati za limfnu drenažu :

- imate lošu prokrvljenost tkiva - posebno nogu, stražnjice i trbuha;
- nakupljate otpadne produkte metabolizma;
- vaše noge otiču;
- vidite celulitne promjene kože i potkožja;
- vam se pojavljuju nove ili uočite pogoršanje postojećih proširenih vena.

Pripreme za limfnu drenažu nema. Sve što trebate napraviti jest opustiti se i uživati u tretmanu.

Mehanička limfna drenaža najčešće se koristi u procesu mršavljenja tj. uklanjanja celulita jer je najučinkovitija u izbacivanju viška tekućine iz tkiva te uklanjanja otpadnih tvari iz organizma koje se zamjenjuju zdravim i hranjivim tvarima koje dolaze s krvlju. Aparat za limfnu drenažu radi prema načelu isprekidane pneumatske kompresije tzv. presoterapije rukava i nogavica koje se pune zrakom u programiranim vremenskim intervalima. Masaža ekstremiteta događa se na osnovi kompresije rukava i nogavica napunjenih zrakom u koje se komprimirani zrak upuhuje iz baznog uređaja (kompresor) kroz sustav cjevčica. Svaki rukav nogavica sastoji se od više međusobno neovisnih zračnih komora koje se napuhuju u prethodno definiranim ciklusima, ovisno o pacijentovoj dijagnozi. Stvaraju se polagani valovi tlaka, a zrak se ispuhuje nakon završetka ciklusa. Na tretiranom području dolazi do osjećaja ugone i olakšanja.



Naime, upuhivanjem zraka stvara se pritisak na određene dijelove tijela, čime se mehanički potiskuje nataloženu međustaničnu tekućinu natrag u krvotok. Tako se smanjuje opseg trbuha i bokova, stvara se ravnoteža protoka hranjivih tvari i kisika, poboljšava se cirkulacija i sprječava upala vena, posebno kod osoba koje uglavnom sjede na radnom mjestu.

Prednosti mehaničke limfne drenaže:

- smanjenje otekline nogu;
- razbijanje i razgradnja celulita (učinak se poboljšava u kombinaciji s Med Contour tretmanom);
- poboljšanje cirkulacije;
- pomaže učvršćivanju i zatezanju kože;
- pomaže izbacivanju toksičnih tvari iz organizma;
- primjena presoterapije pogoduje procesima ozdravljenja u ljudskom tijelu.

Oporavka nakon limfne drenaže nema. Tretman možete napraviti u vrijeme pauze - dnevnog odmora i odmah nakon obavljenog tretmana nastaviti sa svojim svakodnevnim aktivnostima

