Косметический массаж

Использование косметического массажа способствует улучшению состояния кожи. Также данная разновидность массажа способствует устранению различных косметических дефектов. Такой массаж направлен на голову и её части, но при этом он оказывает благотворное влияние на весь организм. Происходит это благодаря нервным импульсам, поступающим в мозг благодаря такому массажу. Косметический массаж имеет два эффекта действия на нервную систему: успокаивающий при поглаживании и возбуждающий при применении иных приемов массажа. Данный массаж просто необходим как составляющая часть косметического ухода за шеей и лицом. Чтобы различные косметические процедуры возымели желаемый эффект, необходимо их проводить совместно с косметическим массажем.

Главное при косметическом массаже – это выполнение всех движений нежно и неторопливо. Нельзя сильно давить или сдвигать кожу. Первые разы вообще должны предоставлять собой легкие и непродолжительные касания. Также следует учитывать тип кожи при массаже. И если всё поделается правильно, то можно будет ощутить позитивный эффект от косметического массажа. После прохождения процедуры массажа можно будет наблюдать восстановление хорошей формы лица. Шейные и лицевые мышцы заметно укрепятся, а также разойдутся небольшие рубцы, если таковые имели место мыть. Косметический массаж уберет отечность лица, а также замедлит старение кожи. Помимо этого удастся избавиться от двойного подбородка и морщин.

Косметический массаж можно разделить на три группы: лечебный, пластический и гигиенический. Лечебный массаж необходим в случаях повреждения кожи. Такой массаж необходимо выполнять лишь по рекомендации врача. Если у вас кожа просто напросто увядает, то вам следует прибегнуть к пластическому массажу. Если же проблемы кожи не в старении, а в морщинах, то лучше всего воспользоваться гигиеническим массажем. Все эти разновидности массажа являются подвидами косметического массажа и выполняются на шее и частях головы. Также существует понятие точечного массажа головы, который является подвидом косметического массажа. Такой массаж стимулирует большое количество нервных окончаний, находящихся на голове. Такой массаж позитивно влияет на улучшение кровообращения головного мозга. После проведения операций часто требуется лимфодренажный массаж. Такой массаж делается для оттока лимфы, где сосредотачиваются токсины и иные вредные вещества.

Перед тем, как приступать к косметическому массажу, необходимо провести очищение кожи. Вся процедура массажа должна протекать по кожным массажным линиям. Для начала необходимо выполнять легкие поглаживания, и лишь со временем переходить к прижиманиям и похлопываниям. Массаж необходимо проводить от уголков рта до середины уха, от носа до висков, от нижней губы к мочке уха и от низа подбородка к мочке уха. Можно применять легкий нажим во всех случаях кроме массажа вокруг глаз, где круговые движения должны быть легкими.

Косметический массаж имеет собственные циклы применения, как и другие разновидности массажа. Лицевой массаж стоит начинать лишь в случае такой необходимости. Сама процедура массажа должна проходить не чаще трех раз в неделю. Для достижения желательного эффекта хватает 2-3 недель косметического массажа, но первые же результаты можно будет прочувствовать после второго сеанса. Чтобы поддерживать кожу шеи и лица в хорошем состоянии процедуру такого массажа необходимо повторять дважды в год. Хотя такой масса и можно делать самостоятельно, но желательно прибегнуть к помощи специалиста.