

Masážní pomůcka ili 55, Promed PediVital

Je určena pro všechny lidi, kteří mají nedostatek pohybu (kancelářské práce, děti ve škole, starší lidé se sníženou pohyblivostí) nebo pro ty, kteří potřebují kompenzovat nadměrnou zátěž dolních končetin. Reflexní masáž plosek chodidel pomáhá regenerovat krevní a lymfatickou cirkulaci, nervový systém i další těžko postižitelné systémy, kterými proudí energie.

Masážní segmenty pomůcky ili jsou vyrobeny z habru, některé jsou mořeny mahagonovým a zeleným koncentrátem. Ostatní části masážní pomůcky ili jsou z bukového kvalitního dřeva. Povrch je chráněn lakovým filmem, který splňuje požadavky Evropské normy EN 71, část 3 pro povrchovou úpravu hraček a chrání pomůcku proti mechanickému opotřebení. Spodní strana pomůcky je opatřena protiskluzovými pásky.

Provádění masáže pomůckou

K provedení masáže se posaďte a pod chodidla si dejte masážní pomůcku. Obě chodidla položte na masážní segmenty a střídavým pohybem masírujte chodidla. Střídavé uspořádání segmentů a lehké prohnutí pomůcky do tvaru chodidel stimuluje reflexní plošky. Masáž provádějte zpočátku asi tři až pět minut. Později je možné a vhodné masáž provádět několikrát denně. Pomůcku můžete mít na pracovišti pod stolem a používat ji jako opěrku pro nohy a každou hodinu je dobré nohy krátce masírovat. Dojde k prokrvení chodidel s následným odstraněním pracovní únavy. Můžete cítit slabé brnění v chodidlech, s následnou vlnou příjemného tepla. Dochází k uvolnění svalů nožní klenby, které prostřednictvím svalového zřetězení ovlivňuje kolena, kyčle a páteř. Na nohách také končí některé energetické dráhy. Působením na bod umístěný na chodidle se proto ovlivňuje nejen okolí tohoto bodu ale celá dráha.

Pomůcka není určena pro masáž vestoje, protože by mohlo dojít k uklouznutí po otáčejících se segmentech a k úrazu! Vsedě se také lépe uvolní svaly a může dojít k jejich dokonalé regeneraci. Masáž nohou můžete provádět v ponožkách nebo naboso. Při masáži naboso není vhodné, aby pomůcku užívalo více osob, z hygienických důvodů.

Výsledek masáže

Efekt masáže se projeví příjemným pocitem tepla a úlevy nejen v nohách. Dochází ke snížení pocitu únavy, ke zlepšení postoje a chůze, ale i k ovlivnění mnoha dalších tělesných funkcí. Dostavuje se příjemný pocit volnosti, zlepšuje se způsob dýchání, normalizuje se krevní tlak a srdeční činnost a mírní se potíže spojené s páteří.