



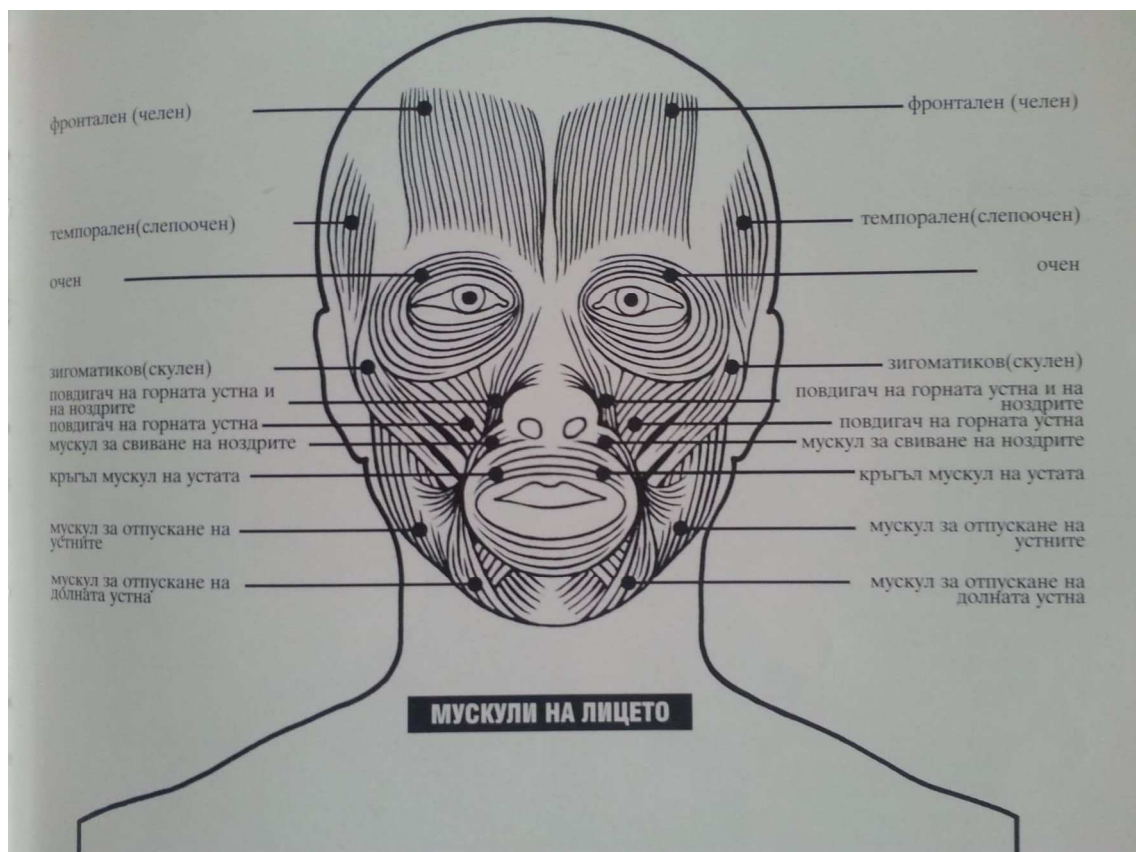
ПРОГРАМА ЗА ЛИЦЕТО

Асистент Хрета Аспарухова, магистър по кинезитерапия

Сектор: „Медицинска Козметика“

Катедра: „Медико-Диагностични Дейности“

Медицински Колеж към Медицински Университет – Плевен

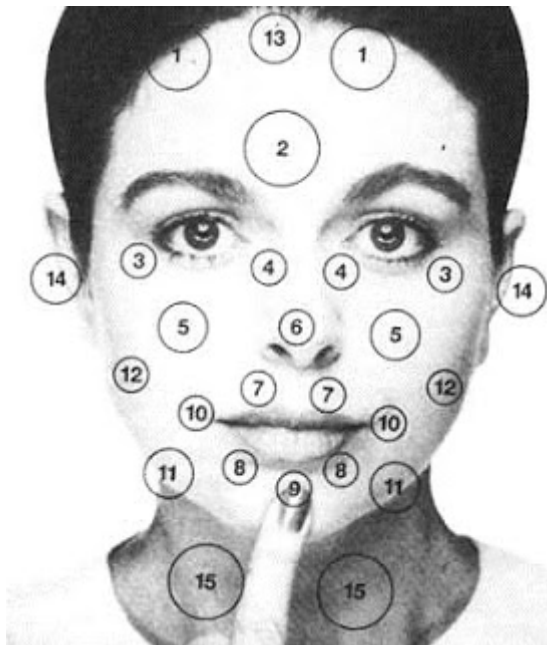


**КОЗМЕТОЛОГИЯ С ПРЪСТИ-
ПОДМЛАДЯВАНЕ НА ЛИЦЕТО С ТОЧКОВ МАСАЖ**

Методиките за Младост, Красота и Здраве в "Зонава терапия" и "Природосъобразна козметика" на **Джоузеф Корво** предлагат един интересен начин за обгрижване на лицето и вътрешните органи едновременно с нова и уникална система за точков масаж- поставени на идеята от Древно-Китайската философия и Традиционна Китайска Медицина, че вътрешните органи са представени на лицето чрез съответни акупресурни точки и зони.

*Без значение е по кое време от деня ще прилагате козметология с пръсти- важно е да бъде редовна. С десет минути, които отделяте за външния си вид- ще тонизирате целия си организъм.

Карта на жизнени точки за натиск върху вашето лице, за да поставите тялото и лицето си под свой контрол



Методични акценти за лицев точков масаж- Първо измийте, почистете и подсушете лицето. След това се ориентирайте по картата на лицевите точки и започнете работа върху всяка точка поред от 1 до 15.

- На всяка точка отделяйте около 30 секунди
- Движенията са кръгови, с радиус 1-2 см.
- Натискът е плътен, но премерен, не трябва да усещате дискомфорт
- Ако точката е прекалено болезнена, намалете натиска

След всеки сеанс пийте чаша вода, за да подпомогнете организма по-лесно да изхвърли отделените токсини.

*Внимание: Точките за щитовидната жлеза се масажират много леко!

1. Почистване на кожата и ума:



- Изчиства кожата на лицето
- Увеличава притока на кръв и кислород
- Стимулира умствената дейност и рефлексите

2. Хипофиза и третото око:



- Балансира ендокринните жлези
- Активира хипофизата
- Развива въображението и способността за възприемане

3. Дебело черво:



- Рязко подобрява вида на кожата като резултат от елиминирането на натрупани токсини
- Изпълнява се с потупване от външния ъгъл на очите към носа и обратно - няколко пъти

4. Бъбреци:



- Рязко подобрява вида на кожата и излъчването, поради отстраняване на натрупани токсини
- Правят се енергични кръгови движения под очите и от двете страни на носа

5. Лениви черва:



- Лошата дейност на червата, прави кожата бледа и сива
- Правете кръгови движения нагоре и надолу по дължината на скулите - бавно.

6. Стомах:



- Подобрява и изравнява цвета на кожата
- Стимулира работата на стомаха
- Кръгови движения, без пръстът да се отделя от кожата

7. Далак:



- Далакът отговаря за подпомагане на храносмилането
- Нарушената му функция уврежда кожата
- Кръгов масаж към средата над горната устна - усетете венците под пръстите си

8. Панкреас:



- Намалената функция на панкреаса може да причини висока киселинност, която е много вредна за кожата
- Започнете от краищата на устата и масажирайте с въртеливи движения към средата на брадичката и обратно
- Почувствайте долните венци

9. Черва:



- Натрупаните токсини отнемат блясъка на кожата и очите и предизвикват неприятен дъх
- Кръгообразен масаж в трапчинката на брадичката възвръща жизнеността и тена на кожата и отстранява запека

10. Бели дробове:



- Стимулира белите дробове и притока на кислород
- Не само подобрява вида на кожата, но предпазва от настинка, бронхит и астма
- Масажира се мускула, преминаващ покрай краищата на устата в посока навътре и навън - към устата и към бузите

11. Сексуално желание:



- От правилната функция на ендокринните жлези зависят видът на кожата и контрола над половия живот
- Кръгов масаж по ръба на челюстта от ухото до точката, намираща се точно под зеницата и обратно

12. Черен дроб и лимфна система:



- Черният дроб е отговорен за пречистването на кръвта
- Замърсена кръв означава отпусната кожа и състарено лице
- Кръгов масаж в точката, където се съединяват челюстта и скулите

13. Нервна система:



- Масажът на тази точка тонизира цялата нервна система и събужда усещането за мир и спокойствие, което веднага се отразява на вида на лицето

14. Тонизиране на цялото тяло:



- Енергичен масаж по ръба на двете уши
- Ефектът е забележителен

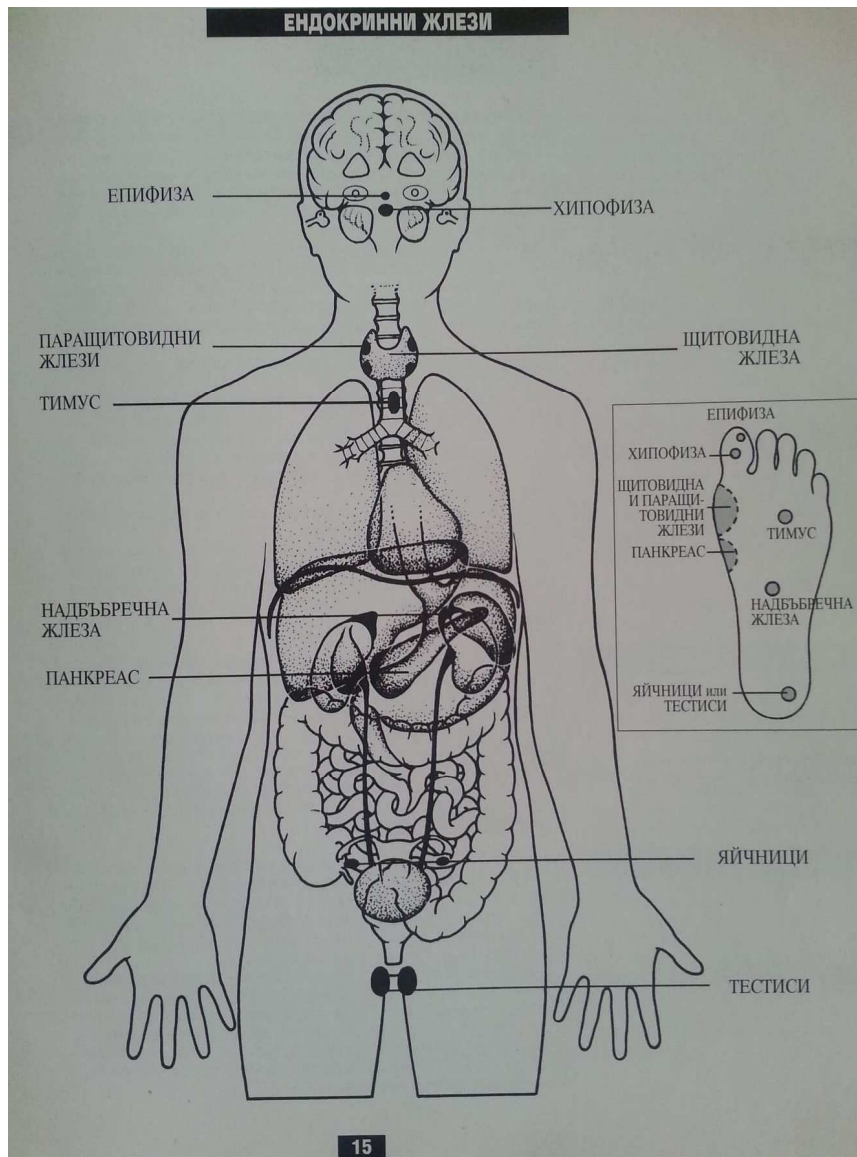
15. Щитовидна жлеза:



- Щитовидната жлеза се масажира леко

*Отпуснато тяло, слаб и нарушен сърдечен ритъм, затруднена дишане, наднормено тегло, забавено кръвообръщение и засилено чувство за студ, суха и лющеща се кожа, отслабена

памет, проблеми с менструацията и още много - всичко е свързано с щитовидната жлеза.



ЗДРАВЕ, МЛАДОСТ И КРАСИВО ЛИЦЕ

НАСЛАДЕТЕ СЕ НА ГРИЖАТА ЗА СЕБЕ СИ – ЗА ДОБРО

ВНИМАНИЕ !!!

БЛАГО- ДАРЯ ЗА ВАШЕТО