



## **Подводный душ-массаж**

Подводный душ-массаж - это процедура, проводимая в специальной гидромассажной ванне, которую выполняет специалист-физиотерапевт. Для массажа тела пациента, погруженного в воду, используется специальный шланг, оснащенный насадками. Нужно сказать, что профессионально проведенная процедура имеет немного общего с ванной джакузи, если она установлена в вашей квартире.

Профессиональный подводный гидромассаж - замечательная физиотерапевтическая процедура, которая предназначена для расслабления, отдыха и лечения. С ее помощью можно похудеть, улучшить работу иммунной системы, избавиться от головной боли, и др.

- улучшает протекание обменных процессов;
- выводит шлаки из организма;
- ускоряет ток крови и лимфы;
- благоприятствует похудению и избавлению от целлюлита;
- снимает болевой синдром;
- убирает отеки и тяжесть в ногах;
- помогает снять физическое и умственное напряжение;
- размягчает рубцы и спайки;
- тонизирует мускулатуру;
- возвращает коже упругость и эластичность;
- оказывает общеукрепляющий и тонизирующий эффект.

## **Кому показана процедура**

Подводный душ-массаж будет полезен всем, но особенно он необходим людям, страдающим:

- заболеваниями опорно-двигательного аппарата;
- заболеваниями периферической нервной системы;
- нарушением обменных процессов;
- вегето-сосудистой дистонией;
- гипертонией 1 степени;
- целлюлитом;
- избыточным весом;
- локальными жировыми отложениями, портящими фигуру;
- потерей упругости кожи и мышц.

## **Противопоказания к проведению процедуры**

Гидромассаж противопоказан при:

- острых инфекциях;
- повышении температуры тела;
- кожных заболеваниях;
- мочекаменной болезни;
- ишемической болезни сердца 2 и 3 степени;
- нарушении мозгового кровообращения;
- тромбозе и варикозном расширении вен;
- инфаркте миокарда;
- онкологических заболеваниях;
- гипертонической болезни 3 степени;
- беременности.

Нельзя проводить процедуры при беременности, а также людям пожилого возраста и детям.

*Помните, что любые лечебные процедуры, в том числе сеансы гидротерапии, к которым относится и подводный массаж, должны проводиться по медицинским показаниям. Будьте здоровы!*