

1° ΕΠΑΛ. ΘΗΒΑΣ

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΕΤΟΣ:

ΤΟΜΕΑΣ:

ΤΑΞΗ :

ΜΑΘΗΜΑ:

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ:

Υγείας Πρόνοιας Κι Ευεξίας

B

Σύγχρονη Αισθητική 1 Εργαστήριο

1. Αγγελική Χατζηστρατή

ΚΛΑΣΙΚΗ ΗΡΕΜΙΣΤΙΚΗ ΜΑΛΑΞΗ

ΠΡΟΣΩΠΟΥ

ΤΙΤΛΟΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ :

ΦΥΛΛΟ ΠΛΗΡΟΦΟΡΕΙΩΝ

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΜΑΛΑΞΗ; Με τον όρο μασάζ ή μάλαξη εννοούμε ένα σύνολο χειρισμών που βασίζονται στις αρχές της ανατομίας, φυσιολογίας και παθολογίας κι εφαρμόζεται στους μαλακούς ιστούς του ανθρώπινου σώματος, δηλαδή τον δερματικό ιστό, με το χέρι ή με διάφορα μηχανήματα. Οι επιδράσεις της όμως επεκτείνονται και σε όργανα κάτω από αυτόν, όπως είναι οι μύες και το κυκλοφορικό σύστημα, ενεργώντας έτσι, στα αντίστοιχα συστήματα και τις λειτουργίες τους. Με τη μάλαξη του προσώπου ενισχύουμε τη λειτουργία των αγγείων και έτσι επιτυγχάνουμε την αύξηση της φυσικής ανάπτυξης των κυττάρων της επιδερμίδας.

ΤΑ ΚΥΡΙΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΜΑΛΑΞΗΣ ΠΡΟΣΩΠΟΥ ΕΙΝΑΙ:

1. Η τόνωση.
2. Η χαλάρωση.
3. Ο καθαρισμός.
4. Η ρύθμιση του τόνου της επιδερμίδας.
5. Η βελτίωση σε ποιότητα και εμφάνιση.

ΧΕΙΡΙΣΜΟΙ ΜΑΛΑΞΗΣ Οι χειρισμοί της μάλαξης διακρίνονται σε:

A. ΠΙΕΣΕΙΣ	B. ΠΛΗΞΕΙΣ	Γ. ΔΟΝΗΣΕΙΣ
- Θωπείες - Ανατρίψεις - Επιβολές (τοπικές πιέσεις) - Κυκλικές τρίψεις - Ζυμώματα (συνθλίψεις)	- Πλαταγίσματα - Ραπίσματα - Δακτυλικές επικρούσεις - Λαβές (τσιμπήματα) - Βεντούζες	- Στατικές - Κινούμενες

ΚΑΝΟΝΕΣ ΜΑΛΑΞΗΣ

Η μάλαξη πρέπει να ξεκινάει ήπια, η έντασή της να αυξάνεται κλιμακωτά και να τελειώνει πάλι ήπια. Γι' αυτό επιλέγουμε να ξεκινάμε και να τελειώνουμε με θωπείες.

- Ακολουθείται αυστηρά η φορά των μυών που για το πρόσωπο είναι:
 - Από κάτω προς τα επάνω
 - Από μέσα προς τα έξω
- Κάθε φορά που ολοκληρώνεται μια κίνηση επανερχόμαστε στο σημείο αφετηρίας της νέας με θωπεία, έτσι ώστε να μη μετακινείται το δέρμα με φορά αντίθετη από αυτές που περιγράψαμε παραπάνω.
- Σε καμιά περίπτωση δεν προκαλείται πόνος ή κάποιο άλλο δυσάρεστο αίσθημα. Οι πιέσεις είναι ελεγχόμενες και ανάλογες με την περιοχή στην οποία ασκούνται. Επίσης, δεν επιτρέπονται οι εκδορές και οι εκχυμώσεις.
- Αποφεύγεται να μαλάσσεται η περιοχή του θυρεοειδή.
- Δεν χάνεται η επαφή με τον πελάτη. Εάν υπάρξει ανάγκη για προσθήκη προϊόντος τότε κάποιο σημείο του χεριού πρέπει να είναι σε επαφή με το δέρμα. Η απώλεια της επαφής έχει σαν αποτέλεσμα την απώλεια της αίσθησης της συνέχειας και της διαδοχής στις κινήσεις καθώς και την πρόκληση της προσοχής του πελάτη με συνέπεια να μην επιτυγχάνεται η ποθητή χαλάρωση.
- Κάθε κίνηση επαναλαμβάνεται 3 - 4 φορές.

ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΣΤΗ ΜΑΛΑΞΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ

- Πληγές και εγκαύματα
- Δερματικές παθήσεις
- Αιμορροφιλία
- Πρόσφατες ουλές
- Θυλακίτιδα - Ακμή
- Έντονες ευρυαγγείες

ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ ΠΟΥ ΔΕΝ ΑΣΚΟΥΜΕ ΠΙΕΣΗ

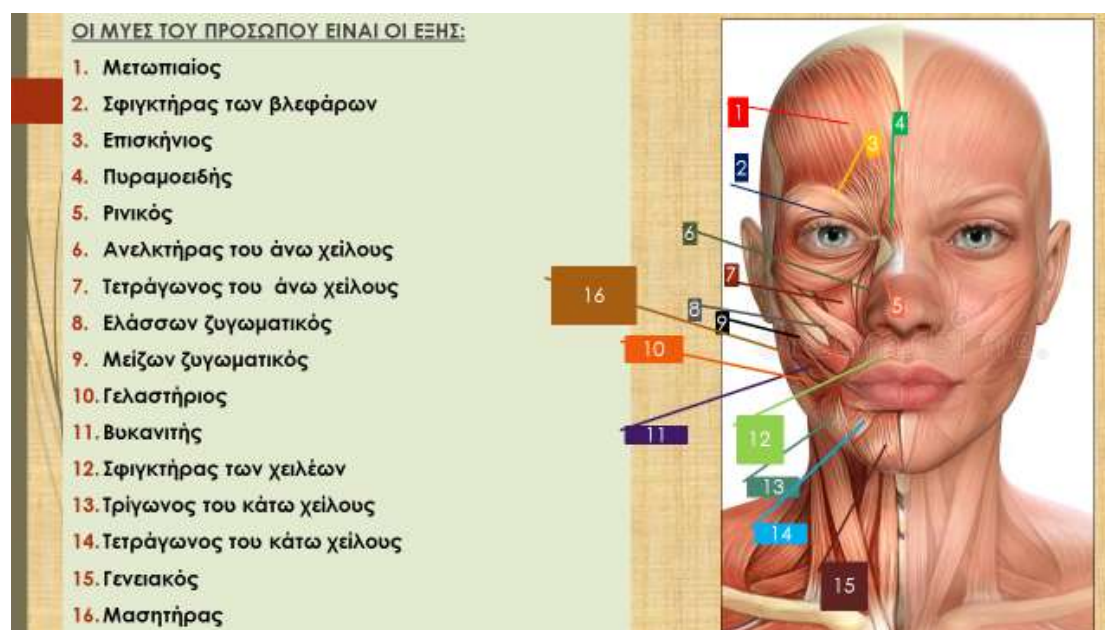
- Βολβοί των ματιών
- Λεμφαδένες
- Θυρεοειδής

ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΓΙΑ ΜΑΛΑΞΗ

Για τη σωστή εφαρμογή της μάλαξης είναι σημαντικά και τα προϊόντα μάλαξης που χρησιμοποιούμε. Οι λόγοι είναι οι εξής: πρέπει τα χέρια να γλιστρούν πάνω στο δέρμα ικανοποιητικά ώστε να μη διακόπτεται η μάλαξη συνεχώς και να προστεθεί προϊόν και επίσης να μειώνονται οι τριβές ώστε να μην ερεθίζεται το δέρμα. *Τα πιο συνήθη προϊόντα που χρησιμοποιούμε για να εκτελέσουμε τη μάλαξη προσώπου είναι:*

- Κρέμες μάλαξης
- Λάδια
- Αιθέρια έλαια
- Πομάδες
- Οροί-Αμπούλες

ΜΥΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΝΤΑΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΜΑΛΑΞΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ



ΟΙ ΜΥΕΣ ΤΟΥ ΤΡΑΧΥΛΟΥ ΕΙΝΑΙ:

1. Στερνοκλειδομαστοειδής
2. Μυώδες πλάτυσμα: Τοπογραφικά ανήκει στους προσθιοπλάγιους μυς του τραχήλου. Το εμφανές σημείο του είναι από τον θυρεοειδή μέχρι την κάτω γνάθο κι όταν χαλαρώσει δημιουργεί διπλοσάγονο

ΑΛΛΟΙ ΜΥΕΣ ΠΟΥ ΜΑΛΑΣΣΟΝΤΑΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΜΑΛΑΞΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ:

3. Μείζων θωρακικός
4. Δελτοειδής
5. Τραπεζοειδής

