

МЕДОВЫЕ ОБЕРТЫВАНИЯ ПРОТИВ ЦЕЛЛЮЛИТА

Бобро С.Г., Гуртовская А.О.

Национальный фармацевтический университет, Харьков, Украина

Медовое обертывание от целлюлита – это одна из самых эффективных процедур во всем мире, и она есть в списке услуг каждого салона красоты.

Мёд - это очень активное биологическое вещество, которое содержит множество полезных витаминов различных групп (А, В, С, Е, Н, К), а также много полезных для организма и кожи минералов, аминокислот, антиоксидантов, ферментов и т.д. Кроме того, мёд быстро впитывается в кожу и потому проникает в глубокие слои кожи, хорошо очищает поры от шлаков и токсинов и насыщает кожу полезными компонентами. Обёртывание с мёдом можно выполнять в домашних условиях, потому совсем не обязательно искать время на посещение салона и тратить деньги, что позволяет процедуре оставаться процедуре экономически выгодной для всех потребителей.

Медовые обёртывания делят на 2 вида:

Холодное - предполагает использование не разогретого сырья, наносимого на отдельные участки. Помимо нанесения мёда на тело, предполагается выполнение активных движений для разогрева мышц. Процедура эффективна при не слишком заметных проявлениях целлюлита.

Горячее - предполагает нанесение сырья, разогретого до +40...+45°C, на отдельные участки тела, где наиболее сильно видны проявления целлюлита, с последующим закрытием их пищевой плёнкой. После выполнения всех манипуляций нужно укутаться тёплым пледом и полежать. Время проведения процедуры 30–40 минут.

Проведение процедуры медового обёртывания

Необходимо провести очистку кожи с применением скраба, провести пилинг и массаж, распарить кожу, постояв под горячей водой.

Далее следует нанести мёд на проблемные участки и плотно обернуться пищевой плёнкой. Время обёртывания составляет двадцать – тридцать минут.

После чего нужно смыть остатки мёда и отдохнуть 20-30 минут. Нельзя сразу после процедуры выходить на улицу.

Рецепты медового обёртывания.

Обёртывания от целлюлита с мёдом можно сделать несколькими способами

Мёд с эфирным маслом

Для приготовления обёртывания понадобится натуральный мёд и любое эфирное масло. Особенно хорошо для похудения хорошо подходят масло лимона, грейпфрута, розмарина, кипариса и т.д. Достаточно капнуть в мёд 2-3 капли и перемешать. Длительность обёртывания в домашних условиях – 40 минут. Процедура выполняется 2-3 раза в неделю, курс составляет два месяца.

Мёд с молоком

Необходимо взять натуральный цветочный мёд и смешать его с натуральным молоком в пропорции 1:2. Полученную смесь наносить на

очищенню кожу и обёртывают плёнкой. Через 40 – 50 минут смыть прохладной водой.

Мёд с горчицей

Для приготовления не обходимо взять жидкий натуральный мёд и обычный горчичный порошок в соотношении 1:1. Можно добавить 2 капли апельсинового эфирного масла. Во время проведения процедуры обёртывания возможно жжение на коже. Длительность процедуры 40- 50 минут, а затем смыть водой. Обёртывание выполняют через день курсом 10-15 сеансов.

Противопоказания:

- Аллергия на мёд и любые продукты пчеловодства;
- Заболевания сердечно-сосудистой системы;
- Варикозное расширение вен;
- Гипертоническая болезнь;
- Доброкачественные и злокачественные новообразования;
- Сахарный диабет;
- Беременность;
- Воспалительные заболевания кожи;
- Гинекологические заболевания.

Литература

1. Інноваційні підходи в апітерапії : метод. рек. / О. І. Тихонов [та ін.]; за ред. О. І. Тихонова. – К., 2015. – 32 с.
2. Создание апипрепаратов в Украине – одно из стратегических направлений отрасли фармации и пчеловодства / А. И. Тихонов, Т. Г. Ярных, С. А. Тихонова, О. С. Шпичак // Апітерапія України : матеріали V з'їзду апітерапевтів і апіконсультантів-бджолярів України з міжнар. участю спеціалістів в галузях медицини, фармації, апітерапії, бджільництва, косметології та харчової промисловості, м. Київ, 15-16 жовт. 2015 р. – Х. : Оригінал, 2015. – С. 14–20.
3. Теоретические основы создания лекарственных апипрепаратов на основе стандартизованных субстанций продуктов пчеловодства в Украине / А. И. Тихонов, Т. Г. Ярных, С. А. Тихонова, О. С. Шпичак // Изыскание и создание природных лекарственных средств : материалы межвузовского сб. науч. тр. с междунар. участием, посвящ. 25-летию кафедры фармакогнозии и ботаники. – Ярославль, 2009. – С. 274–280.