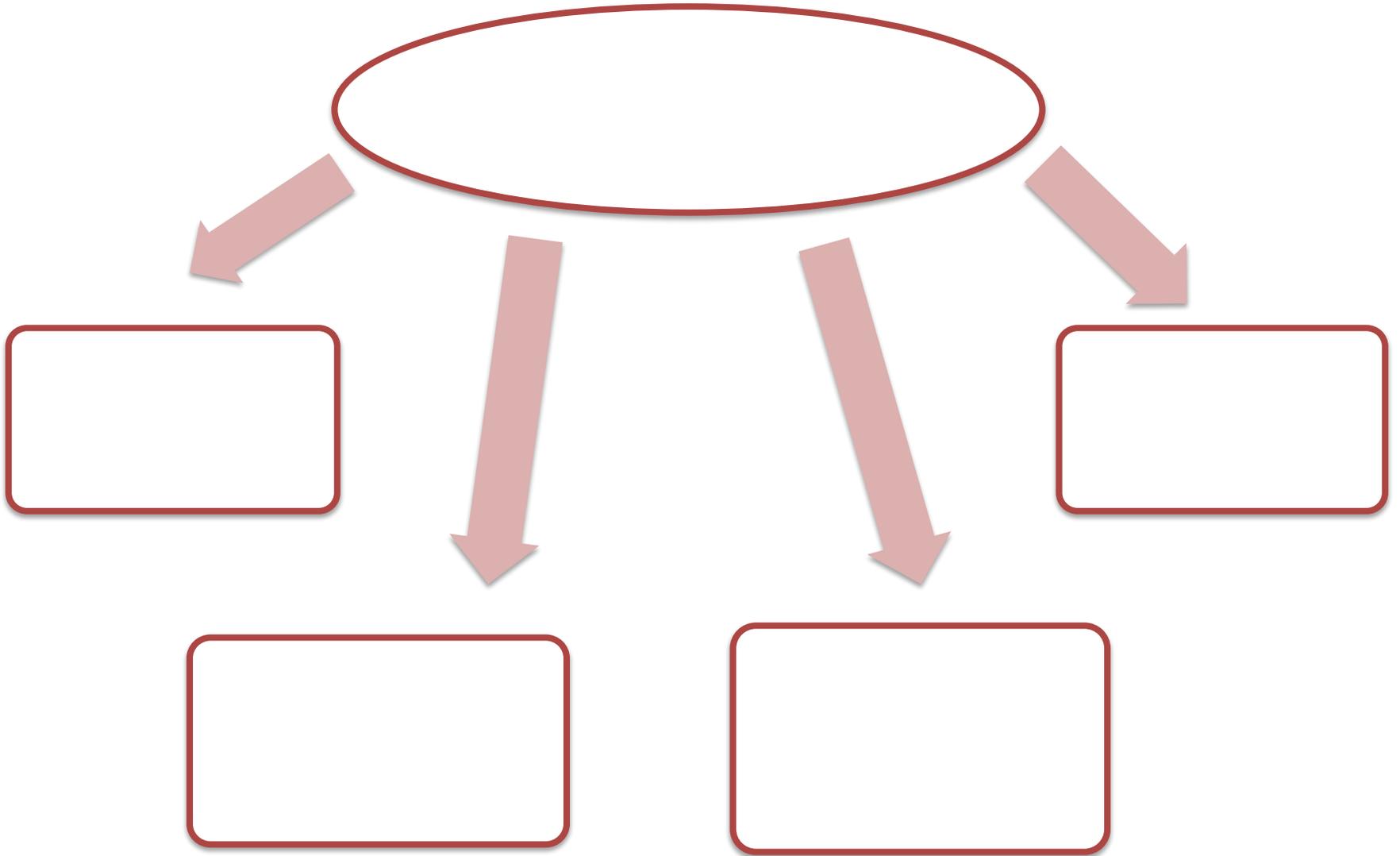


# **Вакуумная терапия**

**Вакуумная терапия** - (лат. Vacuum - пустота) терапевтическое локальное применение воздуха с давлением ниже атмосферного.

**Синонимы** - локальная декомпрессия, баночный массаж, вакуумный массаж, эндомассаж.



Вакуумный  
массаж и  
лимфодренаж



Вакуумна  
я чистка



Локальная  
декомпресси  
я



# Эффекты вакуумной терапии

Вакуумная терапия является терапевтическим методом, который можно использовать для решения медицинских и эстетических проблем.

Кожа рассматривается не только в качестве защитной оболочки тела человек, а как орган, функционирующий в единстве со всем организмом. Поэтому любые отклонения в работе органов или заболевания отражаются на состоянии кожи.

Снижение давления на ограниченном участке существенно изменяется нормальное соотношение градиентов гидростатического и онкотического давлений в подлежащих кровеносных и лимфатических сосудах, что приводит к ускорению обмена веществ в зоне. При локальной декомпрессии увеличивается проницаемость эндотелия поверхностного сосудистого сплетения дермы, вплоть до разрыва стенок подлежащих капилляров. Вследствие этого на коже возникают точечные кровоизлияния (петехии).

Нарастает количество активных нейтрофилов и макрофагов, которые утилизируют продукты воспаления и стимулируют регенерацию тканей. Продукты лизиса эритроцитов стимулируют местный иммунитет и активируют гемопоэз.

За счёт увеличения локального кровотока и лимфотока происходит дренирование межклеточных пространств и уменьшение отёка тканей. Усиление кровотока приводит к ускорению процессов липолиза, а также к рассасыванию фиброзных элементов в целлюлитной зоне.

Возникающие кожно-висцеральные рефлексy изменяют кровоснабжение внутренних органов, сегментарно связанных с зоной воздействия.

Таким образом, вакуумное воздействие на ткани вызывает следующие эффекты:

- Рефлексо-терапевтический
- Дренирующий
- Дефибрирующий
- Микроциркуляторный
- Иммуномодулирующий

# Пятна после вакуумной терапии

Точечные кровоизлияния (петехии) очень часто сопровождают вакуумную терапию.



«Многие исследователи сходятся во мнении, что пятна - это дозированные кровоизлияния на коже, включающие в себя следующие вещества: форменные элементы крови, белковые субстраты плазмы крови, эндогенные, то есть внутреннего происхождения, физиологически активные вещества, такие как гистамин, простагландины, нейромедиаторы, гормоны и другие.

Вся эта совокупность веществ в микродозах оказывает мощный стимулирующий эффект на весь организм, и на определённую область, мощно «встряхивает» мягкие ткани. И такое влияние длится несколько суток - до тех пор, пока пятно не рассосётся».

«Вещества, выброс которых происходит сразу после воздействия вакуумом и которые обуславливают появление пятна, инициируют усиление микроциркуляции крови и лимфы в капиллярах, нормализуют ток межтканевой жидкости и в целом стимулируют всю иммунную систему организма.»

«Есть весьма интересные особенности возникновения пятен. Обычно после сеанса вакуумного массажа даже с минимальными степенями вакуума образуются мелкоточечные микрокровоизлияния на коже - пятна, иногда с припухлостью по краям. Они возникают уже в первые минуты и даже секунды после воздействия вакуумом.

Иногда проявление пятен идёт более медленно, через 1-2 часа после сеанса вакуумного массажа, даже при высоких степенях вакуума. В большинстве случаев проявление пятен на коже совпадает с зонами болевых ощущений или болевого синдрома»

«Процесс образования пятен происходит, как правило, в течение первых четырёх сеансов вакуумного массажа. В последующие сеансы идёт обратное их развитие, то есть пятна полностью рассасываются и больше не образуются.

Это свидетельствует об исчезновении условий для их развития: происходит нормализация капиллярного крово- и лимфотока, активизация процессов структурно-функционального восстановления в тканях, исчезают признаки застоя в тканях. Всё это сопровождается улучшением общего самочувствия, пропадают болевые синдромы»

«Таким образом, пятна можно рассматривать в качестве своеобразного индикатора состояния тканей и движения жидкостей в них»

# Показания к вакуумной терапии

**Неврологические расстройства и патологии опорно-двигательного аппарата:**

Остеохондроз позвоночника;  
миофасциальные боли в шее, спине,  
конечностях; миозиты; радикулиты  
вертеброгенного и дискогенного  
происхождения; ишиас; артрозы; сколиоз.

Невриты и невралгии; головные боли  
вертеброгенного характера; заболевания,  
связанные с нарушением циркуляции крови и  
лимфы: эндартерииты, элевфантиаз;  
начальные проявления недостаточности  
мозгового кровообращения и их последствия;  
ДЦП; шейно-плечевой синдром;

## **Внутренние болезни:**

Хронический трахеобронхит, хроническая пневмония, бронхиальная астма, вегетососудистая дистония, хронический запор.

## **Травматология:**

Посттравматическая и послеоперационная реабилитация.

## **Косметология:**

Преждевременное увядание кожи, двойной подбородок, целлюлит, ожирение, коррекция формы груди.

# Противопоказания

## **Абсолютные противопоказания:**

Опухоли любого характера и локализации; резкое истощение организма; острые инфекционные заболевания и лихорадочные состояния; выраженный склероз сосудов со склонностью к тромбозам и кровоизлияниям; невроты и психозы с аффективными состояниями и судорожными припадками; заболевания сердечно-сосудистой системы: острые воспалительные процессы в миокарде, эндокарде, перикарде, пороки сердца в стадии декомпенсации, гипертоническая болезнь III степени, инфаркт миокарда в остром периоде, частые приступы стенокардии, острая сердечно-сосудистая недостаточность; варикозное расширение вен II-III степени, тромбофлебит; гнойные и грибковые поражения кожи; вторая половина беременности.

## **Относительные противопоказания:**

Неясный диагноз; состояния после тяжёлой физической нагрузки; грудной или старческий (свыше 80 лет) возраст; состояние алкогольного опьянения; психические расстройства.

Нельзя проводить вакуумный массаж на области сердца, глаз, ушей, беременным на область живота. На область молочных желёз вакуумное воздействие проводится только в специальных процедурах.

## **Специальные противопоказания в косметологии:**

Нельзя проводить вакуумный массаж в течение 2-3 дней после сеанса мезотерапии, пилингов (кроме скраба и броссажа).

Во время курса инъекционной озонотерапии вакуумный массаж противопоказан.

Противопоказанием для вакуумного воздействия на лице является золотое армирование.

Действие препаратов на основе ботулотоксина значительно сокращается. Гелевые наполнители на основе гиалуроновой кислоты (филеры, наполнение морщин, коррекция формы губ) рассасываются значительно быстрее.

Состояния после хирургической пластики лица и шеи требуют дополнительной консультации с хирургом.

При значительной дряблости тканей тела и выраженных растяжках (стрии) вакуумный массаж проводят с большой осторожностью. Сосудистая сеточка на бёдрах может усилиться.

Мы рекомендуем при дряблости, растяжках и сосудистой сеточке начинать с тонизирующих процедур (миостимуляция, обёртывания, ручной и медовый массаж), и только с 5-6 процедуры осторожно присоединить вакуумный массаж.

# Аппараты для вакуумных процедур

Старейшее оборудование для вакуумного массажа - стеклянные банки с утолщёнными краями. Разрежение воздуха в них производят быстрым нагреванием воздуха. Для вакуумных процедур применяют приборы, основой которых является воздушный компрессор, создающий отрицательное давление, с насадками - колбами (аппликаторами) разного диаметра. Режим работы аппарата может устанавливаться двумя способами: автоматически и механически. Аппараты, имеющие встроенный барометр, более удобны. Но в некоторых аппаратах давление регулируется механическим путём при помощи закрытия отверстия, расположенного на колбах. Это не очень удобно для работы.



Avito



# Вакуумная чистка лица

Вакуумную чистку лица выполняют аппаратом для вакуумной терапии.

Вследствие разрежения воздуха насадки присасываются к коже. Это вызывает сдувание клеток рогового слоя эпидермиса, возможно раскрытие пор и частичное извлечение комедонов.

Вакуумная чистка сопровождается притоком крови и улучшением микроциркуляции.

Вакуумную чистку в зависимости от состояния кожи можно использовать как самостоятельную процедуру или в сочетании с механической чисткой, дезинкрустацией, броссажем, а также при комплексном уходе за кожей лица.

Она является менее болезненной и травмирующей, но и менее эффективной по сравнению с механической чисткой.

**Показания:** жирная и комбинированная кожа, наличие комедонов.

**Противопоказания:** хронические дерматозы в стадии обострения, розовые угри, купероз, сухая кожа.

# Технология проведения процедуры:

1. Подготовка аппарата (обработка дезинфицирующим средством зон контакта, подготовка насадки)
2. Демакияж
3. Распаривание кожи для раскрытия пор и размягчения комедонов (вапоризация или дезинкрустация, специальное косметическое средство).

4. Специальной насадкой проводим обработку кожи мелкими круговыми движениями. Периодически промываем её в 3% растворе перекиси водорода или в хлоргексидина биглюконате. Процедура на лбу, щеках, подбородку занимает 10-15 минут.

При необходимости вакуумную чистку можно проводить на коже зоны декольте и на спине.

5. После завершения процедуры обрабатываем кожу антисептическим средством. Можно провести дарсонвализацию и нанести специальную маску, использующуюся после чистки кожи.



*Направление движений аппликатора  
при вакуумной чистке*

# **Вакуумный лимфодренаж тела**

Разрежение, создаваемое в системе аппарат-колба, вызывает различные физиологические реакции кожи и организма в целом.

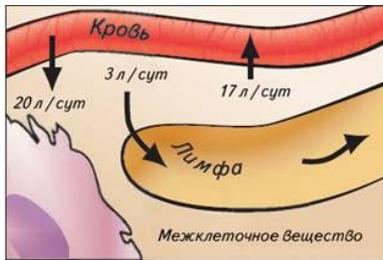
При локальном воздействии отрицательным давлением существенно увеличивается проницаемость поверхностных сосудов дермы, возможен даже разрыв стенок капилляров, что вызывает точечные кровоизлияния.

Вакуумный массаж стимулирует движение межтканевой жидкости и венозной крови, способствует лимфодренажу, открывает резервные капилляры, улучшает трофику тканей и мышечный тонус, может вызывать снижение артериального давления. Происходит перераспределение циркулирующей крови между скелетными мышцами и кожей в зоне воздействия. Изменяется кровоснабжение внутренних органов, которые сегментарно связаны с зоной воздействия.

**Показания:** для улучшения крово- и лимфообращения, при отёках и целлюлите, вялых атоничных мышцах.

**Противопоказания:** лимфаденит, склонность к кровотечениям и кровоизлияниям, купероз, тромбофлебит, варикозное расширение вен, кисты яичников, острые инфекции.

# Вакуумный лимфодренаж тела проводят с учётом строения кровеносной и лимфатической систем.



## Движение лимфы

Лимфа

Лимфатические капилляры

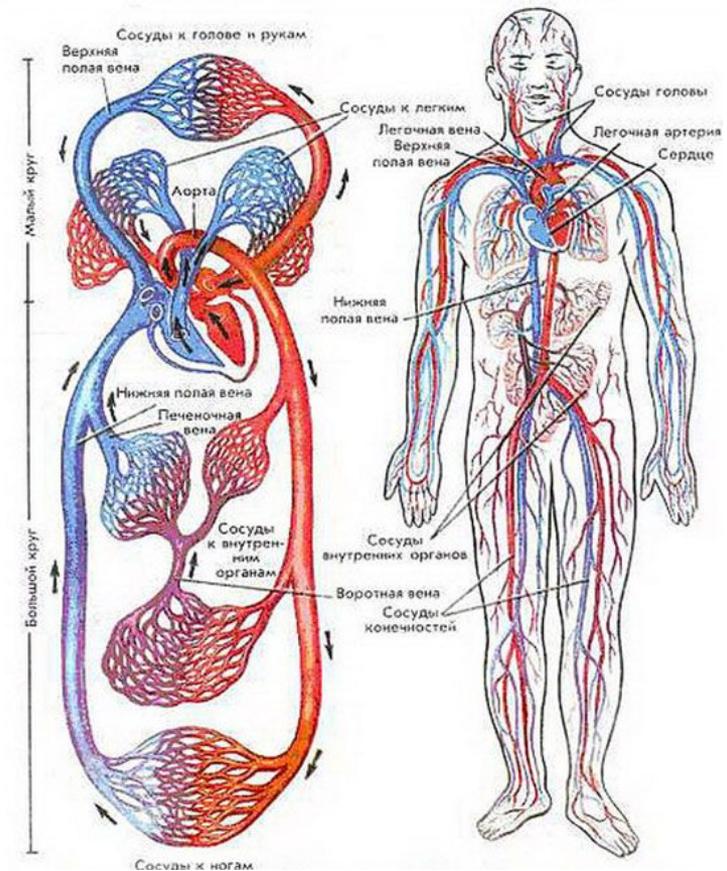
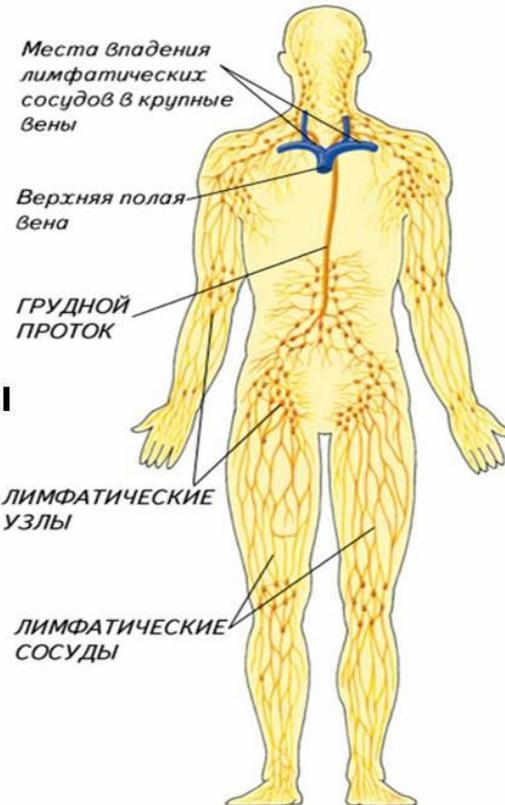
Лимфатические сосуды

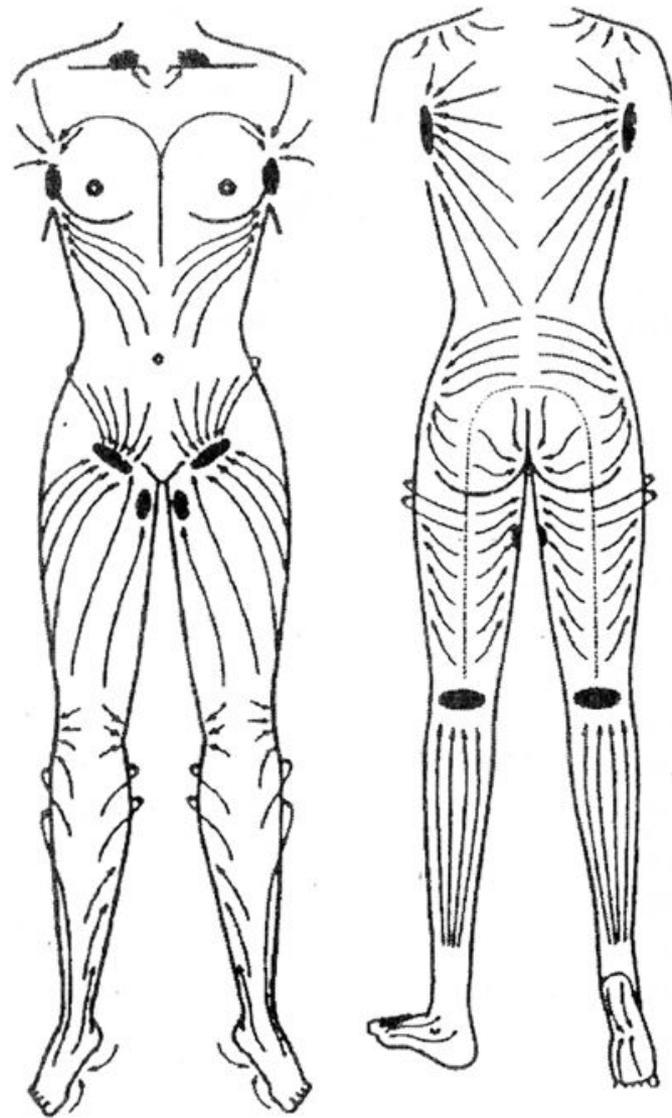
Лимфатические узлы

Лимфатические протоки

В верхнюю полую вену

## Лимфатическая система



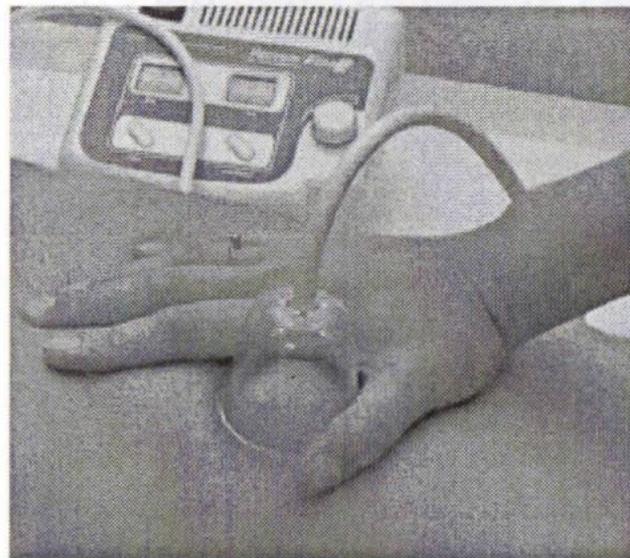


*Схема лимфодренажных линий тела*

Перед процедурой на чистую кожу наносят небольшое количество массажного масла для улучшения скольжения аппликатора (банки). Движения должны быть плавными, по ходу течения венозной крови и лимфы к лимфоузлам.

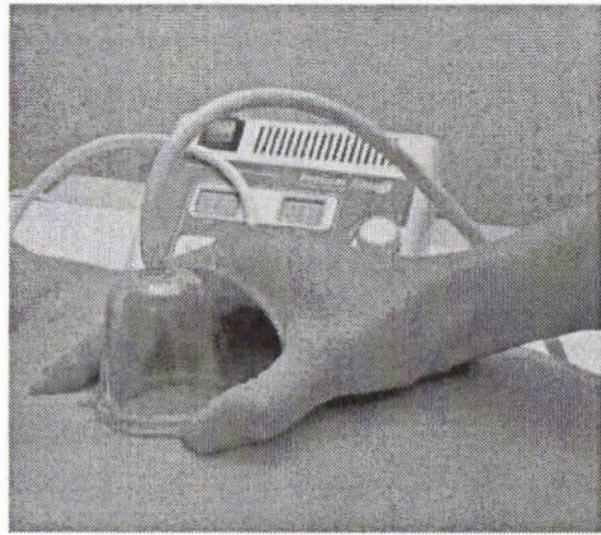
При этом сами участки скопления лимфоузлов и подколенную область необходимо обходить. Стимуляция лимфоузлов иногда проводится персоналом, имеющим специальную подготовку, в пульсирующем режиме (50-80 мБар).

Лимфодренаж проводят скользящими движениями. Насадку-банку удобно захватывать не сверху, а сбоку, располагая её между большим и указательным пальцем. Скольжение ладони дополняет массаж. (фото 1).



*Фото 1*

Заканчивая массажное движение, банку следует оторвать от кожи и переместить в начало следующей массажной линии. Вы можете рукой поддеть край банки, и она легко отделится от кожи. (фото 2).



*Фото 2*

Несмотря на то, что проблемные зоны у клиента могут быть локализованы только в области бёдер или живота, вакуумный лимфодренаж нужно проводить по всему телу, так как речь идёт о нарушении кровообращения и движения лимфы по всего организма.

При лечении целлюлита вакуумный массаж можно сочетать с другими процедурами, такими, как обёртывание, электромиостимуляция, ультразвуковая терапия.

Продолжительность процедуры вакуумного лимфодренажа тела составляет 25-30 минут.

Помните, что не стоит на одном участке работать более 5 минут.

Курс лечения 10-20 процедур через день.

По окончании процедуры излишки масла убирают влажной салфеткой.

# Вакуумный массаж тела

Вакуумный массаж тела проводят с целью усиления кровообращения, открытия резервных капилляров и глубокой проработки мышечного слоя.

Вакуумный массаж обладает выраженным липолитическим и дефибрирующим действием.

Это позволяет применять процедуру в комплексных программах лечения ожирения, коррекции фигуры и лечения целлюлита, особенно фиброзного (3-4 стадия).

На интенсивность липолиза влияет скорость кровотока в жировой ткани.

При застойных явлениях липолиз существенно замедляется, а при усилении кровотока - усиливается.

Таким образом, вакуумный массаж опосредованно через кровоток усиливает липолиз.

Техника проведения процедуры отличается от вакуумного лимфодренажа более локальным и интенсивным воздействием.

Если лимфодренаж проводят по всему телу, то вакуумный массаж можно делать в какой-либо проблемной зоне.

Перед процедурой вакуумного массажа желательно подготовить и разогреть ткани пациента ручным массажем.

Вакуумный массаж проводят двумя способами - стабильным и лабильным.

**Стабильный метод** заключается в локальном воздействии вакуума в течение 0.5-2 мин. Рекомендуемое разрежение в насадке при таком методе 15-30 кПа (килопаскаль).

При **лабильном методе** насадки перемещают по поверхности кожи.

В этом случае рекомендуемое разрежение в банке 10-20 кПа. Для работы по телу используют один или одновременно два аппликатора.

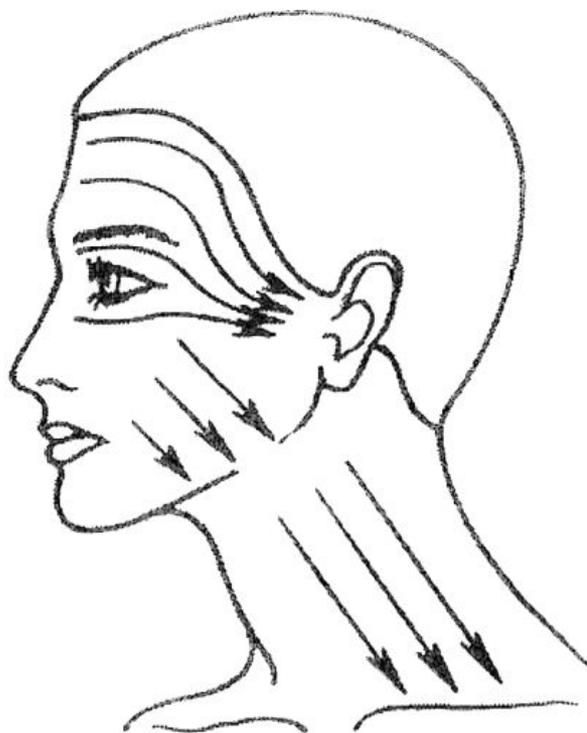
Направление движения банок совпадает с направлением движений в классическом массаже.

# Вакуумный лимфодренаж лица

Для уменьшения отёчности лица, при наличии тёмных кругов под глазами, увядающей коже, застойных явлениях может быть показан вакуумный лимфодренаж лица.

Вакуумный лимфодренаж лица требует от косметолога определённых навыков и мастерства, так как при неправильном выполнении возможно образование гематом, появление или усиление купероза.

Вакуумный лимфодренаж лица проводится с учётом строения кровеносной и лимфатической систем лица и шеи.



*Схема лимфодренажных линий лица*

Процедуру выполняют специальной насадкой небольшого диаметра, предназначенной для лица. Движения осуществляют медленно, осторожно и плавно.

Перед процедурой необходимо очистить кожу лица и нанести массажное масло для улучшения скольжения.

Установив нужный режим, следует сделать пробное движение. Если на коже после банки появляется розовый след, который исчезает в течение нескольких секунд, то в данном режиме можно проводить процедуру.

Процедуру начинают со стимуляции надключичных лимфоузлов в импульсном режиме.

Затем переходят к нижней трети шеи, после чего обрабатывают её среднюю и верхнюю части.

Потом переходят к лимфодренажу нижней трети лица по линиям к подбородочным и нижечелюстным лимфатическим узлам.

К предушным лимфоузлам направляем отток лимфы средней части лица, постепенно поднимаясь к области глаз.

**Движение в периорбитальной области  
выполняют в следующей  
последовательности:**

**Нижняя линия:** от спинки носа по скуловой дуге к височной впадине.

**Верхняя линия:** по верхнему краю брови от носа к височной области.

После процедуры снять остатки косметического средства, протереть кожу тоником, нанести дневной защитный крем, если на этом сеанс заканчивается.

Продолжительность вакуумного лимфодренажа составляет 5-7 минут, курс лечения 10-15 процедур, которые проводят через 2-3 дня.

Вакуумный лимфодренаж можно сочетать с другими косметическими процедурами, в том числе с массажем и масками.

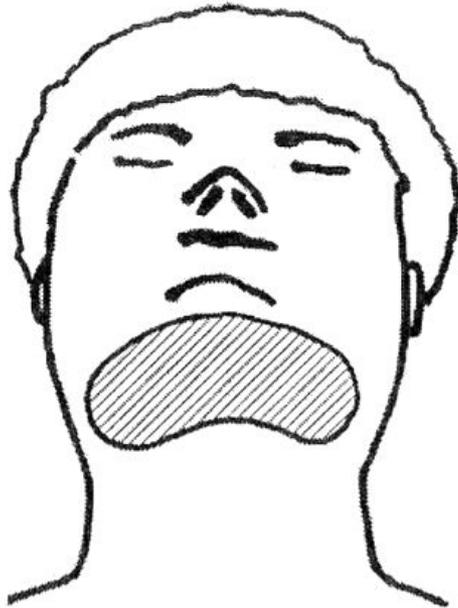
# Вакуумный массаж лица

Вакуумный массаж проводят с целью уменьшения «второго подбородка».

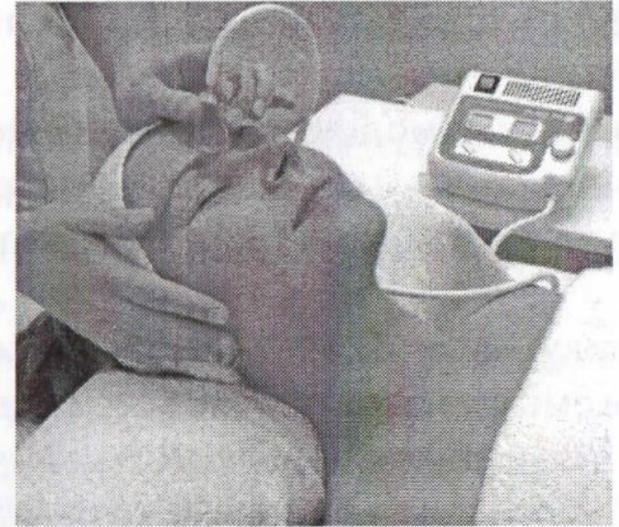
Процедура проводится банкой небольшого размера.

Область воздействия - подбородок и поднижнечелюстная зона. Движения банки повторяют движения классического массажа.

Цель такой процедуры - усиление кровообращения и липолиза в подкожной жировой клетчатке.



*Зона движения вакуумных банок  
при уменьшении «второго подбородка»*



*Вакуумный массаж лица*



Процедура требует более интенсивной проработки тканей, чем при вакуумном лимфодренаже. Поэтому перед процедурой проводят классический ручной массаж, готовя ткани к воздействию вакуума.

Потом делают пробное скольжение банкой для оценки состояния сосудов и возможных кровоизлияний.

Первую процедуру проводят на минимальных значениях силы всасывания.

Вакуумный массаж хорошо сочетается с миостимуляцией и ультразвуковой терапией.

# Сочетанные методики вакуумной терапии

**Вибровакуумная терапия** – сочетанное лечебное воздействие на ткани локальной вакуум – декомпрессии и вибрации.

**Вакуум + роликовый массаж** – сочетание используется в методиках, имеющих коммерческие названия «Эндермология», «Дерматония» и др.

**Баролазерный массаж** – сочетанное лечебное воздействие вакуумной терапии и низкоинтенсивного лазерного излучения.

**Вакуум + цвет** – сочетанное применение вакуумного массажа и хромотерапии.