

# Анти-старение



**Показания:** для поддержания или восстановления кожи лица и тела после 30 лет.

**В пакет включено:**

7 дней/6 ночей

1 экскурсия по острову Хайнань на выбор

3х-разовое питание (по типу шведский стол, здоровая еда)

Бар (3 купона в день: 1 чашка кофе, 1 безалкогольный напиток, 1 алкогольный напиток)

Бассейн, тренажёрный зал, зал для йоги/аэробики/танцев

Имидж-салон (1 посещение)

Консультация диетолога (1 посещение)

Отвары трав

Персональный русскоязычный менеджер

Проживание в номере Делюкс (1 или 2-местный)

Трансфер из/в аэропорт (Санья и Хайкоу)

Центр китайской культуры

Шаттл в/из Боао/Цюнхай

Шаттл до/от пляжа

**Процедуры:**

**Массаж тела по меридианам** -Цель массажа – восстановить свободное течение энергии Ци и тем самым привести организм к гармонии и равновесию. Это не только механическое воздействие на организм человека, которое вызывает деформацию кожи и изменяет напряжение мышц. Настоящий мастер массажа знает, как течет энергия Ци по меридианам тела, когда и куда следует приложить усилие. В ходе массажа происходит перераспределение энергии Ци, уравнивается баланс Инь и Ян и тем самым



организм настраивается на самовыздоровление. Существуют разные методики массажа по меридианам. Врач комплекса "И-Лин" индивидуально подбирает каждому пациенту необходимый для него метод. Также часто массаж сочетают с иглоукалыванием, траволечением и другими методами китайской традиционной медицины.

### Эффект

- глубокое расслабление мышц и сухожилий
- устранение болей в спине и суставах
- выведение шлаков из организма
- восстановление естественной циркуляции жизненной энергии Ци
- уравнивание инь и ян
- улучшение кровообращения и лимфообращения
- нормализация обмена веществ в суставах
- снятие напряжения внутренних органов
- мягкое вытяжение позвоночника
- активизация биологически-активных точек на ногах, руках и голове



**Иглоукалывание** - Иглоукалывание или иглорефлексотерапия - это древнейший метод лечения различных заболеваний, основанный на знаниях о строении человеческого тела и расположении нервных окончаний, которые заканчиваются соответствующими точками на человеческом теле. Они называются акупунктурными и расположены на меридианах. Воздействие на эти точки с помощью иглотерапии даёт строго прогнозируемый эффект - стимулирующий или успокаивающий. Спектр возможностей акупунктуры очень велик. Это происходит от того, что принцип ее основан не на излечении от болезней, а на стабилизации и балансировании процессов, происходящих в организме. А там где гармония, там и здоровье.



Для иглоукалывания используются очень острые и тонкие иглы, которые вводятся в определенные акупунктурные точки под кожу на определенную глубину, под нужным углом и ориентацией относительно поверхности тела. В "И-Лине" используются только одноразовые стерильные иглы из нержавеющей стали. После того, как игла проникает под кожу, создается ощущение небольшого покалывания. Это говорит о том, что игла поставлена правильно. Через некоторое время можно почувствовать прилив некоторого тепла, небольшое онемение, тупую боль или щекотание в области введения иглы. По времени, акупунктурные иглы должны находиться не более получаса.

В "И-Лине" используют несколько методик иглоукалывания, такие, как: обычные иглы, тёплые иглы, иглы-шприцы с лекарствами (лекарство поступает непосредственно в акупунктурный точки), электро-иглы, шариковые иголки на ушах и другие.

### Эффект

- восстановление циркуляции потоков энергии
- регулирование и нормализация уровня гормонов в организме

□ стимулирование выработки организмом эндорфинов (естественных болеутоляющих частиц), кортизола (противовоспалительное воздействие), и сератонина (природного стимулятора, повышающего настроение)

**Скобление “Гуаша”** - Это один из наиболее популярных методов традиционной китайской медицины, наряду с массажем по меридианам. Этот массаж выполняется с помощью костяного скребка, воздействуя на биологически активные точки.

Движения скребком проводятся вдоль позвоночника от периферии к центру. В переводе с китайского "гуа" означает скоблить, скрести, счищать; "ша" - зараза, хандра.

Эффект от массажа наступает сразу же. На коже в местах, на которые проецируются патологические процессы, появляются кровоизлияния - пятна "ша". Таким образом на кожу проступают "отходы" этого процесса. Пятна могут быть почти черного цвета - это "неживая" кровь.



Данная процедура обычно малоболезненная. Однако при запущенных состояниях пациент может испытывать боль, которая проходит сразу же после прекращения воздействия. При регулярном проведении массажа "гуаша" боль совсем не ощущается и синяки практически перестают появляться, что говорит об уходе проблемы. Такой вид массажа очень хорошо помогает при простуде, головных болях, головокружениях, бессоннице, трахеите, икоте, тошноте, диарее, дисменорее, растяжениях шеи и поясницы.

Длительность массажа "гуаша" составляет 20-30 минут. Повторять можно не чаще 1 раза в неделю. После процедуры может ощущаться сильная усталость, которую можно сравнить с пробежкой 20 км. Синяки на коже полностью проходят в течении 2-3 дней, иногда недели.



Процесс оздоровления может проходить через обострение. Если на следующий день после массажа симптомы заболевания усилятся - это нормально и переживать не следует. В китайской медицине существует правило "нет обострения - нет лечения, а только облегчение". При регулярном массаже "гуаша" наступает стойкое улучшение состояния, так как запускаются глубокие механизмы оздоровления организма.

### **Эффект**

- улучшение циркуляции энергии Ци
- улучшение кровообращения и растворение застоя крови
- улучшение обменных процессов
- налаживание функций внутренних органов

- выводятся токсины
- облегчение симптомов и профилактика простудных и других заболеваний
- снятие болевого синдрома
- снижение артериального давления
- нормализация сердечного ритма
- повышение иммунитета
- запуск процессов омоложения всего организма
- улучшение состояние кожи

**Ушные свечи** - Ушные свечи используются для глубокого прогревания уха, лечения воспалительных заболеваний, удаления серных пробок. Кроме того, они комплексно воздействуют на весь организм, поскольку на ушных раковинах находится большое количество аккупунктурных точек, отвечающих за все жизненно важные органы.



Свечи хорошо помогают при острых и хронических заболеваниях ушей, носа и горла; воспалениях придаточных пазух; образование ушных пробок; шуме в ушах; снижении слуха; нарушениях сна; головокружениях; стрессах. После проведения терапии не рекомендуется мыть голову, чтобы исключить попадания воды в ушную раковину.

#### **Эффект**

- Улучшение сна
- Нормализация давления
- Очищение дыхательных путей
- Прояснение зрения
- Снятие напряжения



#### **Безинъекционная мезотерапия лица (гиалуроновая кислота)**





## Диагностика кожи лица

**Пульсовая диагностика** - Главное в лечении - своевременная и точная диагностика. Правильно проведенная диагностика - наполовину приблизит человека к заветной цели - выздоровлению. А вот ошибочная или неполная диагностика сделает излечение заведомо невозможным.

Метод пульсовой диагностики был открыт еще в 5 веке до нашей эры. Пульсирование крови в человеческом организме имеет до 600 оттенков и зависит от множества факторов: силы удара, ритма, скорости, положения и других. Поэтому измерение пульса (точнее, его отклонений от нормы по различным показателям) позволяет провести диагностику широкого спектра нарушений или изменений состояния систем организма, прогнозировать возможные проблемы. Пульсовая диагностика в состоянии выявить самые небольшие нарушения в функционировании систем организма, исправив которые, можно укрепить свое здоровье на долгие годы вперед. Даже беременность с помощью пульсовой диагностики можно выявить уже на 5-6 день после зачатия.



**Устранение пигментных пятен, отбеливание лица (по желанию)**



**Фотоомоложение**