

## Parafínový zábal

působí blahodárně zejména na suchou a popraskanou pokožku, kterou vyživuje, zvlhčuje a zjemňuje. Příznivě působí také na bolesti kloubů, svalů a zklidňuje nervovou soustavu.

Parafín používaný pro zábaly je speciální vosk, který se používá k léčebným i kosmetickým účelům a vyniká svou úžasnou schopností zadržovat teplo. Může být obohacený o vitamín E. Při aplikaci na kůži při teplotě 52-62°C pozvolna prohřívá a prokrvuje danou oblast, uvolňuje tkáň, prohřívá svaly, uvolňuje ztuhlé a bolestivé klouby, zlepšuje krevní oběh, otevírá póry a změkčuje také ztvrdlou kůži. Póry, pak lépe vstřebávají hydratační a vyživující složky obsažené v parafínu. Parafínový zábal se nejčastěji aplikuje na ruce nebo nohy. Před aplikací zábalu je možné použít kostivalový krém pro zintenzivnění účinku zábalu. Délka trvání je 20 - 30 min.

Využití parafínu  
Parafínová lázeň a zábaly představují proceduru, která kombinuje zdravotní i estetické účinky. Parafínové zábaly působí blahodárně na celou nervovou soustavu a poskytují ochranu drobným kloubům. Teplo rozšiřuje cévy, zlepšuje prokrvení pokožky a působí příznivě na zlepšení regenerace svalových spazmů. Po zábalu jsou ruce velmi dobře odpočínuté a samozřejmě se dostavuje také vysoký kosmetický efekt. Ruce jsou hladké, jemné a sametově hebké.

V kosmetice se používá aromaterapeutický parafín s obsahem aromatických olejů a vitamínů pro výživu, zjemnění, prohřátí a prokrvení ošetřované pokožky.

Pravidelnými parafínovými zábaly se docílí nejen zpevnění nehtů, krásně jemné hedvábné pokožky, její viditelné a okamžité omlazení, ale dojde i k uvolnění bolestivých kloubů a ztuhlého zápěstí, které jsou následkem jednostranné námahy, např. při práci na počítači.

### Přínosy parafínu:

- prokrvuje pokožku
- prohřívá svaly
- uvolňuje ztuhlé a bolestivé klouby
- změkčuje ztvrdlou kůži
- pomáhá při odstraňování celulitidy

### Parafínové zábaly jsou vhodné na:

- artritidu
- revmatismus
- bolesti rukou a kloubů
- choroby pohybového aparátu
- chronickou revmatoidní artritidu
- choroby drobných kloubů končetin
- zpevnění a ošetření nehty a jejich okolí
- zhrublou, mozolovitou, suchou nebo popraskanou pokožku rukou či nohou.
- svalová kontraktura, ztuhlost svalů
- chronické stavy revmatického a traumatického původu

- vhodné pro zvýšení lokálního prokrvení
- dobře působí na nervovou soustavu, parafínový zábal může stát i příjemnou relaxací
- mohou částečně pomoci při chorobách pohybového aparátu

### **Parafínové zábaly nepoužívejte při:**

- akutní zánět
- vysoký krevní tlak
- horečnatá infekční onemocnění
- akutní onemocnění kůže

Během působení parafínu dochází k uvolnění svalů a kloubů a právě proto se parafínové zábaly používají jako součást rehabilitační léčby, zejména pak při degenerativním onemocnění kloubů rukou. Jedná se v podstatě o lokální termoterapii (léčbu teplem), která se běžně aplikuje i v lázních a rehabilitačních zařízeních. Lze ji ale aplikovat i na celé tělo – formou parafínových lázní. Takto působí na uvolnění a snížení bolesti celého pohybového aparátu. Zvýšením prokrvení kůže lépe absorbuje minerály obsažené v parafínu. Parafínové zábaly působí též blahodárně na nervovou soustavu, cítíte se po nich uvolněně a relaxovaně.

Parafínové zábaly se hojně využívají též v kosmetické péči pro výživu a zjemnění kůže rukou, loktů, kolen a chodidel. Mezi nejoblíbenější aplikace parafínu patří zábaly rukou: na péči o ruce se často zapomíná a přitom stáří ženy se vždy dobře pozná právě podle rukou... Po zábalu jsou ruce velmi dobře odpočínuté a samozřejmě se dostavuje také vysoký kosmetický efekt. Ruce jsou hladké, hebké a sametové. Při aplikaci se využívá pomalého předávání tepla a účinných minerálů do těchto oblastí. Svou neprodyšností a teplotou zábal zvyšuje prokrvení pokožky, nahrazuje obklady, změkčuje kůži, zvyšuje její tonus a má blahodárný vliv na klouby. Nanáš se pomocí parafínové lázně. Zábaly se mohou aplikovat současně s prováděním dalších kosmetických procedur. Po parafínové kúře jsou ruce hladké a jemné, zbavené odumřelých buněk a suchých šupinek kůže. Parafínové zábaly se používají také při odstraňování tukových polštářků a celulitidy.

### **Postup na parafínový zábal**

Před parafínovým záballem se ruce nejdříve očistí, vydezinfikují, aplikuje se na ně peeling a poté se ruce ponoří do lázně s teplým parafínem. Vosk okamžitě přilne na pokožku. Ruce se zabalí do plastických sáčků a froté návleků na 20 až 30 minut. Poté se parafín z pokožky lehce stáhne a nanese se výživný krém.

Aplikace parafínového zábalu na ruce je ideální v době, kdy žena odpočívá při kosmetickém ošetření.

Čas, který tak žena v kosmetickém salonu stráví, je mnohem efektivněji využit, což řada časově vytížených klientek jistě ocení.

Parafínový zábal na ruce intenzivně regeneruje namáhanou pokožku rukou. Při

aplikaci zábalu dochází k významnému kosmetickému efektu, kterého dosahujeme zvýšeným prokrvením pokožky v důsledku jejího prohřátí, za současného zajištění neprodyšnosti po dobu aplikace zábalu. Prokrvení kůže urychluje látkovou výměnu.

#### PARAFÍNOVÝ ZÁBAL RUKOU EXTRA

Teplé zábal a obklady pomáhají onemocněním pohybového aparátu využitím teplého vosku (více než 50 °C), který přenáší své teplo na kůži a hlouběji do měkkých tkání, čímž dochází k jejich prokrvení. Zároveň uvolňuje ztuhlé a bolestivé klouby.

Parafín se na postižené místo nanáší při ponoření do speciální nádoby. Parafín kombinuje zdravotnické a estetické účinky.

Během působení parafínu dochází k uvolnění svalů a kloubů a právě proto se parafínové zábal používají i jako součást rehabilitační léčby, zejména pak při degenerativním onemocnění kloubů rukou.

Aplikace parafínu není nijak limitována, můžete si ji dopřávat, jak často budete chtít. Účinné je opakovat parafínový zábal alespoň 1 x za 4 týdny v rámci celkového ošetření pleti.