

LPG-lipo- massage

MIHIN SE PERUSTUU? Käsittely imuhierontakoneella, jota hoitaja liikuttelee ongelmakohtien päällä. Alipaine nostaa kudosta, ja motorisoidut rullat muokkaavat sitä mekaanisesti. Käsittely aktivoi rasvasolujen beetareseptoreja, minkä seurauksena soluita poistuu rasvaa. Lisäksi laite kuorii ihoa, tehostaa nestekiertoa sekä kuona-aineiden poistumista.

Hoito kestää 35 minuuttia. Käsittelyjä suositellaan otettavaksi 10–15 kerran kuurina 3–5 viikon aikana.

MITÄ SE LUPAA? "Kivuton, riskitön ja luonnollinen vaihtoehto rasvaimulle". LPG-hieronta muokkaa ongelmakohtia, vähentää selluliittia ja silottaa appelsiini-ihoa aktivoimalla kollageenin tuotantoa. Vaikutukset ovat yksilöllisiä. Parhaimmillaan ongelmakohdat voivat kaventua jopa kymmenen senttiä. Tuloksien säilyttämiseksi ylläpitohoitoja täytyisi ottaa kerran kuukaudessa.

MITÄ HALUSIN? Odotin, että hieronta säisi laiskan aineenvaihduntani kunnon kierroksille. Halusin tasoittaa reisiin ja takamukseen juuttunutta selluliittia.

MILTÄ SE TUNTUU? Ennen kuin käyn hierontapöydälle, pukeudun sukkahousukaasta tehtyyn, melko nöyryyttävään pukuun. Sen ansiosta kone liukuu jouhevasti iholla. Itse hoito ei tunnu kevyttä hierontaa kummemmalta, eikä käsittely saisiakaan satua. Reisien ulkosivuissa hieman aristaa. Hoitajan mukaan se voi johtua reiden lihas-kireydestä.

Hoidon yhteydessä suositellaan kevennettyä ruokavaliota. Koska olen tehnyt maltillista ruokaremonttia jo puolen vuoden ajan, en muuta ruokavaliossani tai liikuntatavoissani mitään, mutta koetan muistaa juoda runsaasti.

Käyn hoidossa 2–3 kertaa viikossa kuuden viikon ajan, yhteensä 15 kertaa. Ensimmäisten kertojen jälkeen en huomaa mitään vaikutuksia. Kuudennen kerran jälkeen alan nähdä ihossani muutoksia. Epätasaiset kohdat ovat sileämmät kuin vuosiin ja... aivan kuin reisi olisi hiukan hoikentunut! Tunnen



3 senttiä reisistä

LPG-lipo- massage

TULOS

-1,5 cm alleista

-3 cm lantiolta ja reisistä

KIPU ♥

VAIVALLOISUUS ♥ ♥

Fysio Provita

p. 09 681 8850

www.provita.fi

Yksi hoitokerta maksaa

78 euroa. Hoidon hinta

vaihtelee paikkakunnittain.

olevani vuodenaikaan nähden oudon reipas. Hoitaja arvelee sitä lipo-lyysin sivuvaikutukseksi: soluista vapautuva ylimääräinen energia vaikuttaa yleiseen vireystilaan.

Kahden viimeisen hoitoviikon aikana tapahtuu kummaa: painoni laskee humahtaen reilut kolme kiloa. Epäilen, että hieronta pani viimeinkin ylimääräisen nesteen kiertoon.

MILLAiset tulokset? Loppumittauksessa reisistä ja lantiolta on lähtenyt kolme senttiä ja alleistakin puolitoista. Tavoitefarkut mahduttavat jalkaan. Iho on mielestäni 80 prosenttia sileämpi kuin ennen. Päätän jatkaa ylläpitohoidoissa, sillä tätä ihoa kelpaa paljastaa uimarannalla.

KENELLE SE SOPII? Laihduttajalle LPG on hyvä tavoitepalkinto, jolla voi viimeistellä kropan laihduttamisen jälkihoitona. Eniten hoidosta hyötyvät normaalipainoiset ja lievästi ylipainoiset. Vaikka hieronnan ehtii ottaa melkein ruokatunnilla, viidentoista hoitokerran sijoittaminen kalenteriin on haasteellista.

LPG-menetelmä kehitettiin alun perin palovammojen ja arpien hoitoon. Sitä käytetään myös lihasten ja sidekudosten rasi-tuoreisiin.