

Voit hoitaa itse itseäsi - akupainantamatto AKUPRESSUR lievittää selän jäykkyyttä ja kipua!

Kärsitkö selän, niskan, olkapään kivusta tai kankeudesta?

AKUPRESSUR-matto tuo lievityksen! Matolla maatesasi jännittyneet lihakset rentoutuvat ja palautuvat normaaliin tilaan. Jos teet raskasta ruumiillista työtä, istut päivät pitkät tietokoneen ääressä tai teet muuten itseään toistavaa, monotonista lihastyötä, eivät lihaksesi pääse juuri koskaan lepäämään. Sama koskee mielen jännittyneisyyttä ja stressiä; nekin näkyvät ajan myötä lihasjännityksenä niskassa ja selässä. Seurauksena rasituksesta on kipu ja krooninen särky.



AKUPRESSUR-matto lievittää kipua

Akupainantamaton kivunlievitys on tunnettu jo tuhansia vuosia sitten Intiassa, jossa sitä on käytetty päivittäisissä rentoutus-, meditaatio- ja joogaharjoituksissa.

Eräs yleisimpiä kivunlievityksen selitysmalleja on, että elimistö erittää kivun yhteydessä mielihyvähormoneja kuten endorfiiniä ja oksitosiinia, jotka tekevät lievästä kivusta nautinnollisen tuntemuksen. Kun painat selkäsi vasten nystyräpintaista AKUPRESSUR-mattoa, koet ensin kipua, joka hellittää nopeasti. Samalla kivun tilalle tulee hyvän olon tunne ja rentous.

Anatomisesti kivun ja mielihyvän kokeminen tapahtuu samalla aivoalueella, mikä selittää kivun aktivoiman mielihyvähormonituotannon. Samasta syystä esim. kova fyysinen rasitus aiheuttaa sekä kipua että mielihyvää. Hyvän olon kokemus poistaa kipua ja rentouttaa. AKUPRESSUR-matto sopii erinomaisesti selän lihasongelmien hoitoon. Rento keho paranee ja toipuu parhaiten.

Rentoutuminen

AKUPRESSUR-matto voidaan käyttää myös mielen rentoutumiseksi. Makaa matolla, kun käyt ”ylikerroksilla” tai tunnet olevasi stressaantunut. Jos sinulla on vaikeuksia saada unta, asetaudu matolle, ja rentoudut. AKUPRESSUR-maton säännöllinen käyttö auttaa elimistöä palautumaan ja nopeuttaa toipumista psyykkisestä tai fyysisestä rasituksesta.

Käyttö

Makaa matolla 20–40 min tarpeen mukaan, vähintään muutaman kerran viikossa. Voit käyttää AKUPRESSUR-mattoa päivittäin. Käytön tulee tuntua ”makeankipeältä”, jotta siitä olisi hyötyä. Koska kivun kokemus ja kipukynnys ovat yksilöllisiä ja vaihtelevatkin eri aikoina, voit asettaa esim. pyyhkeen tai ohuen kankaan matolle ennen makuuta. Näin muovinystyrät tuntuvat iholla vähemmän. Kokeile itse, niin löydät mukavimman stimulaation joka kerralle. Muoviset nystyrät on hiottu pyöreiksi eivätkä ne riko tervettä ihoa. Tutustu huolella käyttöohjeisiin ennen käyttöä.



Varoitus

Herkkäihoisten tulee muistaa käyttää T-paitaa tai asettaa pyyhe maton ja selän väliin ennen makuulle asettamista. Välissä oleva kangas lieventää ihoärsytystä ja estää kutinaa. Vaikeasta allergiasta, selän ihottumasta tai psoriasiksesta kärsivien pitää noudattaa varovaisuutta ja käyttää aina pyyheliinaa maton ja selän välissä. Heille suositellaan myös lyhyempää hoitoaikaa, eteenkin ensimmäisillä hoitokerroilla. Verenvuototauti tai verenohennuslääkitys (Waran, Klexan, Heparin esim.) on esteenä AKUPRESSUR-maton käytölle. Samoin vaikea ihosairaus selän alueella.

Tuotekuvaus

Mitat: pinta-ala 60 x 40 cm. Piikkien mitat: 1,5 cm. Matto koostuu 24 irrotettavasta ja puhdistettavasta muovipalasta. Muuntelukykyisenä matto sopii kaikenkokoisille. Materiaali: kierrätettävä polypropeenimuovi. Käyttöohjeet seuraavat tuotteen mukana.

AKUPRESSUR-matto auttaa rentoutumaan, lievittää kipuja ja helpottaa nukahtamista. Tuote ei paranna sairauksia eikä auta "kaikkea ja kaikkia". Kokemukset AKUPRESSUR-matosta ovat yksilölliset kuten elämykset hieronnasta, akupainannasta, akupunktiosta tai juoksulenkeistäkin: me koemme ne eri tavalla.

LISÄINFOA JA TILAUKSET:

Naturaid hoitopalvelut, Matinkallio 2 a, 02230 ESPOO.

Internet: www.naturaid.net

Sähköposti: naturaid@jippii.fi.

GSM 044 576 0890