

les nouvelles
esthétiques
nowości w kosmetyce **spa**

www.lne.pl

2/2015 (99) marzec-kwiecień

15,90 zł w tym 8% VAT

31.

MIĘDZYNARODOWY
KONGRES
I TARGI KOSMETYCZNE
LNE & SPA

EXPO**KRAKÓW**

11/12 **KWIETNIA 2015**

ISSN 1234335-4



LNE & spa magazyn kosmetyki profesjonalnej wydawany na całym świecie

Fot. HAUTE COIFFURE FRANÇAISE

HARMONIZACJA NA CO DZIEŃ

KOSTKA ENERGETYCZNA

Światło podczerwone to życiodajna energia, której naturalnym źródłem jest słońce. Korzystnie wpływa na mikrokrążenie, ułatwia regenerację, zmniejsza objawy stresu, spowalnia procesy starzenia i poprawia wygląd skóry. Teraz dawkę tej dobroczynnej energii możemy sobie zapewnić, dzięki poręcznemu miniurządzeniu Beauty Energy Cube. Rozmawiamy z jego twórcą – dr. n. med. Krzysztofem Krupką.

Kostki energetyczne służą do wspomagania regeneracji ciała poprzez naświetlanie promieniowaniem podczerwonym za pomocą diod LED. Na czym polega ich korzystne oddziaływanie na organizm?

Światło jest najstarszym medium leczniczym. Jego nadmiar szkodzi, ale niedobór, jak wiemy, jest jeszcze gorszy. Intuicyjnie wyczuwamy, że wygrzewanie się na słońcu jest dla nas dobre, a w słoneczne dni poprawia się nasze samopoczucie. Dzieje się tak dlatego, że odpowiednia dawka światła i ciepła stymuluje mikrokrążenie w naszym ciele, a prawidłowy przepływ krwi przez tkanki

umożliwia ich prawidłowe funkcjonowanie i regenerację. Nadmiar światła wykorzystywany jest w kosmetologii w postaci laserów, które uszkadzają tkanki w odpowiedni sposób – w ten sposób wywołuje się określone reakcje organizmu. Jednak łagodniejsze światło można wykorzystywać do wspomagania ich regeneracji. W tym celu wykorzystano technologię LED, słabszą i tańszą od laserów. Stworzono urządzenie emitujące niewielkie dawki promieniowania świetlnego, które stymulują mikrokrążenie. Takie małe bodźce paradoksalnie często okazują się skuteczniejsze.

FOT. arch. LNE/Fotolia

FOT. arch. LNE/Fotolia

Dlaczego?

Bo nie wywołują stresu. Działają delikatnie. Ich skutków nie odczujemy od razu, ale za to mamy pewność, że nie wylejemy dziecka z kąpielą. Silne bodźce zaburzają równowagę organizmu, wywołują gwałtowne reakcje obronne. Skutki bywają trudne do przewidzenia.

Czy w takim razie dla zachowania równowagi kluczowe jest unikanie stresu? Można powiedzieć, że życie jest nieustannym stresem – to nic złego, inaczej być nie może. Każde działanie bodźca zewnętrznego to dla organizmu stres, który wywołuje określoną reakcję. Efektem jest tak zwana gra naczyń: naczynia kurczą się, a potem rozkurczają. Towarzyszą temu zmiany temperatury w całym ciele lub w jego fragmentach – powinny to być jednak niewielkie wahania w odpowiednim przedziale. Problemem jest tak zwany distress, czyli stres negatywny – w przypadku nadmiaru bodźców, których organizm nie jest w stanie zneutralizować, naczynia nie wracają do pierwotnego stanu, a temperatura w ciele lub w jego fragmentach robi się za niska lub za wysoka. Rezultatem są trwałe zmiany w mikrokrążeniu. Organizm używa do neutralizowania stresu różnych mechanizmów. Może być tak, że jeśli ktoś intensywnie myśli, „ma stres w głowie”, to krew przesuwa się właśnie tam kosztem na przykład mięśni nóg, jelit albo macicy, która pozostaje niedokrwiona. Rezultatem są kłopoty z tymi narządami. W aktywności sportowej również zawsze następuje przesunięcie energii (na przykład do nóg kosztem jelit) po którym musimy się zregenerować, by wrócić do równowagi. Z kolei jeśli za dużo jemy, krew gromadzi się w okolicach brzucha i wtedy czujemy się ociężała umysłowo. Wszystko jest ok, jeśli trwa to chwilę, ale często organizm ma kłopoty z powrotem do pierwotnego stanu i wtedy potrzebny jest delikatny bodziec, który ułatwi harmonizację. Nie możemy żyć bez stresu, ale powinniśmy dążyć do tego, żeby stres nas nie uszkadzał.

Na czym mogą polegać uszkodzenia powstające na skutek nadmiaru stresu? Stres bardzo mocno oddziałuje na mikrokrążenie – około stu tysięcy drobnych naczyń krwionośnych w całym ciele.

A nieprawidłowe mikrokrążenie leży u podstaw większości problemów zdrowotnych. Można żyć bez wielu części ciała i narządów, ale nigdy bez krążenia krwi. W wyniku działania stresu negatywnego krew w pewne miejsca nie dopływa w odpowiedniej ilości albo z nich nie wypływa. W skrajnych przypadkach dochodzi do obumierania tkanki, w pozostałych – do zaburzeń metabolizmu. Najłatwiej to zaobserwować na przykładzie skóry, która szybko staje się szara, zmęczona, blada, pozbawiona blasku. Podobne zaburzenia mogą dotyczyć całego ciała, tyle że w przypadku narządów wewnętrznych tego nie widzimy.

Dlaczego akurat podczerwień?

Okazuje się, że organizm ma tak zwane okno optyczne. Obejmuje ono bliską podczerwień – w granicach 800-900 nm. Ta część widma światła słonecznego, choć niewidzialna, najłatwiej przenika przez skórę i jednocześnie jest dla nas najbardziej wartościowa. Podobne okno optyczne ma Ziemia, dlatego człowiek może żyć pod jej powierzchnią. Światło widzialne nie jest niezbędne do przeżycia, bardziej potrzebujemy właśnie podczerwień. To ona daje ciepło i uruchamia procesy życia. W temperaturze zera bezwzględnej panuje stan zupełnego uporządkowania i statyczności – wszystko staje w miejscu.

Jakie są najważniejsze korzyści z używania kostki?

W ten sposób poprawiamy jakość życia. Neutralizujemy negatywne działanie czynników zewnętrznych. Mogą one być związane z pracą, z nadmiernymi obciążeniami psychicznymi w życiu zawodowym czy prywatnym, ale też na przykład z uprawianym sportem (w czasie ćwiczeń jedne mięśnie pracują i wpływa do nich dużo krwi, więc inne mogą być niedokrwione). Dzięki światłu podczerwonemu możemy się szybciej zregenerować. Dzięki temu regularnie używając kostki mamy więcej energii, lepiej wypoczywamy. Może być to również jeden z elementów profilaktyki chorób powodowanych przez zaburzenia mikrokrążenia. Kolejny ważny aspekt to spowalnianie procesów starzenia się – zarówno skóry, jak i całego organizmu.

Beauty Energy Cube dostarcza nam delikatnych i bezpiecznych dawek podczerwieni, które harmonizują cały organizm.

WYKŁADOWCA
MIEDZYNARODOWY
31. KONGRES
I TARGI KOSMETYCZNE
LNE & SPA

dr. n. med. Krzysztof KRUPKA

WYWIAD



EKSPERT MEDYCYNY
PSYCHOENERGETYCZNEJ,
TWÓRCA HOLISTYCZNEJ METODY
DIAGNOSTYCZNEJ STRD, NEUROLOG,
INTERNISTA, DIETETYK, AUTOR KSIĄŻEK

Diody LED w medycynie anti-aging zaczęło stosować NASA, okazały się użyteczne dla kosmonautów w czasie lotów kosmicznych. Teraz możemy z nich korzystać na co dzień.

ZAPRASZAMY NA MASTERCLASS PODCZAS 31. KONGRESU LNE

Światło w kosmetologii. Stres.
Aktywność. Anti-aging

Prowadzący:
dr n. med. Krzysztof Krupka

Czyli również poprawa urody.

Oczywiście, ponieważ tempo starzenia się skóry jest mocno związane z ukrwieniem. Poza tym niedokrwiona skóra, jak już wspominałem, jest szara i zmęczona. Dlatego wielu kosmetyków wykonuje na przykład masaże poprawiające krążenie. Diody LED w medycynie anti-aging zaczęło stosować NASA, okazały się użyteczne dla kosmonautów w czasie lotów kosmicznych. Badania wykazały między innymi, że stosowane na skórę stymulują fibroblasty. Jednak kostka energetyczna ma działać nie tylko miejscowo, ale przede wszystkim poprawiać krążenie w całym ciele, a dzięki temu również w całej skórze. Dlatego ważne są odpowiednio dobrane natężenia i częstotliwość fal.

Czy tak mały bodziec może oddziaływać na cały organizm?

Kiedy delikatnie stymulujemy odpowiednie miejsca światłem, najpierw poprawia się ukrwienie w tych miejscach, a potem, na zasadzie rezonansu, w całym ciele. Już po kilku minutach stosowania, stosując kontrolny pomiar widać, jak temperatura w ciele się wyrównuje – jest to związane właśnie z poprawą krążenia. To tak, jak z grzaniem się przy ognisku: wyciągamy do niego ręce, najpierw one się ogrzewają, a po chwili robi nam się ciepło w całym ciele.

Na czym polega korzystanie z kostek? Urządzenie montujemy na ciele w odpowiednim miejscu za pomocą dołączonego paska i włączamy na określony czas. Kiedy ono działa, możemy bez przeszkód wykonywać większość codziennych czynności.

W jaki sposób dostosowuje się sposób używania kostki do potrzeb danego człowieka?

Można przyjąć, że są trzy podstawowe typy ludzi, różniące się zachowaniem i przebiegiem procesów metabolicznych. Przekłada się to również na temperaturę ciała. Jeśli ktoś jest ruchliwy, wydała dużo ciepła na zewnątrz, jeśli nie – zachowuje je w sobie. Trzeba ustalić podczas badania termograficznego, do którego typu należymy, ponieważ poszczególne typy potrzebują różnej siły i czasu stymulacji. Różne są też miejsca, gdzie przykłada się urządzenie.

Są jakieś przeciwwskazania?

Kostka nie jest urządzeniem medycznym, nie leczy chorób – służy do regeneracji i przeznaczona jest przede wszystkim dla osób zdrowych. Jeśli ktoś cierpi na jakieś przewlekłe schorzenia lub jest chory w danej chwili, przed użyciem urządzenia powinien skonsultować się z lekarzem.

Rozmawiała Olga Filanowska

JEDNO URZĄDZENIE – WIELE KORZYŚCI

Kostka energetyczna usprawnia mikrokrążenie w całym ciele, regulując przepływ krwi i temperaturę. Dzięki temu:

- opóźnia procesy starzenia
- poprawia wygląd i funkcjonowanie skóry,
- neutralizuje skutki stresu
- przyspiesza regenerację po wysiłku fizycznym,
- zwiększa siłę witalną, poprawiając ogólne samopoczucie
- pomaga poprawić mikrokrążenie skóry

Kostka ma trzy tryby pracy, dostosowane do potrzeb trzech typów psychoenergetycznych. Aby określić typ danej osoby, wystarczy wykonać prosty pomiar temperatury za pomocą pirometru, który pozwala też obserwować rezultaty działania kostki – korzystne wyrównywanie się temperatury w różnych obszarach ciała.

BEAUTY ENERGY CUBE

Zalety stosowania kostki energetycznej w gabinecie :

- intensyfikacja regenerującego działania zabiegów,
- pogłębiony relaks klienta podczas wizyty,
- efektywny wypoczynek dla kosmetyczki,
- thermo scanner dostępny na wyjątkowo korzystnych warunkach (również w opcji wypożyczenia),
- zrozumiałe i proste w obsłudze oprogramowanie wspomagające pracę w ocenie typu psychoenergetycznego,
- sprzedaż kostek do indywidualnego użytku domowego,
- dodatkowe przychody dla gabinetu.



www.energomedica.pl

REKOMENDACJA Eksperta

Agata Waszak,

doradca żywieniowy, naturoterapeutka, właścicielka Centrum Żywienia Waszak.

„ Od ponad dziesięciu lat zajmuję się bardzo szeroko pojętą medycyną naturalną. W mojej pracy każdy pacjent jest wyzwaniem – dla każdego szukam najlepszych rozwiązań poprawiających jakość jego życia. Szukając kolejnego użytecznego narzędzia, trafiłam na terapię światłem, która służy do regeneracji i wzmacniania organizmu.

Kostek energetycznych używam najczęściej u osób, które mają przewlekłe napięcia nerwowo-mięśniowe. Są one konsekwencją przewlekłego stresu i w dłuższej perspektywie mogą prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych. Drugie to poprawa mikrokrążenia skóry, co widocznie wpływa na jej wygląd i funkcjonowanie. Dotyczy to też skóry głowy u osób z problemami trychologicznymi – nasświetlanie podczervenią nie stanowi oczywiście metody leczenia tych schorzeń, lecz jedno z działań wspomagających. Kolejne zastosowanie kostek to regeneracja po intensywnym wysiłku fizycznym. Światło podczerwone może też być pomocne w sytuacjach zmęczenia, braku naturalnego napędu. To właśnie ono daje nam energię, zwiększa siłę witalną i – zgodnie z teorią fotonową – poprawia komunikację międzykomórkową.

Osoby używający kostek energetycznych lepiej radzą sobie ze stresem i szybciej się regenerują – po męczącym dniu w pracy nie muszą spędzać całego wieczoru na kanapie.

Czas, po którym można odczuć rezultaty regularnego stosowania urządzenia, jest sprawą bardzo indywidualną. Jeśli ktoś jest młody i w dobrej kondycji – na przykład student, który używa kostki ze względu na intensywne uprawianie sportu i stresy na uczelni – już po dwóch tygodniach może poczuć się znacząco lepiej. Jeśli ktoś ma sześćdziesiąt lat, a w stresie żyje od czterdziestu, musi to potrwalić dłużej. Ogromne znaczenie ma też dieta i inne stosowane metody terapeutyczne – kostka energetyczna jest dla mnie zawsze jednym z wielu elementów indywidualnej pracy z pacjentem. ”



JANSSEN COSMETICS

Druga generacja produktów z linii DEMANDING SKIN; lidera w profilaktyce anti-aging

Nowe formuły zapewniają skórze zwiększone spektrum ochrony przed procesami starzenia



DWA NOWE PRODUKTY!

Vitaforce C Cream oraz Optimal Tinted Complexion Cream LIGHT