WYŻSZA SZKOŁA KSZTAŁCENIA ZAWODOWEGO
Podyplomowe
studia online
Studia podyplomowe
Uprawnienia do podjęcia pracy w zawodzie. Zdobądź kwalifikacje, studiując online!
WSKZ
Zarejestruj Się

Sposoby na cellulit, które naprawdę działają

ZDROWIE #RODZINA

12/10/2023 07:47

24jgora.pl
Portal 24jgora.pl

Spis treści

1. Przyczyny cellulitu
2. Zaawansowane i skuteczne metody leczenie cellulitu
3. Domowe metody wspierające walkę o gładką skórę
4. Profilaktyka - zdrowa dieta, nawodnienie i aktywność fizyczna

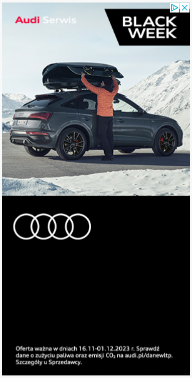
Znany jako "pomarańczowa skórka" cellulit tyranizuje od lat tysiące kobiet na całym świecie. Ten niechciany towarzysz potrafi sprawić, że kobiety tracą pewność siebie i rezygnują z ulubionych stylizacji. Jeśli Ciebie też dotknął cellulit, to czas wreszcie zrobić krok w stronę gładkiej skóry! Gotowa na zmianę? Zobacz, jak rozprawić się z cellulitem raz na zawsze!

Przyczyny cellulitu

- Genetyka. Predyspozycje do tego problemu mogą być przekazywane z pokolenia na pokolenie. Jeśli w Twojej w rodzinie kobiety borykają się z pomarańczową skórką, istnieje większe prawdopodobieństwo, że i Ty będziesz musiała stawić czoła temu wyzwaniu.
- Hormony. Szczególnie estrogen, który wpływa na strukturę tkanki tłuszczowej i kolagenu. Fluktuacje hormonalne mogą intensyfikować problem.
- Dieta bogata w przetworzone produkty spożywcze, to czynnik sprzyjające gromadzeniu się tłuszczu i powstawaniu cellulitu.

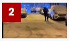
Zaawansowane i skuteczne metody leczenie cellulitu

Jak się pozbyć cellulitu? Istnieje szereg zaawansowanych metod, które pozwalają na skuteczne pozbycie się pomarańczowej skórki. Oto kilka najbardziej efektywnych rozwiązań:

Reklama

Audi Serwis
BLACK WEEK
Oferta ważna w dniach 16.11-01.12.2023 r. Sprawdź dane o zużyciu paliwa oraz emisji CO₂ na audi.pl/danewltp. Szczegóły u Sprzedawcy.

Wiadomości Jelenia Góra

1
Lodowisko w Jeleniej Górze. Otwarcie za 5 dni. Znamy ceny!

2 
Dramat we Wrocławiu. Postrzelonych zostało dwóch pol...

3
Ogromny problem w autobusach elektrycznych. Żaden z ...

4
Neonet po dwudziestu latach na rynku ogłasza upadłość

5
Policyjna obława. Poszukiwany Maksymilan Faściszewsk...

6
Bogusław Wołoszański ujawnia, co wie o katastrofie smoleńskiej

Reklama

- Fale radiowe RF – technologia wykorzystująca wielobiegunowe fale radiowe i pulsacyjne pole magnetyczne. Działają głęboko pod skórą, zwiększając cyrkulację krwi i poprawiając jędrność skóry. Rezultaty są widoczne już po pierwszym zabiegu. Metoda jest bezbolesna i nie wymaga rekonwalescencji.
- Drenaż podciśnieniowy – zabieg wykorzystujący laser podciśnieniowy, który poprzez mikrootwory dociera do głębokich warstw skóry, redukuje cellulit i wygładza skórę. Skuteczny również w redukcji obrzęków. Procedura jest wygodna a zabieg dostosowany do różnych typów skóry.
- Ultradźwięki – skoncentrowane ultradźwięki nagrzewają skórę i powodują mikrouszkodzenia komórek tłuszczowych. Poprawiają w ten sposób elastyczność i wygląd skóry. Zabieg nie wymaga chirurgicznej ingerencji, jest bezpieczny i komfortowy dla pacjentki.
- Mezoterapia – procedura, która polega na podaniu skórze substancji aktywnych, stymulujących procesy naprawcze, poprawiających elastyczność i wygładzających skórę. Charakteryzuje się niskim stopniem inwazyjności.
- Liposukcja laserowa – redukcja tkanki tłuszczowej i poprawa elastyczności skóry. Metoda bezpośrednio działa na przyczyny cellulitu. Jest to jednorazowy zabieg o długotrwałych rezultatach i ma niską inwazyjność. Rekonwalescencja po zabiegu trwa krótko.

Domowe metody wspierające walkę o gładką skórę

Znane są również metody wspomagające walkę z cellulitem w domowym zaciszu:

- Olejki eteryczne takie jak grejpfrutowy czy cyprysowy są znane z właściwości antycellulitowych. Zawarte w nich składniki aktywne mogą przyspieszyć proces rozkładu tłuszczu i wspomóc oczyszczanie organizmu z toksyn.
- Dostępne na rynku balsamy i kremy antycellulitowe są bogate w składniki aktywne, takie jak kofeina, retinol czy ekstrakty roślinne, które wspomagają redukcję tkanki tłuszczowej i poprawiają elastyczność skóry.
- Wiele ziół posiada właściwości antycellulitowe. Na przykład, zielona herbata jest bogata w polifenole, które wspomagają spalanie tłuszczu. Miłorząb japoński wspomaga krążenie krwi i redukcję opuchlizny.

Profilaktyka - zdrowa dieta, nawodnienie i aktywność fizyczna

Profilaktyka przeciw cellulitowi opiera się na trzech filarach: zdrowej diecie, odpowiednim nawodnieniu oraz regularnej aktywności fizycznej. Ważne jest także unikanie nadmiernego spożycia soli, która może zatrzymywać płyny i pogłębiać problem cellulitu. Odpowiednia podaż wody wspomaga usuwanie toksyn z organizmu i przyczynia się do właściwej elastyczności skóry. Regularna aktywność fizyczna wzmacnia mięśnie i redukuje widoczność nierówności skórnych.

Podsumowanie: "Pomarańczowa skórka" nie ma szans w starciu z Twoją determinacją! Zabiegi medycyny estetycznej - to Twój oręż. Pamiętaj także o domowych rytuałach - olejkach, balsamach i ziołach, które są sprzymierzeńcami w tej walce. Nadszedł czas, byś stanęła przed lustrem i uśmiechnięta przywitała nową wersję siebie.

Autor: Portal 24jgora.pl

Reklama

Moje SEO.
Twoje zyski.
Wybierz skuteczne pozycjonowanie i zarabiaj więcej.
DARMOWA WYCENA
ZIELINSKIJERZY.COM

Zobacz więcej

treści dostarczone przez MGID

Rób to przez 5 min, a już nie spojrzysz na papierosy
Ad

Kobylka: Udekoruj swoje podwórko altaną w przystępnej cenie!
Ad

Brodawki wyschną, a pasożyty wyjdą! Metoda domowa
Ad

Poznaj sekret skutecznego czyszczenia zatkanej rury spustowej
Ad

Wólczanka Sklep Online
Wólczanka

Ogłoszenia premium

Świadectwa charakterystyki

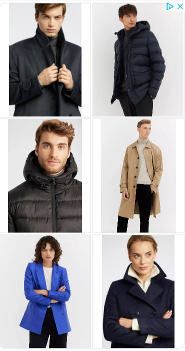
Wykonuję świadectwa charakterystyki energetycznej dla budynków oraz mieszkań. Dokument ten zgodnie z obowiązującymi przepisami jest niezbędny przy..

Ogłoszenia Jelenia Góra

Dzisiejsze	1
Praca	11
Usługi i firmy	8
Różne	2
Dla dzieci	1
Dom i ogród	1
Muzyka / rozrywka / sport	1
Nieruchomości	1

Zobacz ogłoszenia

Reklama


Wólczanka Sklep Online
Wólczanka

Sposoby na cellulit, które naprawdę działają - opinie czytelników

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za komentarze Internautów do artykułu: **Sposoby na cellulit, które naprawdę działają**. Jeżeli uważasz, że komentarz powinien zostać usunięty, zgłoś go za pomocą linku "zgłoś".

Ullala - niezalogowany 2023-10-16 16:03:46

Też mam cellulit ale już i tak jest mniej widoczny od kiedy popijam cisowianke w dużo większych ilościach niż kiedys, szczotkuje ciało na sucho i zaczełam chodzić regularnie na treningi

zgłoś odpowiedz

oliwia - niezalogowany 2023-10-30 13:24:41

na cellulit przede wszystkim ćwiczenia i dieta. jak się nie zmieni podstaw to cellulit szybko wróci nawet po najlepszych zabiegach. u mnie przy diecie, ćwiczeniach typu martwy ciąg i aerobowy ok. 4 razy w tygodniu, masażach, smarowaniu się nolicell, peelinach i body wrappingach poprawa przyszła całkiem szybko, bo jakoś mi się wydaje, że po około miesiącu udach i pupa wyglądały o niebo lepiej.

zgłoś odpowiedz

rabczewska - niezalogowany 2023-11-28 20:19:11

jak już każdy tak podaje rzeczy które pomagają na cellulit to ja jeszcze podam składniki aktywne, które są bardzo dobrze przebadane i mają świetne działanie antycellulitowe: ekstrakt z bluszczu, ekstrakt z kasztanowca, ekstrakt z bylicy boże drzewko, wyciągi z alg, kofeina, kwas askorbinowy, rutyna.

zgłoś odpowiedz

Dodaj komentarz

Zobacz więcej

treści dostarczone przez MGID

Anna Dymna dzieli się smutną nowiną o swoim życiu

Ad

COVID-19 VACCINE
Szczepiony dwa razy z Pfizerem? Niezwykłe wyniki badań

Ad

BEZ RYZYKA I OBROTU DO
500zł
DARMOWE 20zł NA LALIGA
ZAŁÓŻ KONTO
Do 500 zł zwrotu z możliwością natychmiastowej wypłaty!

Ad

Poznaj sekret skutecznego czyszczenia zatkanej rury spustowej

Ad

Poprawiają się warunki leczenia skutków koronawirusa

Unia Europejska

Z jakimi problemami zmaga się jeleniogórski szpital?

Jeleniogórski szpital przybrał dziś barwę fioletową

Jakość żywienia w jeleniogórskim szpitalu uległa znacznej poprawie

Wykorzystanie witaminy C w codziennej pielęgnacji

Doceniono lekarzy z jeleniogórskiego szpitala

Zdrowie - więcej informacji

Grande Roma
796 02 02 02

24jgora.pl

- Społeczne
- Na Sygnale
- Sport
- Kultura
- Stare

Grupa Woskar

- pracuj.pl
- Sklep motoryzacyjny 2407.pl
- 24jgora.pl
- 24wroclaw.pl
- jelenia.tv
- Karkonosze GO

Reklama

- Cennik Reklam

Wydawca

- Polityka prywatności
- Regulamin reklamy
- Regulamin
- Kontakt

Portal Informacyjno - Ogłoszeniowy
24jgora.pl

WOSKAR Sp.J.
Podgórzyn
Żołnierska 89
kontakt@24jgora.pl

Newsletter

Zapisując się na newsletter 24jgora.pl otrzymasz od nas dawkę najnowszych informacji!

Adres e-mail

jan@kowalski.pl →

Skontaktuj się

58-562 Podgórzyn Żołnierska 89
753 000 150
kontakt@24jgora.pl

Napisz do nas

Copyright © CMC Media dla 24jgora.pl - **Jelenia Góra Portal informacyjny powiatu i miasta 24jgora.pl** 2023