

## КОСМЕТОЛОГІЧНИЙ ЕФЕКТ ЗАГАЛЬНОГО ПОВІТРЯНОГО КРІОТРЕНАЖЕРА

Інютина Я.А., гр. ТХ-24

Науковий керівник – канд. техн. наук, доц. **Волошин П.В.**  
Харківський державний університет харчування та торгівлі

Одним з найбільш ефективних засобів масового оздоровлення є процедури аерокріотерапії та кріотренінгу. Це оздоровчі та тренінгові сеанси із застосуванням кріотренажерів та кріостимуляторів – пристроїв для впливу на організм людини атмосферним повітрям, охолодженим до температури 30–80°С. Важливою сферою застосування кріотерапії та кріотренінгу є косметологія. Ефект проявляється на 5–7 сеансі курсу кріотренінга (тривалість сеансів 3 хвилини, інтервал проміж сеансами – 1–2 доби. Косметичний ефект досягається завдяки поліпшенню мікроциркуляції та якості кровопостачання в судинах шкіри, зменшенню і зникненню зморшок, поліпшенню зовнішнього вигляду і здоров'я волосся.

Інститутом прикладної кріології (Харків) розроблено комплекс оздоровчих програм із застосуванням кріотренажерів та кріостимуляторів. Найбільш ефективними для вирішення косметологічних проблем є курс оздоровлення «Базовий» та жіночий курс «Красуня», в якому після кріосеансів проходять сеанси спеціального косметологічного, антицелюлітного та ендорфін-масажу. За одиничний курс загального кріотренінга «Базовий» клієнти втрачають у середньому 2–4 кг зайвої ваги. В результаті кріосеансов нормалізується загальний обмін речовин, водно-сольовий і вуглеводний обмін, що сприяє зменшенню целюліту. Кріосеанси підсилюють ефект від традиційних косметологічних процедур. Косметологічні процедури і маніпуляції найбільш ефективні через 10–15 хвилин після проходження кріосеанса. Зростання ефективності косметологічного впливу зберігається, як правило, протягом 7–10 годин після кріосеанса в цілому. Не рекомендується приймати кріосеанс відразу після косметологічного втручання. Рекомендується застосування кріовпливу одночасно із проходженням масажних процедур, кріогімнастики, фітнесом, аутотренінгом, психологічними тренінгами, вживанням БАД, оздоровчим харчуванням.

Харківській Інститут прикладної кріології запрошує до співробітництва косметологів, медиків, реалізаторів косметологічної продукції, підприємців у сфері косметології та оздоровлення (Wellness), власників оздоровчих і реабілітаційних центрів.