

## WSKAZANIA I EFEKTY ELEKTROSTYMULACJI

### Do zabiegów kosmetycznych i treningów fitness:

- selektywny trening mięśni (uzupełniająco lub zastępczo do treningu tradycyjnego), nieobciążający innych organów np. serca i nieobciążający stawów
- wyszczuplenie i wysmuklenie sylwetki
- w przypadku świeżo upieczonych mam – szybki powrót do sylwetki sprzed porodu
- zmniejszenie cellulitu i zapobieganie jego powstawania
- przyspieszenia metabolizmu komórek tłuszczowych
- zwiększenie produkcji kolagenu i elastyny, wzrost elastyczności skóry
- dotlenienie i odżywienie skóry i mięśni poprzez poprawę ukrwienia
- modelowanie sylwetki, zmniejszenie obwodu ud, bioder, pośladków, brzucha, ramion
- wspomagająco w leczeniu otyłości i nadwagi
- wspomagająco dla innych zabiegów redukujących tkankę tłuszczową
- dodatkowe pobudzenie układu limfatycznego uzupełniające zabiegi drenażu limfatycznego

### Ogólnoustrojowe:

- przywrócenie prawidłowego metabolizmu na poziomie tkanek
- przywrócenie równowagi neurovegetatywnej
- zmniejszenie retencji wody
- zwiększenie dotlenienia i odżywienia tkanek
- wzmożenie wydalania zbędnych produktów przemiany materii - wspomagająco przy detoksykacji wewnątrzustrojowej, wskutek poprawy krążenia krwi i limfy
- stymulacja układu krwionośnego (rozszerzenie naczyń włosowatych w skórze, a tym samym zwiększenie przepływu krwi w tkankach)
- wspomagająco w leczeniu zaburzeń naczynioruchowych, charakteryzujące się zblednięciem skóry, zasinieniem jej lub przekrwieniem
- efekt rozluźnienia, relaksu i poprawa ogólnego samopoczucia

### Rehabilitacyjne i lecznicze:

- przyspieszenie rekonwalescencji mięśni i minimalizowanie osłabienia mięśni w czasie leczenia kontuzji
- łagodzenie bólu mięśni, relaksacja mięśni i tkanek po przeciążeniu związanym z uprawianiem sportu
- przyspieszenie regeneracji zmęczonych i obolałych mięśni
- wspomagająco w leczeniu obrzęków limfatycznych
- leczenie zwiótnienia, niedowładów, spastyczności mięśni
- zapobieganie zaburzeniom troficznym będących wynikiem ograniczonego krążenia krwi
- wspomagająco w leczeniu chorób neurologicznych (np. porażenie kończyn)
- łagodzenie objawów „ciężkich nóg” wskutek poprawy krążenia krwi i limfy

## PRZECIWWSKAZANIA ELEKTROSTYMULACJI

- rozrusznik serca, silna arytmia serca (wymagana opinia kardiologa)
- epilepsja (wymagana opinia neurologa i pierwszy zabieg pod kontrolą lekarza)
- stymulacja miejsca, w którym stwierdzono zmiany nowotworowe, w przypadku stwierdzonych nowotworów przed zastosowaniem elektrostymulacji zasięgnij opinii lekarza
- ciąża
- zaawansowane żylaki w miejscu aplikacji elektrod (naczynia wypukłe i bolesne). Delikatne żylaki nie są przeciwwskazaniem do elektrostymulacji, ale nie należy używać elektrod „baniek”, ani promieniowania FIR. Można z kolei stosować promienniki FIR, z całkowitym wyłączeniem podgrzewania, korzystając z delikatnej elektrostymulacji.
- nie wolno powodować skurczu mięśni po operacji lub urazach mięśni lub ścięgien, dopóki nie zezwoli na to lekarz prowadzący.
- nie wolno układać elektrod na podrażnionej, zranionej skórze lub w przypadku innych zmian skórnych
- nie stosować w czasie obsługi maszyn i pojazdów
- nie stosować w odległości < 1 m od aktywnych urządzeń wysokiej częstotliwości
- implanty metalowe nie są przeciwwskazaniem bezwzględnym przeciwwskazaniem do elektrostymulacji, ale zabiegi powinny być poprzedzone konsultacją z lekarzem.
- nie stosować w czasie choroby, szczególnie ze stanem gorączkowym
- nie stosować w okolicach serca - można stymulować mięśnie klatki piersiowej