

Bańki gumowe do masażu ciała – instrukcja użytkowania

Bańki gumowe to narzędzia do masażu wykonane z wysokiej jakości gumy, które dzięki elastyczności i próżni którą wytwarzają umożliwiają masaż z efektem podciśnienia. Ich zastosowanie ma na celu poprawę krążenia, relaksację mięśni, a także wsparcie w redukcji cellulitu i napięć mięśniowych.

Jak używać? – wskazania:

1. Przygotowanie skóry:

Przed masażem oczyść skórę i nałóż lekką warstwę olejku, balsamu lub innego środka nawilżającego. To zapewni płynność ruchów baniek oraz ułatwi ich przesuwanie po skórze.

2. Aplikacja bańki:

Ściśnij bańkę gumową w celu wydobycia powietrza i przyłóż ją do wybranej partii ciała. Po chwili puść uchwyt, aby bańka „przykleiła się” do skóry.

3. Masaż:

Delikatnie przesuвай bańkę po ciele, stosując ruchy koliste lub liniowe. Zalecany czas masażu wynosi około 5–15 minut na daną partię ciała, w zależności od indywidualnych potrzeb i wrażliwości skóry.

4. Usuwanie bańki:

Aby zdjąć bańkę, powoli odklej ją od skóry, unikając gwałtownych ruchów.

Obszary zastosowania:

- Uda
- Pośladki
- Plecy
- Ramiona

Środki ostrożności:

- Nie używać na skórze z ranami, otarciami, stanami zapalnymi czy chorobami skóry.
- Unikać stosowania przy żylakach, zakrzepicy lub innych schorzeniach naczyniowych.
- Kobiety w ciąży powinny unikać masażu na brzuchu i okolicach lędźwiowych.
- Nie pozostawiać bańki w jednym miejscu zbyt długo, by nie doprowadzić do powstawania siniaków czy niepożądanych odparzeń.
- Osoby z uczuleniem na lateks bądź gumę powinny zachować ostrożność lub skonsultować się ze specjalistą przed użyciem.

Czyszczenie i dezynfekcja:

1. Czyszczenie:

Po każdym użyciu dokładnie spłucz bańki ciepłą wodą z dodatkiem łagodnego mydła.

2. Dezynfekcja:

Po umyciu można przetrzeć bańki roztworem alkoholu izopropylowego lub innym środkiem przeznaczonym do dezynfekcji materiałów gumowych.

3. Suszenie:

Po czyszczeniu pozostaw bańki do wyschnięcia w czystym i przewiewnym miejscu, unikając bezpośredniej ekspozycji na słońce czy źródła ciepła, które mogłyby uszkodzić materiał.