Велнес: высокие технологии на службе красоты и здоровья

Идеальные формы без лишних хлопот

методики

Прессотерапия, виброплатформы, инфракрасные одеяла — можно подумать, что все эти понятия связаны как минимум с подготовкой астронавтов NASA. Однако речь идет о прогрессивных технологиях поддержания здоровья и физической формы — о велнес-тренажерах и процедурах, которые уже завоевали себе поклонников по всему миру, а теперь становятся самым актуальным трендом и в России.

Велнес-центры отличаются от фитнес-клубов тем, что там не напрягаются, а расслабляются, достигая того же эффекта

Само понятие «велнес» родилось в 50–60-х годах прошлого века в Америке как производное слов fitness и well-being — «хорошее самочувствие». В основе концепции лежит сочетание последних научных разработок и понимание того, что современный человек хочет получать удовольствия от всего, что его окружает. Словом, идея велнес — поддержание хорошей физической формы и душевной гармонии с удовольствием и без насилия над собой.

Возникновение класса потребителей, готовых инвестировать в свое здоровье, оказалось решающим фактором роста рынка велнес-товаров и услуг.

Одним из самых известных популяризаторов велнес является Пол Зейн Пилзер. Этот профессор-миллионер известен в США как автор трех бестселлеров, в частности — «Революция велнес. Как создать себе состояние в индустрии следующего триллиона долларов». Пол Пилзер утверждает, что велнес-индустрия только в США достигнет оборота в $1 трлн уже к 2010 году.

- *Большинства всех товаров оборота индустрии велнес не существовало всего 20 лет назад. Сегодня их общий товарооборот приблизительно равняется половине товарооборота автомобильной индустрии и сравним с сектором хай-тек.*

Сегодня с помощью велнес-оборудования расширяют ассортимент своих услуг фитнес-клубы и санатории, клиники эстетической медицины и восстановительные центры, салоны красоты и курортные комплексы; открываются все новые и новые велнес-центры. Корпоративный велнес тем временем стал логичным продолжением борьбы цивилизованного мира за здоровый образ жизни.

«По пальцам можно пересчитать компании, которые еще не поняли, что здоровье служащих — это путь к сбережению финансовых средств фирмы», — говорит Уолтер Борц, доктор медицины Медицинского фонда Palo Alto, член Медицинского и научного совета Института физкультуры и здоровья IHRSA.

Болезни обходятся дорого — сегодня это понятно каждому управленцу: физическое здоровье и эмоциональная гармония сотрудника гарантирует его активность и работоспособность, не говоря уже о серьезной экономии на больничных.

Экономической предпосылкой широкого распространения велнес-технологий служит высокая рентабельность велнес-оборудования. Это обеспечивается, в первую очередь, широкой аудиторией потребителей велнес-услуг — ее потенциальные объемы шире, чем, например, аудитории фитнес-клубов. Основное отличие — занятия на велнес-оборудовании имеют минимум противопоказаний — меньше, чем классические виды фитнеса, а спектр целей, достигаемых с помощью велнес-тренировок, достаточно широк: они используются для укрепления мышечного корсета, коррекции объемов и пропорций тела, решения таких проблем, как варикозное расширение вен, отечность, целлюлит, а также для реабилитации ослабленного организма, повышения общего тонуса и иммунитета.

Велнес-оборудование просто в использовании и экономично, не требует расходных материалов и дополнительных затрат при эксплуатации, его энергозатраты минимальны. Таким образом, низкая себестоимость услуг позволяет предприятиям, использующим данное оборудование, вести гибкую ценовую политику, а компактные размеры велнес-оборудования дают возможность эффективно использовать даже самое маленькое помещение.

Велнес-оборудование конструируется в соответствии с главным принципом медицины — «не навреди», оно просто в применении настолько, что не требует персонала для его обслуживания, и может использоваться даже в домашних условиях.

Важно, что занятия на велнес-тренажерах не только эффективны, но и приятны, потому пользуются большим спросом. Если говорить о сегодняшней ситуации, то финансовый кризис повлиял на велнес-индустрию в целом положительно — спрос на велнес-услуги возрос, это легко объяснимо — сейчас как никогда необходимо снимать стресс, поддерживать себя в хорошей физической форме, восстанавливать здоровье и повышать иммунитет.

Велнес-тренажеры созданы в первую очередь для тех, кто хочет поддерживать себя в форме без изнурительных нагрузок, поэтому велнес еще называют фитнесом для ленивых.

Для избавления от лишних килограммов и приведения мышц тела в тонус велнес-центры используют тренажеры, широко распространенные в Европе — тонусные столы. Благодаря особенностям своей конструкции, они берут на себя всю вредную и ненужную нагрузку, что и обеспечивает высокую эффективность занятий. Также с успехом используется виброплатформа. Ее уникальность в том, что она позволяет поднять до 100% показатель мышечной активности, составляющий при традиционных тренировках 30–40%. На вибрации низких и средних частот откликаются все мышцы организма — они сокращаются и расслабляются, при этом человек не предпринимает никаких усилий и не устает. Кровообращение и обмен веществ ускоряются, таким образом, процесс похудения и укрепления мышечного корсета идет естественно, без нагрузки на организм. За счет частоты вибраций 10-минутная тренировка на виброплатформе заменяет полноценный час фитнеса.

Релаксация — один из краеугольных камней философии велнес, поэтому индустрия велнес уделяет столько внимания массажу и прогреванию. Системы прессотерапии (пневмомассажа) позволяют выполнять профессиональный лимфодренажный массаж, используя сжатый воздух, подаваемый в специальный массажный костюм. Такой массаж помогает бороться с отечностью, варикозным расширением вен, лишним весом и целлюлитом, позволяет сократить объемы и скорректировать форму фигуры, а также повышает упругость кожи. Процедуры прессотерапии пользуются неизменным спросом, поскольку эффект очевиден уже после первого применения, а процесс — удивительно приятен. От живых массажистов системы аппаратной прессотерапии выгодно отличает то, что они всегда выкладываются на все 100% — это обеспечивает постоянство качества.

В соответствии с концепцией велнес, подразумевающей максимальное использование научных достижений, велнес-процедуры включают не простое прогревание тела сухим или влажным теплом, а целебное инфракрасное тепло в той или иной форме. Системы глубокого прогревания с помощью инфракрасного тепла давно используются во многих косметических салонах и клиниках Европы, сейчас они появились и на российском рынке. Велнес-оборудование, основанное на принципе глубокого инфракрасного прогревания — это и завоевавшие уже определенную популярность инфракрасные штаны и одеяла, и комбинированные тренажеры с функцией прогревания — массажные кровати. Длинноволновые инфракрасные лучи проникают в ткани на глубину до 4 см (что в 10–15 раз глубже, чем при воздействии обыкновенной сауны) и помогают выводить из организма шлаки и токсины — первый же сеанс дает заметное уменьшение объемов проблемных зон.

Спектр велнес-технологий очень широк: так или иначе, это всегда «умные» аппараты, созданные в результате совместной работы специалистов различных областей — физики, биологии, медицины, анатомии и физиологии, и служащие общей цели — достижению гармонии и отличной физической формы без усилий и вреда для здоровья.

ЕВГЕНИЯ ПАСТУХОВА

Погоня за вечной молодостью

Пластические хирурги не останутся без работы

внешний вид

Согласно опросам, только 3% россиян довольны своей внешностью, а 40% молодых женщин не прочь подкорректировать черты лица или подправить фигуру. У хирургов есть поговорка, что эстетическая медицина призвана сделать то, что задумала природа, но по каким-то причинам недоработала. Различные «недоработки» теми или иными способами с помощью специалистов ежегодно в мире пытаются устранить около пяти миллионов человек, которые обращаются в различные клиники и центры эстетической медицины.

Не так давно в нашей стране были лишь два государственных медицинских учреждения, где можно было устранить «недоработки» природы — Институт косметологии и Институт красоты. Теперь их десятки, если не сотни. Современная эстетическая медицина включает в себя дерматокосметологию, пластическую хирургию, эстетическую стоматологию и флебологию. Кстати, в различных уголках планеты популярны разные виды пластических операций. В азиатском регионе необычайно популярна подтяжка век, а в США и Европе — увеличение груди и изменение формы носа — ринопластика.

Между тем появлению эстетической медицины человечество обязано войнам. Первый бум косметической хирургии пришелся в Европе на период Первой мировой войны, когда множество покалеченных на фронтах мужчин бросились к хирургам, чтобы им хоть как-то «починили» обезображенные лица. Именно тогда ученые-медики и практикующие врачи всерьез задумались над этим направлением медицины, стали проводить исследования и обнаружили весьма прибыльный рынок. Во второй половине XX века женщины в погоне за вечной молодостью потеснили бравых воинов с операционных столов пластических хирургов. Но теперь мужчины практически вернули утраченные позиции, потому что тоже хотят избавиться от лишнего веса или мешков под глазами.

Весной, отмечают хирурги, обостряется битва с целлюлитом, располневшими боками и затаившимися под слоем теплой одежды, но совершенно ненужными к отпускному сезону «пивными» животами. Медики предлагают широчайший спектр самых разных методов, совершенно не обязательно связанных с хирургическим вмешательством. Например, миостимуляция — «гимнастика для ленивых» — основана на применении импульсов электрического тока. В результате миостимуляции улучшается кровообращение и лимфоотток, активизируется обмен веществ. Также существуют способы выведения избыточной жидкости из организма пациента: хороший способ активизировать работу лимфатической системы, вывести шлаки и токсины, растворить продукты распада жиров — это процедура лимфодренажа. Лимфодренаж способствует и расслаблению мышц, улучшению цвета лица, повышает эластичность кожи, делая ее более упругой, устраняет отеки и разглаживает морщины.

Большое место в направлении занимает борьба с целлюлитом. При комплексном воздействии эффект лучше, чем при использовании какого-то одного косметического или хирургического метода, а результаты наблюдаются через небольшой промежуток времени. Сейчас известно 8 профессиональных методов. Это и лимфодренаж, и так называемый глубинный прогрев (с помощью эластичных бинтов и инфракрасного излучения согревают ткани до глубины 3 см, что активизирует обменные процессы, способствуя выведению воды из тканей); цветолучевая терапия (проникновение фиолетовых лучей в глубинные слои кожи усиливает обмен веществ и ток лимфы, в результате чего устраняется застой шлаков, лимфы и лишней воды); отсасывающе-помповый массаж (поочередно ставятся своего рода «колбы» разной величины, к которым подведены откачивающие воздух насосы: в результате убыстряется кровообращение, активизируется обмен веществ, жировые клетки разрыхляются, а жир легко расщепляется); антицеллюлитный массаж (направлен на ослабление «склеивания» комков подкожной жировой ткани, в результате чего улучшается кровоснабжение и выведение шлаков) и другие способы. Международная ассоциация врачей эстетической медицины (IAPAM) опубликовала прогноз на 2009 год. По мнению экспертов, в ближайшее время мало- и неинвазивные процедуры будут популярнее пластических операций. Но при этом в деле борьбы с лишним весом человечество все чаще станет отдавать предпочтение специальным медицинским методикам, а не диетам и фитнесу. Без внимания не останутся и инновационные препараты, способные стимулировать собственные резервы кожи, улучшать микроциркуляцию, избавлять от целлюлита и отеков. Эксперты утверждают, что особенно заботливо в этом году люди будем относиться к состоянию кожи вокруг глаз.

Санкт-Петербург намеревается стать обладателем титула не только культурной столицы, но и столицы индустрии красоты. Впервые в Санкт-Петербурге в декабре 2009 года наградят премией «Грация» — первой российской премией в области красоты и здоровья — клиники эстетический медицины, SPA-салоны и салоны красоты. Сейчас в числе номинантов премии — такие ведущие компании индустрии красоты и здоровья Санкт- Петербурга, как Центр пластической и реконструктивной хирургии, центр пластической хирургии и лазерной косметологии «Остмедконсалт», клиника красоты BEST Clinique, SPA- и велнес-центр Spasso, сеть центров медицинской косметологии «Эстетик Клуб», клиника «Нео-Мед», медицинский центр «Амориа», профессиональный велнес- и SPA-центр «Римские каникулы», студия хорошего настроения «Акцент», центр восстановительной, спортивной и семейной медицины «5 Океан» и другие.

Но, говоря об эстетической медицине и тех широчайших возможностях, которые могут предложить нам медики, не следует забывать главного — смешно в семьдесят лет желать выглядеть на двадцать, смешно соперничать с природой иногда в нелепых попытках кардинально улучшить ее «недоработки». Все же следует прислушаться к себе, ведь нередко корни недовольства собой — в психологических проблемах. «Главное — создать в собственной жизни оптимальный баланс между приходом и расходом энергии, — утверждает главный врач клиники эстетической медицины «MEDI», автор книги «Омоложение: выбор метода в эстетической медицине» Роксана Белова, — правильный режим питания и адекватная физическая активность обязательно принесут свои плоды».

ГАЛИНА АРТЕМЕНКО

ГОД ОСНОВАНИЯ 1993
СТРАХОВАЯ КОМПАНИЯ
КАПИТАЛ ПОЛИС

Ангел-хранитель вашего бизнеса

320-65-34
Московский пр., 143 Б
www.capitalpolis.ru

СДЕЛАНО В С.ПЕТЕРБУРГЕ
2008

Лицензия: С № 133678 ФССН РФ ЗАО "СК "Капитал-полис" реклама

СК "Капитал-полис" - победитель конкурсов по качеству "Сделано в Санкт-Петербурге 2008" в номинации "ДМС среднего и малого бизнеса".

АССОЦИАЦИЯ ЧАСТНЫХ КЛИНИК САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
III Всероссийский медицинский форум
«Частная медицина России-2009»

здоровое партнерство

2–3 ИЮЛЯ
ОТЕЛЬ RADISSON SAS ROYAL
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

УЧАСТНИКАМИ ФОРУМА станут представители профессиональных медицинских сообществ, руководители частных медицинских центров, руководителей Минздравсоцразвития РФ, Федеральной антимонопольной службы, Комитета здравоохранения Санкт-Петербурга и др.

ОСНОВНЫЕ ТЕМЫ ФОРУМА:
- законодательные права и возможности частной медицины
- роль частной медицины в региональном здравоохранении
- медицинские информационные системы, внедрение электронного документооборота
- инвестиционные возможности в здравоохранении для частных клиник

При информационной поддержке
РАДИО ЭХО МОСКВЫ в Санкт-Петербурге FM 91.5 MHz
ЖУРНАЛ ИНТЕР БИЗНЕС МИР ИНТЕРЕСНЫХ ЛЮДЕЙ

Более полная информация и регистрация участников на сайте WWW.ACSPB.RU
(812) 388-26-06
info@acspb.ru

Реклама.