

Ш к о л а
м а с т е р о в
м а с с а ж а

Д и п л о м н а я
Р а б о т а

Н а т е м у: «Б у к к а л ь н ы й м а с с а ж»

Выполнил: Раздобыдина Д.М.
Преподаватель: Первухин С.И

С о д е р ж а н и е:

Буккальный массаж

Показания

Противопоказания

Эффект от процедуры

Виды буккального массажа

Подготовка к процедуре массажа

Техника выполнения

Советы после выполнения массажа

Заключение

Буккальный массаж - авторская методика французского косметолога и биохимика Жоэль Сиокко. Фишка в том, что его выполняют через ротовую полость. Другими словами это интероральный массаж, а если выражаться еще точнее - защечный. Название происходит от латинского слова *bucca* - «щека».

Смысл буккального массажа заключается в интенсивной проработке мимических и жевательных мышц лица двусторонним захватом (с внутренней и внешней сторон), а цель манипуляций – вернуть мускулам их изначальную длину, тонус и эластичность.

Буккальный массаж называют (и не напрасно) безоперационным лифтингом.

Этот чудо-метод снискал популярность у звезд экрана и знаменитостей по обе стороны океана. Практикуют его и наши косметологи – автор Жоэль Сиокко лично проводила тренинг в России.

Показания и противопоказания.

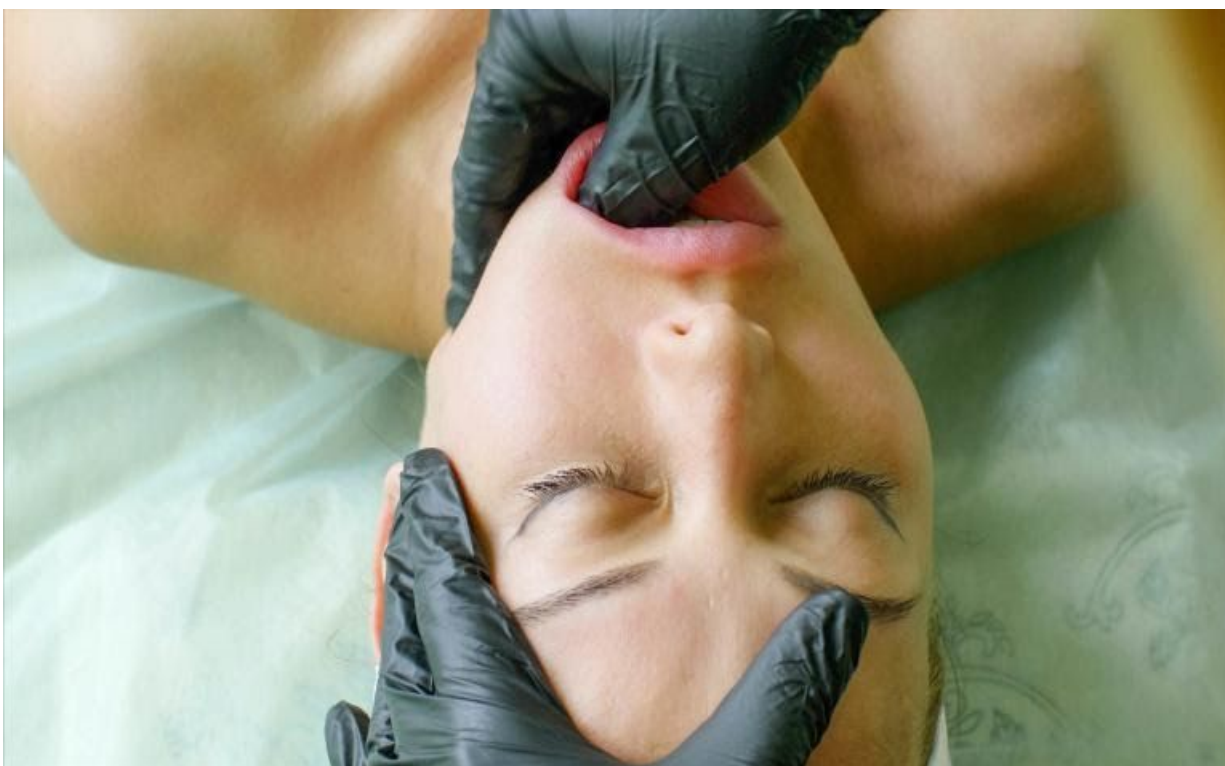
Массаж прежде всего адресован тем, у кого уже появились возрастные

изменения, связанные сптозом
(провисанием тканей и снижением их
упругости)

- нечеткий овал лица
- морщины вокруг рта
- дряблость щек
- носогубные складки
- брыли
- морщины марионетки
- опущение уголков губ

Противопоказания:

- воспаления на коже лица
- герпес в стадии обострения
- инфекционные заболевания
- заболевания щитовидной железы



Эффект от процедуры

Буккальный массаж дает великолепный эффект, причем с первого раза будет заметна разница между «до» и «после», так как мышцы (при правильном воздействии) сразу откликаются на глубокие манипуляции.

У лица даже появляется забытое «юное» выражение, а по окончании курса, который обычно состоит из 5-10 сеансов можно наблюдать массу положительных изменений.

-мелкие морщины пропадают, а выраженные становятся менее глубокими

- смягчаются носогубные складки
- исчезают брыли
- овал лица приобретает четкость
- уголки губ приподнимаются
- снижается пастозность
- возвращаются объемы полнота губ
- уменьшается объем щек, вызванный отечностью тканей
- увеличивается эластичность, гладкость, сияние кожи

И все это за счет расслабления спазмированных (зажатых) мышц лица и приведения в тонус дряблых, то есть гармонизации мускулатуры лица.



Виды буккального массажа

Классический массаж Жоэль Сиокко относится к категории скульптурного массажа, во время которого происходит своеобразная лепка лица, а косметолог берет на себя роль скульптора. Со временем появились иные разновидности буккального массажа, однако их новизна весьма условна, просто косметологи научились успешно комбинировать другие эффективные массажные техники с буккальной.

Скульптурно-буккальный массаж

Методика состоит из двух этапов - скульптурного массажа (проработка мышц определенными движениями по массажным линиям) и собственно буккального массажа.

Буккально-топологический массаж.

Под этим интригующим названием скрывается совмещенная методика: буккальный массаж, акупунктурное воздействие и проработка биологически активных точек.



Подготовка к процедуре массажа

Помимо стандартного правила - тщательно очистить лицо перед манипуляцией, буккальный массаж не рекомендуется выполнять на полный желудок. К процедуре нужно морально подготовиться, успокоиться, чтобы во время сеанса лицо было совершенно

расслабленным. Могут быть не очень комфортные ощущения.

Техника выполнения

Надо отметить, что буккальный массаж - профессиональная авторская методика. Выполнить все предписания запатентованного протокола самостоятельно, без специальной подготовки и обучения - это утопия. Но включить некоторые его элементы в собственную домашнюю практику самомассажа и упражнений не возбраняется. Главное не допускать сильных болевых ощущений, и тем более образования кровоподтеков и синяков.

Разминка.

В классическом варианте сперва массируют зону декольте, боковые участки шеи, подчелюстные лимфоузлы для активизации лимфотока.

Затем мышцы лица нужно расслабить и слегка тонизировать, чтобы подготовить их к более глубокому воздействию. Манипуляции совешаются от центра лица к периферии, начиная с подбородка и заканчивая верхней частью щек, несколько раз. Они включают:

- разглаживающие действия
- постукивания
- щипки и вибрацию

Массаж

Любой интероральный массаж, включая буккальный, проводится только в одноразовых перчатках. Непосредственно интероральный массаж мышц начинают с круговой мышцы рта.

Проработка круговой мышцы рта.

Проработка круговой мышцы рта осуществляется круговыми движениями указательными пальцами с упором на большие, которые находятся во рту, под губой. При самомассаже можно сделать рабочим большой палец и прорабатывать левую и правую стороны по отдельности, одной рукой. Смысл в том, чтобы быстро, но скрупулезно промассировать каждый миллиметр, разминая жесткие участки и активизируя вялые. Такой массаж способствует притоку крови и насыщает ткани кислородом, словно оживляя их. Завершающий прием - попеременное натягивание нижней губы наверхнюю по направлению к носу и расслабление: натянули-задержались-отпустили. Важно: не напрягайте подбородок, лицо должно быть расслабленным.

Проработка носогубной складки.

Начиная с верхнего края большим пальцем изнутри: выполняются те же круговые движения, затем обработанный отрезок слегка растягивается сперва вниз, а потом в сторону скулы, словно вы хотите расправить мышцу и переместить ее вверх, задавая вектор натяжения.

Проработка щеки.

Осуществляется по приведенной выше схеме с обязательным растяжением мышцы в сторону скулы. Далее повторяются 2 и 3 пункты с другой стороны лица.

Завершение массажа.

Завершается массаж приятными поглаживающими движениями. Постарайтесь полностью расслабить лицо.

Советы после процедуры.

Для сохранения полученного результата косметологи советуют не пренебрегать выполнением некоторых мероприятий по закреплению эффекта:

- регулярно наносить маски, нацеленные на борьбу с возрастными изменениями
- делать разные процедуры, направленные на уменьшение морщин и дряблости кожного покрова
- повторять по одному сеансу каждые 20 дней.

Специалист, как правило, разрабатывает индивидуальную технику, направленную на закрепление результата, которой нужно придерживаться длительное время.

Для должного эффекта человеку следует проделать от 10 до 15 процедур, строго через день.

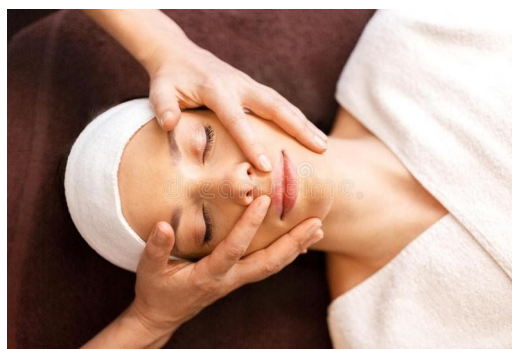
Наблюдать за положительными изменениями можно не ранее, чем после завершения 5 сеанса. Требуемое количество массажей определяет исключительно мастер, на основании анализа состояния эпидермиса и имеющихся проблем.

Важно, не прерывать курс процедуры и делать их согласно графику, иначе есть риск, что положительных изменений не произойдет.

Заключение.

Буккальный массаж-это действенная методика воздействия на область скулы и щеки лица, направленная на укрепление мышц, повышение тонуса и улучшение кровообращения.

Процедура достаточно не простая и требует от массажиста высоких навыков и опыта. После курса сеансов проходят различные проблемы, в том числе перенесенных заболеваний, кожа существенно подтягивается, лицо приобретает более вытянутую форму.



<https://skin.ru/article/bukkalnyj-massazh-lica/>

<https://afroditaspa.ru/kozha/litso/massazh/bykkalnii.html>