



WIRTUALNI TERAPEUCI

AKADEMIA MASAŻU I KOSMETOLOGII KOMPLEMENTARNEJ

KOBIDO MASTER LEVEL 1

MODUŁ II

Lekcja 6

Aplikacja taśmy kinezyjologicznej

OPRACOWAŁ PRZEMYSŁAW KAROLKIEWICZ

LEKCJA 6

W tej lekcji omówimy aplikację taśm kinezyjologicznych na twarzy. Będziemy wykorzystywać standardowe tejpę, czyli taśmę kinezyjologiczną.

Na wstępie opowiem wam o ich historii. Japończyk dr Kenzo Kase opracował teorię, że jeżeli przykleimy taśmę na skórę, to odciążymy organizm od bólu. Na samym początku jego taśma była bardzo sztywna, przez co ograniczała ruchy. Dlatego kolejna taśma była już bardzo elastyczną formułą z bawełny.

Dziś możemy używać bardzo wygodnych taśm wykonanych głównie z bawełny, dzięki czemu są bardzo elastyczne i zaaplikowane na ciele pracują razem z każdym naszym ruchem np. gdy będziemy schylać się, prostować, skakać, biegać, taki tejp za każdym razem będzie z nami pracować. W tejpach powinien być zastosowany klej akrylowy, czyli niealergizujący, ale może się zdarzyć, że może kogoś uczulić. U osób, które mają uczulenia- musimy najpierw zrobić test, przyklejając mały plasterk na np. przedramię i musimy poczekać, czy pojawi się reakcja alergiczna. Jeżeli taka sytuacja nie pojawi się, możemy aplikować tejpę.

Nasza twarz wykonuje bardzo wiele ekspresyjnych ruchów np. dziwienie się, uśmiechanie się, czy złość. Każdy z ruchów mimicznych wpływa na funkcjonowanie naszych struktur powięziowo-mięśniowych. Przez co dochodzi do wielu zaburzeń np. sklejanie się tkanek ze sobą. Żeby zminimalizować te zaburzenia i aby utrwalić

LEKCJA 6

efekt wszystkich wcześniejszych stosowanych technik stosujemy tejp. Taśmy kinezyjologiczne będą utrzymywać i wspomagać pracę czynnością danego mięśnia, na który będzie on przyklejony. Przygotowałem dwie taśmy w dwóch kolorach, czerwonym i niebieskim, czy kolor ma znaczenie? Nie, jest to tylko aspekt estetyki. Jeżeli chodzi o działanie, kolor nie ma żadnego znaczenia. Dobrze mieć taśmy w różnych kolorach, wzorach, tak aby każdy klient mógł dokonać wyboru pod tym względem. Możecie zakupić taśmy różnego rodzaju w naszym sklepie internetowym.

Co musimy zrobić, żeby taki tejp działał?

Przede wszystkim znaczenie ma czas, przez który tejp będzie utrzymywany na twarzy. Są dwa rodzaje aplikacji: na dzień i na noc. Aplikacja dzienna/wspierająca od 20 minut do 2-3 h jest bardzo dobra pod kątem, gdy nasza klientka jest mimicznie ekspresyjna (czyli kiedy nieświadomie wykonuje ruchy mimiczne np. marszczenie czoła), wtedy działamy na zniwelowanie powstałych przez te ruchy zmarszczek.

Aplikacja nocna - nocą nasza skóra, narządy, cały nasz organizm się regeneruje. Żeby wspomóc tkanki znajdujące się na twarzy aplikujemy tejp na 4-8 h. Ściągamy taśmę w inny sposób niż przy reszcie ciała, by nie uszkodzić tkanek, delikatnych powięzi znajdujących się na twarzy. By delikatnie usunąć tejp z twarzy, należy go najpierw dokładnie namoczyć i następnie zrolować w dół.



WIRTUALNI TERAPEUCI
AKADEMIA MASAŻU I KOSMETOLOGII KOMPLEMENTARNEJ

LEKCJA 6

Taśmy kinezyjologiczne posiadają 10% naciąg fabryczny. Baza tejpa jest dla nas początkiem aplikacji i znajduję się ona po jednej stronie tejpów lub w samym jego środku. Gdy chcemy zacząć aplikację przełamujemy tejpa- czyli papier który chroni klej.

Maksymalny naciąg 100% osiągniemy gdy na materiale zauważymy "prześwity". Aplikacje tejpów możemy stosować 2 tygodnie, następnie robimy odpoczynek . Wyobraźmy sobie, że zastosowanie tejpów dla mięśnia to "przeprowadzenie małego dziecka przez ulicę", czyli pomagamy jemu w pokonaniu pewnej drogi. Aplikujemy taśmę by pomóc tkankę w pewnym ruchu- dlatego nie możemy uczyć danego mięśnia pracy z pomocą, musi on również uczyć się samodzielności.

Dlatego powinniśmy zrobić kilkumiesięczną przerwę, czasami też nawet do roku, patrząc na kondycję mięśni naszej klientki/naszego klienta. Po odpoczynku, możemy zastosować ponownie aplikację tejpów.



WIRTUALNI TERAPEUCI
AKADEMIA MASAŻU I KOSMETOLOGII KOMPLEMENTARNEJ

LEKCJA 6

Aplikacja tejpą w celu poprawienia owalu twarzy. Przygotowujemy taśmę o długości ok 10 cm i zaokrąglamy jego końce, po to żeby się ona nie odkleiła później przy codziennych czynnościach.

Aby poprawić owal twarzy, czyli stonizować napięcie w obszarze linii żuchwy, zaczynamy aplikację od bazy (czyli początku tejpą, po oderwaniu kawałka papieru) przyklejając od lewej strony brody, tak aby linia żuchwy wyznaczała środek szerokości tejpą.

Następnie usuwam papier z taśmy, zostawiając tylko na samym końcu i trzymam go w tym miejscu nadając lekki naciąg i kierując w okolice ucha, naklejam całą taśmę. I taką samą aplikację stosuję w ten sam sposób po drugiej stronie, tak że aplikację się na siebie nakładają. Takie zastosowanie taśmy pomoże podciągnąć tkanki w okolicę ucha, rozluźni przyczepy w tej okolicy, w konsekwencji owal twarzy będzie się nam poprawiał.

LEKCJA 6

Kolejna aplikacja będzie działała na kącik ust i bruzdę nosowo - wargową. Przygotowujemy wąski, ale długi tejp z zaokrąglonymi końcami. Ponownie odklejamy papier z bazy - będzie to początek taśmy i naklejamy go w okolicy lwiej zmarszczki, następnie resztę aplikacji stosujemy przez mięsień skrzydełka nosa, przez dźwigacz wargi górnej do kącika ust z delikatnym naciąganiem naszej taśmy. Każdą zaaplikowaną taśmę dodatkowo przegłaskuje, by klej dokładnie zadziałał. Taką samą czynność stosujemy analogicznie po drugiej stronie.

LEKCJA 6

Kolejna aplikacja będzie łącząca do poprzedniej - podnoszenie policzków oraz niwelowanie bruzdy nosowo-wargowej. Przygotowałem taśmę w kształcie V- nasz tejp rozrywam na bazie i odklejam papier.

Aplikację zaczynam w okolicy kości jarzmowej, delikatnie odciągam tkanki w kierunku ucha i naklejam bazę, jedno ramię stosuje z delikatnym naciąganiem przez długość kości jarzmowej do wysokości płatka nosa.

Drugie ramię aplikujemy w kierunku kącika ust z również delikatnym naciąganiem. Najlepiej jeżeli koniec taśm będzie nachodziło na wcześniejszą aplikację.

LEKCJA 6

Na okolicę czoła stosujemy dwa wąskie tejp, po to by zniwelować łwią zmarszczkę. Długość tejp powinna być przygotowana taka jaka długość jest od linii brwi do linii włosów naszej klientki.

Zaczniemy aplikację od bazy, usuwamy z połowy długości taśmy papier, odciągamy ręką tkanki czoła ku górze i przyklejamy bazę w pobliżu linii włosów na środku czoła. Usuwamy resztę papieru i przyklejamy tejp w kierunku łwiej zmarszczki bez żadnego naciągu.

Nie stosujemy na czole żadnego naciągu dlatego, żeby tejp zawsze wspomagały ruchy i z czasem bruzdy na czole będą zanikały.

Przy tej aplikacji musimy się skupić na mięśniu marszczącym brwi, który znajduje się w okolicy wewnętrznej brwi do łuku brwi, występuje po dwóch stronach naszego czoła.

Aby dobrze go rozluźnić, wspomóc jego pracę, ponownie odciągamy tkanki, przyklejam bazę w okolicy łuku brwiowego i tutaj intensywniej naciągam tejp kończąc aplikację na początku łuku brwiowego, na poprzedniej aplikacji. Identyczną rzecz wykonuje po drugiej stronie.

LEKCJA 6

Dodatkowa aplikacja na zniwelowanie zmarszczek poprzecznych czoła, jest dołożenie do pierwszej aplikacji z tej lekcji kolejnych taśm. Natomiast kolejny tejp nakleimy pod kątem.

Pociągam tkanki, w okolicy linii włosów przyklejam bazę i bez żadnego naciągu przyklejam w okolicy linii brwi. U klienta z większymi bruzdami poprzecznymi czoła, aplikujemy kolejne taśmy kierując się do zewnątrz. Analogicznie stosujemy tą technikę po drugiej stronie czoła.

LEKCJA 6

Teraz zapoznam was z aplikacją na tzw. "kurzą łapkę", która powstaje m.in. poprzez uśmiechanie się, dlatego ja nazywam to pozytywną zmarszczką. Jak to zniwelować?

Przygotowujemy wąski tejp z zaokrąglonymi końcami i bazą, teraz będzie ona na środku taśmy i tutaj rozrywamy papier. Wykonuje delikatny naciąg bazy i przyklejam na samym środku kurzej łapki prostopadle do oka, a końce tejsa naklejam bez żadnego naciągu. I to jest przykład aplikacji niwelującej kurzą łapkę.