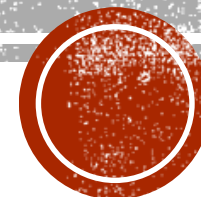


MASÁŽ VLASOVÉ POKOŽKY – KROUŽIVÁ



*Autorem materiálu a všech jeho částí, není-li uvedeno jinak, je Alena Vránová.
Dostupné z Metodického portálu www.rvp.cz; ISSN 1802-4785.
Provozuje Národní pedagogický institut České republiky (NPI ČR).*



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

jihomoravský kraj

VÝZNAM MASÁŽE

- Slouží k prokrvení pokožky.
- Snižuje tvorbu lupů.
- Omezuje maštění vlasů.
- Snižuje padání vlasů.
- Doplnuje do vlasové pokožky živiny, které jsou důležité pro růst vlasu.
- Zlepšuje látkovou výměnu a rychlejší pronikání živin do vlasové pokožky.



TYPY MASÁŽE

- Masáž máme:
- ruční – krouživou, proudivou
- přístrojovou – vibrační, vysokofrekvenční



PŘÍPRAVKY

- **Používáme vlasové vody nebo tonika**
- Přípravky obsahují:
 - vodu
 - malé množství alkoholu, nebo jsou bezalkoholové
 - vitamíny
 - tukové přísady
 - léčivé výtažky – kopřiva, arnika, mateřídouška, ...
 - účinné látky – kofein, kafr, panthenol, ...



DRUHY MASÁŽNÍCH VOD

- březová voda s tukem
- březová voda bez tuku
- kopřivová voda
- kafrová voda
- mentolová voda
- pomerančová voda
- vlasová voda s keratinem
- přesličková voda
- tonikum pro růst vlasů
- aktivizující – proti padání vlasů
- tonikum proti lupům atd.



MODEL KAREL

- Masáž provádíme v dámském kadeřnictví na umytých vlasech před konečnou úpravou.
- V pánském se může provádět i na suchých vlasech po ostříhání.



NANESENÍ MASÁŽNÍ VODY

- Nanáší se po pěšinkách a hned se vtírá do pokožky.



MASÁŽ TÝLNÍ PARTIE

- Začínáme na krku ve středu hlavy a malými kroužky se posouváme směrem k vlasovému víru.
- Prsty máme zapřené nad ušima a palci provádíme malé kroužky směrem k vlasovému víru.
- Opakujeme 5x, tlak směrem k vlasovému víru je o něco silnější.



MASÁŽ TÝLNÍ PARTIE

- Masáž dále provádíme na krční a týlní partii za levým a pravým uchem.



MASÁŽ SPÁNKOVÉ PARTIE

- Palce si zapřeme o vlasový vír, ostatní prsty rozprostřeme po celé šířce spánkové partie a provádíme kroužky směrem nahoru, prsty přitom posouváme k vlasovému víru.



TEMENNÍ PARTIE

- Vytvoří se zábrana nad čelem, palec druhé ruky se zapře o vlasový vír, zbylé prsty rozprostřeme po celé šířce temenní partie, provádíme kroužky. Prsty se posouvají směrem k vlasovému víru.



ZKLIDŇUJÍCÍ TAHY „1“

- Stojíme ze strany. Dlaň jedné ruky dáme na konturu čela a druhou na začátek krku a lehce pozvedneme 3–5x.



ZKLIDŇUJÍCÍ TAHY „2“

- Stojíme zezadu, prsty položíme na spánky a 3–5x pozvedneme pokožku.
- Ukončení masáže – najdeme si spánkovou tepnu a lehce ji zmáčkeme.



Použité zdroje

Autorkou textu a obrazového materiálu v prezentaci je Alena Vránová.

