



OSMO THERM ®

Hoito-ohjelmat

Kuvaus

Laite hyödyntää lämmön ja alhaisessa lämpötilassa suoritettavan hieronnan ominaisuuksia ja korjaa selluliitin, ylimääräisen paikallisen rasvan sekä ihon löysyyden aiheuttamia kauneusvirheitä. Lämmön ja kylmän vaihtelu ympäröi asiakkaan samanaikaisesti vuorottelevien lämpimän hyvänolon ja raikkaan ja elinvoimaa lisäävän tunteen välillä.



Välittömän **lämpövaikutuksen** seurauksena entsyymaattinen ja metabolinen aktiivisuus lisääntyy ja se edistää paikallista lyysistä, rasvan muuntumista ja metabolisaatiota, kun sitä käytetään lihasten supistumisaktiivisuuden energialähteenä.

Laitteessa on useita innovatiivisia hoito-ohjelmia, joissa yhdistetään neljän eri teknologian ominaisuuksia: alhaisen lämpötilan hierontaa, lämpöhierontaa ja kahta sähkövirtojen vaikutukseen perustuvaa ohjelmaa (PH 21 ja mikrovirrat).



Hiussuonten, orvaskeden ja verinahan kuntoa parannetaan poistamalla aineenvaihdunnan kuona-aineet ja kertynyt jännitysstressi.

Nostamalla ja laskemalla olemassa olevan sidekudoksen lämpötilaa ja aktivoimalla fibroblasteja tuottamaan uutta kollageenia ja elastiinia, Osmo Therm 21 -laitteella on täysin luonnollinen kudosta tiivistävä ja kiinteyttävä vaikutus. Tämä poistaa myös ryppyjä ja ikääntymisen merkkejä ja nuorentaa samalla kasvoja.

- **Mikrovirrat** stimuloivat positiivisen turvotuksen prosesseja ja poistaa nestekertymää ihonalaisen kudoksen syvimmistä kerroksista. Se lisää fibroblasteja, jotka ovat kollageenin, elastiinin ja hyaluronihapon muodostuksen kannalta tärkeitä soluja.

- **PH 21** edistää erityisten aallonmuotojen ansiosta sähkölle herkempien kanavien (hydrofiiliset makrohuokokset) avautumista fysiologisten kanavien ulkopuolella ja se parantaa ihon pinnan läpäisykykyä jopa 80 prosenttia. Kanavien avautuminen edistää hoitavien 21- ja 21mila-kosmetiikkatuotteiden aktiivisten ainesosien imeytymistä ja se tehostaa hoitojen vaikutusta. Myös isommat molekyylit imeytyvät makrohuokosten läpi (hyaluronihappo, kollageeni, jne.) ja tuotteet sisältävät ainoastaan polaarisia ja ionisoimattomia aineita. Lisäksi kaikkien hoitotuotteidemme molekyylit on mikronisoitu.

Käyttötarkoitus

OSMO THERM 21 -laitteen käyttöalue löytyy neljästä yhdistetystä teknologiasta.

1. Alhaisissa lämpötiloissa annettavan fysikaalisen hoidon – lämpöhieronnan pääasialliset vaikutukset

Hoitoa käytetään etenkin ylimääräisen paikallisen rasvan ja selluliitin poistamiseen sekä kiinteytykseen.

Lämpövaikutus itsessään tuottaa miellyttäviä ja todellisia hyötyjä keholle: se nopeuttaa veren virtausta mikroverenkierrossa, poistaa nesteiden paikoilleen jäämistä hiussuoniin parantaen näin interstitiaalista vaihtoa ja lisäämällä paikallista aineenvaihduntaa. Aineenvaihdunnan kiihtymisellä on troofisia vaikutuksia, ts. kudoksen ravitsemus, mutta myös hapettaminen, toiminto, joka vaikuttaa tehokkaasti selluliitin aiheuttamiin vikoihin. Aineenvaihdunnan vaihto- ja aktivointimekanismi kykenee edistämään myrkyllisten aineenvaihduntatuotteiden poistumista ja palauttamaan uudelleen lämpötilan, joka tarvitaan lyysiksen aktivoimiseen, pienentäen siten hoidettavan alueen ympärysmittaa ja parantaen siluettia.

Tällä hoidolla on myös poikkeuksellinen, kohottava vaikutus, se torjuu kasvojen ja kehon ihon löysyyttä. Nostamalla ja laskemalla olemassa olevan sidekudoksen lämpötilaa ja aktivoimalla fibroblasteja muodostamaan uutta kollageenia ja elastiinia, laitteella on täysin luonnollinen kudoksia tiivistävä ja kiinteyttävä vaikutus. Tämä vähentää myös ryppyjä ja ikääntymisen merkkejä, nuorentaen kasvoja.

2. PH 21:n päävaikutukset:

PH 21 toimii suoraan iholla kasvattaen väliaikaisesti kudosten läpäisykykyä. Kaksinkertaiseen lipidikerrokseen kohdistuu tilapäinen uudelleensäätö, muodostaen solukalvoon vesikanavia, jotka sallivat kosmetiikkamolekyylien kulun, jotka muuten eivät menisi marraskeden ohi.

PH 21 on hyödyllinen kaikille niille ihmisille, joilla on kuiva iho, joka on ohentunut, jossa on valovanhenemisen merkkejä (ryppyjä ja tummia läiskiä), tai jos iho on menettänyt elastisuutensa.

Hoitoa PH 21:lla voidaan antaa joko kasvoille tai keholle.

Kasvojen käsittely on suunniteltu torjumaan:

- ryppyjä
- pusseja ja varjoja
- ihon värinmuutoksia
- kiinteyttämään

- selluliitti
- muokkaus ja kiinteytys
- rintojen ja pakaroiden kiinteytys
- raskausarvet
- lymfahoito
- arvet

Kehon hoito kohdistuu seuraaviin:

- liiallinen paikallinen rasva

3. Mikrovirtojen päävaikutukset:

Mikrovirrat ovat alhaisen voimakkuuden virtoja, joita käytetään paikallisesti stimuloimaan solujen uudistumisprosesseja. Mikrovirtojen kohdistaminen iholle stimuloi suodattunutta tulehdusvaihetta (turvotus), vetäen vettä pois sisemmistä kerroksista.

Tämän tuloksena kollageenin ja elastiinin synteesistä vastaavien solujen, fibroplastien lisääntyminen kiihtyy. Tämän mekanismin avulla kollageenia ei enää tuoda ulkopuolelta, vaan keho muodostaa sitä itse, jolloin näkyviä tuloksia tulee välittömästi ryppyjen vähentymisen muodossa.

Näin ollen laitteella on seuraavat toiminnot:

- Rasvasolujen hypertrofian vähentäminen
- Kudosten elastisuuden parantaminen
- Selluliitin aiheuttamien kauneusvirheiden poistaminen
- Lymfaattisen takaisinvirtauksen mahdollistaminen
- Mikroverenkierron stimulointi
- Myrkkujen poistaminen
- Kudosten liikkuvuuden palauttaminen
- Siduskudosten pehmentäminen
- Elimistön detoksifikaatio
- Turvotuksen ja ödeeman vähentäminen
- Ihon uudelleenhapettaminen
- Orvaskeden tiiviyden lisääminen
- Kohottava vaikutus ja ikääntymistä vähentävä nuorennus.

Tämän laitteen käyttäjän ammattitaito

Laitteen käyttäjällä tulee olla voimassa olevien määräysten mukainen pätevyys.

Tätä laitetta voivat käyttää 18 vuotta täyttäneet henkilöt. Sekä henkilöt, joilla on alentunut fyysikaalinen, sensorinen tai henkinen kapasiteetti tai puutteellinen kokemus, mikäli heitä valvotaan riittävästi tai ohjataan laitteen turvalliseen käyttöön ja heidät saatetaan tietoisiksi käyttöön liittyvistä riskeistä. Lasten ei saa antaa leikkiä laitteella.

Tämän laitteen käyttö on varattu henkilöille, jotka ovat suorittaneet harjoituskurssin (joko valmistajan tai jälleenmyyjän järjestämänä) ja saaneet siitä todistuksen.

Käyttöympäristö

Eriyiset kosmetiikkakäyttöön varatut tilat. Tilat, joissa laitetta käytetään, tulee olla varustettu kansallisten lakien mukaisella sähköjärjestelmällä.

Mikäli laitteen käyttömaan laissa ei sitä ole jo määritelty, on suositeltavaa varustaa laitteen käyttötilat seuraavalla toiminnallisuudella:

- Potentiaalinen tasaus hoidettavan kohteen alueella
- Tyyppin A tai B vikavirtasuojakytkin
- Virtalähde ja turvalat

Kylmäkäsitteilyn hoito-ohjelmat

KAIKKI ALLA OLEVAT LÄMPÖTILAT OVAT HOITOPÄÄN PINNALTA MITATTUJA LÄMPÖTILOJA.

Kasvohoidot

Alueet	Hoito	Lämpötila	Kesto	Käytettävä tuote
Kasvot	Rauhoittava	0 °C	20 min	Gel Lenitivo, Crema Decongestionante
	Kiinteyttävä	0 °C	20 min	Tone Plus - Gel Rassodante – Siero Filler 21mila
	Elvyttävä	4 °C	20 min	Blanco by Ro, Primo latte
	Pussit - varjot	6 °C	20 min	Gel ossigeno nascente con vit. A – Siero Vitaminico- Siero contorno occhi
	Kohottava	2 °C	20 min	Siero Vitaminico - Gel Lifting Crema Fil & Or
	Pika	2 °C	20 min	Blanco by Ro, Primo latte, Crema Fil & Or
	Kiillottava	5 °C	20 min	Crema Giorno 21mila, Crema Fil & Or
	Ikääntymisen esto	6 °C	20 min	Crema Notte 21mila, Filler Collagene, Crema Fil & Or
	Huulien täyteläistäminen	8 °C	20 min	Lipogel Labbra Volumizzante 21mila
	Talinerityksen tasapainottaminen	7°C	20 min	Mousse detergente viso 21mila- Primo Latte- Crema Decongestionante- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A-
	Läiskät iholla	3°C	20 min	Mousse detergente viso 21mila- Crema Giorno 21mila- Crema Decongestionante- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A- Blanco by Ro
	Normaali akne	3°C	20 min	Mousse detergente viso 21mila- Primo latte 40%- Crema Decongestionante 30%- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A 30%-
	Herkkä akne	7°C	20 min	Mousse detergente viso 21mila- Primo latte 20%- Crema Decongestionante 60%- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A 20%-
	Poskiontelotulehdus	0 °C	10 min	Gel Lenitivo- Crema all'Arnica
Niska-kaula	Laihduttava	- 3 °C	20 min	Cell Plus – Gel cellulite

	Kiinteyttävä	0 °C	20 min	Tone Plus - Gel Rassodante – Siero Filler 21mila
	Elvyttävä	4 °C	20 min	Blanco by Ro, Primo latte
	Kohottava	2 °C	20 min	Siero Vitaminico - Gel Lifting Crema Fil & Or
	Pika	2 °C	20 min	Blanco by Ro, Primo latte, Crema Fil & Or
	Rauhoittava	0 °C	20 min	Gel Lenitivo, Crema Decongestionante
	Kiillottava	5 °C	20 min	Crema Giorno 21mila, Crema Fil & Or
	Ikääntymisen esto	6 °C	20 min	Crema Notte 21mila, Filler Collagene, Crema Fil & Or
	Läiskät iholla	3°C	20 min	Mousse detergente viso 21mila- Crema Giorno 21mila- Crema Decongestionante- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A- Blanco by Ro
	Normaali akne	3°C	20 min	Mousse detergente viso 21mila- Primo latte 40%- Crema Decongestionante 30%- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A 30%-
	Herkkä akne	7°C	20 min	Mousse detergente viso 21mila- Primo latte 20%- Crema Decongestionante 60%- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A 20%-
Pää	Kaljuuntuminen	16 °C	20 min	Gel Ossigeno-nascente con vit.A – Gel cellule Meristematiche

Kehon hoidot

Alueet	Hoito	Lämpötila	Kesto	Käytettävä tuote
Rinnat	Kiinteyttävä	0 °C	20 min	Tone Plus - Gel Rassodante, Crema Seno Tonificante Volumizzante 21mila
	Suurentava	7 °C	30 min	Crema Seno Tonificante Volumizzante 21mila, Gel Ossigeno nasc. con Vit.A
Käsivarret	Laihduttava	- 5 °C	20 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Kiinteyttävä	- 2 °C	30 min	Tone Plus - Gel Rassodante, Siero filler 21mila, Filler Collagene
	Elvyttävä	4 °C	20 min	Blanco by Ro, Primo latte

	Käsien ikääntymisen esto	16 °C	20 min	Hand Cream Anti Age 21mila
Vatsa	Laihduttava	- 10 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Pehmeä selluliitti	-5 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Tone Plus
	Kiinteyttävä	- 2 °C	30 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila
Pakarat	Laihduttava	- 10 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Kiinteyttävä	- 2 °C	30 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila
	Pehmeä selluliitti	- 5 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Tone Plus
	Kompakti selluliitti	- 6 °C	30 min	Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Crema compattante-riducente 21mila
	Turvottava selluliitti	- 4 °C	30 min	Gel Cellulite l'eccellenza, Siero corpo attivatore circ 21mila, Fluido Coadiuvante
Reidet	Laihduttava	- 5 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Pehmeä selluliitti	- 4 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Tone Plus
	Kompakti selluliitti	-6°C	30 min	Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Crema compattante-riducente 21mila
	Turvottava selluliitti	-3°C	30 min	Gel Cellulite l'eccellenza, Siero corpo attivatore circ 21mila, Fluido Coadiuvante
	Kiinteyttävä	- 2 °C	30 min	Tone Plus Gel Rassodante, Filler Collagene, Siero Filler 21mila
	Verenkierto	- 2 °C	20 min	Fluido Coadiuvante Tratt. Drenante, Gel lenitivo, Siero corpo attivatore circolazione
	Tiivistävä-pienentävä	- 8 °C	30 min	Crema Compattante riducente gambe 21mila, Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto
Pohkeet	Laihduttava	-6 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Turvottava selluliitti	-3 °C	30 min	Gel Cellulite l'eccellenza, Siero corpo attivatore circ 21mila,

				Fluido Coadiuvante
	Kiinteyttävä	-2 °C	30 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila
Nilkat	Laihduttava	-4 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Verenkierto	-2 °C	30 min	Fluido Coadiuvante Tratt. Drenante, Gel lenitivo, Siero corpo attivatore circolazione
Selkä	Laihduttava	- 10 °C	30 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Kiinteyttävä	- 2 °C	30 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila
Koko keho	Lymfahoito	0 °C	30 min	Fluido coadiuvante tratt. Drenante, Gel Aloe e mentolo, Gel lenitivo
	Laskimoiden tyhjennys	0 °C	30 min	Siero corpo attivatore circolazione 21mila, Gel Lenitivo
	Raskausarvet	-3°C	30 min	Primo Latte –Gel Cellule Meristematiche- Gel Ossigeno Nascente con Vit. A
	Näkyvät hiussuonet	-1°C	30 min	Gel lenitivo -Crema Decongestionante - Siero Corpo Attivatore della Circolazione 21mila-Primo Latte
	Rentouttava	+4°C	30 min	Tone Plus- Crema all'Arnica
	Säärten väsymyksenpoisto	-2°C	30 min	Gel Gambe Defaticante, Gel Aloe e Mentolo
	1	-10°C	15 min	Gel Aloe e Mentolo, Crema Decongestionante, Gel Lenitivo
	2	-10°C	15 min	Crema all'Arnica, Crema Decongestionante
	3	-6°C	15 min	Crema all'Arnica, Crema Decongestionante
	4	-3°C	10 min	Crema all'Arnica
	5	-7°C	10 min	Gel Aloe e Mentolo, Crema Decongestionante, Gel Lenitivo
	6	-5°C	30 min	Gel Aloe e Mentolo, Gel Lenitivo, Tone Plus
	7	-8°C	10 min	Gel Aloe e Mentolo, Crema all'Arnica

Lämpökäsittelyn hoito-ohjelmat

KAIKKI ALLA LUETELLUT LÄMPÖTILAT OVAT HOITOPÄÄN PINNALTA MITATTUJA LÄMPÖTILOJA.

Alueet	Lämpötila	Kesto	Käytettävä tuote
Kasvot	40 °C	10-20-30 min	Käytä hoitoon sopivia kosmetiikkatuotteita
Keho	45 °C	10-20-30 min	Käytä hoitoon sopivia kosmetiikkatuotteita

Osmo Therm 21 Hoito-ohjelmat

KAIKKI ALLA LUETELLUT LÄMPÖTILAT OVAT HOITOPÄÄN PINNALTA MITATTUJA LÄMPÖTILOJA.

Alueet	Hoito	Alh.lämpötilan hoito	Alh.lämpötilan kesto	Lämpö, PH 21 ja mikrovirrat	Kosmetiikka
Kasvot					
	Kiinteyttävä	0 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, pulsseina aalto, kesto 5 min	Gel Ossigeno Nascente con Vit. A, Gel Rassodante Crema Fil & Or
	Elvyttävä	4 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 5 min	Gel Ossigeno Nascente con Vit. A, Primo Latte, Crema Fil & Or
	Pussit - varjot	6 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, pulsseina aalto, kesto 5 min	Gel Ossigeno Nascente con vit. A Siero Vitaminico Crema Fil & Or

	Kohottava	2 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 5 min	Siero Vitaminico Crema Fil & Or Siero Filler 21mila
	Kiillottava	5 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 5 min	Crema Giorno 21mila, Crema Fil & Or
	Ikääntymisen esto	6 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, pulsseina aalto, kesto 5 min	Crema Notte 21mila Gel Cellule Meristematiche Crema Fil & Or Filler Collagene
	Huulien täyteläistämisen	8 °C	20 min	PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, pulsseina aalto, kesto 5 min	Lipogel Labbra Volumizzante 21mila Gel Ossigeno Nascente con Vit.A A
Niska-kaula	Laihduttava	- 3 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, pulsseina aalto, kesto 5 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Kiinteyttävä	0 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 5 min	Gel Ossigeno Nascente con Vit. A, Gel Rassodante Crema Fil & Or

	Elvyttävä	4 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 5 min	Gel Ossigeno Nascente con Vit. A, Primo Latte, Crema Fil & Or
	Kohottava	2 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 5 min	Siero Vitaminico Crema Fil & Or Siero Filler 21mila
	Kiillottava	5 °C	10 min	Lämpö, kesto 5 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 5 min	Crema Giorno 21mila, Crema Fil & Or
	Ikääntymisen esto	6 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, pulsseina aalto, kesto 5 min	Crema Notte 21mila Gel Cellule Meristematiche Crema Fil & Or Filler Collagene

Alueet	Hoito	Alh.lämpötilan hoito	Alh.lämpötilan kesto	Lämpö, PH 21 ja mikrovirrat	Kosmetiikka
Keho					
Rinnat	Kiinteyttävä	0 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto – sinimuotoinen, kesto 5 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila
	Suurentava	7 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min	Gel Rassodante, Crema Seno Tonicante e volumizzante 21mila
	Raskausarvet	0 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto – sini-muotoinen, kesto 5 min	Gel Cellule Meristematiche Siero Vitaminico Siero Filler 21mila
Käsivarret	Laihduttava	-5 °C	15 min	Lämpö, kesto 15 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'ecceellenza
	Kiinteyttävä	-2 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto – sini-muotoinen, kesto 5 min	Tone Plus Gel Rassodante, Filler Collagene, Siero Filler 21mila
	Raskausarvet	0°C	15 min	Lämpö, kesto 15 min Mikrovirrat, aalto – sini-muotoinen, kesto 5 min	Gel Cellule Meristematiche Siero Vitaminico Siero Filler 21mila
	Pehmeä selluliitti	-2°C	15 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto – sini-muotoinen, kesto 10 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'ecceellenza
Vatsa	Laihduttava	-10 °C	15 min	Lämpö, kesto 15 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'ecceellenza

	Pehmeä selluliitti	-5 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 10 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Tone Plus
	Kiinteyttävä	-3 °C	10 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 5 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila
	Raskausarvet	0°C	10 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 5 min	Gel Cellule Meristematiche Siero Vitaminico Siero Filler 21mila
Pakarat	Laihduttava	-10 °C	20 min	Lämpö, kesto 20 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Pehmeä selluliitti	-5 °C	15 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 10 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Tone Plus
	Kompakti selluliitti	-6°C	15 min	Lämpö, kesto 15 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 10 min	Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Crema compattante-riducente 21mila
	Turvottava selluliitti	-4°C	20 min	Lämpö, kesto 20 min	Gel Cellulite l'eccellenza, Siero corpo attivatore circ 21mila, Fluido Coadiuvante
	Kiinteyttävä	-2 °C	20 min	Lämpö, kesto 10 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 5 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila

	Raskausarvet	0°C	10 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 10 min	Gel Cellule Meristematiche Siero Vitaminico Siero Filler 21mila
Reidet	Laihduttava	-10 °C	20 min	Lämpö, kesto 20 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Pehmeä selluliitti	-4°C	20 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 10 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Tone Plus
	Kompakti selluliitti	-6°C	15 min	Lämpö, kesto 15 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 10 min	Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza, Crema compattante-riducente 21mila
	Turvottava selluliitti	-3°C	20 min	Lämpö, kesto 20 min	Gel Cellulite l'eccellenza, Siero corpo attivatore circ 21mila, Fluido Coadiuvante
	Kiinteyttävä	-2 °C	15 min	Lämpö, kesto 15 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 5 min	Tone Plus Gel Rassodante, Filler Collagene, Siero Filler 21mila
	Tiivistävä-pienentävä	-8 °C	20 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - porrastettuna, kesto 10 min	Crema Compattante riducente gambe 21mila, Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto
	Raskausarvet	0°C	10 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 10 min	Gel Cellule Meristematiche Siero Vitaminico Siero Filler 21mila

Pohkeet	Laihduttava	-6 °C	15 min	Lämpö, kesto 15 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Turvottava selluliitti	-3°C	15 min	Lämpö, kesto 10 min	Gel Cellulite l'eccellenza, Siero corpo attivatore circ 21mila, Fluido Coadiuvante
	Näkyvät hiussuonet	-2°C	10 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 10 min	Siero corpo attivatore circolazione 21mila, Gel Ossigeno nasc. Vit A, Crema Decongestionante
Selkä	Laihduttava	-10 °C	20 min	Lämpö, kesto 10 min	Crema Grasso +50, Crema Grasso Compatto, Gel Cellulite l'eccellenza
	Kiinteyttävä	-2 °C	15 min	Lämpö, kesto 15 min PH21, 200Hz, kesto 5 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 5 min	Tone Plus Gel Rassodante Siero Filler 21mila
	Raskausarvet	0°C	10 min	Lämpö, kesto 10 min Mikrovirrat, aalto - sinimuotoinen, kesto 10 min	Gel Cellule Meristematiche Siero Vitaminico Siero Filler 21mila

Hoito-ohjelmat ja toimenpiteet

Aseta teho ja hoitoaika, jotka soveltuvat hoidettavalle alueelle käyttöohjeissa annettujen tietojen mukaisesti. Käytä alussa pientä tehoa. Varmistaaksesi täydellisen kontaktin levittimen ja ihon välillä, levitä sopivaa kosmetiikkaa hoidettavalle alueelle ja tarkista, että sitä on jatkuvasti alueella koko hoidon keston ajan.

Aseta levitin hoidettavan alueen yläpuolelle. Käynnistä jokin automaattisista hoidoista, jossa käytetään vapaasti jotain 4 tekniikasta.

On suositeltavaa käyttää mahdollisimman pientä painetta kohdistettaessa alumiinipintaa iholle, ja ota toisella kädellä mukaan hoitopään liike.

Alhaisen lämpötilan hieronnalla ja lämpöhieronnalla toteutettavat hoidot

Alhaisen lämpötilan hieronnalla annettavan hoidon lämpötila vaihtelee välillä -10°C - $+16^{\circ}\text{C}$.

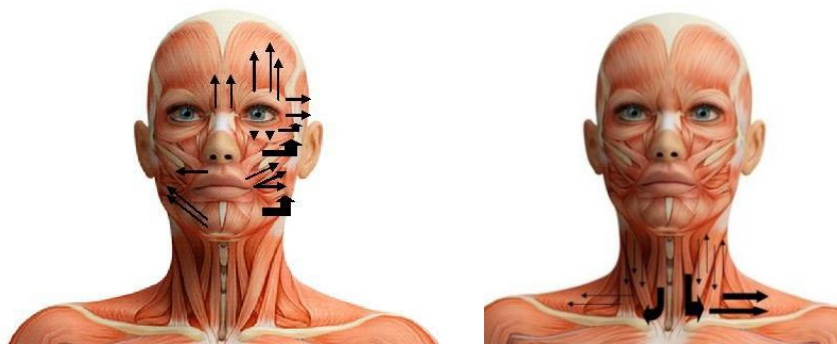
Lämpöhieronnalla annettavan hoidon lämpötila on 45°C keholla ja 40°C kasvoilla.

Hoidon maksimikesto on 30 minuuttia. Ei ole suositeltavaa ylittää asetettua maksimikestoä.

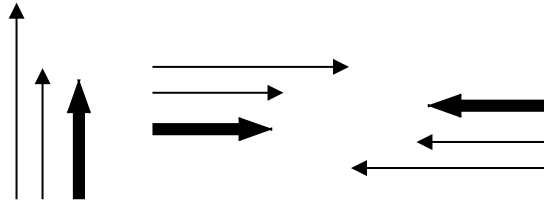
Kaikissa **kehon** hoidoissa tee alhaalta ylös liikettä ja seuraa siluettia.



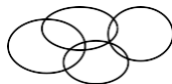
Kaikissa **kasvon** hoidoissa tee alhaalta ylös ja ulospäin liikkeitä, sekä niskan ja dekolteen alueella, ylhäältä alaspäin ja ulospäin.



Liikkeen tulee olla hidasta, jatkuvaa ja yhtenäistä:



Kiertoliikkeellä lisätään veren virtausta:



Erityishoidot:

Poskiontelotulehduksen hoito

Hoidon tavoitteena on lievittää poskiontelotulehduksen aiheuttamaa epämukavuutta sekä alentaa tulehdusta. Noudata kuvan ohjeita, aloita kohdasta 1 ja tee pyöriä ja paineliikkeitä. Jokaisessa kohdassa liikkeen tulee kestää muutaman sekunnin ajan, sen jälkeen siirry seuraavaan kohtaan. Siirry vaiheeseen 2 tehden aina pyöriä ja paineliikkeitä kasvojen kummallakin puolella, kohdista sormillasikin painetta.

Siirry vaiheeseen 3 ja tee samoja liikkeitä.

Vaiheessa 4, käytä aluksi hiukan painetta ja sitten tee liikkeitä ylöspäin kummallakin puolella.

Vaiheessa 5, kohdista ensin hiukan painetta posken keskiosaan, ja sen jälkeen suorita liikkeitä ylöspäin ja ulospäin kasvojen kummallakin puolella.



Lymfahoito



Toimi näin:

Katso kuvaa:

Aloita pyörittävällä liikkeellä kohdasta 1

Siirry kohtaan 2 pyörittävällä liikkeellä ja palaa kohtaan 1.

Siirry kohtaan 3 (pyörittävä liike) polvitaiteen alueelle, ja palaa sitten kohtaan 2 ja kohtaan 1.

Siirry kohtaan 4 (suoraviivainen liike alhaalta ylös ja ylhäältä alas) pohkeen puoliväliin, palaa sitten kohtaan 3, sitten kohtaan 2 ja takaisin kohtaan 1.

Pyydä asiakasta kääntymään selinmakuulle ja käsittele kohtaa 5 (pyörittävä liike); sen jälkeen stimuloi kohtaa 6 (pyörittävä liike), ja jatka kohtaan 7 (pyörittävä liike kohdistuen hiukan painetta jalkapohjaan) päättäen kohtaan 8 (liike ylöspäin pohkeessa).

Toista koko sykli vähintään 4 kertaa.

Laskimoiden tyhjennys



Toimi näin:

Katso kuvaa:

Aloita suoraviivaisella liikkeellä kohdasta 1 (liike alhaalta ylös ja ylhäältä alas) pohkeen puoliväliin.

Siirry kohtaan 2 pyörittävällä liikkeellä polvitaipteen alueelle.

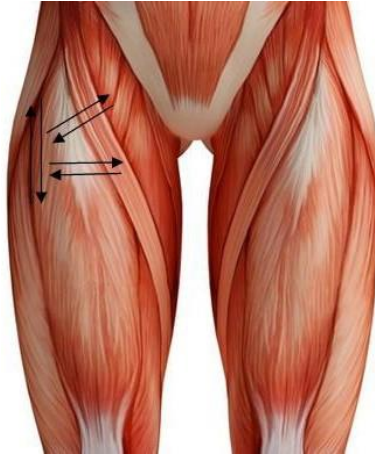
Siirry kohtaan 3 (pyörittävä liike).

Siirry kohtaan 4 (pyörittävä liike).

Pyydä asiakasta kääntymään selinmakuulle ja käsittele kohtaa 5 (pyörittävä liike); sen jälkeen stimuloi kohtaa 6 (pyörittävä liike), ja jatka kohtaan 7 (pyörittävä liike kohdistuen hiukan painetta jalkapohjaan) päättäen kohtaan 8 (liike ylöspäin pohkeessa).

Toista koko sykli vähintään 4 kertaa.

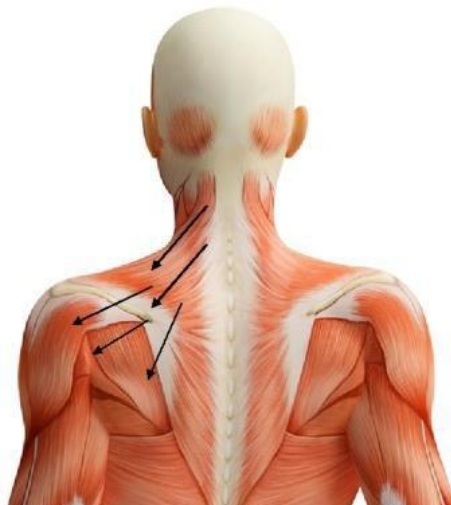
Raskausarpien hoito



Pyörittävä apu ja näkyvien hiussuonien hoito



Rentouttava hoito



Säärten väsymystä poistava hoito



Toimi näin:

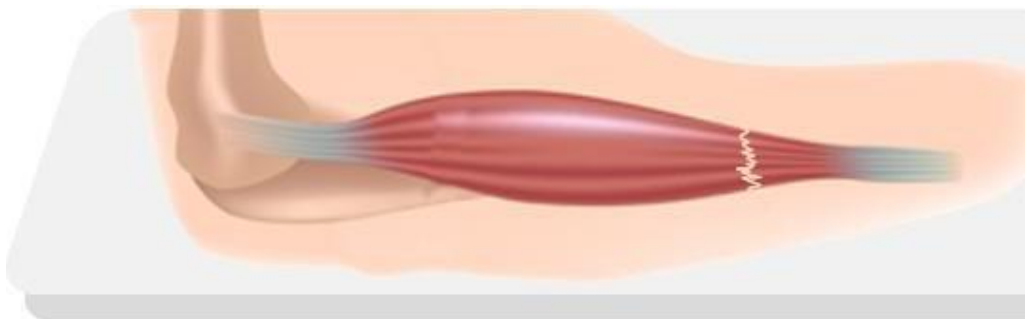
Hieronta hoitopäällä 20 minuutin ajan, aloittaen jalkapohjasta, jatkaen pyörittävillä liikkeillä nilkassa ja sitten pohjetta, ja lopuksi hoida pohkeita kiinnittäen erityistä huomiota siihen, että saat veren virtaamaan takaisin ylöspäin ja ulospäin.

Päätä hoito käyttäen viimeisten 10 minuutin ajan tuotetta *Gel Gambe defaticante* liikuttaen hoitopäätä alhaalta ylöspäin.

Hoito 1: Lihasvenähdyksen hoito

Lihasvenähdys on melko vakava leesio, joka aiheuttaa joidenkin lihassäikeiden rikkoutumisen. Tämän vamman syynä on usein liiallinen rasitus (äkilliset supistukset tai sprintit), ja se on varsin yleinen urheilussa. Lihasvenähdyksiä esiintyy usein huonosti harjoiteltuna tai kun lihas on erityisen väsynyt tai valmistautumaton rasitukseen.

Anna 2 hoitokertaa viikossa alueelle, jolla vamma on. Tee liikkeitä alhaalta ylöspäin seuraten niitä kädellä.



Hoito 2: Iskiaksen hoito

Alue: koko iskiashermon kulkureitti, aloittaen iskiashermon alkukohdasta.

Hermon juuret liittyvät rungossa lähellä ristiluuta; hermo tulee sen jälkeen ulos lantio-onkalosta kulkien läheltä istuinluuta päärynänmuotoisen lihaksen alapuolella ja lateraalisesti suhteessa reiden takaosan hermoon. Sen jälkeen hermo löytyy katkonaisesti reisiluun ison sarvennoisen ja istuinluun välistä menen alas syvälle, suhteessa ylempiin kaksoislihaksiin, sisäpuoliseen sulkimeen, alempaan kaksoislihakseen ja reisiluun neliöön. Ylittäen pakarat, hermo ulottuu reiteen, missä se kulkee reisiluun linjan läheltä. Tällä tasolla siitä lähtee haaroja reiden takaosan lihaksiin ja ison lähentäjälihakseen osaan. Poplitealin onkalon yläkulmassa se jakautuu päätöshaaroihinsa: säärihermo ja yleinen pohjehermo. Usein jako näihin kahteen haaraan on ylempi, sen kulkiessa reidessä.

Toista hoito kaksi kertaa viikossa 5 viikon ajan. Lopuksi pidä 1 kuukauden tauko ja arvioi tilanne.



Hoito 3: Selkävun hoito

Alue: koko selkä, kiinnittäen erityistä huomiota lannealueelle tehden liikkeitä alhaalta ylöspäin ja päinvastoin.



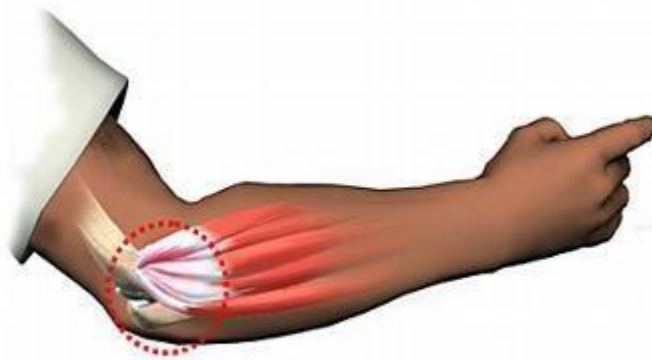
Hoito 4: Migreenin hoito

Alue: kaulan alaosa / niskan alaosa, tehden liikkeitä alhaalta ylöspäin ja päinvastoin.
Toista hoito kaksi kertaa viikossa 5 viikon ajan. Lopuksi pidä 1 kuukauden tauko ja arvioi tilanne.



Hoito 5: Tenniskyynärpään hoito

Kesto ja ohjeet: 10 minuuttia. Toista hoitosessio 3 kertaa viikossa vähintään 8 session ajan.



Hoito 6: Lihasten palautumista edistävä hoito

Hoito on suunniteltu **lievittämään lihaskipua** ja vähentämään turvotusta; se suorittaa lihaksia rentouttavaa toimintaa laukaisemalla kireyksiä ja välttämällä niiden supistumista. **Hoito pysäyttää maitohapon tuotannon** ja hidastaa lihaskudosten aineenvaihduntaprosessia ja niiden heikentymistä urheilusuorituksen jälkeen.

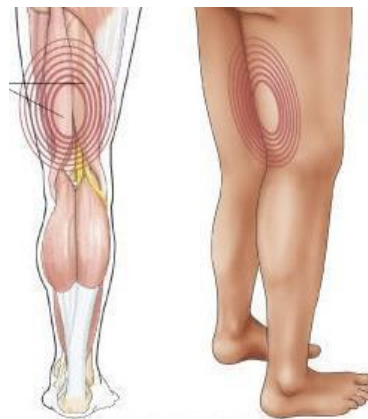
Voidaan hoitaa kehon eri alueita tai keskittyä vain yhdelle alueelle.

Tee liikkeitä alhaalta ylöspäin, oikealta vasemmalle ja päinvastoin hoitoalueen tyyppin mukaan.



Hoito 7: Hamstring-lihaksen venähdyksen hoito

Tee liikkeitä alhaalta ylöspäin ja päinvastoin. Toista hoitosessio 3-4 kertaa viikossa vähintään 6 session ajan.

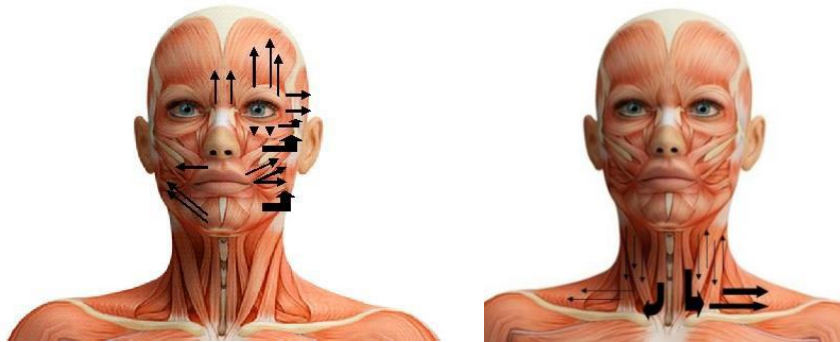


PH 21 ja mikrovirtahoidot

Kaikissa **kehoon** kohdistuvissa hoidoissa tee liikkeitä alhaalta ylöspäin ja päinvastoin, vaihdellen pyörittäviä liikkeitä.



Kaikissa **kasvoihin** kohdistuvissa hoidoissa tee liikkeitä alhaalta ylöspäin ja ulospäin, ja niskan sekä dekolteen alueella, ylhäältä alaspäin ja ulospäin. Vuorottele pyörittäviä liikkeitä.



Huom.: mikrovirta- ja PH 21-hoidon aikana älä irrota hoitopäätä iholta, vaan pidä sitä jatkuvasti tasaisena ihoa vasten. Hoitopään nostaminen iholta hoidon aikana voi aiheuttaa hoidettavalle henkilölle epämukavuutta.

Mikrovirtahoidoissa käytettävän aallon tyyppi

Vapaaohjelmaisissa hoidoissa voit valita käytettävän aallon tyyppin seuraavien ohjeiden mukaan:

Sinimuotoinen: parantamaan ihon väriä.

Porrastettuna: lisäämään hapetusta ja verenkiertoa.

Pulsseina: parantamaan tuotteen läpäisyä.

Käyttöä koskevia suosituksia

On suositeltavaa toistaa mikä tahansa Osmo Therm 21 hoito 1-2 kertaa viikossa, hoidettavan ongelman tyypistä riippuen.

Jos annat **laihduushoitoa** (katso tiedot Taulukosta 11 Osmo Therm 21 Hoitokäytännöt 21), **noudata tarkasti suositusta 15 päivää hoitokertojen välillä.**

Mikä tahansa PH 21 ja mikrovirtahoidoista voidaan antaa 1 - 3 kertaa viikossa.

Alhaisen lämpötilan/lämpöhierontahoitojen ollessa kyseessä hoitoja voidaan antaa 1 - 2 kertaa viikossa, hoidettavan ongelman tyypistä riippuen.

Kuinka monta hoitokertaa tarvitsen?

Emme pysty määrittelemään etukäteen, Kuinka monta hoitokertaa tarvitset, se riippuu ongelman laajuudesta, ihon reaktiosta sekä päivittäisestä kehonhoidostasi (ravitseminen, fyysinen aktiivisuus, kosmetiikka, auringossa olo tai rusketus...). Parhaan mahdollisen tuloksen saavuttamiseksi suosittelemme **vähintään 10 yhdistettyä Osmo Therm 21 hoitokertaa**, vuorotellen mikäli mahdollista yksittäisten alhaisen lämpötilan – lämpöhierontojen / PH 21 ja mikrovirtahoitojen välillä saman viikon aikana.

Mitä Osmo Therm 21 hoito voi tehdä minulle?

Ei-kirurgiset, ei-invasiiviset hoidot parantavat kehoasi ja hyvinvointiasi. Laajuus riippuu ongelman luonteesta. Tämä arvioidaan ensimmäisellä käynnilläsi, ja mikäli tarpeen, testataan koehoidolla, jotta nähdään, miten fysiologiasi reagoi.

Kuinka pitkään tulokset kestävät?

Osmo Therm 21 hoidot voivat muuttaa sinua. Esimerkiksi voimme pienentää paikallisen liikarasvan määrää, pienentäen siten ympärysmittaasi ja parantaen siluettiasi suuresti.

Me voimme korjata kasvojen ja kehon ihon löysyyttä, sillä olemassa on näyttöä kudosten täysin luonnollisesta kiinteytymis- ja venymisvaikutuksesta.

Tulokset kestävät tavallisesti niin kauan kuin fysiologia säilyy samana, ja paljon riippuu siitä, miten hoidat itseäsi. Tulokset voivat siten kestää 3-12 kuukautta, ja on tapauksia, että ne voivat kestää jopa 2 vuotta.

Tulenko tarvitsemaan hoitoja elinikäni?

Et, voit myös olla tyytyväinen saavutettuun tulokseen ja sen keston.

Me suosittelemme aina säännöllistä tarkastusta, jotta voidaan nähdä, kuinka hyvin tuloksesi ovat säilyneet.

Tulosten keston pidentämiseksi ehdotetun hoitosyklin lopussa on suositeltavaa suorittaa ylläpitävä hoito aina 2-3 kuukauden välein, tarpeen mukaan.

Voidaanko Osmo Therm 21-laitteella antaa kasvohoitoja?

Ehdottomasti kyllä, laite on suunniteltu kasvojen, niskan ja kehon hoitoihin. Pyydämme lukemaan kunkin alueen hoitoa koskevat ohjeet huolellisesti.