

按摩推拿与远红外线理疗区别

产品名称	按摩推拿与远红外线理疗区别
公司名称	广州国检检测有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	广州市番禺区南村镇新基村新基大道1号金科工业园2栋1层101房
联系电话	13926218719

产品详情

按摩推拿，

拔火罐是比较常见的中医疗法之一，拔火罐时要讲究穴位、时间以及合适规格的罐等;刮痧手法的轻重、经络的顺逆是有讲究的;桑拿是单纯利用水蒸气加温排汗，而汗蒸则是利用电气宝石红外线反射原理，释放负离子、亚离子，促进血液循环和新陈代谢。拔火罐后不能洗澡

拔火罐是比较常见的中医疗法之一，拔火罐时要讲究穴位、时间以及合适规格的罐等。需要注意的是，饭前饭后1小时、酒后等状态时，不宜拔火罐；拔火罐后，不能马上洗澡，因为皮肤处于一种毛孔张开的状态，很容易受凉。

刮痧部位不可受凉

刮痧手法的轻重、经络的顺逆是有讲究的。很多人认为刮痧越痛、出痧越多、颜色越深越有效。其实，这是错误的，因为每个人的体质不同，出现红紫淤斑的现象也不同。需要注意的是，刮痧后最好能喝一大杯温开水以帮助排毒，对刮痧部位要进行适当的保护，不要受凉。

桑拿是单纯利用水蒸气加温排汗，而汗蒸则是利用电气石红外线反射原理，释放负离子、亚离子，促进血液循环和新陈代谢。桑拿的温度可达到70 ~ 80 ，普通人一般只能停留5 ~ 10分钟，而汗蒸房内温度一般控制在35 ~ 40 左右，相对来说，可让人们多蒸一会儿也不会产生胸闷的感觉，每次汗蒸的时间最好不要超过30分钟。