

# WIENER TESTTEKERCSSELÉS

CELLULIT STÁDIUMAI ÉS KEZELÉSI JAVASLAT

WIENER  
kozmetikum 



# Bevezető

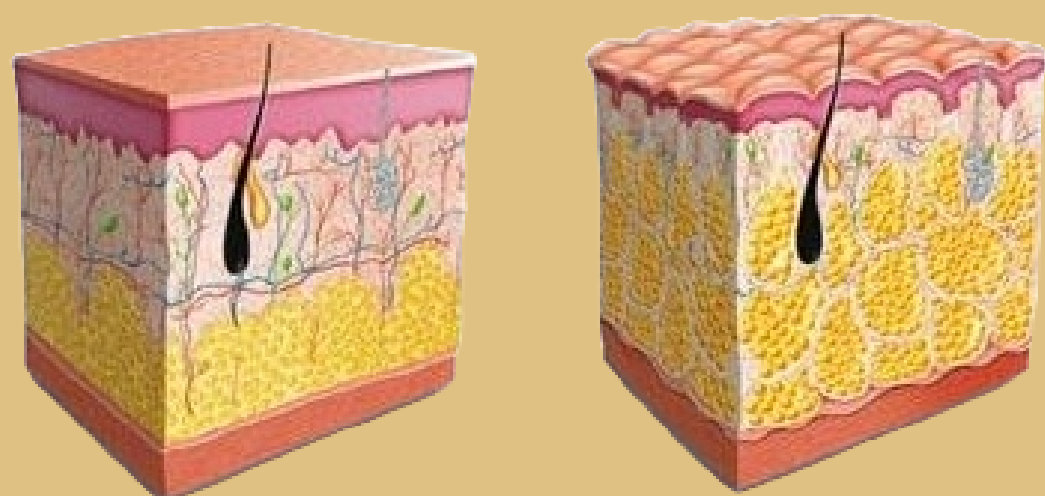
Számos Wiener Kosmetikum termék áll rendelkezésedre ahhoz, hogy hatékonyan tudd kezelni a vendégeid cellulit problémáját, azonban fontos, hogy ehhez átfogóan ismerd a cellulitot és annak stádiumait, a legmegfelelőbb kozmetikum kiválasztásához.

”

*Ahhoz, hogy hatékonyan tudjunk kezelni egy problémát, átfogóan kell azt ismernünk.*



# Mi a cellulit?



A cellulit, más néven narancsbőr, egy olyan bőrprobléma, amely főként a nőket érinti, és a bőr alatti kötőszövetekben lerakódó zsírsejtek egyenetlensége miatt alakul ki. Bár sokan elsősorban esztétikai kérdésként tekintenek rá, a cellulit kialakulása összetett folyamat, amely a vérkeringés, a nyirokrendszer, a kötőszövetek állapotának és a zsírsejtek működésének egyensúlyhiányából fakad. A cellulit kialakulása nem egyik napról a másikra történik, hanem fokozatosan alakul ki, és különböző stádiumokban jelenik meg. Ebben a blogbejegyzésben részletesen bemutatjuk a cellulit kialakulásának folyamatait, valamint azt, hogy milyen jelekből ismerhetjük fel az egyes stádiumokat.

# A cellulit kialakulása

A cellulit kialakulása összetett folyamat, amelyet a bőr alatti zsírsejtek felhalmozódása és a kötőszövet gyengülése okoz. Az állapotnak különböző fokozatai vannak, amelyek mind eltérő kezelést igényelnek. Ahhoz, hogy a Wiener testtekerceselés a lehető legjobb eredményt hozza, fontos a megfelelő Wiener Kosmetikum termékek használata a kezeléssorozat alatt. Nézzük meg, hogyan lehet hatékonyan csökkenteni a narancsbőrt a különböző stádiumokban!





# Cellulit stádiumok Kezelési javaslat

# 0. Stádium

Enyhe cellulit (láthatatlan, de már jelen van)

## Jellemzők:

- A bőr felszíne simának tűnik nyugalmi állapotban.
- Csak akkor válik láthatóvá, ha összenyomjuk a bőrt.
- A nyirokkeringés már nem tökéletes, de még nincs jelentős zsírlarakódás.

## Javasolt kezelésszám: 10

Itt még a cellulit nem látható, de már jelen van ezért javasolt a kezelést elvégezni prevenció jelleggel. Célunk ebben a fázisban az állapot fenntartása, ezért felváltva használhatjuk a feszesítő és a méregtelenítő Wiener Kosmetikum termékeket.

**Kezelési javaslat a következő oldalon**



# 0. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Az **első 5 kezelés** során mindenképpen figyelembe kell venni, hogy a vendég vizesedik, ödémás vagy puffad-e?



Ha **IGEN**, akkor első lépésként a vizet szükséges kihajtani

### Fásli átítató:

- Steinölwickel

### Aromaolaj:

- Cellulit

### Utókezelő:

- Celu gel exclusive

# 0. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

### Ha **NEM** vizesedik

Amennyiben a vendég nem vizesedik, a jobb méregtelenítés a cél, mivel a nyirokrendszer segít eltávolítani a felhalmozódott toxinokat, salakanyagokat és más káros anyagokat. Ha a nyirokrendszer nem működik megfelelően, ezek az anyagok felhalmozódhatnak, ami hosszú távon egészségügyi problémákhoz vezethet. A nyirokrendszer tisztulása és a méregtelenítés segíthet a zsírraktárak csökkentésében is. Ha a méregtelenítés lelassul, több zsír halmozódhat fel a bőr alatt, amit a cellulit formájában láthatunk.

#### **Fásli átítató:**

- Alga Wickel

#### **Aromaolaj:**

- Cellulit

#### **Utókezelő:**

- Alga méregtelenítő gél

# 0. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

**Következő 5 kezelésként** jöhet a kötőszövet megerősítése. A kötőszövet erősítés is ajánlott prevenció jelleggel, bár a testünk ebben a stádiumban még rendkívül rugalmas és ellenálló. Azonban a kötőszövetek erősítése, ápolása és fenntartása hozzájárulhat a hosszú távú egészséghez és segíthet megelőzni különböző problémákat, amelyek később, az öregedés előrehaladtával jelentkezhetnek, mint pl. a petyhüdt bőr.

### Fásli átítató:

- Straffungswickel

### Aromaolaj:

- Wildblüte (kötőszövet javító)

### Utókezelő:

- Straffungsgel Medium (melegítő hatású)
- Nachbehandlungsgel zur Straffung (hűsítő hatású)

# 0. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

### + Tippek

- megfelelő vízfogyasztás elengedhetetlen a bőr és a kötőszövetek hidratálásában. A dehidratált bőr merevebbé válhat, ami elősegítheti a cellulit megjelenését. A napi legalább 1,5–2 liter víz elfogyasztása segíti a méregtelenítést és a bőr simaságának megőrzését.
- heti egyszeri száraz bőrradírozás vagy keféss masszázss serkenti a vérkeringést és segíti a bőr simaságának megőrzését.

**Amennyiben ezeket a lépéseket betartjuk és figyelünk a testünk jelzéseire, akkor hosszú távon fenntartható a 0. stádium.**

# 1. Stádium

Látható cellulit (álló helyzetben, de fekve nem észrevehető)

## Jellemzők:

- A narancsbőr álló helyzetben látható, de ha lefekszel, eltűnik.
- A nyirokkeringés és a véráramlás már jelentősen lelassult.
- A zsírsejtek elkezdik magukhoz vonzani a méreganyagokat és vizet, ezért a szövetek ödémássá válhatnak.



## Javasolt kezelésszám: 10-15

A cellulit kezdeti fázisa, amikor még nem látszanak gödröcskék a bőrön, de a bőr felszíne már érzékelhetően eltérhet a simaságától, és egy kicsit "narancshéj" hatás érezhető. Ilyenkor a cellulit jellemzően még nem látható a bőr felszínén, csak tapintásra érezhető. Az 1. stádiumban a cellulit még megelőzhető vagy lassítható, és a megfelelő életmóddal és Wiener testtekerccseléssel megakadályozhatjuk a probléma súlyosbodását.

Kezelési javaslat a következő oldalon

# 1. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Az **első 5 kezelés** során mindenképpen figyelembe kell venni, hogy a vendég vizesedik, ödémás vagy puffad-e?



Ha **IGEN**, akkor első lépésként a vizet szükséges kihajtani

### Fásli átítató:

- Steinölwickel

### Aromaolaj:

- Cellulit

### Utókezelő:

- Alga fezesítő

# 1. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Ha **NEM vizesedik**, akkor az **első 5 kezelésnél** a méregtelenítés a cél.

Amennyiben a vendég nem vizesedik, a jobb méregtelenítés a cél, mivel a nyirokrendszer segít eltávolítani a felhalmozódott toxinokat, salakanyagokat és más káros anyagokat. Ha a nyirokrendszer nem működik megfelelően, ezek az anyagok felhalmozódhatnak, ami hosszú távon egészségügyi problémákhoz vezethet. A nyirokrendszer tisztulása és a méregtelenítés segíthet a zsírraktárak csökkentésében is. Ha a méregtelenítés lelassul, több zsír halmozódhat fel a bőr alatt, amit a cellulit formájában láthatunk.

### Fásli átítató:

- Alga Wickel

### Aromaolaj:

- Cellulit

### Utókezelő:

- Alga méregtelenítő gél

# 1. Stádium

A **következő 5 kezelés** során a kezdődő cellulit kezelése és a feszesítés veszi át a szerepet.

## Fásli átitató:

- Straffungswickel

## Aromaolaj:

- Wildblüte (kötőszövet javító)

## Utókezelő:

- Nachbehandlungsgel zur Straffung (húsító hatású)

## Ajánlott termékek és kezelés:

Az **utolsó 5 kezelés** során a cél a további feszesítés.

## Fásli átitató:

- Aromawickel Medium

## Aromaolaj:

- Cellulit

## Utókezelő:

- Celu gel exclusive

# 1. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

### + Tippek

- Egészséges táplálkozás: Antioxidánsokban gazdag ételek, mint pl. a bogyós gyümölcsök, zöld tea, párolt zöldség, ezek segítik a bőrt a regenerálódásban.
- Megfelelő vízfogyasztás elengedhetetlen a bőr és a kötőszövetek hidratálásában. A dehidratált bőr merevebbé válhat, ami elősegítheti a cellulit megjelenését. A napi legalább 1,5–2 liter víz elfogyasztása segíti a méregtelenítést és a bőr simaságának megőrzését.
- A dohányzás és az alkohol fogyasztás kerülése.

**Ezzel a kezelés kúrával jelentősen és látványosan javítható az állapot.**

Az ideális állapot fenntartása érdekében javasolt a további kezelések időszakos elvégzése

## 2. Stádium

Közepesen súlyos cellulit (álló és fekvő helyzetben is látható)

### Jellemzők:

- A narancsbőr már fekvő helyzetben is jól látható.
- A bőr alatt csomók tapinthatók, mert a zsírsejtek összetapadnak és nyomják a kötőszövetet.
- A vérkeringés és a nyirokkeringés jelentősen lelassult.



## Javasolt kezelésszám: 18-20

Már láthatóbb formát mutat, mint az 1. stádium, és a bőrön láthatóvá válik a narancsbőr különösen, ha a bőrt összenyomjuk. A bőr felülete már **gödröcskéket és dudorokat mutathat, és ez az állapot már könnyebben észrevehető szabad szemmel is. A cellulit ebben a stádiumban már nemcsak tapintásra, hanem vizuálisan is észlelhető, főleg a combokon, fenéken és hason.**

Kezelési javaslat a következő oldalon

## 2. Stádium

### Ajánlott termékek és kezelés:

Az **első 5 kezelés** során mindenképpen figyelembe kell venni, hogy a vendég vizesedik, ödémás vagy puffad-e?



Ha **IGEN**, akkor első lépésként a vizet szükséges kihajtani

#### Fásli átítató:

- Steinölwickel

#### Aromaolaj:

- Cellulit

#### Utókezelő:

- Alga fezesítő

# 2. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Ha **NEM** vizesedik, akkor az **első 5 kezelésnél** a méregtelenítés a cél.

Amennyiben a vendég nem vizesedik, a jobb méregtelenítés a cél, mivel a nyirokrendszer segít eltávolítani a felhalmozódott toxinokat, salakanyagokat és más káros anyagokat. Ha a nyirokrendszer nem működik megfelelően, ezek az anyagok felhalmozódhatnak, ami hosszú távon egészségügyi problémákhoz vezethet. A nyirokrendszer tisztulása és a méregtelenítés segíthet a zsírraktárak csökkentésében is. Ha a méregtelenítés lelassul, több zsír halmozódhat fel a bőr alatt, amit a cellulit formájában láthatunk.

### Fásli átítató:

- Alga Wickel

### Aromaolaj:

- Cellulit

### Utókezelő:

- Alga méregtelenítő gél

# 2. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Miután a nyirokrendszer működését beindítottunk és belsőleg megtisztítottuk a szervezetet, azután kezdetét veheti a bőr struktúrájának visszaállítása-javítása. Ahhoz, hogy a kellő eredményt elérjük, a belső és külső tisztítás kéz a kézben jár.

A **következő 3 kezelésnél** a következő termékeket érdemes használni

### Fásli átítató:

- Straffungswickel

### Aromaolaj:

- Wildblüte (kötőszövet javító)

### Utókezelő:

- Nachbehandlungsgel zur Straffung (hűsítő hatású)

## 2. Stádium

### Ajánlott termékek és kezelés:

Ezek után kezdhetünk el a cellulitra koncentrálni, de ezt is érdemes két fokozatban csinálni a legjobb hatás érdekében. A **következő 5 kezelést** az alábbi kozmetikumokkal:

#### Fásli átítató:

- Aroma Wickel Medium

#### Aromaolaj:

- Cellulit

#### Utókezelő:

- Celu Gel exclusive (melegítő)
- Celu Gel Cool Hot

## 2. Stádium

### Ajánlott termékek és kezelés:

Amikor a vendég már “hozzászokott” az előző kezelések alkalmaival használt termékekhez, akkor a **következő 5 kezeléshez** válthatsz erősebbekre. Amennyiben még mindig azt látod, hogy a kezelések között látványos javulás tapasztalható, úgy folytathatod az előzővel

#### Fásli átítató:

- Aromawickel Medium
- Aromawickel Extra

#### Aromaolaj:

- Cellulit
- Bergkräuter

#### Utókezelő:

- Celu Gel exclusive (melegítő)
- Celu Gel Cool Hot

## 2. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

### + Tippek

- A száraz bőrradírozás javítja a vérkeringést és serkenti a bőr regenerálódását. Heti 1-2 alkalommal végezhet sz bőrradírozást, hogy elősegítsd a bőr simaságát.
- Megfelelő vízfogyasztás elengedhetetlen a bőr és a kötőszövetek hidratálásában. A dehidratált bőr merevebbé válhat, ami elősegítheti a cellulit megjelenését. A napi legalább 1,5–2 liter víz elfogyasztása segíti a méregtelenítést és a bőr simaságának megőrzését.
- Egészséges táplálkozás: Antioxidánsokban gazdag ételek, mint pl. a bogyós gyümölcsök, zöld tea, párolt zöldség, ezek segítik a bőrt a regenerálásban.
- Otthoni ápolás, olyan krémekkel melyek tartalmaznak koffeint és retinolt. A krémeket használd minden nap és masszírozd be körkörös mozdulatokkal a problémás területet.
- Kerüld a feldolgozott ételeket, mint a nagy mennyiségű só, cukor és telített zsírok. Ezek növelhetik a vízvisszatartást, ami később a cellulit fokozódásához vezethet.

**Ebben a fázisban, ahhoz hogy látványos javulást érzünk el, fontos a kezelés rendszeressége és a kiegészítő tippek beépítése a mindennapjainkba.**

# 3. Stádium

**Kösúlyos cellulit (kemény csomók, fájdalmas tapintásra)**

## Jellemzők:

- A bőr erősen egyenetlen, a csomók kézzel tapinthatók és akár fájdalmasak is lehetnek.
- A vérkeringés és nyirokkeringés lelassulása miatt a szövetekben jelentős méreganyag-halmozódás van.
- A bőr kötőszöve megkeményedett, és a cellulit csökkentése hosszabb időt vehet igénybe.



**Javasolt kezelésszám:  
20-30**

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

### Bevezetés

Legelőrehaladottabb formája a cellulitnak és a bőrön jelentősen észrevehetőek a mélyebb gödrök, dudorok, valamint a "narancshéj" hatás egyértelműen látható. Ez a stádium már nemcsak tapintásra, hanem vizuálisan is jelentős mértékben kifejeződik, és a bőr felületén mélyebb, szabálytalan, akár gödrös struktúra alakul ki. A zsírszövetek, a kötőszövetek és a keringés problémái mind hozzájárulnak ahhoz, hogy a cellulit ebben a stádiumban már nehezen kezelhető, és az állapot rosszabbodhat, ha nem történik semmi. A cellulit 3. stádiuma már jelentős beavatkozást igényel, és bár teljes eltüntetése nem mindig lehetséges, azonban Wiener testtekerccseléssel jelentősen segíthetnek javítani a bőr állapotát és csökkenteni a cellulit megjelenését. Itt rendszeresen és hosszú távon kell használni a Wiener testtekerccselést. Az elért siker megőrzése érdekében a kezeléseket soha nem szabad teljesen abbahagyni. A 2.szakaszhoz hasonlóan a vendégnek meg kell tennie a további intézkedéseket a lehető legjobb siker eléréséhez. A 3. stádiumu cellulit esetén hívjuk fel a vendég figyelmét, hogy a megfelelő siker eléréséhez 20-30 aromaterápiás kezelés szükséges. A vendég a 10. kezelés után jelentős javulást tapasztal a bőrén, ezért örömmel folytatja a kezeléssorozatot. Kérjük, vegye figyelembe, hogy minden 3. stádiumú cellulitnál elengedhetetlen, hogy lábujjaktól a térdeken keresztül egészen a mellkas tövéig tekerccselünk.

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Az **1-8 kezelés** során mindenképpen figyelembe kell venni, hogy a vendég vizesedik, ödémás vagy puffad-e?



Ha **IGEN**, akkor első lépésként a vizet szükséges kihajtani

### Fásli átítató:

- Steinölwickel

### Aromaolaj:

- Cellulit

### Utókezelő:

- Alga fezesítő

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Ha **NEM** vizesedik, akkor az **1-8 kezelésnél** a méregtelenítés a cél.

Amennyiben a vendég nem vizesedik, a jobb méregtelenítés a cél, mivel a nyirokrendszer segít eltávolítani a felhalmozódott toxinokat, salakanyagokat és más káros anyagokat. Ha a nyirokrendszer nem működik megfelelően, ezek az anyagok felhalmozódhatnak, ami hosszú távon egészségügyi problémákhoz vezethet. A nyirokrendszer tisztulása és a méregtelenítés segíthet a zsírraktárak csökkentésében is. Ha a méregtelenítés lelassul, több zsír halmozódhat fel a bőr alatt, amit a cellulit formájában láthatunk.

### Fásli átítató:

- Alga Wickel

### Aromaolaj:

- Cellulit

### Utókezelő:

- Alga méregtelenítő gél

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

Mint ahogyan már az előzőleg is írtuk, a nyirokvezetés alapkezelése (központi terület megtisztítása) felgyorsítja a hatást. Ezért szükséges mindig elsődlegesen a méregtelenítés vagy a vízajtás, amit követni tud a bőr megszépítése.

### Kezelések: 9-12

#### Fásli átitató:

- Straffungswickel

#### Aromaolaj:

- Wildblüte (kötőszövet javító)

#### Utókezelő:

- Nachbehandlungsgel zur Straffung (hűsítő hatású)
- Straffungsgel (melegítő)

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

A további kezeléseket a következő ütemben és termékekkel javasoljuk. Itt mindenképpen figyelembe kell venni, hogy mivel egy komplex kezeléskúráról van szó ezért minden szakaszt addig kell végezni, amíg a vendég teste pozitívan reagál. Amikor már nem látsz nagyobb változást, akkor válts a következő szakaszra.

### Kezelések: 13-17

#### Fásli átítató:

- Aromawickel Medium

#### Aromaolaj:

- Bergkräuter

#### Utókezelő:

- Celu gel exclusive
- Celu Gel Cool-Hot



### Kezelések: 18-

#### Fásli átítató:

- Aromawickel Extra

#### Aromaolaj:

- Fahéj

#### Utókezelő:

- Celu gel extra

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

A Fatburn & Slim termékcsaládot abban az esetben szükséges beépíteni a kezelési tervbe, ha a vendégnek zsírvesztésre is szüksége van. Ebben az esetben az első 5-6 alkalommal marad főszerepben a méregtelenítés, majd a következő kezelési sorozatot javaslom:

### Kezelések: 6-8

#### Fásli átítató:

- Fatburn & Slim Wickel Medium

#### Aromaolaj:

- Fatburn & Slim termoolaj Medium

#### Utókezelő:

- Fatburn & Slim gél Soft

### Kezelések: 9-11

#### Fásli átítató:

- Aroma Wickel Medium

#### Aromaolaj:

- Bergkäuter

#### Utókezelő:

- Celu Gel exclusive ( melegítő)
- Celu Gel Cool Hot

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

### Kezelések: 12-14

#### Fásli átitató:

- Straffungswickel

#### Aromaolaj:

- Wildblüte (kötőszövet javító)

#### Utókezelő:

- Nachbehandlungsgel zur Straffung (hűsítő hatású)
- Straffungsgel (melegítő)

### Kezelések: 15-17

#### Fásli átitató:

- Fatburn & Slim Wickel Extra

#### Aromaolaj:

- Fatburn & Slim termoolaj Extra

#### Utókezelő:

- Fatburn & Slim gél HOT

# 3. Stádium

## Ajánlott termékek és kezelés:

### + Tippek

- Súlyos nyirokpangás, valamint ennek megfelelő elhízás esetén célszerű lenne, ha a vendég a wiener testtekerceselés mellett valamilyen plusz mozgást, sportot is végezne. Ez fokozza a zsíryanycserét, és támogatja a nyirokrendszert a salakanyagok kiszívásában.
- A száraz bőrradírozás javítja a vérkeringést és serkenti a bőr regenerálódását. Hetente többször végezhet sz bőrradírozást, hogy elősegítse a bőr simaságát
- Megfelelő vízfogyasztás elengedhetetlen a bőr és a kötőszövetek hidratálásában. A dehidratált bőr merevebbé válhat, ami elősegítheti a cellulit megjelenését. A napi legalább 1,5–2 liter víz elfogyasztása segíti a méregtelenítést és a bőr simaságának megőrzését.
- Egészséges táplálkozás: Antioxidánsokban gazdag ételek, mint pl. a bogyós gyümölcsök, zöld tea, párolt zöldség, ezek segítik a bőrt a regenerálásban.
- Otthoni ápolás, olyan krémekkel melyek tartalmazznak koffeint és retinolt. A krémeket használd minden nap és masszírozd be körkörös mozdulatokkal a problémás területet.
- Kerüld a feldolgozott ételeket, mint a nagy mennyiségű só, cukor és telített zsírok. Ezek növelhetik a vízvisszatartást, ami később a cellulit fokozódásához vezethet.
- A stressz növeli a kortizol szintet, ami hozzájárulhat a zsír felhalmozódásához. A stresszkezelési technikák segíthetnek csökkenteni a cellulitot is. Legyen ez akár jóga vagy meditáció.

**Ebben a fázisban a legfőbb cél a bőr látványának javítása. A kellemesebb tapintás elérése. Fontos a kezelés rendszeressége és folytonossága. Emellett kiegészítő tippek beépítése a mindennapjainkba. Életmódváltás.**

## Fontos!

Minden ember szervezete más, ezért nagyon fontos, hogy a különböző stádiumokra adott kezelésszámok eltérhetnek, akár pozitív, akár negatív irányba. Minden vendégnél fontos figyelni a vendég testének reakcióit a kezeléseik alkalmával. Ha egy vendég gyorsabban pozitív javulást mutat úgy akár kevesebb kezelésszám is elegendő lehet. Viszont amennyiben lassabban reagál a szervezet, úgy az adott szakaszt lehet folytatni a megadott termékekkel. Ez ugyanúgy igaz arra az állapotra is amikor egy vendég már gyorsabban, kevésbé reagál a megadott termékekre, akkor érdemes erősebb kozmetikumokat használni, azonban itt is szükséges figyelni a kezeléseik közötti reakciókat.



# Kérdésed van? Segítek!

Ha maradt még nyitott kérdésed vagy szeretnél valamit tisztázni, akkor nyugodtan keress és segítek a vendégeidnek célzott kezelési javaslatot adni.

**KAPCSOLAT:**

## Balog Helga



**Telefon :**

+36 30 847 25 01



**E-mail cím :**

hello@wienerkozmetikum.hu



# KÖSZÖNJÜK!

**WIENER**  
kozmetikum 

