

Máte celulitidu? Nezabírá cvičení ani strava, co máte dělat?

Napsal uživatel Michal Palán

Pátek, 23 Září 2016 18:13 - Aktualizováno Pátek, 23 Září 2016 18:19

Bohužel cvičení ani strava příliš nepůsobí na stav celulitidy, protože zásadním způsobem neovlivní vlastní příčinu jejího vzniku. Celulitida vzniká zmnožením, zbytněním a postupným tuhnutím vláknité struktury kůže a podkožního vaziva s následnou změnou metabolismu a růstem tukových buněk.



Je to důsledek zastavení vývoje proteinů a jimi vázané vody, případně dalších makromolekulárních látek v tkáních postižených nedostatečnou lymfatickou drenáží. Zhoršený odtok lymfy spustí řadu patologických pochodů, které vedou ve „zhuštění“ vazivové sítě. Odpadní látky, tukové kapénky se potom ve větší míře ukládají do tukových buněk.

vTento stav v podkožním vazivu může obnovit pouze odborně provedená manuální [lymfodrenáž](#) (dále jen MLD). MLD je základem každé efektivní léčby i prevence celulitidy. Pokud se neprovede MLD tak se nezlepší funkce lymfatického systému a lymfatický oběh, také nedojde k uvolnění „lymfatického řečiště“ a odtokové cesty. Bez provedení MLD nemůžeme čekat, že na projevy celulitidy bude něco účinkovat. Vstřebat a odtransportovat molekuly bílkovin (proteinu) mohou v těle pouze lymfatické kapiláry.

Máte celulitidu? Nezabírá cvičení ani strava, co máte dělat?

Napsal uživatel Michal Palán

Pátek, 23 Září 2016 18:13 - Aktualizováno Pátek, 23 Září 2016 18:19

Jiné metody v boji „proti celulitidě“ (přístrojová MLD, kosm. přípravky, anticelulit.zábaly atp.) nemohou sami o sobě stav celulitidy trvale zlepšit ani zastavit její zhoršování – mohou působit jen jako pomocné metody po odborně provedené MLD