Процедуры с голубой глиной

**Голубая глина в косметологии. Наиболее распространенные процедуры:**

**1. Обертывания** с глиной. Все ведущие производители косметики вводят глину в состав средств как превосходный пластификатор. Эффект от обертывания голубой глиной: антицеллюлитный, вывод шлаков, хорошо использовать ее в бане, она очищает поры, впитывает жир, насыщает кожу микроэлементами. Обертывания голубой глиной часто делают для подготовки кожи в курсу водорослевых обертываний.

**2. Укутывания** - разновидность обертываний. Часто эту процедуру называют «Испанский плащ». Для ее проведения пропитывают простыню глиняным раствором или намазывают пастой. Простыня накладывается на тело, укутывается пленкой, одеялом. На кожу состав наносится на 40 -60 минут, 2 раза в неделю. В первые минуты процедуры пациента знобит, потом ему становится тепло, появляется сонливость. 40мин-1,5 ч 2 раза в неделю)

**3. Компрессы** Пасту выложить на марлю, приложить к телу, укутать.

**4. Глиняный массаж** Можно выполнять по любой маске-пасте с присутствием глины. Перед массажем производится диагностика с помощью глины. Глина наносится на тело, на тех участках, где голубая глина темнеет, имеются неблагоприятные изменения в организме.

**5. Глиняные ванны**

**6. Растирания глиной**

Согласно древней легенде, Бог создал человека из глины. Древние считали глину даром бога, лечили ею много заболеваний, еще не понимая механизма действия. Голубая глина – одна из древнейших, формировалась, когда на земле еще не было жизни, 500-600 млн лет назад, сейчас ее слой залегает на глубине 80-100 м, т.е. полностью чист от техногенных загрязнений (техногенный слой – до 14 м). именно голубую глину Россия экспортировала еще в дореволционный период.

Глина - осадочная порода, в ней совсем нет витаминов, но много микро- и макроэлементов. Она имеет много прекрасных свойств: тонизирует, смягчает, очищает и дезинфицирует кожу, позволяя улучшить ее цвет, активизирует кровообращение (создает приток крови к поверхности тела), улучшает обмен веществ в коже, так как является чистым набором микро и макроэлементов (более 30 макро- и микроэлементов), и, нормализуя минеральный состав организма, регулирует обменные процессы, укрепляет иммунитет, борется с воспалениями, очищает от угрей, оказывает помощь даже при переломах, благодаря кристаллической структуре хорошо поглощает из кожи токсические и радиоактивные вещества, используют для снятия стрессов. Именно голубая глина наиболее часто и давно использовалась в народной и нетрадиционной медицине. Цвет глины зависит от соотношения минералов в ее составе.

**Голубую глину часто используют в лечебных целях** при заболеваниях суставов (артириты, полиартриты), связок, ушибах, после переломов, для опухших век, при мастопатии, лучевой болезни в начальной стадии, при варикозе, псориазе в виде аппликаций. Глина действует без осложнений и побочных эффектов. Механизм физиологического влияния глины сходен с грязелечением и основан на богатом минеральном составе, сочетании большой теплоемкости и малой теплопроводности. В составы с глиной можно и нужно добавлять морскую и озерную соль.