



Ingele Hallström.

INFRARÖTT LJUS

Helande skönhetsbehandling



Ingele Hallström och hennes företag Sensei introducerade infraröda behandlingar på den Svenska marknaden redan 2003. Nu är tekniken hetare än någonsin på grund av sina hälso- och skönhetsfrämjande egenskaper och detoxmöjligheter.

AV JOAKIM HAYENHJELM



STÖRSTA DELEN AV solens energi kommer från det infraröda frekvensområdet. Infrarött är en form av strålningsvärme som värmer objekt direkt utan att värma kringliggande luft, och människor absorberar naturligt den värmen. Den infraröda värmen är påtaglig när man exempelvis är ute en solig dag och känner att det direkt blir kallare när ett moln passerar trots att värmen i luften är densamma i skuggan. Den används inom en rad olika områden idag, bland annat till förtidigt födda barn på BB, i fjärrkontroller och i värmelampor på uteplatser. Det senaste användningsområdet är inom hälsa och skönhet.

Sensei är ledande i Norden när det kommer till behandlingar med infrarött ljus. Det är framförallt Sensei Resonans och Sensei Professional – medicinskt godkända, högkvalitativa, infraröda behandlingsmaskiner för professionellt bruk som omsluter kroppen – som blivit heta i och med alla salonger, span och medical span som har öppnat upp överallt på senare år i kombination med hög efterfrågan på effektiva och naturliga skönhetsbehandlingar. Bland annat erbjuder det välkända spat Yasuragi utanför Stockholm Senseibehandlingar.

– Idag belastas huden hårt på grund av alla kemikalier runt omkring oss vilket gör att kroppen inte kan fungera normalt. Under en infraröd ljusbehandling strålar det infraröda ljuset (osynligt för våra ögon) djupt in i vävnaden i huden, och det uppstår en resonans med cellerna som ökar kroppsvärmen. Behandlingen ökar blodcirkulationen och ämnesomsättningen, och trots lägre upplevd temperatur svettas man 2-3 gånger mer än i en traditionell bastu. Det innebär att man också gör sig av med mer skadliga slaggprodukter och toxiner. Den infraröda värmen lindrar även inflammation, smärta och verk i exempelvis muskler och leder genom inverkan på nerverändrar, samt genom en ökad endorfinpro-

duktion, som också sker på grund av värmen.

Enligt flera undersökningar bidrar kombinationen av den ökade cirkulationen i lymfan och blodflödet, samt detoxeffekten som Ingele nämnde, till att stimulera kroppens immunförsvar och därmed cellförnyelsen – en välkänd process för hudförnyring. Kroppens kapillärer vidgas också av värmen, vilket förbättrar mikrocirkulationen som för näring ut i huden. Det innebär att en behandling med infrarött ljus även har anti-age egenskaper och förbättrar hudens spänst och lyster.

– Jag hade själv jättetorr hud på vintern förut och det kunde klia, men nu blir min hud aldrig så torr mer, även om jag inte har gjort en behandling på ett tag. Man behöver inte heller smörja in sig lika mycket eftersom huden är mer mottaglig och absorberas fortare. Hudåkommor som exempelvis eksem, akne, psoriasis, ojämn hudton, men även sår läkning och ärr kan lindras i samband med en behandling.

Många menar att de även sover bättre efter en behandling med infrarött ljus.

– Min djupsömn blir direkt hundra gånger bättre efter en behandling. Man kan också känna sig lite trött om man inte gjort en behandling på väldigt länge på grund av att kroppen måste jobba med alla processer som sätts igång, men då kommer piggheten dagen efter. När man kommer direkt ur en behandling känner man sig starkare och lugnare – en total kroppsnärvaro.

Sammanfattningsvis kan vi konstatera att infrarött ljus är en säker och holistisk skönhetsbehandling som verkar inifrån och ut med många goda hälso- och skönhets effekter som följd, vilket får oss att förstå varför behandlingen är på uppgång. ■

www.senseiscandinavia.se