

# Gua Sha – płytka do masażu twarzy, która odmieni Twój rytuał pielęgnacyjny

Data publikacji: 5.03.2021 10:15

Tak wiele mówi się ostatnio o masażu twarzy. Na rynku kosmetycznym pojawiło się całe mnóstwo akcesoriów, które pomogą Ci w przeprowadzeniu takiego zabiegu w domowych warunkach. Jednym z nich jest płytka (czasami nazywana także skrobakiem) Gua Sha. Opowiemy o tym, jak wygląda oraz wskażemy, jakie efekty możesz dzięki niej uzyskać.

□

## Czym jest Gua Sha?

Ten przyrząd już od wielu wieków jest stosowany w medycynie chińskiej – głównie ma na celu uśmierzyć ból oraz dostarczyć ukojenia nadwyrężonym mięśniom. „Gua” dosłownie oznacza „skrobanie”, natomiast „Sha” – „zaczerwienienie”. Faktycznie, skóra po masażu płytką Gua Sha jest lekko zarumieniona, lecz nie przejmuj się – taki obrzęk szybko znika, a Ty możesz cieszyć się naprawdę spektakularnymi efektami (oczywiście wtedy, gdy regularnie z niej korzystasz).

Już na pierwszy rzut oka na pewno zwróciłaś uwagę, że ten produkt znacznie różni się wyglądem od standardowego rollera do twarzy. Ma bowiem formę płaskiej płytki, która kształtem przypomina nieco serce. Najczęściej wykonana jest z jadeitu lub różowego kwarcu, jednak ostatnio na rynku można zdobyć również te wytworzone z ametystu, kryształu górskiego bądź też awenturyny.

Z pomocą tego akcesorium możesz wykonać zarówno masaż twarzy, jak i całego ciała. Jednak ta druga opcja wymaga większego doświadczenia w użytkowaniu Gua Sha. Właśnie dlatego dziś skupimy się na plusach wynikających z użytkowania tego akcesorium na twarzy.

## Co może Ci zaoferować masaż płytką Gua Sha?

Obrzęki powstające na cerze bardzo często spowodowane są zaburzonym drenażem limfatycznym. Płytka Gua Sha reguluje prawidłowy przepływ limfy, a dodatkowo pobudza krążenie krwi. Dzięki temu intensywnie wpływa na rozświetlenie oraz pozbycie się zasinień i opuchlizn. To doskonała wiadomość dla osób, które pomimo wyspania się mają problem ze zbyt ziemistym kolorytem cery. Po użyciu Gua Sha skóra nie będzie już wyglądała na zmęczoną. Mało tego, regularne wykonywanie masażu może wpłynąć na poprawę konturu Twojej twarzy oraz spłycić drobne zmarszczki. Chyba każda z nas chciałaby, by jej cera wyglądała na młodszą – z Gua Sha jest to jak najbardziej osiągalne!

Najbardziej skuteczny masaż Gua Sha powinien być wykonywany na uprzednio natłuszczonej skórze. Najlepiej w tym wypadku sprawdzi się serum lub ulubiony olej. Takie działanie nie tylko polepszy poślizg płytki, lecz także dodatkowo wspomogę wchłanianie kosmetyku w głębsze warstwy tkanki.

Masażery Gua Sha stają się coraz bardziej popularne na całym świecie. Nic dziwnego! Oprócz tego, że zabieg przeprowadzony za pomocą takiego gadżetu jest niesamowicie relaksujący, to z czasem możemy dzięki niemu dostrzec naprawdę spektakularne efekty. Przez zakupem koniecznie sprawdź różne pozostałe rodzaje masażerów do twarzy i wybierz taki, który najbardziej sprosta Twoim wymaganiom: [makeup.pl/categories/222989/](https://makeup.pl/categories/222989/)

Anna Chrząstek

*Artykuł sponsorowany*