ทำอย่างไร?..เซลลูไลต์จะหายจากน่องอันเรียวงามของคุณ....!!

นำเสนอเมื่อ : 11 ก.ค. 2552

"โอ๊ย...อิจฉาค่ะหมอ อิจฉาจนไม่อยากไปเดินใกล้ๆ เลยค่ะ"
เสียงคนไข้สาวสวยของหมอคนหนึ่งบนอุบอิบๆให้ฟังเธอเลาวาอิจฉาสาวๆที่นุ่งสั้น อวดเรียวขาสวยๆ
โดยปราศจากผิวเปลือกสม.....

ที่จริงหมอว่าสำหรับคนไข้หมอรายนี้ ก็ไม่ได้มีเรียวขาใหญ่ หรือน่องหูแต่อย่างใด
มีเพียงปัญหาเดียวที่เป็นอุปสรรคต่อการนุ่งสั้นของเธอคือ รอยตะปุ่มตะป่ำเหมือนผิวสม นี่ละค่ะ

รอยตะปุ่มตะป่ำเหมือนผิวส้มนี้เรียกทางการแพทย์ว่า **เซลลูไลต์** มักเกิดในผู้หญิงมากกว่าผู้ชายเสียด้วยซิคะ
นั่นก็เพราะผู้หญิงมีชั้นผิวหนังที่บางกว่า แถมปัจจัยอื่นๆ ที่ถาโถมเข้ามา ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน
การรับประทานยาบางประเภทที่มีผลต่อการผลิตฮอร์โมน การรับประทานอาหารไม่มีคุณภาพ ออกกำลังกายไม่เพียงพอ
ล้วนส่งผลให้เกิดเซลลูไลต์ได้ทั้งสิ้นคะ

เจ้าเซลลูไลต์นี้ มีลักษณะเป็นของเหลวที่ประกอบด้วยไขมัน น้ำ และของเสียที่ถูกเก็บกักไว้ใต้ชั้นผิว
ตามปกติร่างกายจะขับของเหลวเหล่านี้ออกไปได้เอง แต่หากการไหลเวียนของเหลวใต้ชั้นผิวติดขัด
ร่างกายก็ไม่สามารถระบายของเสียเหล่านี้ออกไปได้ นานวันเข้ามันก็จะสะสมเป็นก้อนคลื่นอย่างที่เห็นนี่แหละค่ะ
แถมมันมักไม่เจาะจงเลือกเฉพาะคนอ้วนดวยนะคะ **สาวผอมร่างเล็กก็อยาชะล่าใจไปคะ คุณมีโอกาสเกิดเซลลูไลต์ได้เท่าๆ กับสาวร่างอวบหรืออ้วนเหมือนกัน**

**รู้แบบนี้แล้วถึงเวลากำจัดเซลลูไลต์แล้วหรือยังคะ...เอ้า...มาเริ่มกัน เริ่มต้นจากการดูแลเรื่องอาหาร
ดื่มน้ำวันละ 2 ลิตร รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เน้นผัก ผลไม้ที่มีกากใยมากๆ เพื่อการขับถ่ายที่ดี
และเพื่อให้ของเหลวใต้ผิวหนังไหลเวียนดี รวมทั้งการออกกำลังกายทุกวัน
ซึ่งนับว่าช่วยป้องกันการเกิดเซลลูไลต์ได้ดีทีเดียว**

**อืม...ที่ว่ามาช่วยป้องกันการเกิดเซลลูไลต์ได้ค่ะ
อ้าว...แล้วที่เกิดขึ้นมาแล้วละคะ...หาทางกำจัดมันออกไปให้ไกลๆ
ตัวอย่างไรดีละ...เพราะความจริงอันแสนปวดใจอีกข้อคือ เมื่อเกิดเซลลูไลต์ขึ้นมาแล้ว
การหาทางกำจัดด้วยตัวเองนั้นยากยิ่งกว่าคะ แบบนี้หมอว่ามาหาทางลัดช่วยดีกว่าไหมคะ**

**เอ้า! ออกกำลังกายช่วยได้ค่ะ แต่ถ้ายังไม่ทันใจอาศัยเทคโนโลยีทางการแพทย์ช่วยคุณดีกว่า
แล้ววิธีไหนดีเอ่ย?? มาดูกันคะ**

**1. ฉีดก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ทางการแพทย์เข้าไปทำลายเซลล์ไขมันให้แตกออก
แล้วให้ร่างกายกำจัดออกเองก็ได้คะ หรือถ้าไม่ชอบเข็ม อืม...แนะนำอัลตราซาวด์สลายไขมันแทนคะ
เพราะเป็นเทคนิคที่ช่วยในการทำลายก้อนไขมันส่วนเกินที่สะสมอยู่เฉพาะที่อย่างเจาะเซลลูไลต์นี่ได้ผลดี กระบวนการ คือ
การใช้คลื่นอัลตราซาวด์เข้าไปทำลายผนังเซลล์ของเซลล์ไขมันให้แตกเป็นอณูขนาดเล็ก
ที่สามารถขับออกจากร่างกายได้ง่ายตามระบบการไหลเวียนของร่างกายปกติ
หรือจะเป็นคลื่นความถี่วิทยุที่จะช่วยทำลายเซลล์ไขมันได้ และช่วยกระชับผิวหนังให้ฟิตและเฟิร์มได้อีกด้วย**

**2. หรือคนที่ทั้งกลัวเข็ม กลัวเครื่องก็มีตัวช่วย ที่เป็นอุปกรณ์ออกกำลังกายแบบเครื่องนวด เครื่องปั่น
เครื่องวิ่งพร้อมชุดสุญญากาศ ที่จะทำให้เพิ่มการเผาผลาญถึง 1,000 แคลอรี และกระตุ้นการหมุนเวียน
รวมทั้งการขับถ่ายของเสียได้ดีขึ้น โดยที่ไม่เหนื่อยและหักโหมจนเกินไป อีกทั้งได้ความแข็งแรงของกล้ามเนื้ออีกด้วย
เพิ่มเติม หรืออีกวิธีหนึ่งที่หลายคนชอบ เพราะไม่เสียเวลา ไม่เหนื่อย ไม่เจ็บตัว แค่งายๆสวมใส่
ใครๆก็ใส่ได้ ใส่ไปใส่มา หลายวันๆๆๆเข้าเส้นใยที่นวดคลาย นวดคลาย
ขัดสีผิวหนังด้วยแรงเสียดทานที่ผิวหนังด้วยเส้นใยไลคร่า100% ที่มีความยืดได้มาก 7
เท่าตัวแล้วหดกลับคืนโดยไม่มียืดยวยไปเลย แรงนวดคลายตัวนี้จะทำให้โมเลกุลไขมันแตกตัว
เกิดการเกลี่ยผิวหนังจะเรียบขึ้นภายในเวลาไม่นาน มีผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพนี้หลายตัว เช่น กางเกงขาสั้น ถุงน่อง
ถุงเท้า เป็นต้น ลองดูที่blog ด้านล่างนี้...นะคะ >>>**

***ปัญหาเซลลูไลต์แบบนี้พออายุมากขึ้น ไม่ว่าผอมหรืออ้วนก็เกิดขึ้นได้ทั้งนั้น* ทำลายความมั่นใจของสาวๆ
ได้มากทีเดียว ดีกรีของเซลลูไลต์ก็มีตั้งแต่ 1-4 เลยทีเดียว ก็คงต้องมาดูกันว่าเราจะกำจัด(ไข)
มันออกไปได้ด้วยวิธีใดบ้าง ก็ต้องดูตามปัญหาและลักษณะของเซลลูไลต์นี่แหละคะ**

**เอาเป็นว่าชอบวิธีไหนหรือชอบหมดทุกวิธีก็ไม่ว่ากัน เพราะการกำจัดเซลลูไลต์ที่จะได้ผลดี
อาจต้องใช้หลายวิธีร่วมกันคะ อะ อะ อย่าชะล่าใจนะคะ
รีบหาทางกำจัดและป้องกันเซลลูไลต์ก่อนที่จะสายเกินไปกันเถอะค่ะ ก็หมอบอกแล้วว่าป้องกันไม่ให้มันเกิด
ง่ายกว่าเอามันออกไปนะคะ .....**

**ชอบนุ่งสั้นหรืออยากกำจัดเซลลูไลต์.....?????? กรณีใดก็ตาม.....
หากชอบทางเลือกวิธีที่ 3 คลิกเลยคะ** http://yim-health.blogspot.com
ด้วยรักและปรารถนาดีคะ.....

ขอบคุณที่มาข้อมูลที่นี่.คอม