



# LYMFMASSAGE

## EN VÄG TILL BÄTTRE HÄLSA

Lymfmassage är en mjuk och avslappnande behandling som stimulerar kroppens lymfsystem – en viktig del av vårt immunförsvar. Lymfsystemet ansvarar för att transportera bort överflödiga vätska, slaggprodukter och toxiner, vilket bidrar till att hålla kroppen frisk och vävnader rena.

### Hur fungerar lymfmassage?

**Teknik:** Behandlingen utförs med lätta, rytmiska rörelser längs lymfbanorna och i riktning mot lymfkörtlarna.

**Syfte:** Främjar lymfvätskans flöde, löser upp blockeringar och minskar svullnad.

### Fördelar med lymfmassage

**Minskar svullnad:** Hjälper vid lymfödem eller svullnad på grund av ansamlad vätska efter skador eller kirurgiska ingrepp.

**Stärker immunförsvaret:**

Effektivare transport av toxiner och slaggprodukter kan boosta kroppens naturliga försvar.

**Lindrar inflammation:** Underlättar återhämtning vid skador eller kroniska inflammatoriska tillstånd.

**Främjar avslappning:** De mjuka rörelserna kan minska stress och bidra till ökat välbefinnande.

**Förbättrar hudens hälsa:** Rensar ut vätska och ökar blodcirkulationen för en friskare och mer elastisk hud.

### Passar för dig som...

- Har problem med lymfödem eller vätskeansamling.
- Vill lindra symtom av kronisk trötthet, inflammation eller fibromyalgi.
- Har genomgått kirurgi och vill minska svullnad eller påskynda återhämtningen.
- Söker en behandling som kombinerar avslappning och hälsovård.

### **Visste du?**

Ett välfungerande lymfsystem kan också bidra till att minska celluliter och främja kroppens naturliga avgiftningsprocesser.

070-561 82 46  
Info@hydrojet.se

**Besök:**  
[www.hydrojet.se](http://www.hydrojet.se)