

Dr. Caspari

EXCLUSIVEMENT POUR
DIADERMINE



Dr. Caspari
Massage Techniken

LABORATOIRES
DIADERMINE

Der Biorhythmus der Gesichtshaut

Q: Herr Dr. Caspari, warum sieht die Haut am Abend manchmal faltiger aus als am Morgen ?

Dr. C:

Unsere Haut folgt den gleichen Schlaf-Wach-Phasen wie unser Körper - Phasen der Anspannung und Erholung wechseln sich ab. Diese haben oft einen sichtbaren Einfluss auf das Gefühl und Erscheinungsbild der Haut.

- **Morgens** neigt die Haut zu Trockenheit, ihre Schutzfunktion ist sichtbar gemindert
- **Mittags** erreicht die Talgproduktion ihren Höhepunkt – die Haut wirkt glänzend.
- **Nachmittags:** Umwelteinflüsse, wie Klimaanlage, Sonneneinstrahlung, Abgase, Stress und körperliche Anspannung beeinflussen den Stoffwechsel der Haut.
- **Nachts** steigt die Durchblutung - Schädigungen der Haut werden repariert, die Zellerneuerung wird beschleunigt und die Talg Produktion wird verringert.

Warum Gesichtsmassage ?

Q: Wir wissen ja, dass Massagen gut zum Relaxen sind – aber helfen sie auch gegen Falten ?

Dr. C:

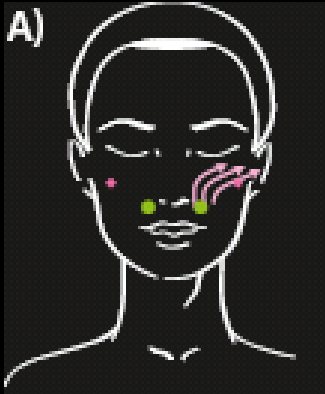
Oh Ja ! Falten entstehen nicht nur durch den Verlust von Hautsubstanzen in den tieferen Schichten der Haut, sondern auch durch eine Überbeanspruchung der Gesichtsmuskulatur – so genannte Mimikfalten entstehen. Zur Entspannung der Gesichtsmuskulatur empfiehlt sich 1-2x täglich eine Gesichts- und Nackenmassage durchzuführen. Die Techniken, die wir hier anwenden haben ihren Ursprung in der asiatischen Akupunktur und wurden auf moderne, dermo-ästhetische Anti-Aging-Behandlungen übertragen.

Die Massagetechniken basieren auf drei Hauptprinzipien:

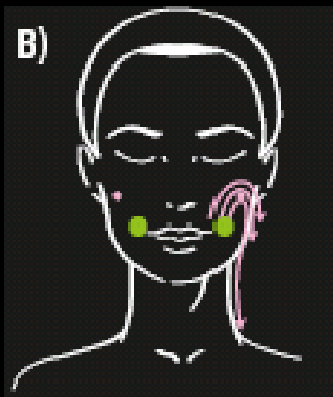
1. Sie entspannen die Gesichtsmuskulatur, beugen der Entwicklung von tiefen Linien vor und reduzieren Schwellungen.
2. Durch sanften Druck auf die Akupunkturpunkte wird das Nervensystem aktiviert, wodurch sich der gesamte Körper entspannt.
3. Die Massagetechniken ermöglichen eine sorgfältige und gleichmäßige Verteilung der Hautoberfläche mit der kostbaren Dr. Caspari Creme Formel mit hautähnlichen Substanzen wie Hyaluronsäure und Amino-M-Cell.

DERMO-IDENT Technik 1

Stressabbau & Anti-Schwerkraft



A) Streichen Sie sanft mit den Fingerspitzen vom dem Punkt unterhalb des Wangenknochens, der senkrecht unterhalb des Auges liegt zum obersten Punkt. Massieren Sie die Muskulatur oberhalb Ihrer Wangenknochen mit sanftem Druck in Halbkreisen von Innen nach Außen bis hin zu den Ohren. Der Wangenknochenmuskel hebt die Mundwinkel und sorgt für einen ausgeglichenen Ausdruck der unteren Gesichtspartien.



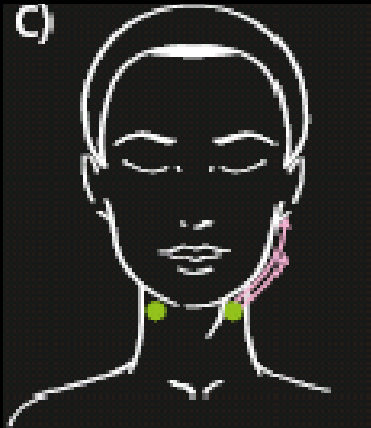
B) Suchen Sie zunächst die beiden Massage Punkte, die wir jetzt verwenden. Der eine Punkt (Punkt3) liegt in der weichen Kuhle neben den Mundwinkeln auf der Linie vom Mundwinkel zum Ohr. Der andere (Punkt4) liegt am ersten tastbaren Punkt unterhalb des Wangenknochens auf derselben Linie. Streichen Sie mit 2-3 Fingerspitzen und mittlerem Druck vom unteren zum oberen Punkt in Richtung Ohr. Streichen Sie anschließend an der seitlichen Halspartie herunter.

Q: Warum beginnen wir mit der Massage im Bereich der Wangen?

Dr. C.: Die Massage der Wangenmuskulatur ermöglicht eine großflächigere Entspannung, wirkt Stress entgegen und befreit den Kopf. Durch die Aktivierung der Akupunkturpunkte 1-4 wird die Lymphdrainage wird und Schwellungen gemindert.

DERMO-IDENT Technik 1

Stressabbau & Anti-Schwerkraft

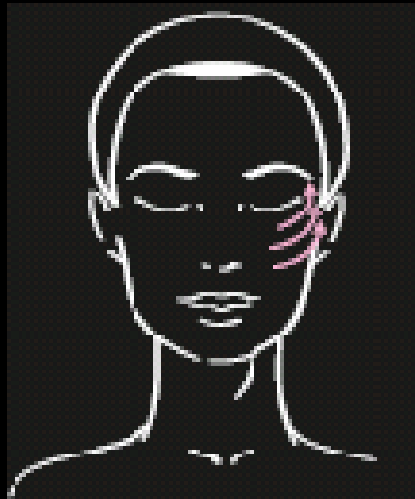


C) Suchen Sie zunächst den Akupunkturpunkt Nr.5. Er liegt seitlich des Halses unterhalb des Unterkiefers. Üben Sie mit den Fingerspitzen sanften Druck aus beginnen Sie die Massage unterhalb des Kinns indem Sie entlang des Halses in Richtung Ohren streichen. Steigern Sie den Druck und streichen Sie hinter den Ohren aufwärts.

Q: massieren wir beginnend am Kinn, über den Hals hinweg in Richtung Ohren?
Dr. C.: Diese Technik entspannt die Halsmuskulatur und Haut am Hals und wirkt der Schwerkraft unterhalb des Kieferknochens entgegen. Akupunktur-Punkt 5 wird auch das „Fenster zum Himmel“ genannt, weil er für eine sofortige Erfrischung des Kopfes sorgt.

DERMO-IDENT Technik 2

Drainage-Effekt um die Augenpartie



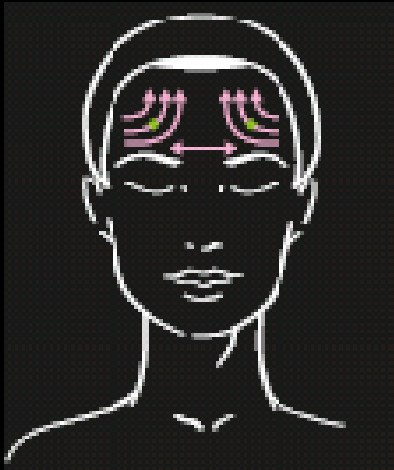
Beginnen Sie die Massage unterhalb der Augen indem Sie mit den Fingerspitzen unterhalb des unteren Augenlides bis zu den Schläfen streichen. Dadurch werden zwei Falten gezielt behandelt: die Venusfalte und die Stressfalte.

Q: Warum massieren wir hier entgegen des Lymphflusses?

Dr. C.: Indem wir entgegen des Lymphflusses massieren wird die Entspannung der Muskulatur gesteigert. Dunkle Augenringe und Krähenfüße werden sichtbar reduziert.

DERMO-IDENT Technik 3

Reduktion horizontaler und vertikaler Stirnlinien



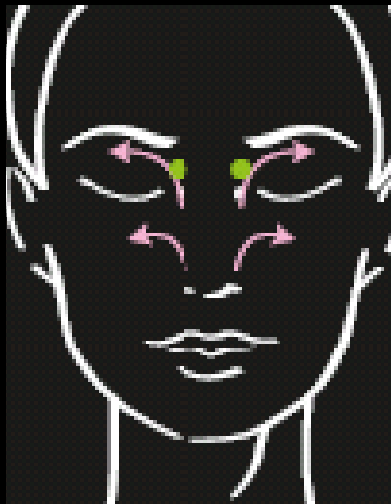
Um die Stirnmuskulatur zu straffen, üben Sie sanften Druck auf Akupunkturpunkt 6 aus. Dieser liegt in der Mitte der Stirn, senkrecht oberhalb des Auges. Massieren Sie in kreisenden Bewegungen im rechten Winkel zu Denk- und Zornesfalten. Um die zwei tieferen Linien zwischen den Augenbrauen zu verringern streichen Sie von innen nach außen horizontal über Punkt 6

Q: Warum massieren wir die Stirn in kreisenden Bewegungen?

Dr. C.: Die kreisenden Bewegungen haben einen positiven Einfluss auf Denk- und Sorgenfalten und straffen die Haut in jeweils entgegengesetzter Richtung.

DERMO-IDENT Technik 4

„Strahlende Augen“



Üben Sie mit Zeige- oder Mittelfinger sanften Druck auf Punkt 7 aus. Dieser liegt oberhalb der inneren Augenwinkel. Streichen Sie unterhalb der Augenbrauen sanft über das Augenlid. Die Faltenbildung rund um die Augenpartie wird so reduziert.

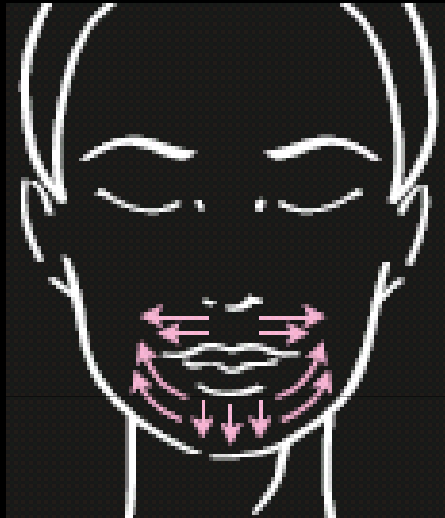
Um die Nasenpartie zu straffen, streichen Sie von unten nach oben mit dem Zeigefinger über die Nasenflügel.

Q: Warum massieren wir den inneren Augenwinkel?

Dr. C.: Dadurch wird nicht nur die Faltenbildung reduziert, sondern auch das Strahlen der Augen erhöht, was diese augenblicklich jünger aussehen lässt. Darum wird Punkt 7 auch „Funkelnde Augen“ genannt.

DERMO-IDENT Technik 5

Strahlendes Lächeln



Die Mundpartie wird durch eine Massage der Mundmuskulatur behandelt. Streichen Sie dazu zunächst mit mittlerem Druck über die Mundpartie unterhalb der Nasenspitze von innen nach außen. Wiederholen Sie diese Bewegung unterhalb des Mundes, beginnen Sie dazu am Kinn. Streichen Sie anschließend senkrecht von unterhalb des Mundes bis zum Kinn.

Q: massieren wir die Mundpartien in waagerechten und senkrechten Bewegungen?

Dr. C.: Auch hier streichen wir im rechten Winkel entgegen der Faltenbildung. Dies wirkt einem gekräuselten Mund entgegen, hebt die Mundwinkel und verleiht ein jugendliches Aussehen.

Dr. Caspari's Tipp

Nachdem Sie die Massage beendet haben, schütteln Sie Ihre Hände aus um Anspannungen zu lösen – eine Art „Reset-Taste“ der Massage.