



МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР ООО «ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ»

Памятка пациенту при подготовке к массажу

1. Перед сеансом массажа для предупреждения неприятных осложнений со стороны кожи, рекомендуется принять душ. Обязательно принимать душ и после процедуры массажа для того, чтобы смыть остатки массажного масла или крема.

2. Для правильного настроения на процедуру рекомендуется приходить минут за 10-15 до назначенного времени.

3. Перед кабинетом по массажу рекомендуется соблюдать тишину, отключать мобильные телефоны или переводить их в бесшумный режим.

4. Перед началом процедуры массажа желательно заранее снять цепочки, колечки и другие украшения, так как они могут мешать полноценному выполнению массажных манипуляций.

Женщинам не рекомендуется наносить макияж перед массажем. Использование средств парфюмерии также не желательно.

5. Прием пищи также не желателен перед проведением массажных процедур за 1 – 1,5 часа.

6. Оповещайте массажиста о любых изменениях самочувствия и сообщайте о каких-либо текущих недомоганиях.