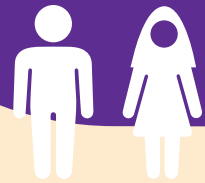


زنان بیشتر گول می‌خورند یا مردان؟!؟

با توجه به اینکه زنان در خصوص دستیابی به تناسب اندام و لاغری حساسیت بیشتری در مقایسه با مردان دارند، می‌توان گفت تمایل آنان نیز به استفاده از این روش‌ها بیشتر است. علاوه بر این، به طور طبیعی، مردان بافت ماهیچه‌ای بیشتر و زنان بافت چربی بیشتری دارند. بنابراین از لحاظ بیولوژیکی هم زنان در مقایسه با مردان نیازمند تلاش بیشتری در جهت کاهش چربی‌ها هستند.



این روش‌ها چقدر زمان می‌برند؟



بسته به روش انتخابی شما، به طور متوسط از یک جلسه تا ده جلسه یک ساعت باید برای این کار وقت بگذارید. گاهی افراد با گذراندن ده جلسه نتیجه‌ای نمی‌بینند و مجبور می‌شوند ادامه دهند یا پس از مدتی به دلیل بازگشت چربی‌ها جلسات را تجدید کنند. اگر به عمل‌های سرپایی تن بدهید، توی یک جلسه کارتان انجام می‌شود و دوره نقاهت چندانی هم ندارد.

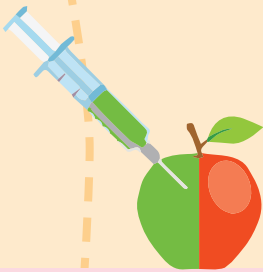
این کارها تضمینی است؟



اول از همه باید بدانیم که با وجود پرداخت هزینه‌های نجومی برای راه‌های از شر چربی‌های مزاحم، با استفاده از این تکنیک‌ها، هیچ تضمین صددرصدی در بازنگشتن آن‌ها وجود ندارد. پس از انجام آن نیز افراد باید به نکات خاصی توجه داشته باشند و رژیم غذایی خود را کنترل کنند.

چه بلایی قرار است سرمان بیاید؟

اغلب این روش‌ها با درد همراه هستند که این احساس درد معمولاً ناشی از فشار وارده شده به سایر بافت‌های بدن است و حتی ممکن است آسیب‌هایی جدی به بدن وارد کند. هم‌چنین استفاده از این روش‌ها در نواحی خاصی از بدن مانند تخمدان‌ها، صورت و نواحی نزدیک استخوان‌ها اصلاً توصیه نمی‌شود زیرا عوارض خطرناکی از جمله پوکی استخوان به دنبال دارد. علاوه بر این، احتمال رخداد عوارضی چون افزایش کلسترول خون، خطر سکته مغزی و قلبی، ایجاد عارضه‌های پوستی، تغییر در عملکرد اعصاب حسی و... نیز وجود دارد. سؤال اصلی این است که آیا استفاده از تکنیک‌های متنوع لاغری موضعی ارزش پذیرفتن همه این شرایط و به جان خریدن خطرات ناشی از آن‌ها را دارد.



یک تغییر فوری

چرا مردم به استفاده از روش‌های لاغری موضعی روی می‌آورند؟

- بعضی از افراد تمایلی به استفاده از رژیم‌های غذایی سالم و ورزش مستمر ندارند یا از انجام دادن آن‌ها ناامید شده‌اند.
- برای رسیدن به اندام مورد علاقه خود عجله دارند و نمی‌توانند انرژی و زمان زیادی را صرف ورزش کنند.
- به دنبال راهی هستند که با استفاده از آن، دیگر به هیچ‌عنوان دوباره درگیر چاقی و آب کردن چربی‌ها نشوند.
- گاهی مایل هستیم فقط چربی‌های بعضی قسمت‌های خاص بدن را آب کنیم و می‌ترسیم با ورزش یا رژیم، سایر همه قسمت‌های بدن کم شود.
- فکر می‌کنیم خیلی از افراد به دنبال یک تغییر اساسی و فوری هستند که تصمیم به استفاده از این روش‌ها می‌گیرند.

کلام آخر

باید بدانیم که ورزش و رژیم غذایی مناسب اجزای جدایی‌ناپذیر یک زندگی سالم اند و در هر سن و با هر اندامی که باشیم، برای داشتن بدنی سالم و قوی، به آن‌ها نیاز داریم. فراموش نکنیم که هیچ مشکلی در جهان طبیعت وجود ندارد مگر راه‌کاری طبیعی برای حل آن قرار گرفته باشد. پس از همین امروز شروع کنید و در این راه، ثابت قدم و صبور باشید. در این صورت بدون اینکه متحمل آسیب‌هایی جبران‌ناپذیر شوید، یقیناً به نتیجه مطلوب خود خواهید رسید. در نهایت، باز هم اگر تصمیم به استفاده از تکنیک‌های لاغری موضعی گرفتید، حتماً قبل از اقدام با یک دکتر متخصص مشورت کنید و او را در جریان کامل شرایط جسمی، سوابق بیماری و داروهای مصرفی خود قرار دهید.

هنوز انجام نداده‌ام اما بهش فکر می‌کنم. قبول دارم که ریسک دارد اما اینکه مدام می‌بینم سایز لباس‌هایی که می‌خواهم مناسبم نیستند، واقعا کلافه‌کننده است. تازه همیشه خوراکی من کمتر از بقیه افراد است.



خودم تا به حال انجام نداده‌ام اما یکی از آشنایان از این روش‌ها استفاده کرده و راضی است. اگر چه طبق گفته دکتر ایشان، هم‌چنان باید ورزش و رژیم غذایی مناسب را در برنامه خود داشته باشد.



بله، من از روش پیکرتراشی استفاده کردم. البته باید بگویم که نزدیک بود به قیمت جانم تمام شود! برای همین هم با وجود اینکه در حال حاضر از نتیجه کار راضی هستیم، فکر می‌کنم اصلاً به دردها و سختی‌هایی که کشیدم نمی‌ارزد!



همیشه به خاطر داشته باشیم استفاده از فناوری باید در جهت بهبود زندگی و سلامت ما پیشروی کند، نه ایجاد مشکلات بیشتر و دشوارتر برای ما.