

## آیا ماساژ درمانی در جوان کردن پوست موثر است یا نه؟

بهرتر است به این فایده اشاره کنیم که اگر فردی هیچ بیماری پوستی در صورت خود نداشته باشد، ماساژ درمانی با بهبود جریان خون و جریان لنف و مهم‌تر از آن با ایجاد آرامش در عضلات صورت و روان فرد می‌تواند به عنوان یک اقدام مکمل در کنار توصیه‌های پزشکان متخصص، کارایی داشته باشد ولی نباید فرد انتظار معجزه از آن داشته باشد.

ماساژ صورت و بدن در تمام فرهنگ‌ها و جوامع از قدیم الایام شایع بوده و حتی در برخی تمدن‌های قدیمی مراکز خاصی برای این کار وجود داشته است؛ مثلاً یکی از قدیمی‌ترین نوشته‌ها راجع به ماساژ درمانی در کشور چین به دست آمده که مربوط به سه قرن پیش از میلاد است. علاوه بر این در کشورهای یونان، ایران، ژاپن و هند نیز این روش قدمت زیادی دارد.

این کار امروزه نیز طرفدارانی در تمام دنیا دارد که جهت کاهش روند پیری و ایجاد شادابی پوست، کاهش استرس و کاهش انقباضات عضلانی پوست انجام می‌شود و بیشتر افراد به ماساژ صورت علاقه مند هستند. این حالت به ویژه در اروپا بسیار شایع است، ولی در کشورهای شرقی ماساژ صورت عموماً بخشی از ماساژ بدن بوده و یک روش درمانی محسوب می‌شود.