

Что такое fish-маникюр?

Отдыхая в Греции, впервые попробовала такой метод маникюра и педикюра с помощью маленьких рыбок.

Представьте себе: небольшой аквариум, в который достаточно просто опустить ноги (или руки), и стайки маленьких рыбок тут же подплывают к вашим ногам и принимаются за работу: начинают старательно шлифовать ваши ножки, ну или ручки (смотря что опустите в аквариум). В первые несколько секунд такие ощущения, словно вас кто-то нежно щекочет.

Это особенные рыбки Гарра Руфа (*Garra Rufa*). У них нет зубов, поэтому они как бы «слизывают» ороговевшие чешуйки кожи с поверхности рук и ног. Кроме того, эти рыбки выделяют специальный фермент – энзим *anthralin*, который замедляет процесс деления клеток, поэтому кутикула после такого маникюра отрастает медленнее и ногти дольше сохраняют свой ухоженный вид.

Кстати, температура воды в аквариуме поддерживается на уровне 30–35 градусов, это привычная для тропических рыбок температура, к тому же такая температура способствует размягчению загоревших участков кожи посетителей.

Но следует быть осторожным, чтобы случайно не раздавить маленьких рыбок, которые со знанием дела плавают у вас между пальчиками. Процедура очень деликатная, никаких болезненных ощущений вы не испытываете, скорее наоборот – приятные и расслабляющие.

Надо сказать, что данная косметическая процедура собирала целые толпы любопытных туристов у витрины SPA-салона. Многие тут же стремились опробовать диковинную новинку. Благо цена была вполне демократичная: 10 евро за 15 минут или 15 евро за полчаса.

Притом что fish-маникюр осуществляется целиком и полностью рыбками, корректировать

Что такое fish-маникюр

Автор: admin

01.09.2012 10:15 -

форму и размер ногтя, а так же удалять шпоры и натоптыши рыбки, конечно, не могут, поэтому для этих целей лучше обратиться за помощью к мастеру, а уже потом доверить свои ножки рыбкам гарра.

На что же способны эти маленькие «рыбки-доктора» Гарра Руфа? Они могут делать грубые пяточки мягкими и нежными. Говорю это со знанием дела, ибо проверено даже на мужских ногах. Ещё замечено, что после маникюра с рыбками кожа на руках становится очень гладкой и шелковистой на ощупь.

Эта косметическая процедура появилась в России в 2009 году. У нас она называется «рыбий пилинг», стоимость такого пилинга колеблется от 1500 до 3000 рублей.

Одни источники утверждают, что эта удивительная рыбка Гарра Руфа была обнаружена в термальных источниках турецкого города Кангал, где в процессе борьбы за выживание она научилась питаться ороговевшими участками кожи животных, приходящих на водопой, не причиняя при этом вреда.

Другие говорят, что этот метод «рыбьего пилинга» пришёл к нам из Японии, с острова Хонсю, с курорта Наконе. В Японии эта услуга изначально подавалась как SPA-пилинг всего тела – клиенту предлагали погрузиться в небольшой бассейн с рыбками Гарра.

Таким образом достигался не только эффект пилинга, но и своеобразный психологический релакс от «общения» с представителями фауны, подобный эффекту от иппотерапии или от купания с дельфинами.

Кто знает, возможно, что и гарратерапия со временем будет признана одним из методов оздоровления человеческого организма.

Автор - **Татьяна Сарбаева**

[Источник](#)