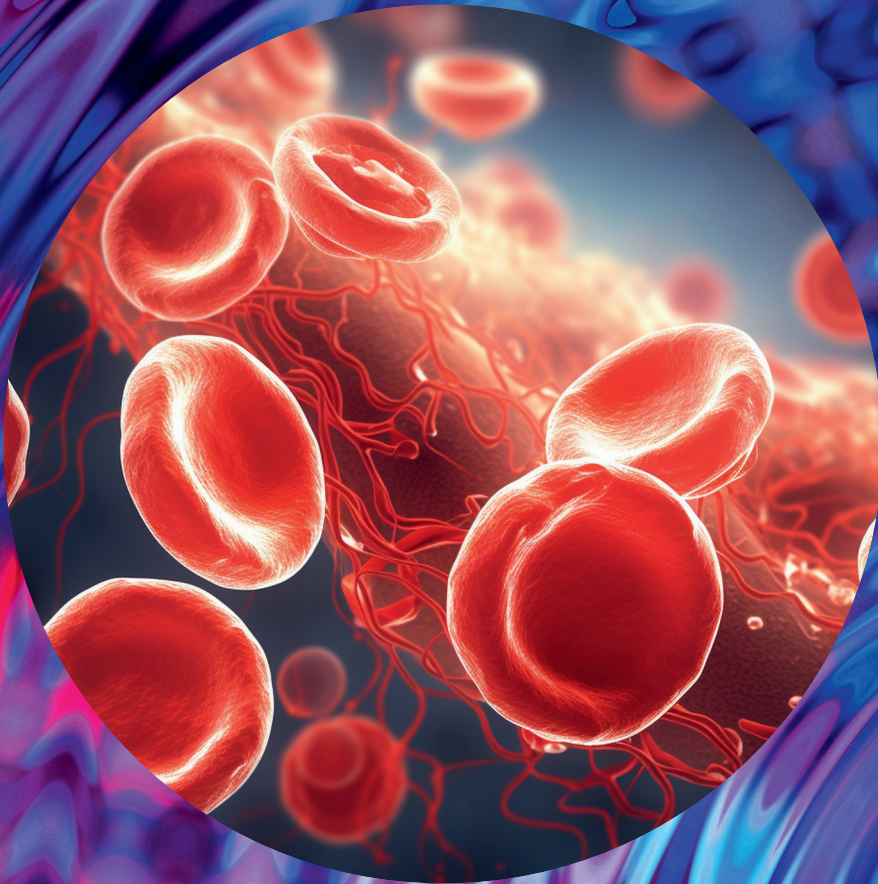




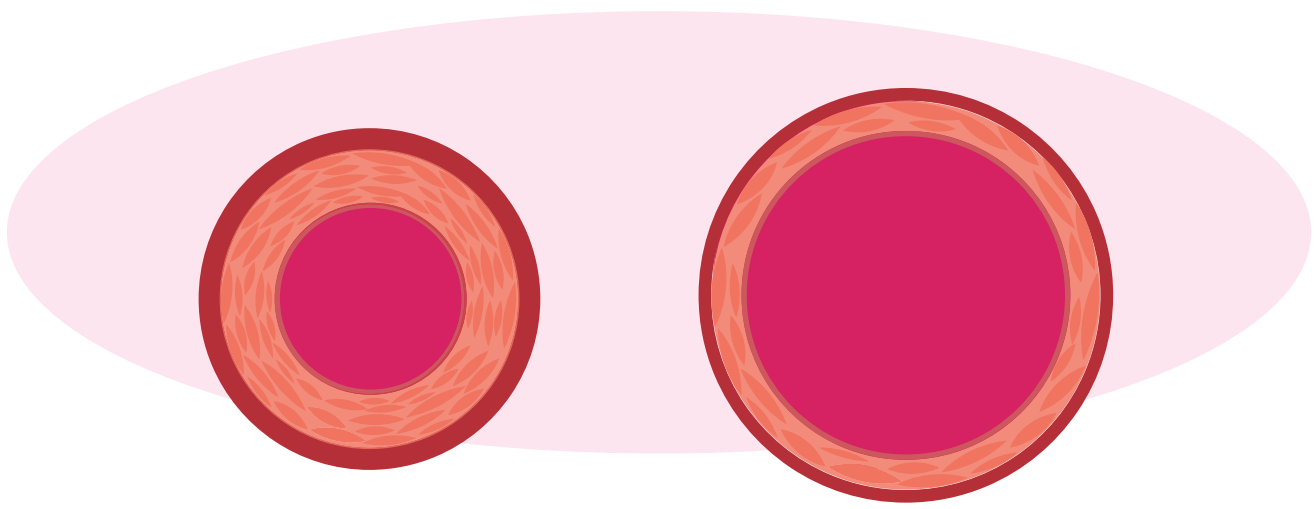
La VASODILATATION

Effets de la vibration 40 HERTZ sur:

- la circulation sanguine
- la tension artérielle
- la santé cardiovasculaire

Pourquoi la relaxation induit la vasodilatation des vaisseaux sanguins?

Les méthodes de relaxation, en général, entraînent la vasodilatation des vaisseaux sanguins pour plusieurs raisons physiologiques.



Vasoconstriction

Vasodilation

La vasodilatation des micro-vaisseaux sanguins signifie l'élargissement de ces vaisseaux, ce qui permet à davantage de sang de circuler à travers eux.

Facteurs incriminés :

1. **Réduction du stress** : Lorsque vous êtes stressé ou anxieux, votre corps libère des hormones de stress, telles que le cortisol et l'adrénaline. Ces hormones peuvent provoquer une constriction (vasoconstriction) des vaisseaux sanguins, ce qui limite le flux sanguin. En vous relaxant, vous réduisez la libération de ces hormones de stress, ce qui permet aux vaisseaux de se dilater.
2. **Activation du système nerveux parasympathique** : La relaxation favorise la prédominance du système nerveux parasympathique qui favorise la vasodilatation en relâchant les muscles lisses qui entourent les vaisseaux sanguins, ce qui élargit le diamètre de ces derniers.
3. **Diminution de la tension musculaire** : La relaxation musculaire profonde peut réduire la tension musculaire. Les muscles tendus peuvent comprimer les vaisseaux sanguins, limitant ainsi le flux sanguin. En

relâchant les muscles, vous permettez aux vaisseaux de se dilater et d'augmenter le flux sanguin.

4. **Libération d'oxyde nitrique** : La relaxation peut favoriser la libération d'oxyde nitrique (NO) dans les vaisseaux sanguins. L'oxyde nitrique est un messager chimique qui détend les parois des vaisseaux sanguins, provoquant ainsi leur vasodilatation.
5. **Réduction de la pression artérielle** : La relaxation peut également réduire la pression artérielle. Une pression artérielle élevée peut entraîner la constriction des vaisseaux sanguins. En abaissant la pression artérielle, la relaxation peut contribuer en même temps au processus de vasodilatation.

Pour toutes ces raisons, les vibrations relaxantes du siège PSiO TRANS induisent une vasodilatation des vaisseaux sanguins.

La vibration relaxante qui pénètre tout le corps en profondeur va donc avoir des effets bénéfiques sur la circulation sanguine, la tension artérielle et la santé cardiovasculaire en général.