

Športne kompresijske nogavice CEP

Sam že več kot eno leto uporabljам športne kompresijske nogavice CEP, ki mi zaradi povečanega pretoka krvi omogočajo lahkotnejšo fizično aktivnost. Zakaj uporabljам »CEP-ke« med fizičnim naporom in po njem?

Športne kompresijske nogavic CEP zaradi kompresijskih vlaken, ki so vtakana v nogavico omogočajo pritisk na arterije, to pa tako kot pri običajnih medicinskih kompresijskih nogavicah, ki jih poznamo iz lekarn, omogoča večji pretok krvi, kar povzroči, da se stene arterij razširijo, mišice pa pridobijo več kisika. To omogoča lahkotnejšo vadbo, manjša je možnost krčev, posledično pa občutimo tudi manjšo utrujenost mišic, ki so boljše oskrbljene s kisikom.

Poleg tega nogavice od zunaj pritiskajo na vene, podpirajo pritisk mišic na stene ven in povečujejo prekrvavitev, kar je pomembno predvsem pri ljudeh, ki imajo težave s krčnimi žilami in seveda tudi pri športnikih, ki jim nogavice pomagajo, da kri po venah lažje pride do srca, hkrati pa se ob naporu zmanjšuje količina odpadnih snovi v telesu.

Nemški proizvajalec Medi je v svetu kompresijskih medicinskih nogavic priznana in uspešna blagovna znamka. Športne kompresijske nogavice CEP, ki so izpeljanka medicinskih nogavic, pri športni aktivnosti priporočam tako tistim, ki so športno aktivni, kot tudi tistim, ki imajo težave ali pa so dedno nagnjeni h krčnim žilam.

Najbolj ogroženi ljudje za nastanek krčnih žil so tisti, ki veliko stojijo oz. sedijo in se v svojem prostem času ne gibljejo dovolj. Pri uporabi sem ugotovil tudi, da so športne kompresijske nogavice CEP zelo primerne za daljša potovanja, ko imamo noge ali v avtomobilu ali v letalu dalj časa pokrčene. Povečan pretok krvi omogoča, da naši gležnji in noge niso otečene. Enak princip delovanja je tudi v primeru, da moramo več ur na dan stati.

dr. med. Janez Korošec