



## «شهروند» از نرخ سالن‌های لاکچری ماساژ و اسپاگزارش می‌دهد

# بفرمایید مشت و مال میلیونی!

**به ناز مقدسی** اکیسه، لیف، سنگ پا و تیغ و سر آخر هم حوله خشک و لنگ؛ اینها تنها ابزار دست دلاکان در گرمابه‌ها و خزینه‌های کوچک و بازار بودند؛ اما حالا به واسطه تغییرات در سبک زندگی، این ابزار هم جای خود را به تخت و بولتسرهای ماساژ و سنگ‌های داغ و وان‌های شیر و عسل و شکلات داده‌اند؛ و ماسورهای آقا و ماسیس‌های خانم، جای دلاک‌های قوی هیکل را گرفته‌اند!

درست مثل یکی از گران‌قیمت‌ترین سالن‌های ماساژ در شمال شهر تهران که مشتریانش معتقدند تجربه این سالن چیزی شبیه به یک سفر توکیو است! از چشمه‌های مشابه چشمه آب‌گرم زاین گرفته تا صندلی‌های مخصوص ژاپنی در اتاق مینی‌تئاتر. با این تعاریف، آن چیزی که اساساً می‌تواند این تجربه را برای مشتری فراهم کند، «پول» است؛ چرا که طبق تعرفه‌های اعلامی توسط این سالن اسپا، ظاهراً به غیر از اقساط مرفه جامعه، بعیده به نظر می‌رسد که قشر متوسط و دهک‌های پایین از پس پرداخت هزینه‌های بالای این سالن بر بیایند. در این نوع سالن‌ها مشتری با پرداخت هزینه‌ای معادل ۷۰۰ هزار تومان ورودی، تنهایی می‌تواند از حوضچه آب‌گرم، بستر سنگی، اتاق نمک و مشاوره استفاده کند و در کنار اینها استفاده از خدمات vip و ماساژ گرفتن نیز خودش هزینه‌ای بین ۳۰۰ هزار تومان تا یک میلیون تومان را به جیب مشتری تحمیل می‌کند.

### پکیج‌های لاکچری برای یک ساعت ماساژ

«باتوجه به نوع ماساژ و متریال مورد استفاده، قیمت‌ها متفاوت است. ماساژهای نیم‌ساعتی از ۳۰۰ تا ۴۰۰ هزار تومان، یک‌ساعتی از ۴۰۰ تا ۷۰۰ هزار تومان و ماساژ دوساعتی یک میلیون و ۲۰۰ هزار تومان است.» اینها را اپراتور یکی از سالن‌های ماساژ در اقدسیه می‌گوید. با این حال، هر چقدر که از سالن‌های ماساژ شمال شهر تهران به سمت جنوب، غرب و شرق برویم، هزینه و نرخ خدمات متغیر است. یکی دیگر از سالن‌های ماساژ در غرب تهران نیز نرخ خدمات گران‌قیمتی دارد. پکیج «آسو» شامل ۶۰ دقیقه ماساژ سنتی تایلندی به اضافه ۶ دقیقه ماساژ باروغن معطر گیاهی و ۳۰ دقیقه ماساژ پا، مبلغی معادل ۲ میلیون و ۱۰۰ هزار تومان به جیب مشتری تحمیل می‌کند. پکیج «شب‌بنم» ماساژ ۹۰ دقیقه‌ای با شمع و ۶ دقیقه ماساژ پا نیز بالاتری دارد و برای استفاده از آن باید ۲ میلیون و ۴۰۰ هزار تومان بپردازید. این در حالی است که نرخ ماساژ نسبت به چند سال گذشته سیر صعودی داشته است. به گفته رئیس اسبق اتحادیه گرمابه‌داران و ماساژ، در سال ۹۴ کف قیمت برای ماساژ کل بدن از ۵۵ هزار تومان تا ۱۱۰ هزار تومان بود!

رعنا که در منطقه اکباتان یک سالن ماساژ حرفه‌ای دارد، درباره

مشتریانش به «شهروند» می‌گوید: «تا چند سال پیش معمولاً از هر قشری مشتری داشتیم، اما در دوران کرونا مدتی سالن‌ها تعطیل بود و بعد از بازگشایی هم دیگر مشتریان سابق را نداشتیم.» او یکی از دلایل کاهش مراجعه‌کنندگان سالن‌ها را افزایش قیمت‌ها می‌داند: «نه اینکه بگویم نرخ ماساژ افزایش پیدا کرده و ما مشتریان مان را از دست داده‌ایم، بلکه موضوع این است که گرانی و افزایش هزینه‌های زندگی باعث شده مردم از یک سری خرج‌های زندگی‌شان بزنند.»

یک ماساژ خوب می‌تواند گردش خون را بهبود بخشد، ماهیچه‌ها را شل کند و آرامش کلی را افزایش دهد. کسب‌وکارهای ماساژ، چه

● ● ●  
**به گران یا ارزان بودن قیمت‌های یک سالن توجه نکنید. ماساژ پیشینه علمی دارد. اگر یک ماساژور علم و تخصص این کار نداشته باشد، به جای درمان می‌تواند آسیب‌های جبران‌ناپذیری هم به بدن وارد کند. نوع ماساژ، شدت آن و قدرت ماساژور بسیار مهم است**  
● ● ●

به عنوان فعالیت‌های یک نفره و چه به عنوان یک مرکز اسپای شیک، ریسک‌های منحصر به فرد صنعت خود را دارد. این خطرات می‌تواند از دلایل قانونی، اخلاقی و مرتبط با سلامت ناشی شوند. با این حال، برخی از سالن‌های ماساژ نیز غلغله هستند و مشتری باید از هفته‌ها قبل برای رفتن به آنجا نوبت رزرو کند. دکتر سلمان فلاحی، متخصص طب فیزیکی و توانبخشی به «شهروند» می‌گوید: «ماساژ درمانی، بررسی وضعیت بافت‌های نرم و مفاصل بدن و درمان و جلوگیری از معلولیت، آسیب، درد و ناهنجاری‌های فیزیکی به وسیله روش‌های فیزیکی و دستی است، اما تصور عموم مردم این است که ماساژ تنها برای ریلکسی انجام می‌شود؛ در حالی که بسیاری از بیماری‌های عضلانی و فیزیکی به روش ماساژ درمانی قابل درمان هستند.»

با این حال، این پزشک توانبخشی معتقد است سالن‌های لاکچری که خدمات گران‌قیمتی ارائه می‌دهند، ممکن است هزینه مکان و دیزاین سالن‌ها را هم از مشتریان‌شان بگیرند؛ گران بودن نرخ‌ها نشان‌دهنده بهتر بودن یا نبودن یک سالن ماساژ نیست؛ «ماساژ پیشینه علمی دارد. اگر یک ماساژور علم و تخصص این کار را نداشته باشد، به جای درمان می‌تواند آسیب‌های جبران‌ناپذیری هم به بدن وارد کند. نوع ماساژ، شدت آن و قدرت ماساژور بسیار مهم است، بنابراین به گران یا ارزان بودن قیمت‌های یک سالن توجه نکنید. تنها موضوعی که اهمیت دارد سالن‌های ماساژی هستند که مجوز فعالیت



داشته باشند.»

از طرف دیگر، جدا از سالن‌های ماساژ در مناطق مختلف، بسیاری از ماساژورها به صورت انفرادی فعالیت می‌کنند. این روزها به واسطه فعالیت مشاغل مختلف در شبکه‌های اجتماعی، پیج‌های زیادی در اینستاگرام، فعالیت‌های زیرزمینی ماساژ را تبلیغ می‌کنند. با این حال، کارشناسان معتقدند برخی از ماساژورهای زیرزمینی که بدون تخصص و تجربه فعالیت می‌کنند، به بافت‌ها و ماهیچه‌های عضلانی ضربه می‌زنند؛ چرا که هدف آنها چیزی جدای از ماساژ درمانی اصولی و علمی است. همین هم می‌شود که در صورت آسیب دیدن نمی‌توان از آنها شکایت کرد. این موضوع نیز یکی از چالش‌های این شغل و طرفداران ماساژ است.

### طرفداران ماساژ تایلندی بیشتر از ایرانی!

در یک دهه گذشته، «ماساژ» در ایران به شغلی درآمدزا تبدیل شده بود. با این حال، کارشناسانی مانند «سولین ولف» معتقدند که هنوز در مورد مزایا و تأثیراتی که ماساژ بر مردم می‌گذارد، دانش کافی وجود ندارد. بسیاری از مطالعات او نشان داده است که ماساژ درمانی در صورت استفاده منظم برای بسیاری از مسائل مفید است، از جمله کاهش درد، کاهش تنش عضلانی و التهاب، افزایش انعطاف‌پذیری مفاصل و کاهش فشار خون. از ترکیب دو کلمه بال به معنی دست و لینگ یا همان لنگ به معنی پا، یک ماساژ ایرانی به دست می‌آید به نام «بالولینگ». تاریخچه این ماساژ به خطه مازندران برمی‌گردد و ترکیبی است از مالش، ضربه و فشارهای ملایم و محکم توسط دست و پا به منظور رفع گره‌های عصبی و عضلانی و رسیدن به آرامش بدن. ماساژ ایرانی بالولینگ در کل تأثیر قابل توجهی بر دستگاه‌های عصبی، عضلانی، گردش خون و تنفس می‌گذارد، اما ایرانی‌ها بیشتر از اینکه با این نوع ماساژ آشنا باشند، طرفدار پر و پا قرص ماساژ تایلندی هستند. مطالعه در تاریخ نشان می‌دهد که «ماساژ» از دیرباز به اشکال و نام‌های مختلف در ایران وجود داشته است، بنابراین دلاک‌ها اولین ماساژورهای ایران شناخته می‌شوند که برای از بین بردن خستگی عضلانی مشتریان، در حمام‌ها و خزینه‌ها آنها را دلاکی می‌کردند.

### ماساژ دیگر ریلکس نمی‌کند!

افزایش نرخ ماساژورها و سالن‌های ماساژ نشان می‌دهد که این روزها با تغییر شرایط اقتصادی، چشم‌انداز شغل ماساژورها در ایران نیز دچار نوسان شده است. آنها هم مانند بسیاری از مشاغل مجبور هستند قیمت‌های خدمات خود را افزایش دهند؛ موضوعی که در نهایت باعث می‌شود آنها مشتریان سابق خودشان را هم از دست بدهند. رعنا که خودش سالن ماساژ دارد، به مشتریانش حق می‌دهد که با توجه به افزایش هزینه‌های زندگی، ماساژ را در اولویت خرج و مخارج‌شان نگذارند؛ آن هم وقتی قرار باشد برای یک ماساژ ریلکسی، یک میلیون تومان از هزینه ماهانه‌تان را بپردازید!



سالن‌های لاکچری ماساژ در ایران نیز مرسوم است.

## ۵ ماساژ بانث‌های موسیقی

این نوع ماساژ در اتاق‌هایی که با آکوستیک پوشانده شده انجام می‌شود. حمام‌های صوتی با استفاده از دنباله‌ای از کاسه‌های کریستالی انجام می‌شود که می‌گویند چاکراه‌های بدن شما را هماهنگ می‌کند. بنابراین شما بانث‌های موسیقی ماساژ می‌گیرید و ریلکس می‌شوید.

## ۵ ماساژ عجیب و غریب در جهان

در حالی که اکثر اسپاها به ماساژ بافت عمیق و ماساژ صورت می‌پردازند، برخی از آنها مسیر آزمايشی را دنبال می‌کنند. در واقع این مراکز به نام سلامتی و زیبایی، زنان را در نیتروژن مایع منجمد کرده‌اند، در اتاقک‌های نمک شناور شده‌اند و به ماهی‌ها اجازه داده‌اند که لایه‌هایی از پوست مرده بدنشان را بخورند. در ادامه با ۱۰ ماساژ عجیب و غریب در جهان آشنا شوید.

### ۱ ماساژ مار

ماساژ مار قطعاً برای افراد ضعیف نیست! برخی از اسپاها ماساژ مار را ارائه می‌دهند. نکته قابل توجه در اینجا این است که مارهای بزرگتر به درد عضلات کمک می‌کنند، در حالی که مارهای کوچکتر یک احساس غلغلک نرم ایجاد می‌کنند.

### ۲ ماساژ گیشا

ظاهراً هدف از این ماساژ رسیدن به راز باستانی زیبایی گیشا است. این

### ۳ ماساژ کاکتوس

بله درست خواندید؛ ماساژ کاکتوس. زیاد نگران نباشید، کاکتوس خاردار نیست و به صورت مخلوط ریز آسیاب شده است. شایعه شده است که این کاکتوس مایع سموم را می‌مکد و پوست شما را آبرسانی می‌کند

### ۴ ماساژ باطلای ۲۴ عیار

برای یک درمان واقعی لوکس، تمام تلاش خود را انجام دهید و صورت خود را با ماسک طلای ۲۴ عیار بپوشانید. این سرم گران به لیفت و سفت شدن پوست کمک می‌کند. البته باید گفت که این نوع ماساژ درمانی در برخی از