

BIUM LAB



팔사 프리미엄 마스터 북

비울수록 드러나는 내 안의 완벽함

목차

Intro 당신의 얼굴이 커 보이는 것은 노화가 아닌 '정체'입니다

Chapter 1 부작용이 있을 때 이렇게 하세요
모세혈관 확장 · 피부 장벽 손상 · 림프절 과부하

Chapter 2 림프 순환 vs 근육 윤곽 — 팔사의 두 얼굴
Drainage vs Contouring

Chapter 3 팔사 사용방법 — 전체 14 STEP 완전 가이드
림프 오프너 · 리프팅 앵커 · 라인 조각기

Chapter 4 오늘의 나에게 맞는 마사지 방법
아침 부기 · 턱선 · 두통 · 중요한 약속

Chapter 5 팔사, 무엇을 바르고 해야 할까요?
호호바 · 아르간 · 타마누 오일 · 나무팔사 관리법

Chapter 6 Q&A — 자주 묻는 질문 10가지

HOW TO USE

사용법만 바로 확인하고 싶으신 분은 **Chapter 3**부터 시작하셔도 됩니다.

당신의 얼굴이 커 보이는 것은 노화가 아닌 '정체'입니다

거울 속 낯선 얼굴, 원인은 따로 있습니다

어느 날부터인가 아침 부기가 저녁까지 빠지지 않고, 턱선은 예전 같지 않으며, 광대는 옆으로 벌어진 느낌을 받으신 적이 있나요? 많은 분이 이를 단순히 나이 탓으로 돌리지만, 전문가의 시선으로 본 진실은 다릅니다.

당신의 얼굴이 무거워 보이는 진짜 이유는
딱 막힌 순환과 엉켜버린 근막 때문입니다.

— BIUM LAB 전문가 팀

팔사를 시작한 분들이 공통적으로 겪는 세 가지 고민

01

도구가 차갑거나 미끄럽습니다

피부에 닿는 순간 근육이 수축됩니다.
이완시키려다 오히려 긴장이 먼저 옵니다.

02

효과가 있는지 모르겠습니다

원리를 모르고 따라 하면 오히려 팔사는 독이 될 수 있습니다.

03

어떻게 써야 할지 모릅니다

정보는 넘치지만 정작 나에게 맞는 답이 없습니다.

저희가 이 세 가지 고민을 해결하기 위해 연구한 결과입니다.

01

해부학적 근거

피부미용학 석사가 검증한 안전한 압력과 깊이.
얼굴 해부학과 피부 장벽 보호를 중심으로 설계했습니다.

02

체계적인 메커니즘

국제퍼스널트레이너(CPT·CES·FMS2 외)가 설계한 과학적인
근막 이완과 림프 순환 경로.

03

임상적 테크닉

수많은 분들의 고민을 듣고 검증한 즉각적인 윤곽 교정술.
이론이 아닌 실제 변화에서 나온 방법입니다.

04

나무 팔사의 가능성

체온과 만나면 서서히 따뜻해지는 나무. 가벼워서 고반복에도
손목이 편하고, 피부와 가장 유사한 물성을 가졌습니다.

EXPERT TEAM

이 세 가지 관점을 통합하여 부작용은 없고 효과는 극대화한 마스터 플랜을 제안합니다.

— 피부미용학 석사 · 국제퍼스널트레이너, BIUM LAB 전문가 팀 일동

부작용이 있을 때 이렇게 하세요

강력한 도구는 올바르게 사용하면 최고의 결과를, 잘못 사용하면 되돌리기 어려운 결과를 만듭니다.
원리를 알면 부작용은 완전히 피할 수 있습니다.

● 얼굴이 빨개진다면 — 모세혈관 확장

얼굴 피부 진피층의 혈관은 실보다 얇습니다.

강한 압력이 반복되면 미세 혈관벽이 손상되어 안면 홍조가 고착화되거나 실핏줄이 비칠 수 있습니다.

✓ 예방법

- 괄사 전 오일을 평소의 2배 도포하세요.
- 도구가 피부 위를 미끄러지듯 지나가야 합니다.
- 뻣뻣한 느낌이 오는 순간 즉시 오일을 추가하세요.

● 피부에 트러블이 난다면 — 피부 장벽 손상

각질층은 외부 세균으로부터 피부를 지키는 보호막입니다. 이 보호막이 손상되면 좁쌀 트러블, 진물, 화끈거림이 생깁니다.

⚠ 즉시 중단 신호

- 좁쌀 트러블이 올라온다
- 진물이 생긴다
- 화끈거림이 1시간 이상 지속된다

● 목 부분이 불편하다면 — 림프절 과부하

림프절은 노폐물을 걸러주는 섬세한 필터입니다. 림프 흐름과 반대 방향으로 도구를 움직이면 림프절에 과부하가 걸립니다.

핵심 원칙

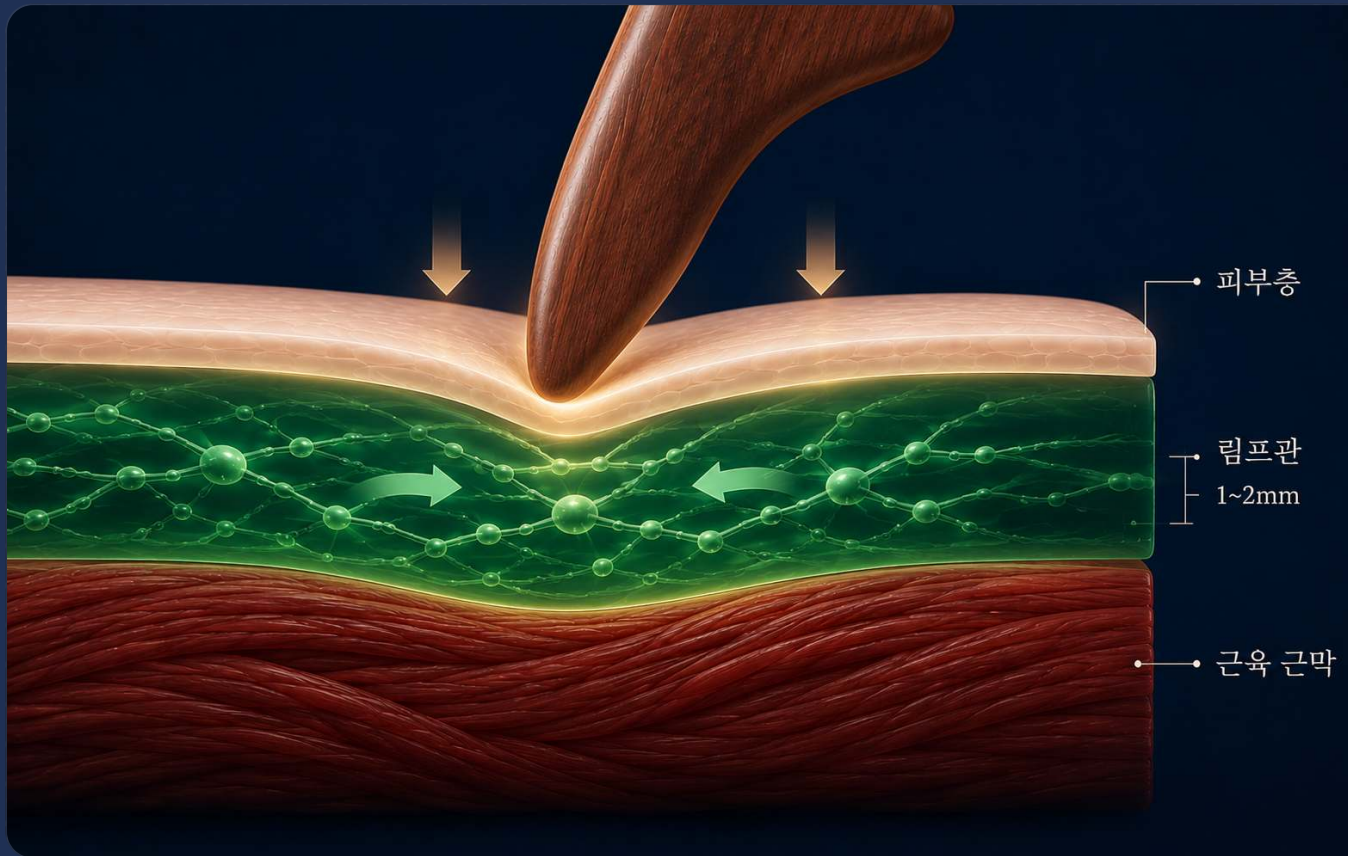
얼굴에서 목으로, 목에서 쇄골 터미нус로. 오직 아래 방향으로만.

✓ 예방법

- 림프절 위치를 직접 강하게 누르지 마세요.
- 관리 후 따뜻한 물 한 잔으로 노폐물 배출을 도우세요.

림프 순환 vs 근육 윤곽 — 팔사의 두 얼굴

같은 도구, 같은 부위라도 어떻게 누르느냐에 따라 완전히 다른 결과가 나옵니다.



림프 순환 · Drainage

표면 아래 1~2mm. 살짝만 눌러도 열리니
세게 누르면 안 됩니다 — 림프관이 폐쇄됩니다.

해결: 아침 부기 · 칙칙한 안색 · 독소 정체

매일 권장

근육 윤곽 · Contouring

심부 근육층. 표면을 스치듯 만지면 안 풀리고,
근육 결을 따라 지긋이 눌러야 이완됩니다.

해결: 턱선 · 팔자주름 · 불살 처짐 · 광대 비대칭

주 2~3회

MOST IMPORTANT RULE

림프 순환과 근육 윤곽은 순서가 있습니다 — 림프가 먼저입니다.

배출 경로를 먼저 열지 않으면 이동시킨 노폐물이 갈 곳이 없습니다. 하수구를 막아둔 채 청소하는 것과 같습니다.

팔사 사용방법

— 전체 14 STEP 완전 가이드

5가지 Phase로 구성된 과학적 루틴을 순서대로 따라가세요.

FULL ROUTINE OVERVIEW

Step	부위	도구
PHASE 1 · 통로 개방		
1	터미누스 활성화	림프 오프너
2	후두하근군 이완 NEW	라인 조각기
3	측두근 이완 (두피)	리프팅 앵커
4	SCM 림프 배출	림프 오프너
PHASE 2 · 상안부		
5	전두근 이마 리프팅	리프팅 앵커
6	안륜근 순환 (눈가)	림프 오프너
PHASE 3 · 중안부		
7	윗입술올림근 (코옆) 순환	라인 조각기
8	큰·소광대근 리프팅	라인 조각기
9	협근 이완 NEW	라인 조각기
PHASE 4 · 하안부		
10	구륜근 이완 (입 주변) NEW	라인 조각기
11	턱끝근 이완	라인 조각기
12	저작근 이완 — V라인 조각	림프 오프너
PHASE 5 · 최종 배출		
13	귀 뒤~목 최종 배출 NEW	림프 오프너
14	터미누스 마무리	림프 오프너



TOOL 01

림프 오프너

U자 홈으로 림프를 개방합니다. 쇠골·목·눈가의 배출 경로를 여는 도구.



TOOL 02

리프팅 앵커

5개 이빨로 두피·이마를 끌어올립니다. 리프팅 방향을 잡는 도구.



TOOL 03

라인 조각기

뾰족한 끝과 넓은 곡면으로 근막·근육을 조각합니다.



STEP 1 림프 오프너

터미누스 활성화

얼굴 노폐물의 최종 배출구를 엽니다.
배수구를 먼저 비워야 얼굴 노폐물이 빠져나갑니다.



✓ 이렇게 하세요

- 쇄골 안쪽 오목한 부위(터미누스)에 U자 홈을 가볍게 올립니다.
- 바깥쪽에서 안쪽 방향으로 지긋이 눌렀다 놓기를 5~10회 반복합니다. (1회당 2~3초 유지)
- 좌우 각 20~30초씩, 2~3세트.

× 하지 마세요

- 강하게 꺾 누르거나 빠르게 문지르는 동작
- 림프관 폐쇄 방지.
- 날카로운 통증 시 즉시 중단하고 오일을 보충하세요.



동작 영상 바로보기



STEP 2

라인 조각기

NEW

후두하근군 이완

뒷목과 두개골이 만나는 오목한 경계부위.
목 뒤 긴장을 풀어 순환에 도움을 줍니다.

WHY SCM 림프 배출 전 후두하근군을 먼저 풀면 목 전체 근막이 이완되어 SCM 림프 배출 효율이 높아집니다.



✓ 이렇게 하세요

- 뽕족한 끝을 후두과(뒷목~두개골 경계)에 수직으로 댍니다.
- 고개를 약간 뒤로 젖혀 근육을 단축시킨 상태에서 지국이 누르며 30초 버팁니다.
- 좌우 각 2~3세트.

× 하지 마세요

- 고개를 앞으로 숙인 채 진행하는 동작
- deep tissue에 도달하지 못합니다.
- 너무 강하게 꺾 누르는 동작 — 후두부 신경 밀집 부위.
- 어지럼증·시야 흐림·울렁거림이 느껴지면 즉시 중단하고 고개를 원위치로 돌리세요.

[동작 영상 바로보기](#)



STEP 3

리프팅 앵커

측두근 이완 (두피)

관자놀이에서 정수리까지.

두피를 먼저 끌어올려 얼굴 전체 리프팅의 방향과 지지대를 만듭니다.



✓ 이렇게 하세요

- 이빨을 두피에 수직으로 세웁니다.
- 관자놀이→정수리 방향으로 지그재그를 그리며 끌어올립니다.
- 두피는 오일 없이. 좌우 각 20~30회.

× 하지 마세요

- 이빨을 눕혀서 표면만 훑는 동작
 - 근육의 깊은 섬유에 도달하지 못합니다.
- 한 부위를 과도하게 반복해 두피 염증, 탈모를 유발하는 동작.



동작 영상 바로보기



STEP 4

림프 오프너

SCM 림프 배출

귀 뒤에서 쇄골까지 — 림프의 고속도로.
후두하근 이완 후 진행하면 메인 통로가 완전히 열립니다.



✓ 이렇게 하세요

- U자 평평한 면을 목 라인에 최대한 밀착시킵니다 (각도 15도 이하).
- 귀 뒤 유양돌기에서 시작해 SCM 라인을 따라 쇄골 방향으로 위→아래로만 끌어내립니다.
- 좌우 각 20~30회.

× 하지 마세요

- 아래→위 역방향 동작
- 노폐물을 얼굴로 되돌립니다.
- 목의 경동맥 부위를 강한 압력으로 누르는 동작.



동작 영상 바로보기



STEP 5 리프팅 앵커

전두근 이마 리프팅

이빨을 이마에 수평으로 올리고 헤어라인 방향으로 밀어올립니다.
한 방향으로만 진행합니다.



✓ 이렇게 하세요

- 오일을 소량 바르고 미간 바로 위부터 시작합니다.
- 헤어라인 방향으로 수직으로 쓸어 올리며 구역별로 이동합니다.
- 이마 피부가 살짝 당기는 느낌이 정상입니다.

× 하지 마세요

- 이마를 위아래로 왕복하는 동작
- 피부 장벽을 손상시킵니다.



동작 영상 바로보기



STEP 6

림프 오프너

안륜근 순환 (눈가)

눈꺼풀 무게감과 눈가 잔주름의 상당 부분이 이 근육의 순환 저하에서 옵니다.
보톡스·필러 시술 4주 이내인 분은 건너뛰니다.



✓ 이렇게 하세요

- U자 곡면을 눈썹뼈 라인에 최대한 평평하게 얹혀 밀착시킵니다.
- 눈 안쪽(코대 쪽)에서 관자놀이 방향으로 깃털처럼 가볍게 스치듯 쓸어냅니다.
- 좌우 각 20~30회. 압력은 반드시 아주 가볍게.

✕ 하지 마세요

- 괄사 날을 세워 눈꺼풀이나 안구를 직접 자극하는 동작.
- 눈 안쪽이 쓰라리거나 충혈되면 즉시 중단하세요.



동작 영상 바로보기



STEP 7 라인 조각기

윗입술올림근 (코옆) 순환

팔자주름이 시작되는 코마를 옆 패인 부위.
심부 근육을 풀어 혈색 개선에 도움을 줍니다.



✓ 이렇게 하세요

- 뽀족한 끝을 콧볼 바로 옆 오목한 부분에 수직으로 댑니다.
- 제자리에서 지극히 누른 상태로 작은 원을 그리듯 20회 천천히 회전합니다.

× 하지 마세요

- 오일 없이 표면만 강하게 긁는 동작
- 피지선 자극 및 마찰 손상.
- 염증성 트러블 부위는 건너뛰니다.



동작 영상 바로보기



STEP 8

라인 조각기

큰·소광대근 리프팅

입꼬리에서 광대뼈 라인을 따라 사선 위쪽으로 끌어올립니다.
근육의 주행 방향을 따라가는 것이 핵심입니다.



✓ 이렇게 하세요

- 넓은 곡면을 입꼬리~코옆 팔자라인에 밀착시킵니다.
- 광대뼈 아래 결을 따라 귀 앞쪽 방향으로 사선 위로 기분 좋게 밀어 올립니다.
- 좌우 각 30~50회.

× 하지 마세요

- 팔자 라인만 따라 직선으로 단순 왕복하는 동작.
- 돌출된 광대뼈를 팔사 날로 직접 강하게 째어 누르는 동작.



동작 영상 바로보기



STEP 9

라인 조각기

NEW

협근 이완

볼 안쪽 깊은 근육.

볼살 처짐과 팔자주름에 영향을 줄 수 있는 근육입니다.

WHY STEP 8의 큰광대근 리프팅과 같은 구역이지만 깊이가 다릅니다. 두 STEP을 이어서 진행하면 표층·심층을 동시에 공략합니다.



✓ 이렇게 하세요

- 넓은 곡면을 광대뼈 아래 쪽 들어간 오목한 부위에 밀착시킵니다.
- 입을 살짝 벌린 상태에서 안쪽에서 귀 앞쪽 방향으로 작은 원을 그리듯 밀어냅니다.
- 좌우 각 20~30회.

× 하지 마세요

- 볼 살을 아래 방향으로 강하게 끌어당기는 동작.
- 트러블이 있는 부위는 건너뛩니다.

[동작 영상 바로보기](#)



STEP 10

라인 조각기

NEW

구륵근 이완 (입 주변)

팔자주름·마리오네트 라인·입꼬리 처짐의 핵심 원인 근육입니다.

WHY 팔자주름은 큰광대근 처짐 + 구륵근 긴장의 합작입니다. 두 STEP을 함께 진행해야 팔자 고민이 완전히 해결됩니다.



✓ 이렇게 하세요

- 뾰족한 끝을 입꼬리 바로 옆 오목한 부위에 수직으로 댍니다.
- 입을 살짝 벌린 상태에서 작은 원을 그리듯 20~30회 천천히 회전합니다.
- 입을 살짝 벌리면 근육이 이완되어 자극이 더 깊이 전달됩니다.

× 하지 마세요

- 예민한 입술 점막을 직접 강한 압력으로 누르는 동작.
- 강하게 꺾 누르는 동작 — 입 주변 신경이 예민합니다.



동작 영상 바로보기



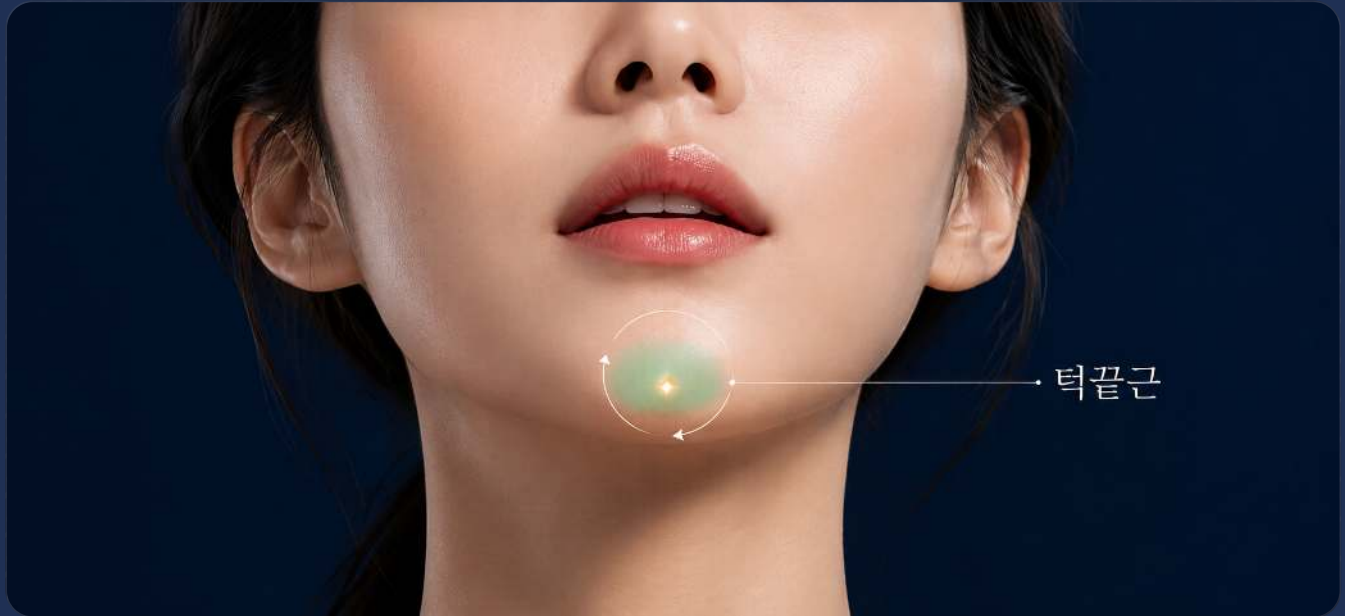
STEP 11

라인 조각기

턱끝근 이완

턱끝 정중앙(자갈턱 부위).

굳으면 턱끝이 울퉁불퉁하고 턱선이 무거워집니다.



✓ 이렇게 하세요

- 뾰족한 끝을 턱끝 정중앙에 수직으로 밀착시킵니다.
- 입을 살짝 벌린 상태에서 좌우로 천천히 흔들듯 30회 진행합니다.
- 처음엔 단단하다가 점점 부드러워집니다.

× 하지 마세요

- 치아나 턱뼈에 강한 충격이 갈 정도로 꺾 누르는 동작.
- 턱관절 통증 시 압력을 원래의 20% 수준으로 낮추세요.



동작 영상 바로보기



STEP 12

림프 오프너

저작근 이완 — V라인 조각

이갈아·스트레스로 굳어 비대해지면 하관이 넓어집니다.
턱관절 통증이 있는 분은 건너뛰니다.



✓ 이렇게 하세요

- 어금니를 양 물었을 때 튀어나오는 저작근 부위에 U자 홈을 맞추어 끼웁니다.
- 입에 힘을 빼고 살짝 벌려준 상태에서 귀 밑 방향으로 지긋이 밀어 올립니다.
- 드르륵 알갱이 느낌 = 근막 유착 좌우 각 30~50회.

× 하지 마세요

- 이빨을 꽉 다물어 저작근이 수축된 상태에서 강하게 미는 동작.
- 귀 바로 앞 턱관절(TMJ) 자체를 강하게 압박하는 동작.

[동작 영상 바로보기](#)



STEP 13

림프 오프너

NEW

귀 뒤~목 최종 배출

얼굴에서 이동시킨 모든 노폐물을 귀 뒤 림프절을 거쳐 쇄골 방향으로 완전히 배출합니다.

WHY 귀 뒤 유양돌기 림프절은 얼굴 전체 노폐물의 집결지입니다.
이 단계 없이 마무리하면 노폐물이 얼굴에 그대로 남습니다.



✓ 이렇게 하세요

- U자 평평한 면을 귀 뒤 유양돌기 아래 부위에 완전히 밀착시킵니다.
- 압력은 반드시 깃털처럼 가볍게
 - 목 라인을 따라 쇄골 방향으로 쓸어내립니다.
- 좌우 각 5~10회.

× 하지 마세요

- 강한 압력으로 누르거나 빠르게 긁는 동작
 - 림프관이 폐쇄됩니다.
- 아래→위 역방향 동작 절대 금지.



동작 영상 바로보기



STEP 14 림프 오프너

터미누스 마무리

루틴 중 이동시킨 모든 노폐물을 정맥계로 최종 배출합니다.
이 한 번의 차이가 루틴의 완성도를 결정합니다.



✓ 이렇게 하세요

- 쇄골 안쪽 오목한 부분에 U자 홈을 올리고 바깥쪽에서 안쪽 방향으로 지긋이 눌렀다 놓기를 5~10회 반복합니다.
- 이어서 미온수 한 잔
- 이동시킨 노폐물의 체외 배출을 돕습니다.

✕ 하지 마세요

- 마무리 배출 단계이므로 강한 자극은 절대 주지 않습니다.



동작 영상 바로보기

오늘의 나에게 맞는 마사지 방법

매일 얼굴 상태는 다릅니다. 오늘의 상태를 읽고 그에 맞게 루틴을 조정하세요.

01

아침 부기가 심한 날

"눈이 붓고 얼굴이 무겁습니다"

아침 부기는 밤사이 정체된 림프가 빠져나가지 못해 생깁니다. 이날은 근육 자극보다 림프 배출에 집중합니다.

핵심 도구: 림프 오프너

소요 시간: 3분

Routine

STEP 1 터미누스 활성화 — 압력 1/10으로 아주 가볍게. 좌우 각 20초씩 3세트.

STEP 4 SCM 림프 배출 — 평소보다 느리게. 1회 스트로크에 5초. 좌우 각 30회.

STEP 6 안륜근 순환 — U자 곡면을 눈썹뼈에 올려 관자놀이 방향으로 아주 가볍게. 30회.

오늘 피해야 할 것 라인 조각기의 강한 근육 자극. 부기 있는 상태에서 강한 압력은 조직에 부담을 줍니다.

02

턱선이 무너진 날

"하관이 무겁고 V라인이 사라진 것 같습니다"

턱선이 무너지는 주된 원인은 저작근의 긴장과 비대입니다. 림프 배출 후 저작근 이완과 광대 리프팅에 집중합니다.

핵심 도구: 림프 오프너 + 라인 조각기

소요 시간: 5분

Routine

STEP 1 터미누스 활성화 — 기본 루틴과 동일. 좌우 각 20초씩 2세트.

STEP 4 SCM 림프 배출 — 기본 루틴과 동일. 좌우 각 30회.

STEP 12 저작근 이완 집중 — 오늘은 2세트. 좌우 각 50회씩 총 100회. 입을 '아' 벌린 상태.

STEP 8 큰광대근 리프팅 — 라인 조각기로 입꼬리에서 귀 앞쪽 방향으로. 좌우 각 50회.

오늘 피해야 할 것 턱관절 통증이 있다면 저작근 이완 강도를 3/10으로 낮추세요.

03

두통이 있거나 스트레스가 극심한 날

"머리가 무겁고 관자놀이가 조입니다"

긴장성 두통의 주요 원인은 후두하근군 과긴장입니다. 뒷목에서 두피로 올라오는 순서로 풀면 두통이 즉각 완화됩니다.

핵심 도구: 라인 조각기 + 리프팅 앵커

소요 시간: 5분

Routine

STEP 1 터미누스 활성화 — 기본 루틴과 동일.

STEP 2 후두하근 이완 — 라인 조각기. 고개를 약간 뒤로 젖힌 채 후두과에 지긋이 누르며 30초. 좌우 2~3세트.

STEP 3 측두근 이완 집중 — 리프팅 앵커. 오늘은 2세트. 관자놀이→정수리 방향으로 좌우 각 30회씩.

STEP 5 전두근 이마 리프팅 — 리프팅 앵커. 구역별 각 20~30회. 미간부터 헤어라인까지.

오늘 피해야 할 것 라인 조각기의 강한 동작. 스트레스 상태에서 강한 자극은 피부 반응을 높일 수 있습니다.

04

중요한 약속이 있는 날

"지금 당장 얼굴을 정돈하고 싶습니다"

약속 1시간 전, 빠르게 얼굴을 깨우는 루틴입니다. 림프 배출로 부기를 빼고 근육을 활성화해 피부에 혈색을 돌립니다.

핵심 도구: 3종 모두 빠르게

소요 시간: 5분

Routine

STEP 1 터미누스 활성화 — 좌우 각 20초씩 1세트. 빠르게.

STEP 4 SCM 림프 배출 — 좌우 각 20회. 평소보다 빠르게 2초 스트로크.

STEP 3 측두근 이완 — 리프팅 앵커. 좌우 각 30회. 눈꼬리를 올립니다.

STEP 8 큰광대근 리프팅 — 라인 조각기. 좌우 각 50회.

STEP 14 터미누스 마무리 — 림프 오프너로 쇄골을 가볍게 마무리합니다.

오늘 피해야 할 것 특별한 제한 없음. 모든 동작을 부드럽고 빠르게 진행하세요.

TIP

이 루틴 직후 냉장고에 넣어둔 시트 마스크 팩을 10분 붙이면 효과가 배가됩니다.

메이크업 전 마지막 단계로 활용하세요.

괄사, 무엇을 바르고 해야 할까요?

비움랩 구매자 800명이 가장 많이 물어본 질문. 세 가지 오일의 장단점을 솔직하게 정리해드립니다.

호호바 오일

Jobba Oil

지성·여드름성 피부 추천

장점

사람의 피지 구조와 가장 유사합니다. 모공을 막지 않고 모든 피부 타입에 비교적 잘 맞아 괄사용으로 가장 많이 권장됩니다.

단점

슬립감이 오래 지속되지 않습니다. 나무 도구가 오일을 흡수하는 성질이 있어 루틴 중간에 재도포가 필요할 수 있습니다.

💡 평소의 2배 양을 발라 나무가 오일을 머금게 하세요.

아르간 오일

Argan Oil

건성·노화 피부 추천

장점

비타민 E가 풍부하고 보습력이 강합니다. 괄사 후에도 피부 광채가 지속됩니다.

단점

무게감이 있어 지성 피부에는 무겁게 느껴질 수 있습니다. 루틴 후 잔여감이 남아 씻어내야 하는 경우도 있습니다.

💡 루틴 중간에 한 번 더 덧발라 마찰을 방지하세요.

타마누 오일

Tamanu Oil

민감성·홍조 피부 추천

장점

피부 진정과 재생 효과가 탁월합니다. 따뜻해진 나무 도구와 만나면 진정 효과가 배가됩니다.

단점

냄새가 강합니다. 단독으로 쓰기보다 다른 오일과 1:1로 섞어 사용하는 것을 권장합니다. 가격이 상대적으로 높습니다.

💡 호호바 오일과 섞어 사용하면 냄새가 부드러워집니다.

COMING SOON

비움 팔사 크림

오일 3종의 장단점, 여기까지 솔직하게 말씀드렸습니다.
여러분의 고민을 없애기 위해 1년간 개발하며,
이 모든 걸 하나로 끝낼 답을 준비하고 있습니다.

팔사 마찰에도 안심할 수 있도록,
재생과 탄력 케어에 집중해 설계한 크림입니다.
바쿠치올은 탄력을, 세라마이드는 장벽을
각자의 역할에 집중해 설계했습니다.

비움랩의 철학에 맞게, 당신의 피부에 문제가 될 수 있는
미네랄오일, 합성향료, 파라벤도 없습니다.

당신의 비움을 완성하세요.

미네랄오일 프리 · 합성향료 프리 · 파라벤 프리

아래 버튼 하나로 채널 추가와 사전예약이 한 번에 완료됩니다.

친구추가 하신 분들께만 혜택가로 안내드립니다.



사전예약하기

나무 팔사 보관 및 세척 관리법

나무 팔사는 생명입니다. 잘못 관리하면 세균의 온상이 됩니다.

01

세척

사용 직후 마른 거즈나 티슈로 오일과 각질을 닦아냅니다.

절대 물로 씻지 마세요!

나무가 불거나 곰팡이가 생깁니다.

02

소독

알코올 솜으로 가볍게 닦은 후 완전히 건조시킵니다.

사용 후 바로 닦으면 소독이 더 쉬워집니다.

03

보관

그레이 파우치에 넣어 습기 없는 그늘진 곳에 보관하세요.

햇빛을 받으면 뒤틀릴 수 있습니다.

교체 시기

나무 표면에 균열이 생기거나 뒤틀림이 발생하면 교체를 권장합니다.

올바르게 관리하면 오랫동안 사용 가능합니다.

COPYRIGHT NOTICE

본 자료는 비움랩(BIUM LAB)의 저작물입니다. 무단 복제, 배포, 전송, 2차 가공을 금합니다.

저작권법 제136조에 의거, 무단 배포 시 법적 처벌을 받을 수 있습니다.

자주 묻는 질문

비움랩 구매자분들이 가장 많이 물어보신 질문들을 모았습니다.

Q 1

보톡스나 필러 시술을 받았는데 괄사 해도 되나요?

보톡스는 일반 부위 기준 최소 2주 후부터 가능하지만, 눈가처럼 예민한 부위(Step 6 안륜근)는 처짐 위험이 있어 4주를 권장합니다. 정확한 시기는 시술 담당 의료진과 상담하세요. 필러의 경우 강한 압력이 가해지면 필러가 이동할 수 있습니다. 시술 부위는 피하고 림프 배출 동작 위주로만 가볍게 진행하세요.

Q 2

처음 몇 주 동안 트러블이 올라왔어요. 잘못하고 있는 건가요?

두 가지 원인을 확인하세요. 첫째, 오일이 피부 타입에 맞지 않을 수 있습니다. 지성 피부에 무거운 오일을 쓰면 모공이 막혀 트러블이 생깁니다. 더 가벼운 오일로 교체해보세요. 둘째, 압력이 너무 강하거나 오일이 부족하면 피부 장벽이 손상됩니다. 3주가 지나도 계속 된다면 즉시 중단하고 피부과 상담을 권장합니다.

Q 3

얼마나 자주 해야 효과를 볼 수 있나요?

림프 배출 동작(림프 오프너)은 매일 진행해도 좋습니다. 근육 이완 동작(라인 조각기)은 주 2~3회가 적당합니다. 매일 완벽하게 하는 것보다 꾸준히 하는 것이 중요합니다. 시간이 없는 날은 STEP 1, 4만 진행하는 2분 루틴으로 대체하세요.

Q 4

얼굴이 붉어지는 게 정상인가요?

괄사 직후 2~3분 내 가라앉는 가벼운 홍조는 정상입니다. 단, 화끈거림이 동반되거나 30분 이상 지속된다면 오일이 부족하거나 압력이 너무 강한 것입니다. 즉시 멈추고 냉장 보관한 시트 마스크 팩을 붙여주세요. 다음 루틴에서 압력을 절반으로 낮추세요.

Q 5

멍이 생겼어요. 잘못된 건가요?

압력이 너무 강했다는 신호입니다. 특히 눈가, 코옆, 눈 아래는 피부와 혈관이 매우 얇습니다. 이 부위는 반드시 1/10 압력으로 진행하세요. 멍이 생긴 부위는 완전히 가라앉을 때까지 괄사를 중단합니다.

Q 6

비대칭에도 효과가 있나요?

근육 긴장에 의한 비대칭이라면 팔사로 양쪽을 균일하게 이완시키는 것이 도움이 될 수 있습니다. 단, 골격적 비대칭에는 효과가 제한적입니다.

Q 7

임신 중에 팔사를 해도 되나요?

얼굴 팔사는 임신 중에도 일반적으로 안전합니다. 복부나 특정 경혈점을 자극하는 전신 마사지와 달리, 얼굴 림프 배출과 근막 이완이 목적이기 때문입니다. 단, 고위험 임신이거나 몸 상태가 좋지 않은 날에는 담당 의료진과 상담 후 진행하세요.

Q 8

아침에 하나요, 밤에 하나요?

둘 다 효과가 있지만 목적이 다릅니다. 아침에는 밤사이 정체된 림프를 배출해 부기를 빼고 메이크업 밀착력을 높이는 효과가 있습니다. 밤에는 하루 동안 쌓인 근육 긴장을 이완하는 효과가 있습니다. 시간이 없다면 본인의 주요 고민에 맞는 시간대를 선택하세요.

Q 9

꼭 나무팔사로만 해야 하나요?

다른 도구도 사용 가능합니다. 다만 고반복 루틴에서 피부 장벽 손상을 최소화하고 손목 부담을 줄이는 데 나무 재질이 유리합니다. 금속은 차갑고 원석은 무거워 장시간 사용 시 부담이 될 수 있습니다.

Q 10

나무팔사는 얼마나 오래 쓸 수 있나요?

올바르게 관리하면 오랫동안 사용 가능합니다. 물로 씻지 않고 마른 거즈나 티슈로 닦은 후 알코올 솜으로 소독하고 그레이 파우치에 보관하는 것이 핵심입니다. 나무 표면에 균열이 생기거나 뒤틀림이 발생하면 교체를 권장합니다.

BIUM LAB

비울수록 드러나는 내 안의 완벽함

— BIUM LAB

비움랩 카카오톡채널

채널을 추가하시면
한눈에 볼 수 있는
림프비움지도를 보내드립니다



채널 추가하기