



MEDISPA MENU



IASO Medispa 以希腊女神 IASO 命名，她象征着康复 修复与复原

坐落于 Heritance Aarah 岛屿的宁静天堂，我们诚邀您踏上身心全面
疗愈之旅。

分享您的健康目标，我们将为您量身定制专属体验，融合历久弥
新的传统疗法与尖端西方科技，只为成就真正的焕新与平衡。





恢复

通过舒缓的身体疗愈、身体护理、焕颜面部护理以及量身定制的专属疗程，恢复身心能量.

修复

通过焕活抗衰的 Medispa 面部与身体护理，或奢华沙龙疗程，释放压力，唤醒最好的自己.

复原

通过健康咨询、瑜伽、冥想与传统疗法，重拾活力，让整体疗愈与觉知生活方式完美融合.

我们的设备

精准 · 创新 · 成效

我们持续投资于最新的诊断与治疗技术，确保每位宾客都能享受最高标准的护理服务。

面部扫描仪

先进的诊断扫描系统，精准识别肌肤问题，助力制定个性化的医学美学护理方案。

LED 光疗

医疗级光疗技术，采用高强度单波长 LED 光深入真皮层，刺激胶原蛋白生成，有效治疗细纹、皱纹、色斑、疤痕、晒伤与痤疮，安全无痛。

HydraFacial 水飞梭

种温和、无创的护理方式，深层清洁、去角质并滋润肌肤，令肌肤瞬间光滑、焕亮、清新，无需恢复期。

身体轮廓塑形

非手术面部与身体雕塑疗程，效果在护理后 6 – 8 周持续提升。无需恢复期，是度假期间的理想焕新选择。

微针疗法

激活胶原蛋白与弹力蛋白的生成，显著减缓老化迹象。可单独使用，也可结合活性成分进行美塑疗法，增强焕颜效果。

纳米导入

无创面部护理，增强抗氧化剂与玻尿酸等强效成分的吸收，疗效远胜传统外用产品，带来更深层、更显著的焕肤效果。

激光脱毛

高效、舒适、安全的脱毛解决方案。我们拥有马尔代夫度假村中唯一的先进激光设备，带来丝滑肌肤与最小不适感。

IASO 专属体验

IASO 专属仪式

沉浸于个性化的疗愈旅程，从焕活身体磨砂与自选按摩开始，随后进行深层补水面部护理，唤醒肌肤自然光采，最后以 LED 光疗促进细胞更新与焕亮。
包含：身体磨砂、身体按摩、HydraFacial 水飞梭、LED 光疗

 180 分钟

岛屿浪漫

与挚爱共享幸福时光：净化身体磨砂与裹敷，搭配放松头部按摩，随后享受全身按摩。最后任选焕肤面部护理或焕颜足部按摩，完美融合亲密与焕新。
包含：身体磨砂与裹敷、身体按摩、任选面部护理或足部按摩

 情侣专属 120 分钟

岛屿享悦

沉浸于岛屿的宁静氛围，享受深度放松的全身按摩，释放压力，恢复内在平衡。可根据喜好选择焕肤面部护理或活力身体磨砂，打造专属的疗愈时光。
包含：身体按摩、任选面部护理或身体磨砂

 90 分钟

三日排毒疗愈套餐

净化 · 焕颜 · 唤醒
沉浸于疗愈圣地，开启专属排毒之旅。此三日疗程精心设计，帮助排出毒素、恢复活力，让您由内而外焕发光采。

- 套餐包含：
- 健康咨询与面部扫描（30 分钟）
 - 排毒身体磨砂与裹敷（60 分钟）
 - 全身整体疗愈护理（90 分钟）
 - 面部护理（60 分钟）
 - 冥想与音疗（30 分钟）

五日整体疗愈之旅

平衡 · 疗愈 · 光采
踏上五日转化之旅，恢复身心和谐，提升生命能量，焕发自然光采。此套餐融合古老疗愈传统与现代 Medispa 技术，带来深度焕颜体验。

- 套餐包含：
- 健康咨询与面部扫描（30 分钟）
 - 身体磨砂与疗愈护理（90 分钟）
 - 阿育吠陀身体疗程（90 分钟）
 - 头发护理与造型（90 分钟）
 - Medispa 面部护理（90 分钟）
 - 瑜伽疗愈（60 分钟）或 REIKI 能量疗愈（60 分钟）
 - 冥想与音疗（30 分钟）



康复

身体疗愈

IASO 夏威夷式 Lomi Lomi 身体疗程

这项深度放松的按摩疗程引导心灵放松、身体疗愈。采用连续流畅的前臂手法，模拟海浪律动，Lomi Lomi 温和却深入肌肉层，滋养身心，恢复能量流动与内在平衡。

⌚ 60/90 分钟

IASO 专属定制身体疗程

根据您的个性化需求量身打造的疗效导向身体护理。融合多种先进技术，精准针对身体重点区域，帮助恢复平衡、焕发活力，实现深层修复。

⌚ 30/60/90/120 分钟

深层治疗型身体疗程

专为紧绷、疲劳与酸痛肌肉设计的深度修复疗程。通过深层肌肉按压与交叉纤维摩擦技术，有效缓解肌肉紧张，促进血液与淋巴循环，带来深层放松与舒缓。

⌚ 60/90 分钟

巴厘岛按摩

强健身体，疗愈身心。
传统疗法融合伸展、长距离推拿、掌压与指压技巧，手法流畅优雅。巴厘岛按摩可有效缓解紧张、促进血液循环、舒缓压力，带来身心和谐。

 60/90 分钟

传统马尔代夫按摩

源自岛屿的正宗仪式，通过马尔代夫贝壳按摩的舒缓节奏带来深度放松。
温热椰子油滋养肌肤，柔和流畅的手法安抚身心，礼赞马尔代夫的宁静与灵性。

 60/90 分钟

热石身体疗程

深度放松的感官体验。这项强效疗愈按摩使用温热油润的玄武岩石，顺滑地滑过肌肉，深层加热并松解结节与紧张，带来彻底的舒缓与释放。

 90 分钟



传统泰式按摩

疗愈身心，连接身体、能量与意识。
这项在泰国流传数百年的高效疗愈按摩，专注于穴位、能量线与伸展。独特的干式按摩采用柔和引导的手法进行拉伸、按压与压缩，让您感到身体舒展、焕活与放松。

 60/90 分钟

准妈妈按摩

专为孕期女性设计的温柔呵护按摩。
通过舒缓的手法带来深度放松，关爱母亲与宝宝的身心平衡，营造和谐、安心的疗愈体验。

 60 分钟

四手同步按摩

尽享极致放松体验。
两位技艺娴熟的治疗师以同步节奏协同操作，融化紧张与疲惫，将您带入纯粹的幸福状态。这是一场如舞蹈般的疗愈之旅，奢华而治愈。

 60 分钟

抗橘皮组织护理

针对性按摩疗程，旨在平滑肌肤并减少橘皮组织的显现。
采用有力手法，集中护理重点区域，刺激循环、净化组织，使肌肤更紧致、更有弹性。

 60/90 分钟

淋巴引流按摩

温和而精准的按摩疗程，激活淋巴系统，减少组织肿胀。
有助于缓解水肿、排毒、舒缓疲惫沉重的双腿 - 尤其适合长途飞行或旅途之后使用。

 60/90 分钟

儿童按摩

专为儿童设计的安抚性按摩疗程。
通过温柔、节奏感强的手法，帮助缓解焦虑、改善睡眠，促进整体身心健康。

 30/50 分钟



身体恢复

疗愈护理

个性化疗愈咨询

欢迎与我们讨论您的健康目标与需求，我们将为您量身定制专属疗愈方案，结合最适合的疗法、护理与活动，最大化您在此的疗愈体验。
如在抵达后前两日内预约，可享免费咨询服务

REIKI 能量疗愈

温和的能量疗法，与身体自然能量场协同作用，帮助恢复平衡、唤醒内在韧性、提升生命力. 这项深度安抚的疗程有助于清理能量阻滞，支持身、心、灵的整体健康.

🕒 60 分钟

音疗与冥想引导

沉浸式疗愈体验，结合治疗性音波振动与引导式冥想，恢复内在平衡与宁. 此疗程有助于释放能量阻滞、缓解压力、提升情绪清晰度，让您感到安定、放松与焕新

🕒 30/60 分钟



康复

身体护理

(磨砂与裹敷)

闪耀焕肤磨砂

以椰香为灵感的奢华身体磨砂，令肌肤更柔滑、更透亮。适用于所有肤质，尤其适合干燥或黯淡肌肤。此疗程温和去角质并深层滋润，让身体焕发柔嫩光采，尽享热带清新气息。

🕒 50 分钟

喜马拉雅盐焕能磨砂

舒缓全身去角质护理，唤醒自然光泽。富含矿物质的喜马拉雅盐晶温和去除暗沉角质，搭配滋养身体乳霜，使肌肤柔滑、水润、焕亮。这是一场唤醒身心的能量仪式。

🕒 50 分钟

滋养焕活磨砂

促进健康循环，展现丝滑肌肤的深层滋养护理。融合海盐、咖啡与葡萄柚的焕活配方，激发身体能量、净化肌肤、提升光泽。疗程最后搭配温和面部清洁，让您从头到脚焕然一新。

🕒 50 分钟

深层排毒焕活裹敷

体验一场深度净化的身体排毒护理，旨在清洁、激活并焕新身心。疗程以海盐与咖啡磨砂开启，温和去角质，唤醒肌肤。随后进行全身海洋裹敷，深层排出毒素并滋养肌肤。最后搭配清爽头部按摩，让您焕然一新、身心平衡、彻底放松。

🕒 60 分钟

舒缓晒后修复护理

开启宁静之旅，从清凉薰衣草冷敷开始，随后进行融合芦荟与薰衣草的修复裹敷。芦荟在疗程中发挥舒缓与修复功效，同时享受温柔头部按摩，释放紧张。疗程最后涂抹深层滋养修复乳液，让肌肤柔嫩、舒缓、焕活。

🕒 60 分钟





修复

面部护理

HydraFacial 水飞梭护理

全面护理，适用于所有肤质。

疗程包含双重清洁以深层净化毛孔、温和去角质、肌肤调理，以及超声波导入眼部精华与定制精华液。最后涂抹保湿乳与防晒霜，让肌肤焕然一新、滋养透亮、光采动人。

⌚ 60 分钟

尊享版 HydraFacial 水飞梭护理

专属定制的面部护理体验。从进阶版 HydraFacial 清洁开始，搭配温和去角质与深层补水面膜，并在 LED 光疗下进行超声波导入，将高效精华、眼霜与面霜注入肌肤，全面焕颜。疗程最后以冷超声波导入防晒霜，令肤质更加细腻、水润、光泽动人。

⌚ 90 分钟

抗老化深度补水面部护理

适合旅行后或日晒后肌肤的修复与焕新。疗程包含深层清洁、去角质、使用拔罐手法进行淋巴排毒面部按摩、肌肤调理、LED 光疗下的芦荟补水面膜，随后导入透明质酸精华、眼霜、保湿乳与物理防晒霜，让肌肤饱满、水润、焕发年轻光采。

⌚ 60 分钟

面部轮廓雕塑护理

灵感源自古老技法的进阶雕塑护理. 疗程包含温和清洁、淋巴排毒面部按摩与口腔内颊部按摩，有效塑造下颌线条、减少浮肿、释放肌肉紧张. 随后进行肌肤调理、冷敷面膜、补水精华、眼霜、保湿乳与防晒霜涂抹，令肤质紧致、焕亮、轮廓清晰.

⌚ 60 分钟

排毒净肤面部护理

专为改善肤质清晰度而设计，适合轻度痘痘肌. 疗程包含清洁、调理、深层水杨酸磨砂去角质以疏通毛孔、面部按摩、净化面膜、眼霜、保湿乳与防晒霜，令肌肤清爽净透.

⌚ 60 分钟

淡斑焕肤面部护理（针对肤色不均）

适合轻度肤色不均与表层色素沉着. 疗程包含清洁、调理、温和果酸微焕肤搭配按摩，随后导入纳米维生素 C 精华进行主动淡斑，再敷补水面膜，涂抹眼霜、保湿乳与防晒霜。如有深层色斑问题（如黄褐斑），建议搭配微针疗法以增强疗效.

⌚ 60 分钟





医学级护理疗程

抗老化面部护理

全面医学级面部护理，旨在提亮肤色并刺激胶原蛋白生成. 通过进阶焕肤或纳米/微针技术，有效改善细纹与老化迹象，使肤质更平滑、更年轻.

🕒 90 分钟

痘肌修复护理

医学级疗程，数日内显著改善痘痘肌肤. 包含水杨酸焕肤、净化益生菌面膜与蓝光疗法，帮助重建肌肤微生态.

建议在疗程期间进行多次护理，以应对活跃性痘痘问题

🕒 90 分钟

淡斑亮肤护理

以效果为导向的面部护理，针对明显色素沉着与肤色不均. 疗程包含完整水疗流程，搭配果酸焕肤或纳米/微导入高效维生素C与谷胱甘肽，48小时内可见肤色改善，令肌肤更明亮、更均匀.

🕒 90 分钟

非手术面部提升

射频紧致护理 每部位

非侵入式射频疗法，专为紧致松弛肌肤、淡化老化迹象而设计。
疗程可针对面部、颈部或眉部进行温和提升，塑造更紧致、更年轻的轮廓。
护理部位选择：

- 双下巴区域（1 个部位）
- 下颌线（2 个部位）
- 颈部提升（左右两侧）
- 上脸部提升（左右两侧）
- 迷你面部提升（中脸紧致，左右两侧）
- 迷你眉部提升（上脸紧致，左右两侧）

🕒 90 分钟





MEDISPA 身体疗愈护理

高压氧疗 (HBOT)

感受纯氧的疗愈力量. 让身体深层呼吸、加速修复、由内而外焕新. 在先进的高压氧舱中注入浓缩氧气, 为身体充能. HBOT 有助于加速愈合、提升能量、改善肌肤健康, 并促进思维清晰. 非常适合术后恢复、焕活身心与整体健康管理.

 60/ 90 分钟

激光脱毛护理

体验先进脱毛技术, 热感低、舒适度高. 配备冷却系统, 有效减少热刺激, 疗效优于 IPL, 适用于各种肤质与毛发类型.

 每部位 | 30 分钟

射频紧致塑形护理

非侵入式射频疗法，深入肌肤而无红肿或疤痕. 专为紧致松弛肌肤与减少局部脂肪而设计，带来可见的提升与轮廓塑形效果. 单层疗程聚焦于 4.5 毫米深度的紧肤效果，多层疗程建议用于优化脂肪减少成果. 请与治疗师沟通您的具体需求.

护理部位选择

- 上臂外侧
- 上臂内侧
- 腰部
- 腹部
- 臀部
- 大腿外侧
- 大腿后侧
- 大腿前侧

 每部位 | 90 分钟

妊娠纹修复护理（腹部或大腿）

结合精准微针技术与活性美疗成分，显著改善妊娠纹肌肤的质地与色调。帮助肌肤更平滑、均匀，呈现更美观的视觉效果.

 90 分钟

背部痘痘护理

针对顽固背部痘痘的深层清洁疗程. 包含去角质磨砂、蒸汽护理、水杨酸焕肤与抗菌蓝光疗法，助您在假期期间拥有更清爽、平滑的背部肌肤.

 90 分钟

晒后修复护理

舒缓晒后肌肤的疗愈护理. 融合芦荟补水与 LED 光疗，有效舒缓炎症、加速修复、恢复健康光泽.

可选护理区域：

- 面部
- 颈部
- 背部上段
- 背部下段
- 腹部上段
- 腹部下段
- 大腿（前侧或后侧）
- 手臂（前侧或后侧）

 30 分钟

加选项目

- LED 光疗
- 纳米导入淡斑护理
- 纳米导入手部补水护理



修复

沙龙护理

经典美甲

经典美甲护理从温和的指甲修型与指缘护理开始，随后进行舒缓的手部浸泡与去角质，让肌肤丝滑柔嫩，搭配滋养乳液的放松手部按摩，最后涂上您喜爱的指甲油，展现精致美感。

🕒 60 分钟

经典美足护理

柔滑、舒缓并完美修饰您的双足。从专业的趾甲修型与指缘护理开始，打造干净优雅的足部造型。接着享受温热足浴，放松肌肤，随后进行彻底去角质与足底磨砂，去除粗糙与角质。搭配滋养乳液的放松足部按摩，最后涂上您喜爱的指甲油，为美丽画上完美句点。

🕒 75 分钟

快捷美甲护理

包含指甲修型、指缘护理、打磨、清洁、去角质磨砂与保湿乳液涂抹，打造清爽洁净的手部状态，不含指甲油。

🕒 45 分钟



SPA 礼仪须知

营业时间

IASO Medispa 开放预约时间为每日上午 10:00 至晚上 8:00.

预约方式

如需预约，请联系您的管家或拨打 6266 与 IASO Medispa 联系。为确保您所需的时间与疗程可用，建议提前预约.

SPA 礼遇额度

每位成人宾客可享最低 USD 50 的 SPA 礼遇额度，适用于指定的 SPA、MEDISPA 或疗愈护理项目

取消政策

如需取消或更改预约，请至少提前 6 小时通知我们，以避免收取全额取消费用. 未到场将按疗程原价收费.

到店时间

建议您于预约时间前至少 30 分钟抵达，以便放松身心并享受我们的设施. 迟到可能会缩短您的疗程时间.

在 IASO 医疗水疗中心，您将填写一份简短且保密的咨询表，以确认是否存在疗程禁忌事项



iaso
MEDICAL SPA

(+960) 658 0222 | info@iasomedispa.com | www.iasomedispa.com

赫瑞坦斯·阿拉度度假村
马尔代夫北拉环礁阿拉度岛