

ANTI~AGING

**NA
WIOSNĘ**
KOSMETYCZNA
RECEPTA
DLA KAŻDEJ
CERY

CENY
W GABINETACH
- ILE KOSZTUJE
URODA?

KORYGUJĄCE
ZABIEGI NA
CIAŁO

DLACZEGO
DIETY
ODCHUDZAJĄCE
TUCZĄ

43
ZABIEGI
35
KLINIK


*Przegląd
nowości*

**MEDYCYNA
ESTETYCZNA
i DERMATOLOGIA**
bezpieczne i skuteczne

HITY Z GABINETU

Polacy coraz częściej korzystają z zabiegów medycyny estetycznej. Oprócz tych poprawiających stan skóry, śmiało decydują się na upiększanie twarzy przy użyciu botoksu i wypełniaczy oraz korygowanie kształtów ciała.

TEKST DOROTA GEPERT

Ona TWARZ

1. Zabiegi rewitalizujące, czyli poprawiające kondycję skóry, są potrzebne zarówno trzydziestolatkom, jak i sześćdziesięciolatkom. Warto pamiętać, że od nich zaczyna się kuracje odmładzające, bo nie pomogą botoks ani wypełniacze, gdy skóra jest mało elastyczna, brakuje jej jędrności. Najpopularniejsze są zabiegi laserowe i z użyciem fal radiowych.

Gdzie i za ile: fotodmładzanie – 600 zł,
Time Clinic, www.timeclinic.pl;
fala radiowa – 170 zł, Ambasada Urody,
www.ambasadaurody.pl.

2. Botoks – najlepszy pogromca zmarszczek mimicznych. W dodatku to zabieg praktycznie bezbolesny i bardzo szybki. Oprócz niwelowania zmarszczek wykorzystuje się go także do modelowania zbyt zadartej brody i lekkiego unoszenia brwi.

Gdzie i za ile: ceny od 400 zł;
CeCe Beauty Clinic; www.salon.cece.pl.

3. Wypełniacze – najczęściej stosowane są te na bazie kwasu hialuronowego. Służą do wypełniania głębokich bruzd, np. nosowo-wargowych, ale także modelowania twarzy.

Świetnie nadają się także do urodowych „drobiazgów”, czyli podnoszenia kącików ust, korekty kształtu nosa czy odmładzania płatków uszu. Ich zaletą jest to, że dają naturalne efekty.

Gdzie i za ile: ceny od 1350 zł za ampułkę;
np. Sharley Medical Clinic & Day SPA,
www.sharley.pl.

4. Zamykanie naczynek – laser jest najlepszym pogromcą „pajęczków”, które są zmorą wielu pań, bo cienką, naczynkową skórę ma większość Polek. W jej pielęgnacji nie pomaga klimat – chłodne wiatry, mróz, słońce nie służą takiej cerze. Rozszerzone naczynka to problem nie tylko estetyczny. Ich zamykanie przeciwdziała trądzikowi różowatemu.

Gdzie i za ile: od 500 zł (twarz), 300 zł (policzki),
200 zł (nos); np. Klinika dr Maciej Krajewski,
www.klinikakrajewski.pl.

5. Nici liftingujące – dają efekty podobne do liftingu. Dzięki nim można pozbyć się nawet głębokich zmarszczek, a także poprawić owal twarzy, lekko podnieść kąciki ust czy zlikwidować podwójny podbródek. Możliwości jest dużo, tak samo jak samych nici, które lekarz dopasowuje do problemu. Duży ich wybór oferuje firma Aptos. Wśród nich są nici ►

trwałe (efekt do pięciu lat) oraz wchłaniałne (efekt do trzech lat). Różnią się też mikrowypustkami – dzięki nim nici umieszcza się w tkankach. W przypadku takiego zabiegu ważne jest jego dobre zaplanowanie: kilka dni po nim twarz jest mocno opuchnięta, mogą też pojawić się krwiaki. Sam zabieg jest dość bolesny.

Gdzie i za ile: ceny od 700 zł;
np. Skin Clinic, www.skinclinic.pl.

CIAŁO

1. Zabiegi antycellulitowe – ich wybór jest ogromny, ale co roku, najczęściej wiosną, pojawiają się nowe. Są ważnym elementem, obok diety i aktywności fizycznej, w walce o piękne ciało. Popularnością cieszą się Exilis, Skin Shock, Vanquish, Cellulaze, endermologia. By przyniosły efekt, potrzebna jest seria.

Gdzie i za ile: rozpiętość cenowa jest bardzo duża – od 1000 zł za 10 zabiegów endermologii, do laserowego zabiegu Cellulaze, który kosztuje od 5500 zł za jeden zabieg na uda; np. Klinika Miracki, www.klinikamiracki.pl.

2. Powiększanie piersi – najczęściej stosuje się implanty lub wcześniej pobrany od pacjentki tłuszcz. Popularne są też zabiegi liftingujące – czyli unoszące zwiotczałe piersi. Często decydują się na nie kobiety np. po długim karmieniu piersią.

Gdzie i za ile: ceny od 12 000 zł, zarówno za powiększenie, jak i lifting piersi; np. Klinika Chirurgii Plastycznej i Medycyny Estetycznej dr Andrzej Krajewski, www.chirurgioplastycznakrajewski.pl.

3. Depilacja laserowa – w ciągu kilku lat zaszły tu duże zmiany. Od bolesnych zabiegów, podczas których można było usunąć tylko ciemne włosy, do mniej bolesnych i radzących sobie z jasnymi włoskami. I co najważniejsze, dzięki laserom można zapomnieć o niechcianym owłosieniu na bardzo długo.

Gdzie i za ile: cena od 150 zł (wąsik) do 500 zł (uda);
np. Klinika Chirurgii Plastycznej i Medycyny Estetycznej dr Andrzej Krajewski, www.chirurgioplastycznakrajewski.pl.

4. Zabiegi na przerzedzone włosy – najpopularniejsza jest mezoterapia. Ostrzykiwanie poprzedza dokładne

oczyszczenie skóry głowy urządzeniem, które wykorzystuje prądy d'Arsonvala.

Gdzie i za ile: od 440 zł (jedna ampułka);
np. Happy Clinic, www.manikowska.eu.

5. Liposukcja – ten zabieg ratuje, gdy ani dieta, ani ćwiczenia nie przynoszą efektów. Dzięki niej można pozbyć się tkanki tłuszczowej z podbródka, ud, kolan czy bioder.

Gdzie i za ile: ceny od 2500 zł (podbródek), 3600 zł (biodra) do 7000 zł (uda); np. Linea Corporis Chirurgia Plastyczna, www.lineacorporis.pl.



Polacy dopiero oswajają się z zabiegami medycyny estetycznej, jednak coraz większa liczba panów korzysta z oferty gabinetów. Oprócz poprawy jakości skóry, korygują ciało i wzmacniają włosy.



On TWARZ

1. Zamykanie naczynek – gdy czerwonych „niteczek” nie jest zbyt dużo, wystarcza jeden zabieg laserem. Dlatego skórę naczynkową warto systematycznie kontrolować u dermatologa, najlepiej na wiosnę.

Gdzie i za ile: cena od 300 zł;
np. Gold Clinic, www.goldclinic.pl.

2. Botoks – choć do tego zabiegu nie są potrzebne przygotowania, to zaraz po nim trzeba pamiętać o tym, by nie pić alkoholu, odłożyć trening w siłowni i wizytę w saunie. Mężczyźni często o tym zapominają.

Gdzie i za ile: cena od 700 zł;
np. Artismed, www.artismed.pl.

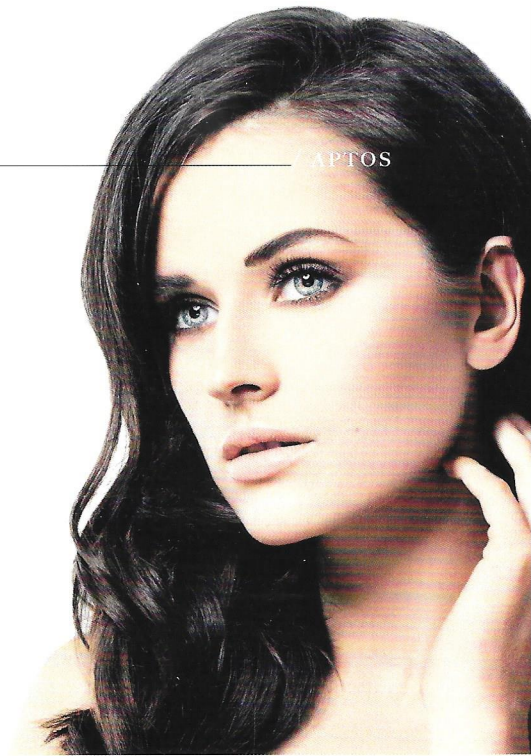
3. Wypełniacze – zabieg z ich użyciem jest krótki, bezbolesny, a efekty utrzymują się przez co najmniej rok. ➤

4 KROKI DO MŁODSZEGO WYGLĄDU

Dojrzała cera wymaga szczególnej pielęgnacji – młody wygląd to nie tylko brak zmarszczek, ale także jędrność, blask i objętość.

W jaki sposób odjąć sobie lat bez angażowania chirurga plastycznego?

Dr Gabriel Ruciński, lekarz medycyny estetycznej, podpowiada, o jakich zabiegach warto pomyśleć, by osiągnąć spektakularne efekty.



Każdy z nas, bez względu na wiek, chce się czuć pewnie i atrakcyjnie. Czy możliwe jest widoczne odmłodzenie wyglądu bez wizyty w gabinecie chirurga plastycznego? Jak najbardziej – współczesna medycyna estetyczna jest alternatywą dla inwazyjnych zabiegów, oferując szerokie spektrum technik anti-aging.

– Aby uzyskać najlepsze rezultaty, warto zdecydować się na kompleksowy pakiet zabiegów. Spektakularne efekty przynosi połączenie wypełniaczy z niciami liftingującymi. Techniki te przywracają młody wygląd, którego sekretem są odpowiednie proporcje wypełnienia i podkreślony owal twarzy – mówi dr Ruciński z Kliniki Bellamed.

1. PRZYGOTOWANIE

Przed każdym zabiegiem medycyny estetycznej dobrze jest wcześniej odpowiednio zadbać o skórę. Warto dowiedzieć się, czy zabieg, jakiego chcemy się poddać, wymaga szczególnego przygotowania – może być to konieczność rezygnacji na kilka tygodni z kremów z kwasami, opalania się czy drażniących peelingów. Dobrze też rozpocząć pielęgnację, która przygotowuje skórę do poważniejszych procedur np. poprzez stosowanie Cebelia LCE Balm – kremu, który przeciwdziała krwiakom i opuchliznie.

2. WYPEŁNIENIE

Młoda twarz charakteryzuje się pewną ilością tkanki tłuszczowej. Z wiekiem zaczyna nam jej ubywać, zwłaszcza tej zlokalizowanej w głębszych partiach. Dodatkowo nasze kości zmniejszają swoją objętość, co sprawia, że wygląd naszej twarzy staje się bardziej surowy. Dzięki popularnie stosowanym wypełniaczom w prosty sposób można przywrócić jej młodzieńczą objętość.

– Swoim pacjentom polecam preparaty Ellansé™. Nie tylko korygują zmarszczki i wypełniają ubytki tkanki tłuszczowej, ale również stymulują produkcję własnego kolagenu, co w sposób stopniowy i długotrwały zapewnia naturalny młody wygląd – mówi dr Gabriel Ruciński. – Odbudowa kształtu twarzy z zastosowaniem tego wypełniacza ma tę przewagę nad kwasem hialuronowym, że nie tworzy ruchomych kompartmentów przy mimice twarzy.

Efekt widoczny jest natychmiast i – w zależności od wybranego preparatu – utrzymuje się od 12 miesięcy do 4 lat.

3. LIFTING

Kolejnym elementem wpływającym na ogólne postrzeganie naszego wyglądu i wskazującym na wiek, jest utrata jędrności i zanikanie owalu twarzy. Współczesna

medycyna oferuje wiele możliwości liftingu – od laserów po skalpel. Coraz większą popularnością cieszą się jednak stosunkowo nowe na polskim rynku nici liftingujące.

– W swojej pracy stosuję nici APTOS, jedne, które faktycznie liftingują, a nie tylko rewitalizują – mówi dr Ruciński. – Mogą być stosowane nie tylko na twarz, ale i ciało. Pozwalają cofnąć wiotczenie skóry i zmianę konturu twarzy spowodowane utratą jędrności i gęstości oraz opadaniem tkanek miękkich. Zabieg wykonywany jest w znieczuleniu miejscowym. Natychmiastowo liftinguje skórę, dając efekt porównywalny ze skutecznością operacji chirurgicznych.

Przed tym zabiegiem warto rozważyć wcześniejsze podanie preparatów Ellansé™, które poprawią jakość skóry i uzupełnią ubytki tkanki tłuszczowej, a dzięki temu efekt liftingu będzie bardziej spektakularny.

4. REKONWALESCENCJA

Po zabiegach warto kontynuować odpowiednią pielęgnację w domu, dzięki której ograniczymy możliwość wystąpienia opuchnięć i krwiaków. Zalecany po wszelkiego rodzaju iniekcjach Cebelia LCE Balm pozwoli szybciej zagoić ewentualne podrażnienia i cieszyć się efektem udanych zabiegów.



DR GABRIEL RUCIŃSKI – dyplomowany i certyfikowany lekarz medycyny estetycznej i anti-aging, kardiolog, specjalista chorób wewnętrznych.

Klinika Bellamed
Elbląg, ul. Studzienna 33-34A
www.bella-med.pl


Klinika Bellamed

Dystrybutor marek Aptos, Ellansé™ i Cebelia jest AESTHETIC CONCEPT.
www.aestheticconcept.com.pl, www.aptos.pl

APTOS
THREAD LIFTING METHODS



ELLANSÉ™
A touch of youth