

Active **Mama** *ja*

NR 3/2015
CENA: 7,99 ZŁ (W TYM 8% VAT)

DOROTA GARDIAS

- CZY MIAŁA BABY BLUES
- JAK SCHUŁĘA PO PORODZIE
- Z KIM TRENUJE

FITNESS Z BOBASEM

10 ĆWICZEŃ DLA KOBIET PO POŁOGU

PLASTYKA MIEJSC INTYMNYCH

Komu **NAPRAWDĘ** jest potrzebna?

DIETA PODKRĘCAJĄCA METABOLIZM

MAGAZYN INTERAKTYWNY



PAMIĄTKI PO CIĄŻY

- RADY NA ROZSTĘPY • LECZENIE ŻYŁAKÓW
- ODCHUDZANIE

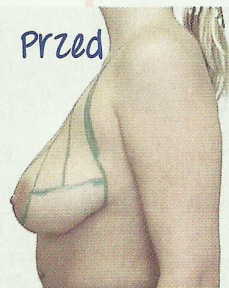
**KOREKTY BIUSTU
DUŻO ZDJEĆ!**

NICI LIFTINGUJĄCE

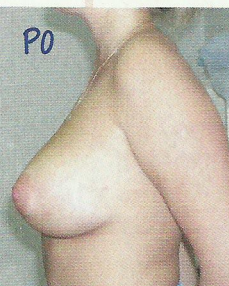
Za pomocą specjalnych nici Aptos Needle 2/0 można wykonać trwały lifting piersi. Metodę opatentował światowej sławy chirurg – dr Marlen Sulamanidze. Zabieg polega na utworzeniu „podskórnego biustonosza”

z nici i jest idealny dla kobiet o średniej wielkości biustie B lub C, który zaczyna poddawać się grawitacji. Rusztowanie z nici nie zmienia objętości piersi, powoduje ich uniesienie i zabezpiecza przed późniejszym opadaniem. Żeby włożyć nici, wykonuje się małe nakłucia wokół otoczki brodawkowej, a każdy z kręgów podtrzymujących pierś jest przymocowany do nici przeprowadzanej pod obojczykiem. To zapewni trwały efekt podciągnięcia biustu. Zabieg jest mało inwazyjny – nie ma cięć chirurgicznych ani dużych blizn. Nici wykonane są z bezpiecznego dla organizmu polipropylenu. Kobiety mogą zachodzić w ciążę, karmić, zmieniać objętość piersi, zachowując ten sam poziom ich uniesienia, co potwierdzają nie tylko zadowolone pacjentki, lecz także długotrwałe badania kliniczne. Lifting piersi metodą „podskórnego biustonosza” można również łączyć z modelowaniem kształtu i powiększeniem piersi za pomocą implantów czy operacjami pomniejszenia piersi – po to, aby zabezpieczyć je przed późniejszym opadaniem. Dostępny jest też zabieg łączący czasowy delikatny lifting piersi z poprawą jakości ich skóry i redukcją rozstępów. Używa się do tego rozpuszczalnych nici (Aptos Excellence Body), a efekt utrzymuje się dwa, trzy lata. Cena zabiegu: 6,5–9,5 tys. zł.

Przed



PO



DOBRY ADRES

DR N. MED. TADEUSZ WITWICKI, SPECJALISTA Z ZAKRESU CHIRURGII PLASTYCZNEJ Z PONAD 20-LETNIM DOŚWIADCZENIEM

Prowadzi własny gabinet w Warszawie (www.drwitwicki.pl).

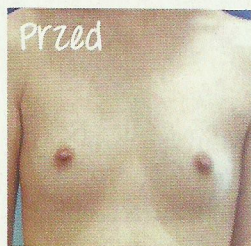


Okolo 35% kobiet po ciąży, porodzie i laktacji ma większe piersi niż dawniej. Mniejszy rozmiar biustu ma 27% kobiet.

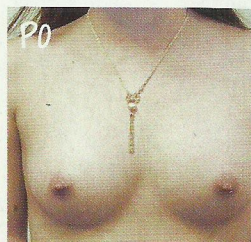
PRZESZCZEP TŁUSZCZU, CZYLI LIPOTRANSFER

Ten zabieg zdobywa coraz większą popularność. Głównie dlatego, że jest mało inwazyjny, a zamiast implantu stosuje się naturalną substancję pobraną z innego miejsca ciała. Jest tylko jeden warunek – pacjentka musi mieć nadmiar tkanki tłuszczowej na brzuchu lub udach. Pobrany materiał zostaje odwirowany w specjalnym urządzeniu, a następnie wstrzykuje się go specjalną kaniulą. Zabieg wykonuje się w znieczuleniu miejscowym i w sedacji dożylniej. Trwa od dwóch do czterech godzin. Ślady po nakłuciach szybko przestają być widoczne. Okres rekonwalescencji zwykle nie przekracza trzech dni. U większości kobiet jeden zabieg wystarczy do uzyskania wymarzonego efektu, ale czasami – zwykle po dwóch lub trzech miesiącach – wymagana jest korekta dodatkową (mniejszą już) dawką komórek, bo część tłuszczu ulega wchłonięciu. Zabieg z wykorzystaniem Adidive daje trwały efekt. Lipotransfer to dobre rozwiązanie dla młodych mam po okresie laktacji. Często piersi są wtedy mniej jędrne. W tej metodzie razem z tłuszczem wstrzykiwane są komórki macierzyste, które silnie stymulują tkanki do odnowy i poprawy gęstości. Dzięki temu skóra na piersiach wygląda znacznie ładniej, a biust zyskuje jędrność. Najlepsze efekty zabiegu można osiągnąć u pań, które mają miseczkę A lub B i chcą powiększyć piersi o jeden rozmiar. Cena zabiegu: od 7 tys. zł.

Przed



PO



DOBRY ADRES

DR N. MED. KONRAD JANUSZEK, CHIRURG PLASTYK, SZKOLENIOWIEC METODY ADIDIVE W POLSCE

Pracuje w Centrum Elite w Warszawie (www.elite.waw.pl).