

# PANI

CENA 7,99 ZŁ  
tym 8% VAT  
06 (297) ROK XXVI  
ZERWIEC 2015  
numer indeksu 368652  
ISSN 1230-8293  
www.styl.pl



SEGDA  
NOROWICZ  
WICHLACZ

**SIŁA JEST KOBIETĄ!**

A także:

**GŁOWACKI do domagalik**  
Wszystkie moje sceny są intymne

**BARBARA I DARIUSZ MICHALCZEWSCY** Tygrys nieposkromiony

**Mój ojciec rotmistrz WITOLD PILECKI**

**EWA DAŁKOWSKA** Konserwatystka tańczy nago



FOTOGRAFOWAŁ  
ARCIN  
EMPSKI

**DUSZA & CIAŁO**

PROZA ŻYCIA? NIE, DZIĘKUJĘ! • MIT MĘSKIEJ  
POTĘGI • JAK BYĆ KOCHANĄ?

# Focus na szyję i dekolt

WIĘKSZOŚĆ UWAGI POŚWIĘCAMY NA PIELEGNACJĘ TWARZY, ZWYKLE ZAPOMINAJĄC O TYM, CO PONIŻEJ. AŻ KTÓREJŚ KOLEJNEJ WIOSNY ZAUWAŻAMY, ŻE ULUBIONE LEKKIE SUKIENKI Z DEKOLTEM JUŻ NIE ODSŁANIAJĄ NASZYCH ATRYBUTÓW, LECZ... KOMPLEKSY.

**M**łodo wyglądająca twarz nie powinna kontrastować z szyją ani dekoltem. Niewielka warstwa tkanki tłuszczowej oraz mała liczba gruczołów łojowych powodują, że skóra w tych okolicach wcześniej zaczyna się starzeć. Zdarza się, że wiek pacjentki, która przychodzi w golfie, oceniam na 35 lat, a jej szyja i dekolt po odsłonięciu wyglądają jak u 50-latk. Cienka i delikatna skóra na szyi i dekolcie nawet wśród lekarzy zajmujących się estetyką lekarską uchodziła kiedyś za wyjątkowo trudny obszar do wykonywania zabiegów regeneracyjnych. Obecnie dysponujemy nowoczesnymi preparatami i zabiegami, które pozwalają na osiągnięcie skutecznych efektów w tym zakresie.

Najważniejszą przyczyną wczesnego starzenia się skóry szyi i dekoltu jest fotoaging. Na ogół o smarowaniu twarzy i ciała kremami z filtrem pamiętamy tylko na wakacjach. Tymczasem szyja i dekolt są tak samo jak twarz przez cały rok narażone na szkodliwy wpływ promieniowania UV. Wieloletnia ekspozycja na słońce sprawia, że w wieku dojrzałym często pojawia się poikiloderma – uszkodzenia skóry objawiające się nieregularnym przebarwieniem i rozszerzonymi naczyniami krwionośnymi, zlokalizowane na bocznych powierzchniach szyi. Z upływem lat problemem stają się też coraz większa wiotkość skóry na szyi (tzw. indycza szyja) oraz promieniste (wertykalne) zmarszczki na dekolcie związane z ułożeniem w czasie snu. U osób ze skórą alergiczną lub atopowym zapaleniem skóry znacznie wcześniej niż u innych zaczynają się pojawiać tzw. obręcze Wenus – poziome zmarszczki na szyi. Wiotkość i brak elastyczności skóry wynika z malejącej z wiekiem ilości elastyny i kolagenu. Istotnym problemem jest utrata objętości – młodzieńcze poduszeczki tłuszczu poniżej obojczyków z czasem zanikają, uwidaczniając wystające kości na dekolcie. Osłabiony układ immunologiczny sprawia, że im więcej mamy lat, tym więcej pojawia się też nieestetycznych włókniaków i brodawek.

## Lepiej zapobiegać, niż regenerować

Wiosną przybywa w moim gabinecie pacjentek proszących o to, aby „coś zrobić” z szyją i dekoltem, tak żeby znowu mogły z przyjemnością założyć letnie sukienki. Zwykle układam pacjentkom terapię składającą się z kilku wzajemnie wzmacniających się zabiegów, która zawsze jest dobrana do programu odmładzania twarzy.

Do poprawy struktury i napięcia skóry jako numer jeden polecam laser frakcyjny e CO<sub>2</sub>. Tzw. lifting laserowy daje spektakularne efekty regeneracyjne! Zabieg doskonale zmniejsza też przebarwienia. Laser frakcyjny wykorzystuje technikę mikropunktową, która pozwala

## DR BARBARA WALKIEWICZ-CYRAŃSKA,

dermatolog,

Prezes i założycielka Stowarzyszenia Lekarzy Dermatologów Estetycznych. Prowadzi Viva-Derm w Warszawie, [www.viva-derm.pl](http://www.viva-derm.pl). Zawodowo pasjonuje się medycyną anti-aging oraz opracowywaniem autorskich programów terapeutycznych w zakresie dermatologii estetycznej. Prywatnie kocha sport i podróże. W ubiegłym roku wzięła udział w zdobywaniu szczytu Kilimandżaro.



na precyzyjne tworzenie w skórze wielu bardzo małych, ale głębokich otworów (dziurkuje ją), zmuszając tym samym do intensywnej regeneracji. Kontrolowane uszkodzenie skóry pobudza naturalny proces naprawczy i stymuluje ją do produkcji nowego kolagenu i elastyny. Efektem zabiegu laserowego jest pełna regeneracja skóry: jej ujednolnienie i pogrubienie. Zamierzone efekty ujawniają się w pełni od dwóch do czterech tygodni po zabiegu i cofają wiek biologiczny skóry o dobrych kilka lat.

Na rynku w ostatnim czasie pojawiły się zabiegi, które włączyłam do swojego portfolio z uwagi na ich znakomite rezultaty i – co szczególnie cenią pacjenci – małoinwazyjność. Zabieg PRX-T 33 to nowa, niezwykle skuteczna metoda biorewitalizacji skóry. Produkt w postaci żelu nakłada się na skórę, wmasowując kilka warstw jedna po drugiej. Zabieg można wykonywać o każdej porze roku – również w lecie. Bezpośredni efekt to poprawa nawilżenia i napięcia skóry, która jest widoczna już na drugi dzień. Zabieg doskonale regeneruje zwiotczałą skórę na dekolcie i biuście, pomaga też zredukować płytkie przebarwienia. Stosowany w połączeniu z innymi zabiegami, takimi jak mezoterapia, laseroterapia lub osocze bogatopłytkowe, znacznie wzmacnia ich działanie.

Ellansé to jeden z najnowocześniejszych obecnie na rynku całkowicie biokompatybilnych stymulatorów skóry o silnych właściwościach rewitalizujących. Ellansé zawiera polikaprolakton -biopolimer, który ma znakomite właściwości stymulowania skóry do namnażania własnego kolagenu. Zabieg pozwala osiągnąć naturalny i długotrwałe utrzymujący się efekt regeneracji. Oprócz tego, że działa biostymulująco, preparat delikatnie wypełnia zmarszczki i zagłębienia na szyi i dekolcie.

Zmarszczki wertykalne na dekolcie zawsze były problemem trudnym do leczenia. Unikatowa technologia zabiegu Aptos pozwala na uzyskanie znakomych efektów w tym zakresie. Specjalnie skonstruowane Nano sprężynki wypychają zagłębienia skóry, doskonale i naturalnie wyrównując powierzchnię dekoltu. Efekty utrzymują się około dwóch lat. Zabieg pozwala na zachowanie pełnej dynamiki skóry, co jest bardzo ważne, ponieważ jest to miejsce o dużej ruchliwości. Zabieg jest mało inwazyjny, nie wymaga żadnych nacięć ani szycia chirurgicznego. Dla komfortu pacjenta przed zabiegiem stosuję krem znieczulający.

Jako dermatolog zawsze przypominam pacjentkom o tym, jak ważna jest codzienna profilaktyka. W ostatnim czasie odkryłam znakomity krem Yonelle na noc do intensywnej pielęgnacji przeciwzmarszczkowej skóry szyi i dekoltu. Sama go stosuję i jestem zadowolona z efektów.