

numer 9 (302)  
wrzesień 2015  
ISSN 0867-1826

# Twój STYL



Cena z filmem

9 zł

[w tym 8 zł]

Indeks 379255 www

## NA OKŁADCE

**WA BŁASZCZYK**

KAŻDY MA PRAWO  
MIĄC SIĘ I PIĆ WINO

## REPORT

**PRZEMOC W SZKOLE**

JAK OBRONIĆ DZIECKO

## DMASZ KOT

COJA ŻONA CO CHWILĘ  
A INNEGO MĘŻA

## Dobre kino TS

CZY POLAŃSKI I SEIGNER  
ZROBILI FILM O SOBIE?

**Wenus w futrze**

**POLSCY  
projektanci**

na  
**NOWY SEZON**

**ŻAKARD U BACZYŃSKI**

**SZYFONY U KLIMAS**

**FUTRO U MACIEJAK**

# Uroda to nie GRZECH

**GATA MŁYNARSKA** POMAGAM NATURZE I TEGO NIE UKRYWAM

**BOSSIER** JAK SIĘ ODMŁODZIĆ I NIE PRZESADZIĆ

**PSYCHOLOGA** CZY PIĘKNA TWARZ TO PIĘKNE ŻYCIE?



# Uroda to nie GRZECH

Skoro zabiegi medycyny  
estetycznej dają naturalne efekty,  
dlaczego tak wiele osób wygląda  
po nich sztucznie?

Bo nie umiemy określić granicy  
poprawiania urody. Dobry lekarz  
powinien nam w tym pomóc.

Najważniejsza zasada  
odmładzania? Po pierwsze  
nie przesadzić.





# WIELKI DOKŁAD

## ze wspomaganie

TEKST: EWA SARNOWICZ

Największy sukces  
medycyny estetycznej  
ostatnich lat?

Zabiegi  
odmładzające  
są coraz bardziej  
finezyjne i pozwalają  
uzyskać naturalny  
efekt. Co nam to  
daje? Po zakończeniu  
kuracji twarz jest  
po prostu ładna,  
odprężona. I właśnie  
o to chodzi!  
Bo ważne jest,  
by wyglądać  
atrakcyjnie, ale też  
pozostać sobą.

# Uroda to nie GRZECH

można wprowadzić w kurze łapki cienkie nici o działaniu nawilżającym i wygładzającym (np. First Lift, Aptos Nano Vitis). Ta metoda sprawdzi się też przy likwidowaniu zmarszczek nad ustami i na policzkach. Dobrze zadziała na nie nawilżający, rzadki kwas hialuronowy. Gęsty jest niezastąpiony do wygładzania zmarszczek między nosem a kącikami ust (tzw. bruzd nosowo-wargowych) i załamań poniżej kącików ust (tzw. bruzd marionetki). – Można je wypełnić też tłuszczem pobranym od pacjentki. Nigdy nie wyrównuje ich na gładko – mówi dr Ambroziak. – To nienaturalne, poza tym mogą wtedy powstawać wybrzuszenia tuż przy kącikach warg. Niewielkie załamania skóry w miejscu dawnych, głębokich zmarszczek akceptuje 99 procent pacjentów.

## KOREKTA KSZTAŁTU TWARZY

Ten etap poprawek dotyczy tylko kobiet dojrzałych, około pięćdziesiątki. Przez zmiany hormonalne zachodzące w tym czasie zmniejsza się podskórna warstwa tkanki tłuszczowej, a skóra wiotczeje. Przez to twarz wygląda jakby się zapadła, powstaje drugi podbródek, usta zmniejszają się, a nos i broda przesuwiają do przodu. To nadaje twarzy srogi, smutny wyraz. – Takie pacjentki przychodzą nie po to, żeby się odmłodzić o dziesięć lat, ale żeby wyglądać ładnie i przyjaźnie – mówi dr Ambroziak. Co im proponuje? Koniuszek nosa może podnieść, wstrzykując w niego odrobinę toksyny botulinowej, kształt skorygować kwasem hialuronowym lub tłuszczem pobranym np. z brzucha. Dwoma ostatnimi metodami można też poprawić wygląd brody. A u osób szczupłych o owalnej lub trójkątnej twarzy również ust i policzków. Jednak większość Polek po sześćdziesiątce ma twarz kwadratową albo okrągłą. U takich kobiet od wypełniania skóry (nie sprawdza się, bo buzia staje się nieproporcjonalnie duża) lepsze są liftingujące nici (np. Happy Lift). Albo intensywne ujędrnianie skóry urządzeniami, które podgrzewają włókna kolagenowe falami radiowymi, podczerwienią, ultradźwiękami (np. Protege, Zaffiro, Maximus, Ulthera). – Najlepiej połączyć te zabiegi z dietą i aktywnością fizyczną poprawiającymi stan skóry. Dodatkowo, gdy okrągła twarz zeszcupleje, kości policzkowe stają się bardziej wydatne, a to odmładza – radzi dr Chlebus.

## W POWIĘKSZENIU: USTA

Pełne, gładkie kojarzą się z młodością. Żeby jednak wyglądały naturalnie, powinny być dopasowane do twarzy. – Z pacjentką, która chce je powiększyć, siadam przed komputerem i razem oglądamy mnóstwo zdjęć ust różnej wielkości i kształtów. Proszę o wybranie tych, które najbardziej się jej podobają – mówi dr Ambroziak. A później ustalamy, czy pasują do jej twarzy, określamy optymalny rozmiar. Najbardziej naturalny efekt daje nie powiększenie, lecz ujędrnianie i nawilżenie ust. Lekarz wstrzykuje w wargi małą porcję rzadkiego kwasu hialuronowego. Nie zmienia ich kształtu, wprowadza preparat tylko w naturalny kontur. Efekt to wygładzenie i lekkie wypełnienie warg. Jednak trzeba pamiętać, że usta są wrażliwe, dlatego przez dwa dni po zabiegu będą mocno spuchnięte, a przez to nienaturalnie duże. By powiększyć usta, wstrzykuje się w nie gęsty kwas hialuronowy. Wtedy efekt jest bardziej widoczny, trwalszy i zazwyczaj wiąże się ze zmianą kształtu. Trudno tą metodą

## ŁADNE USTA?

Gładkie, z uniesionymi kącikami.  
Duże? Niekoniecznie.

## Najważniejsze nie szkodzić

**Zdecydowałaś się na zabieg? Liczy się nie tylko wygląd, ale i zdrowie. Prof. Barbara Zegarska z Collegium Medicum w Bydgoszczy opracowała dla nas zasady, o których należy pamiętać, decydując się na korektę urody**

- 1 Na zabiegi umawiaj się tylko w gabinecie dermatologa lub lekarza medycyny estetycznej. Spełniają surowsze normy sanitarne od gabinetów kosmetycznych.
- 2 Jeśli na skórze są zmiany chorobowe, należy je najpierw wyleczyć u dermatologa, dopiero potem poddawać się zabiegom estetycznym.
- 3 Pamiętaj, że kosmetyczka-kosmetolog może przeprowadzać tylko zabiegi pielęgnacyjne, np. mikrodermabrazję, oksydermabrazję, mezoterapię bezigłową, fotoodmładzanie IPL, ujędrnianie falami radiowymi. Nie może wykonywać zastrzyków, usuwać tzw. pieprzyków i brodawek, czyli naruszać naskórkę.
- 4 Nawet po zabiegach, które wykonał lekarz, mogą wystąpić powikłania. W gabinecie specjalista natychmiast udzieli pierwszej pomocy. Jeśli skutki uboczne wystąpią później, pacjent powinien zostać przyjęty jak najszybciej – bezpłatnie – do tego samego lekarza. Jeśli popełni błąd, ponosi za niego odpowiedzialność prawną. W ekstremalnych przypadkach może nawet stracić prawo do wykonywania zawodu. Kosmetyczka nie ponosi takiego ryzyka, gdy bezprawnie wykonuje zabiegi lekarskie.
- 5 Lepiej nie korzystać z ogłaszanych w internetowych serwisach promocji na zabiegi medycyny estetycznej, które wiążą się z naruszeniem naskórka. Niska cena może oznaczać, że wykonywane są przez osoby bez uprawnień albo preparaty wykorzystane podczas zabiegu są niewiadomego pochodzenia lub przeterminowane.
- 6 Urządzenia do zabiegów medycyny estetycznej, np. lasery, powinny być w pełni sprawne i obsługiwane przez odpowiednio przeszkolonych specjalistów. Ich niewłaściwe działanie i wykorzystywanie grozi m.in. poparzeniem skóry.
- 7 Na stronach internetowych Stowarzyszenia Lekarzy Dermatologów Estetycznych, Polskiego Towarzystwa Dermatologicznego Sekcji Dermatologii Estetycznej oraz Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging znajdziesz listę lekarzy polecanych przez te instytucje.

uzyskać naturalny rezultat. Choć lekarze wprowadzają o połowę mniej preparatu niż przed laty, efekt może się wydać pacjentce przesadzony. Na szczęście kwas hialuronowy po kilku miesiącach jest wchłaniany i w naturalny sposób usuwany z organizmu. Jeśli jednak ktoś nie chce czekać, lekarz może wstrzyknąć w usta enzym (hialuronidazę), który szybko rozpuści nadmiar kwasu hialuronowego. Wygląd ust poprawia nie tylko ich powiększanie. W smutno opadające kąciki wystarczy wstrzyknąć małą porcję kwasu hialuronowego. Można też wprowadzić elastyczne nici (np. Aptos Nano Spring); unieść kąciki ust i jednocześnie wygładzić policzki, podbródek nićmi liftingującymi. Albo ujędrnić skórę falami lub ultradźwiękami, co przy okazji wygładzi usta i lekko podniesie ich kąciki. Lekarze medycyny estetycznej poprawiają nawet uśmiech – gdy jest niesymetryczny lub zbyt głęboki, odstawiający dziąsła, korygują go, wstrzykując nieco botoksu. Dobry specjalista dba jednak, by twarz nie wyglądała zbyt idealnie. Wystarczy, że jest pogodna, promienna, ładna. A drobne niedoskonałości wpisane są w naszą naturę.