

ANJA RUBIK

PRZYSZŁOŚĆ
MODY TO
VINTAGE

BALET
LEPSZY NIŻ
SIŁOWNIA

TO MOŻLIWE
W BIKINI BEZ
KOMPLEKSÓW!

LATO *miłości*

DODATKI BOHO
NA PLAŻĘ

DŻINSY RETRO
NA FESTIWALE

**SPORTOWE
KOLARKI**
DO BIURA

+ NAJLEPSZE KSIĄŻKI
NA WAKACJE



RELAKS | MIEJSCA | PIELEGNACJA | ZABIEGI | EKSPERCI

BEAUTY de LUXE



Lato to **CZAS WYPOCZYNKU**.
Nie skupiaj się na wadach,
PODKREŚLAJ swoje **ZALETY!**
Lekko poprawiona uroda i pewność siebie to mieszanka, której **NIE MOŻNA SIĘ OPRZEĆ.**



UTKANE Z NICI

Smutny wyraz twarzy i wiotka skóra potrafią postarzyć nas bardziej niż zmarszczki. Zanim zaczniesz rozważać lifting chirurgiczny, pomyśl o niciach. To zabieg, który daje podobne efekty, ale jest dużo przyjaźniejszy i praktycznie nieinwazyjny. Jeśli produkt jest sprawdzony, a ręce lekarza zręczne – rezultaty są fenomenalne!

KROPKA NAD 2

Ciało bez cellulitu, zbędnych wałeczków tłuszczu, z idealną wagą nie zawsze wystarczy, aby wskoczyć w kostium kąpielowy. Czasami problem nie tkwi w figurze. Okazuje się, że już co trzecia kobieta na świecie cierpi na wysiłkowe nietrzymanie moczu (WNM). Nie wiąże się ono wyłącznie z wiekiem. Oczywiście w okresie okołomenopauzalnym nasila się, ale problem ten dotyczy także młodszych kobiet, przede wszystkim z powodu ciąży i porodów. Podatność na rozwój WNM zwiększają nawracające infekcje dróg moczowych, nadwaga, palenie tytoniu, niektóre leki. W najtrudniejszych przypadkach wskazana jest chirurgia, ale w większości wystarczą nowoczesne technologie stosowane w gabinetach medycyny estetycznej. Powinien je przeprowadzać ginekolog.

Jeśli przyczyną WNM jest zmniejszająca się jędrność tkanki łącznej w wyniku zmniejszenia ilości kolagenu, skuteczną metodą będzie stymulacja do jego odnowy. Produkcję własnego kolagenu można wspomóc zabiegiem z użyciem nieinwazyjnej technologii fali radiowej połączonej z ultradźwiękami w jednym urządzeniu (**BTL ULTRA FEMME 360**). Procedura trwa od 8 do 20 minut. Po wyjściu z gabinetu wracamy co codziennosci. Zalecana jest seria trzech zabiegów w odstępie 7-14 dni.

Nowością jest biostymulujący preparat **UROLON** podawany iniekcyjnie. Zabieg polega na wstrzyknięciu preparatu do podśluzówki cewki moczowej. Przywraca utraconą objętość wokół cewki moczowej, zapewniając natychmiastowy efekt wypełnienia. Stymuluje produkcję kolagenu potrzebnego w tkance łącznej ściany podcewkowej. Jest polecany kobietom cierpiącym na łagodne i umiarkowane wysiłkowe nietrzymanie moczu. Preparat może być dodatkowo podany, aby przywrócić objętość i jędrność warg sromowych. Dwa w jednym: odmłodzenie i brak stresu!

„Mamy XXI wiek i mnóstwo nowoczesnych terapii i technologii mogących pomóc w różnych dolegliwościach. Dlatego nie pozwólmy, aby dyskomfort w strefach intymnych psuł nam radość z życia. Każdej z nas dobrze zrobią zabiegi regeneracyjne, przywracające nawilżenie, napięcie, prawidłową biocenozę pochwy. Moim wskazaniem jest na pewno **OSOCZE BOGATOPŁYTKOWE** podane z kwasem hialuronowym”.

dr n. med. ginekolog
AGNIESZKA NALEWCZYŃSKA
Klinika Estebelle,
nalewczynska.com



Delikatny lifting twarzy za pomocą nici jest procedurą minimalnie inwazyjną. Jest też dużo bezpieczniejszy od zabiegów chirurgicznych, a rekonwalescencja jest błyskawiczna. Według danych American Society for Aesthetic Plastic Surgery (ASAPS)

w ciągu ostatnich 20 lat liczba zabiegów niechirurgicznych wzrosła ponad 12 razy w porównaniu z procedurami chirurgicznymi, których liczba w tym samym czasie wzrosła dwukrotnie. Ostatnim odkryciem nauki są nici, które poza mechanicznym uniesieniem tkanek i pobudzeniem produkcji kolagenu oferują także głęboką rewitalizację skóry. To już nie tyle poprawianie, ile prawdziwa regeneracja!

PODWÓJNE ODMŁODZENIE

Nici liftingujące są całkowicie nieinwazyjną metodą odbudowy kolagenu w skórze. Skutkuje to ogólnym efektem napinania i unoszenia. Oryginalna technika liftingu nie wymaga żadnych nacięć. Poza tym nie wymagają specjalnego przygotowania przed zabiegiem, nie ma potrzeby hospitalizacji, znieczulenia ogólnego ani długotrwałej rehabilitacji. Nazywa się je „procedurami weekendowymi”, co jest szczególnie ważne dla osób aktywnych. Po określonym czasie (maksymalnie dwóch latach) nici wchłaniają się całkowicie, pozostawiając po sobie pamiątkę w postaci wypoczętej, młodziej twarzy. Głównym składnikiem nici liftingujących jest kwas L-polimlekowy i kaprolakton odpowiedzialne za efekt odmłodzenia. Pobudzają one naturalną rewitalizację tkanek, stymulują neokolagenezę i zapewniają odpowiednią gęstość i sprężystość.

MARKA MA ZNACZENIE

Nici Aptos. Na pewno o nich słyszałaś, bo w dziedzinie medycyny estetycznej to największy przełom ostatnich lat. To najbardziej rozpoznawalna przez lekarzy medycyny estetycznej na całym świecie marka z bogatą ofertą nici liftingujących. Istnieje od 1996 roku, a jej nazwa pochodzi od greckiego słowa „antiptosis”, czyli „przeciwno opadaniu”, co podkreśla główny cel jej działalności: walkę z opadającą w procesie starzenia tkanką skóry. Choć dotychczas wykonano na świecie ponad dwa miliony zabiegów nićmi Aptos, ich producent przed wprowadzeniem nowych rozwiązań zawsze wykonuje kolejne badania i weryfikacje ich skuteczności.

Najnowsza, trzecia już generacja nici liftingujących Excellence Visage (nagrodzona Perłą Dermatologii Estetycznej) poza natychmiastowym liftingiem rewitalizuje skórę i nawilża dzięki wzbogaceniu składu o kwas hialuronowy. Ponadto wspiera syntezę kolagenu i kolastyny tuż po implantacji, a po mniej więcej 90 dniach rozpoczyna się druga faza stymulacji kolagenu, wynikająca z aktywności kwasu polimlekowego. Efekt – zmniejszenie widoczności zmarszczek i wygładzenie skóry twarzy. Słowem: błyskawiczne odmłodzenie!

„Excellence Visage to uniwersalny produkt. Może być z powodzeniem stosowany zarówno do podnoszenia, jak i wzmacniania prawie wszystkich obszarów twarzy i szyi. Nici są implantowane za pomocą kaniuli, z zaokrąglonymi końcówkami, przez co niemożliwe jest uszkodzenie podczas zabiegu jakichkolwiek głębszych struktur. Przed wprowadzeniem nici pacjent jest znieczulany (także za pomocą kaniuli), a po 15 minutach lekarz przeprowadza właściwy zabieg. Na skórze pozostają mikroskopijne ślady po dwóch wkłuciach z każdej strony twarzy i czasem delikatne zaczerwienienie lub obrzęk. Wszystko to znika następnego dnia. Twarz wygląda młodziej tuż po zabiegu,

jednak najlepszy efekt jest widoczny po mniej więcej miesiącu. Skóra jest nie tylko jędrniejsza, lecz także gładka, lepiej nawilżona i ma zdrowy kolor. Niewiele jest zabiegów, które przy tak małym ryzyku dają tak spektakularne efekty”, mówi dr Magdalena Zakrzewska z gabinetu La Nika z Gdańska.

STREFY INTYMNE

Proces starzenia nie omija okolic intymnych. Zabieg nićmi Aptos pozwala na rekonstrukcję prawidłowej anatomii krocza i ujścia pochwy, odbudowuje utraconą objętość i młodzieńczą krągłość warg sromowych, zachowując sprężystość tkanek, a wszystko

to dzięki mechanicznemu naprowadzeniu na właściwe położenie oraz odnowę kolagenu, budulca tkanki miękkiej. Wizyta w gabinecie to nie tylko kwestia estetyki, ale przede wszystkim zdrowia intymnego, funkcjonalności narządów, życia seksualnego i komfortu życia szczególnie po porodzie lub w starszym wieku.



MAGDALENA ZAKRZEWSKA
lek. med. estetycznej,
Centrum Medycyny Estetycznej
i Laseroterapii „La Nika”

Nowe nici oprócz mechanicznego działania liftingującego odmładzają skórę od wewnątrz, co daje dużo lepszą jakość skóry i błyskawiczną poprawę jej kolorytu.

Jak na co dzień dbać o skórę wokół oczu i na jakie zabiegi warto pójść do gabinetu medycyny estetycznej.

Powinnyśmy stosować kosmetyki przeznaczone do skóry pod oczami. Używajmy korektorów na okolice podoczodołowe, ponieważ mają lżejszą konsystencję i nie obciążają tak skóry jak klasyczne podkłady. Makijaż wykonywany przy użyciu zbyt ciężkiego kosmetyku po latach zostawi po sobie ślad właśnie w tym miejscu.

APLIKACJA KOSMETYKÓW

Kremu nie należy rozsmarowywać! Zmarszczki powstają i pogłębiają się m.in. w wyniku rozciągania skóry, dlatego krem nakładajmy punktowo, wklepując go.

DEMAKIJAŻ

Wszystko zależy od tego, jaki kosmetyk zmywamy. Jeżeli tusz wodoodporny, to najlepiej wybrać płyny dwufazowe. Na pewno nie pocieramy skóry wacikiem! Należy go namoczyć w preparacie, przyłożyć do oka i poczekać, aż tusz zacznie się rozpuszczać. To samo zrobimy w przypadku korektora.

DOMOWE PATENTY NA CIENIE I OPUCHLIWĄ

Sprawdzonym trikiem są schłodzone żelowe okulary. Inny sposób to okład z bardzo zimnych (nie zamrożonych) torebek po zaparzonej herbacie. Wyciskamy delikatnie woreczek, wkładamy go do zamrażalnika i następnie nakładamy na powiekę na 15 minut.

MASAŻ DRENUJĄCY

Dobrze codziennie poświęcić pięć minut na drenujący masaż wokół oczu. „Zaczynamy od delikatnego głaskania. Potem wykonujemy bardziej energiczne ruchy, pamiętając, że kurze łapki masujemy ku górze. Następnie delikatnie szczypiemy skórę na łuku brwiowym – od bruzdy nosowej do końca brwi. Uciskowo-kolistymi ruchami w wewnętrznych kąciakach, środku brwi i na ich końcu otwieramy oko. Kolejny krok to okrężne ruchy na skroniach. Następnie oklepujemy skórę pod oczami i tuż pod łukiem brwiowym, jakbyśmy grali na pianinie. Na koniec palcem serdecznym wykonujemy ósemki pod oczami w kierunku skroni. Pamiętajmy, wszystkie ruchy należy kierować ku górze i do boku, a masaż zakończyć delikatnym głaskaniem, którym go rozpoczęliśmy”, mówi kosmetolog THALGO, Rusłana Tkaczuk. Na szczęście jest też opcja dla leniwych, czyli polecany przez Rusłanę zabieg THALGO Eye Expert Treatment. Likwiduje on i wygładza zmarszczki, także mimiczne, redukuje cienie i tzw. worki pod oczami. Podczas zabiegu są stosowane płatki z kwasem hialuronowym i żelowa maska Collagen Eye Gel Mask

AQUASHINE BTX

Mezoterapia inspirowana działaniem toksyny botulinowej. Kompleks peptydów i kwas hialuronowy w dwóch postaciach rozluźniają włókna mięśni mimicznych. Efekt: wygładzone drobne zmarszczki, szybkie nawilżenie skóry, korekta przebarwień.

Cena zabiegu: 800 zł

Klinika Oricea, oricea.com

SUNEKOS 200

Zabieg polega na ostrzyknięciu skóry pod oczami preparatem (połączeniem kwasu hialuronowego i aminokwasów), który wspomaga naturalną regenerację skóry. Działa przeciwstarzeniowo, poprawia napięcie skóry, wygładza, redukuje płytkie zmarszczki i kurze łapki, przywraca promienny wygląd.

Cena zabiegu: 800 zł

Klinika Strzałkowski, pielęgnacjaurody.pl

NICI APTOS NANO VITIS 7

Aplikuje się je pod dolną powiekę. Rozpuszczalne nici rozprężają się i wypełniają tę okolice. Przez 7-8 miesięcy, gdy są w skórze, stymulują ją i odżywiają. Zabieg wykonuje się w przypadku kurzych łapek, mocno zaznaczonej doliny łez i dołeczków.

Jest bezbolesny,

Cena zabiegu: ok. 1300 zł

Klinika Estetica Nova, esteticanova.com.pl