

SKÓRA W LETNIEJ ODSŁONIE

Mierząc nowy kostium kąpielowy, już nie wpadamy w panikę. Bo dziś nie liczy się rozmiar ubrania, ale jakość skóry, jej młodzieńcza jędrność i gładki wygląd. Na te potrzeby medycyna estetyczna odpowiada całym zastępem zabiegów, z których nie trzeba rezygnować, kiedy świeci słońce. Według ekspertki, Katarzyny Nadolnej, prezes zarządu ITP S.A. tajemnica tkwi w rozsądnym planowaniu programu zabiegów.

Czy latem rzadziej korzystamy z zabiegów medycyny estetycznej?

Sezonowość związana jest z odmiennymi realiami każdego kraju. W Polsce mamy cztery pory roku – łatwiej nam dzielić zabiegi i korzystać z nich zgodnie z kalendarzem, stylem życia czy planowanym urlopem. Polacy w większości wyjeżdżają na wakacje w lipcu i sierpniu, więc boom na zabiegi na ciało rozpoczyna się w lutym. Im bliżej wakacji, tym częściej szukamy procedur odmładzających i nawilżających, które szybko przynoszą efekty.

Które zabiegi na twarz i ciało warto robić latem?

Warto korzystać z odżywiających i dotleniających zabiegów jak Geneo na twarz oraz modelujących sylwetkę, na przykład CoolTech. Ten ostatni to zabieg wymrażania komórek tłuszczowych – sprawdza się w walce ze zlokalizowaną tkanką na brzuchu, udach lub innej okolicy. Efekt pojawia się po około trzech tygodniach i nie wymaga powtarzania. Z kolei tuż przed wyjazdem na wakacje szukamy efektów zabiegowych „na już” i skupiamy się na ciele, które wtedy odsłaniamy. Widzę mocny trend na ujędrnianie skóry. Nie ma już silnej

presji, by nasze ciało było smukłe, chodzi o to, by było gładkie, liczy się więc jakość tkanki i stąd ogromny wzrost zapotrzebowania na zabiegi ujędrniające. Najlepiej sprawdza się tu działanie fali radiowej, jak w urządzeniu Maximus. Jeden dobrze zrobiony zabieg może pięknie poprawić jakość skóry, podobnie jak Accent Prime czy Spadeep – są to modelujące i jednocześnie ujędrniające zabiegi. Skóra wygląda po nich ładniej, młodziej, jest gęsta, a po brzuskach poporodowych nie ma śladu.

Czy słońce zawsze jest przeszkodą w laseroterapii?

Jeśli planujemy zabieg laserowej redukcji przebarwień, to zakładając, że przez cały rok pracujemy w biurze, nie wystawiając się na słońce, nie byłoby rozsądne poddawać się tej procedurze przed wyjazdem. Lepiej świadomie zaplanować zabieg w czasie, który pozwoli chronić skórę przed promieniowaniem, przynajmniej przez kilka tygodni. Dotyczy to każdego zabiegu inwazyjnego oraz chirurgii. Lekarze radzą, by rekonwalescencję przechodzić z dala od basenów i plaży. Można więc korzystać z laseroterapii przez cały rok, byle nie przed wakacjami w pełnym słońcu. Podobnie z epilacją, która wymaga czasu i stosowania w serii. Owszem jeden zabieg laserem wielkiej mocy jak Primelase, Thunder czy EpilMe spowoduje zmniejszenie ilości odrastających włosów, jednak trzeba zachować trzytygodniowy odstęp przed plażowaniem.

Co robić, by nie przywozić z wakacji pamiątek w postaci przebarwień?

To indywidualna kwestia. Są osoby, które zwyczajnie mają tendencję do przebarwień, jest też grupa pacjentów z problemami hormonalnymi oraz kobiety w ciąży szczególnie narażone na występowanie plam. My, Polki, generalnie mamy tendencję do przebarwień, dlatego powinnyśmy korzystać ze słońca rozsądnie. Sama długo walczyłam z melasmą, która co roku, w reakcji na ciepło, powracała w postaci plam pod oczami i nad ustami. Na szczęście pojawiły się lasery pikosekundowe. Krótka seria zabiegów urządzeniem Discovery Pico okazała się skuteczna. Przebarwienia to szeroki temat, sam ich podział jest niezwykle drobiazgowy. Ten podstawowy dzieli je na dwa główne typy. Pierwsze to głębokie przebarwienia jak melasma, którą najtrudniej usunąć. Jednak w gabinetach medycyny estetycznej częściej spotykamy się z drugą grupą: typowymi przebarwieniami posłonecznymi lub związanymi z procesem starzenia. Są powierzchowne i z pomocą laseroterapii łatwe do usunięcia.

Jakie błędy przeciwko urodzie latem popełniamy najczęściej?

Wciąż brakuje nam umiaru w korzystaniu ze słońca – powakacyjne problemy ze skórą zaczynają się od nadmiernej ekspozycji na promieniowanie UV. Używamy za dużo ciężkich kosmetyków i makijażu. Latem warto przestawić się na tryb naturalny, jak robią to Włoszki. Podstawą ich pielęgnacji są naturalne kosmetyki na bazie oliwy z oliwek oraz zdrowe śródziemnomorskie menu. W czasie wakacji kosmetykiem numer jeden powinna być wypijana regularnie woda. To czas, by dożywić się od wewnątrz i wzbogacić dietę o kwasy omega-3 oraz zestaw witamin, mikro- i makroelementów. Polecam kąpiele w morzu – pełne cennych minerałów, działa na skórę jak eliksir zdrowia i młodości. ■

