

NR 13 czerwiec 2017

wprost

MEDYCYNNA URODY

Partnerzy wydania:



croma



AESTHETICS



UNIVERSKIN™

Tvoja skóra, **Twój** wybór...



ZAWSZE MIAŁAŚ DYLEMAT, JAKI KREM WYBRAĆ DLA SIEBIE? TEN NA ZMARSZCZKI, CZY TEN NA PRZEBARWIENIA? TERAZ JUŻ NIE MUSISZ SZUKAĆ KOMPROMISU. UNIVERSKIN™ TO KOSMETYKI, KTÓRYCH SKŁAD DOBIERANY JEST DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB TWOJEJ SKÓRY.

Dwa lata temu, dzięki współpracy wybitnych naukowców powstała francuska marka kosmetyków Universkin. Oddaje ona w ręce lekarza uniwersalną bazę serum P oraz 19 składników aktywnych, z których może powstać aż 1159 kombinacji. Specjalista tak komponuje formułę, aby najlepiej odpowiadała problemom Twojej skóry, Twoim oczekiwaniom, a nawet stylowi życia. Universkin to kosmetyki szyte na miarę...



UNIVERSKIN™ działa na takie problemy skóry jak:

- zmarszczki i bruzdy
- wiotkość i suchość
- cienie i obrzęk w okolicy oczu
- przebarwienia i melasma
- trądzik i nadmierne przetłuszczanie
- blizny

Zapytaj lekarza o indywidualny program pielęgnacji UNIVERSKIN™.

KOSMETYKI UNIVERSKIN™ DOSTĘPNE SĄ W RENOMOWANYCH GABINETACH DERMATOLOGICZNYCH ORAZ MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ:

BIAŁYSTOK: DERMAL CLINIC WROŃSCY - Klinika Medyczna, ul. Nowy Świat 17/5, tel. +48 85 744 58 87, www.dermalclinic.pl • **BYDGOSZCZ:** DERMATOESTETICA Klinika Profesor B.W. Zegarscy, ul. Cicha 24, tel. +48 52 520 12 90, www.dermatoestetica.pl • **CZĘSTOCHOWA:** DERMA - CLINIC Dr Orłitz, ul. Władysława Orkana 82C, tel. +48 34 371 08 48, www.derma-clinic.pl • **KATOWICE:** KLINIKA ZAKRZEWSKI, ul. Porcelanowa 23, tel. +48 720 832 424, www.klinikazakrzewski.pl • **PIASECZNO:** KLINIKA AMBROZIAK, ul. Młynarska 2a, tel. +48 726 101 000, www.klinikaambroziak.pl • **PŁOCK:** LA ESTETICA - Medycyna Estetyczna Gabinety Lekarskie, ul. Królewiecka 28/9, tel. +48 24 263 99 99, www.laestetica.pl • **POZNAŃ:** Klinika Medycyny Estetycznej Dr Sebastian Kuczyński, ul. Umultowska 43, tel. +48 600 263 705 • **SZCZECIN:** Klinika Zawodny ESTETIC, ul. Ku Słońcu 58, tel. +48 504 948 320, www.klinikazawodny.pl • **WARSZAWA:** ARTISMED Gabinet Medycyny Estetycznej i Kosmetologii, ul. Bukowińska 21/25, tel. +48 606 709 018, www.artismed.pl • DERMEA Dermatologia i Medycyna Estetyczna, ul. Noakowskiego 16 lok. 31, tel. +48 22 895 27 96, www.dermea.pl • KLINIKA AMBROZIAK, Al. Gen. W. Sikorskiego 13/U1, tel. +48 22 111 50 05, www.klinikaambroziak.pl • PROMEDION Klinika Chirurgii Plastycznej i Medycyny Estetycznej, ul. Kazimierza Wóycickiego 4, tel. +48 22 835 16 12, www.klinikapromedion.pl • **WROCŁAW:** BAGŁAJ Centrum Dermatologii Estetycznej, ul. Widok 8, tel. +48 71 344 11 50, www.baglaj.com.pl • DERMAPULS Centrum Medycyny Estetycznej i Laserowej, ul. Barycka 1/3, tel. +48 71 322 69 09, Plac Teatralny 1/18, tel. +48 515 228 899, www.dermapuls.com.pl • URODA Centrum Dermatologii Estetycznej i Laserowej, ul. Szybka 1E/A, tel. +48 609 602 212, www.uroda.pl.

PRZED NAMI XVII MIĘDZYNARODOWY KONGRES MEDYCyny ESTETYCZNEJ I ANTI-AGING

DR ANDRZEJ IGNACIUK, prezes Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging

Już wkrótce Warszawa będzie świadkiem największego w tej części Europy wydarzenia, gromadzącego najlepszych lekarzy i firmy światowej branży medycyny estetycznej i przeciwstarzeniowej. Międzynarodowy Kongres Medycyny Estetycznej i Anti-Aging to okazja do zapoznania się z najnowszymi trendami na rynku.

Tegoroczny Międzynarodowy Kongres Medycyny Estetycznej i Anti-Aging odbędzie się 6-8 października w Warszawie w hotelu Hilton – będzie to już XVII edycja tego wydarzenia. Jako współorganizator mogę z dumą podkreślić, że w trakcie 20 lat swojej historii kongres stał się ważnym punktem w kalendarzu branży medycyny estetycznej i przeciwstarzeniowej oraz doskonałym źródłem informacji na temat nowości związanych z rynkiem.

Setki uczestników z wielu branż

Ubiegłoroczny kongres przyciągnął ponad 900 uczestników, 100 prelegentów i 75 wystawców obecnych na 40 warsztatach i 20 sesjach. Lekarze i eksperci, których gościliśmy, byli przedstawicielami zarówno branży medycyny estetycznej, jak i dziedzin pokrewnych, takich jak dermatologia, chirurgia plastyczna, naczyniowa, endokrynologia i inne. Również w tym roku kongres będzie okazją do wymiany doświadczeń, nawiązywania relacji biznesowych i zawarcia ciekawych znajomości zawodowych.

Jakich nowości możemy się spodziewać?

W programie kongresu znajdują się oczywiście tematy związane z najczęściej wykonywanymi zabiegami medycyny estetycznej. Spośród ciekawostek w tej dziedzinie chciałbym zwrócić uwagę na doniesienia na temat nowego sposobu aplikacji toksyny botulinowej, tzw. mikrobotoks.

Ważnym tematem podczas kongresu będą także substancje autologiczne, czyli własne organizmu, zwłaszcza tkanka tłuszczowa, która jest coraz częściej stosowana nie tylko jako wypełniacz, ale także jako substancja poprawiająca jakość skóry. Zastanowimy się też nad genetyką – jej wpływem na nasze funkcjonowanie i długość naszego życia i na ile może ona być użyteczna np. w dietetyce.

Oczywiście nie zabraknie też tematu powikłań po zabiegach medycyny estetycznej oraz zagadnień związanych z ginekologią



Dr Andrzej Ignaciuk
Prezes Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging. Jest jednym z najbardziej doświadczonych i cenionych ekspertów medycyny estetycznej w kraju i na świecie.

estetyczną, chirurgią plastyczną czy urządzeniami operującymi różnymi źródłami energii.

Wykłady, debaty, warsztaty...

Jako organizatorzy kongresu staramy się, by każda część wydarzenia była równie interesująca i stymulująca. Dlatego powtórzymy cieszące się dużym zainteresowaniem ubiegłoroczne formuły debat, a więc obrady okrągłego stołu i tzw. boxing ring, w którym przeciwnicy i zwolennicy danego zabiegu czy technologii będą wymieniać się argumentami za i przeciw. Uczestnicy wydarzenia będą też mieli okazję wysłuchać wykładów wyjątkowych ekspertów oraz obejrzeć ekspozycje materiałów i sprzętów dla medycyny estetycznej wielu renomowanych firm.

Warto wziąć udział

Medycyna estetyczna to najdynamiczniej rozwijająca się gałąź medycyny. Ważne jest, aby w ogromie informacji, które codziennie zalewają ten rynek, odnaleźć to, co najważniejsze i najcenniejsze. Liczę, że potrzeba ciągłego zdobywania wiedzy i doskonalenia swoich umiejętności będzie dobrą motywacją, by wziąć udział w XVII Międzynarodowym Kongresie Medycyny Estetycznej i Anti-Aging. Jak zwykle zapewnimy wspaniałą atmosferę w przyjaznym i luksusowym otoczeniu hotelu Hilton. Zapraszamy też na wspólną zabawę w sobotni wieczór. Chcemy, aby było to spotkanie wnoszące dużo w profesjonalny rozwój lekarzy, ale było też miłym elementem socjalnym.



Polskie Towarzystwo Medycyny Estetycznej i Anti-Aging

WYRZEŹB SWOJE CIAŁO

**Endermologie LPG ALLIANCE
pomoże szybko wymodelować
sylwetkę przed wakacjami.**

Piękne ciało to marzenie każdej kobiety. Ale nawet te najszczęśliwsze i najzgrabniejsze zawsze znajdą defekty, których chciałoby się pozbyć – zbędną fałdkę tłuszczu, cellulit, trochę obwisłą skórę na brzuchu... Teraz możliwe jest rozwiązanie tych problemów szybkie i bezbolesne!

Endermologie LPG ALLIANCE to nowy patent stosowany w modelowaniu sylwetki. Urządzenie umożliwia intensywną i szybką stymulację tkanek przy zachowaniu wyjątkowego komfortu zabiegu. Sensor identyfikacji skóry ALLIANCE pozwala dostosować zabieg do indywidualnych potrzeb i wymagań skóry, co gwarantuje doskonałe efekty.

Endermologie LPG ALLIANCE

- Redukuje miejscowo zlokalizowaną i oporną tkankę tłuszczową
- Wygładza cellulit
- Ujędźnia skórę, stymulując produkcję naturalnego kolagenu, elastyny i kwasu hialuronowego

Nowe akcesoria w urządzeniu ALLIANCE pozwalają w pełni kontrolować proces terapeutyczny, przygotowanie protokołów zabiegowych i ustawienia trybu leczenia. Umożliwiają diagnozę tkanki w obszarach zabiegowych. Pozwalają również na wprowadzenie danych pacjenta.



**Dr n. med. Magdalena
Łopuszyńska,**
dermatolog,
lekarka medycyny
estetycznej



GABINET
KOSMETYKI
LEKARSKIEJ
BELLA

Gabinet Kosmetyki Lekarskiej BELLA
Warszawa, ul. Piękna 19
tel. +48 22 625 33 00
www.bella-derm.pl



JAK WYBRAĆ LEKARZA MEDYCYNY ESTETYCZNEJ?

Kiedy decydujemy się na zabieg odmładzający, upiększający lub korygujący defekty, pojawia się zasadnicze pytanie: do kogo się udać? Jak znaleźć dobrego specjalistę – podpowiada **DR ANDRZEJ IGNACIUK**, prezes PTMEiAA.

Na jakie potrzeby odpowiada medycyna estetyczna?

Wbrew pozorom medycyna estetyczna to nie tylko zabiegi korekcyjne. To przede wszystkim profilaktyka i zapobieganie przedwczesnemu starzeniu i jego konsekwencjom, czyli nie tylko problemom natury estetycznej, ale i funkcjonalnej. Zabiegi medycyny estetycznej pomagają czuć się lepiej i lepiej funkcjonować. Dobry wygląd jest potwierdzeniem zdrowia i sprawnie działającego organizmu.

W jaki sposób powinien być przygotowany lekarz, by móc zagwarantować nam bezpieczny zabieg?

Lekarz praktykujący odpowiedzialną medycynę estetyczną powinien być do tego przygotowany w podobny, rzetelny sposób, jak do pracy w innych specjalnościach medycznych. Moim zdaniem odbycie kursu lub nawet kilku kursów jest niewystarczające do odpowiedzialnego wykonywania zawodu. Dobrym sposobem na takie przygotowanie jest kształcenie podyplomowe, najlepiej poprzez ukończenie szkoły medycyny estetycznej, gdzie lekarze nabywają kompetencje i wiedzę ściśle z zakresu tej dziedziny.

Czy istnieje w Polsce jakaś placówka, która zapewnia lekarzom przygotowanie do wykonywania zawodu lekarza medycyny estetycznej?

Taką rolę spełniają szkoły kształcące w systemie kilkulatnim, na przykład Podyplomowa Szkoła Medycyny Estetycznej, której jestem założycielem, od 15 lat funkcjonująca pod egidą Polskiego Towarzystwa Lekarskiego (www.ptl.org.pl). Warto tutaj też zwrócić uwagę na edukacyjną rolę PTMEiAA (www.ptmeiaa.pl), która polega m.in. na regularnym organizowaniu kongresów, konferencji i szkoleń z zakresu medycyny estetycznej.

Czym wyróżnia się Podyplomowa Szkoła Medycyny Estetycznej?

PSME PTL nie tylko kształci lekarzy w trzyletnim cyklu, ale też dba o ich nieustającą dalszą edukację i podnoszenie kwalifikacji. Tegoroczną nowością jest roczny kurs Masters przeznaczony dla absolwentów szkoły. Zajęcia teoretyczne i praktyczne prowadzone są przez doświadczonych wykładowców z Polski i z zagranicy i – co ważne – opierają się na niezależnej wiedzy naukowej. PSME PTL to pierwsza, referencyjna dla innych, najstarsza i najbardziej znana tego typu placówka w Polsce, która jednocześnie prowadzi system certyfikacji lekarzy. Ukończyło ją pół tysiąca absolwentów.

Na co powinni uważać i czym się kierować pacjenci przy wyborze odpowiedniego lekarza czy gabinetu?

Natrętna reklama świadczonych przez placówkę usług i autorki oparta na sformułowaniach z przedrostkiem „naj...” powinna wzbudzić ostrożność. Wszechobecność medialna i mnóstwo tzw. lajków nie muszą być odzwierciedleniem przygotowania fachowego i tego, że ktoś jest rzeczywiście dobrym ekspertem w danej dziedzinie. Dużo zagrożeń wiąże się też z poszukiwaniem okazji. Zawsze musimy zastanowić się nad przyczyną niskiej ceny. Nie należy również spieszyć się z wyborem miejsca. Warto szczerze porozmawiać z lekarzem, zapytać o jego wykształcenie i doświadczenie z zakresu medycyny estetycznej – to nie jest specjalizacja! Dobrze także dowiedzieć się szczegółów na temat przebiegu terapii, alternatywy do niej, ewentualnych zagrożeń i zaleceń. Gdy coś nas nie przekonuje – lepiej zrezygnować. Tylko odpowiednio przygotowany lekarz z wieloletnim doświadczeniem w medycynie estetycznej może dać pacjentowi poczucie bezpieczeństwa.

MEDYCYNĄ INTYMNA

O tym, jak najnowocześniejsze metody ginekologii estetycznej wpływają na jakość życia i zdrowie intymne Polek, mówi LEK. MED. DAWID SERAFIN, specjalista ginekologii i położnictwa z Centrum Nowoczesnej Ginekologii Serafin Clinic.

Coraz więcej Polek korzysta z zabiegów poprawiających urodę i spowalniających upływ czasu. Jak to wygląda w przypadku dbania o siebie w kwestiach intymnych?

Na szczęście nie wstydzimy się już rozmawiać o zdrowiu intymnym. Zaczęliśmy też traktować nasze miejsca intymne tak samo jak resztę ciała. Warto zatem korzystać z tego, co współczesna medycyna ma do zaoferowania. Kobiety są coraz bardziej świadome, chcą dbać o siebie, swoje zdrowie i komfort. Oczekują aktywnego życia seksualnego nawet w dojrzałym wieku oraz po prostu cieszenia się swoją kobiecością.

W czym i jak ginekologia estetyczna może pomóc kobiecie?

Porody, duże zmiany wagi ciała, predyspozycje genetyczne, menopauza czy starzenie się to czynniki, które powodują intymne problemy kobiet. Często prowadzą one do deformacji warg sromowych, nietrzymania moczu czy suchości pochwy. Powoduje to dyskomfort i obniża jakość ich życia. Ale jest na to sposób. Jedną z nowości medycyny XXI w., dzięki której kobietom z takimi dolegliwościami można pomóc, jest laser ginekologiczny FemiLift. To supernowoczesny laser CO2 nowej generacji. Podczas zabiegu z jego użyciem możemy doprowadzić do obkurczenia pochwy i odbudowania błony śluzowej. Sama pochwa staje się bardziej napięta, elastyczna i zwarta, poprawia się jej nawilżenie. Zabieg pomaga też w pozbyciu się bez interwencji chirurgicznej krępującego problemu, jakim jest nietrzymanie moczu. FemiLift umożliwia powrót do życia seksualnego po menopauzie. To zabiegi bezpieczne i dające natychmiastowe efekty.

Czy można pomóc kobietom, które borykają się ze wstydlwym i uciążliwym problemem, jakim jest przerost warg sromowych mniejszych. Na czym polegają takie zabiegi?

Labioplastyka to zabieg polegający na korekcie przerosłej tkanki warg sromowych mniejszych. Tu znowu możemy wykorzystać Laser FemiLift. Promień lasera pozwala niezwykle precyzyjnie prowadzić cięcie, osiągając efekty estetyczne, których nie da się uzyskać klasyczną metodą przy użyciu skalpela. Podczas zabiegu laserowego praktycznie nie występuje krwawienie. Laser FemiLift radykalnie skraca czas rekonwalescencji. Taki zabieg jest przeznaczony zarówno dla kobiet bardzo młodych, jak i dojrzałych.

Czy są jeszcze inne rozwiązania?



lek. med. Dawid Serafin
Specjalista ginekologii i położnictwa oraz ginekologii estetycznej.



Tak! Marka Neauvia Organic wprowadziła rozwiązanie dla kobiet, które mają również problemy z wargami sromowymi mniejszymi, preparat Neauvia Intense Rose. Zawarty w produkcie kwas hialuronowy to doskonały sposób na rewitalizację tych części intymnych – wypełnienie, likwidację asymetrii, słowem odmłodzenie. Poza tym w sposób praktycznie nieinwazyjny potrafimy korygować blizny, które często pozostają po porodzie naturalnym. Często takie blizny, czy to po nacięciu, czy po samoistnym pęknięciu, są bolesne, ciągną, co uniemożliwia powrót do współżycia po porodzie. Dzięki opracowanej technice korekty takiego uszkodzenia za pomocą kwasu hialuronowego wszystkie dolegliwości ustępują. To zabieg bezpieczny, bo preparat Neauvia Intense Rose to najczystszy produkt dostępny na rynku.

Jakie jeszcze zastosowania ma kwas hialuronowy w ginekologii?

Wypełnianie okolic intymnych kwasem hialuronowym poprawia lub przywraca ich naturalny kształt. Zniwelowane zostaną podrażnienia, infekcje, ból w trakcie współżycia oraz dyskomfort podczas codziennych czynności. Rewitalizacja pochwy jest szybkim, 15-minutowym zabiegiem. Ostrzykiwanie okolic intymnych działa rozpułchniająco na błonę śluzową wokół wejścia do pochwy, przywracając tym miejscom elastyczność i nawilżenie. Efekty są odczuwalne od razu.

Czy z ginekologii estetycznej korzystają tylko wybrane osoby?

To, czym się głównie zajmuję, to leczenie i korekta nieprawidłowości intymnych, które powstają z czasem u każdej kobiety. Z mojej pomocy korzystają nie tylko kobiety zorientowane w możliwościach ginekologii estetycznej, ale również kobiety z niewielkich miejscowości, które pokonują kilkadziesiąt kilometrów, gdyż problemy intymne nie pozwalają im na normalne funkcjonowanie.

Serafin Clinic
ul. Daszyńskiego 34, 44-100 Gliwice
tel. +48 690 80 70 90
<http://serafinclinic.pl/>

JEDEN LASER NA WSZYSTKO TO JUŻ PRZESZŁOŚĆ

Dziesięć lat temu pacjent podczas laseroterapii bardzo cierpiał. Dziś poddany zabiegowi z użyciem lasera pikosekundowego prawie nic nie czuje – mówi DR BARTOSZ PAWLIKOWSKI.



Jak wybrać właściwą dla siebie terapię laserową?

Pacjenci w ogóle nie powinni się tym martwić, to zadanie lekarzy (śmiech). Kiedy pacjent prosi mnie o zabieg wykonany laserem danej marki, bo np. wcześniej miał z nią do czynienia i był zadowolony, mówię mu: OK, ale to niekoniecznie musi się sprawdzić tym razem.

Dlaczego?

Bo technologie laserowe poszły bardzo do przodu i obecnie są nieporównywalnie większe możliwości niż kiedyś. Zamiast pytać o sprzęt, zainteresujemy się bardziej tym, kto nim operuje. W mojej opinii dobry specjalista jest więcej wart niż najwyższej klasy urządzenie. Nie obawiamy się pytań o kwalifikacje, zresztą w dobie internetu możemy już je dyskretnie sprawdzić, podobnie jak opinie innych pacjentów. Dobry lekarz opublikuje na swojej stronie dyplomy i zdjęcia „przed” i „po”, będzie chciał się tym pochwalić, zaopiekuje się nami od początku do końca terapii. To da nam poczucie zaufania i bezpieczeństwa.

Zdarza się, że na ten sam problem kliniki oferują nam różną liczbę zabiegów. Z czego to wynika?

Liczba zabiegów zależy zwykle od doświadczenia, wiedzy i sprzętu. Jeżeli lekarz oferujący nam mniejszą liczbę zabiegów ma

dobre opinie, dysponuje paletą różnych urządzeń, ja bym mu zaufała. Jeśli pacjent nadal ma wątpliwości, proponuję zabieg próbny w ramach konsultacji. Zamykam np. kilka naczynek, proszę, żeby pacjent obserwował to miejsce i zgłosił się za dwa tygodnie. Operuję dwoma typami laserów, zwykle likwidując defekt w trakcie dwóch zabiegów. Po 15 latach praktyki i wykonaniu tysięcy zabiegów na różnych urządzeniach mam pewność, że tyle wystarczy.

Jak ocenia pan możliwości laseroterapii sprzed kilku lat i dziś?

Te możliwości podyktowane są oczekiwaniami pacjentów, a ci niezmiennie boją się bólu, dyskomfortu po zabiegu i długiego okresu rekonwalescencji. Ale to naprawdę zaczyna być coraz mniejszy problem. Kiedy w 2008 r. pracowałem z laserami, pacjent w trakcie zabiegu cierpiał, a po zabiegu dochodził do siebie miesiąc. Dziś są już lasery, pikosekundowe, które minimalizują ból, a czas rekonwalescencji z siedmiu – ośmiu dni skraca się do weekendu. Dobrą praktyką, którą obserwuję na świecie, jest także umiejętne łączenie technologii. Obecnie niewiele problemów leczy się jednym laserem, sam stosuję przeważnie dwa: na powierzchowne i głębsze warstwy skóry. Zasada „jeden laser na wszystko” to już historia. Dziś zmierzamy w stronę reguły: „na każdy problem inny laser”, a nawet kilka.

Od lat prowadzi pan szkolenia, a niebawem otwiera własne centrum szkoleniowe. Czym chciałby pan zainspirować lekarzy stawiających pierwsze kroki w laseroterapii?

Lasery dają dziś ogromne możliwości terapeutyczne. Możemy likwidować defekty, które uprzykrzają ludziom życie – naczynka, przebarwienia, blizny, niechciane tatuaże etc. Bycie skutecznym to ogromna satysfakcja i wielka frajda dla lekarza. Moim marzeniem jest zaszczepić pasję do tej specjalizacji i dzielić się swoim wieloletnim doświadczeniem „w pigułce”.

Pełna wersja wywiadu już wkrótce na www.wprost.pl

Bartosz Pawlikowski
Członek Amerykańskiego Towarzystwa Laseroterapii, specjalista dermatolog, założyciel pierwszego w Polsce Centrum Szkoleń z Laseroterapii w Praktyce.

MEDEVAC
KLINIKA PAWLIKOWSKI

KLINIKA MEDEVAC PAWLIKOWSKI
Rejestracja
tel. 668 793 039
Centrum Szkoleniowe
tel. 602 277 033
www.klinikapawlikowski.pl

MASZ PRAWO DO PIĘKNYCH PIERSI

Piękne, pełne piersi to przedmiot pożądania i uwielbienia. Kiedyś były wyłącznie darem natury, dziś równie dobrze mogą być efektem umiejętności chirurga plastyka!

Powiększanie piersi implantami to najpopularniejszy zabieg chirurgii plastycznej na świecie.

– Implanty odpowiednio dobrane do budowy ciała pięknie wypełnią biust, zachowując ich naturalny wygląd. Efekty, które możemy dziś uzyskać, są spektakularne, między innymi dzięki używaniu implantów najnowszej generacji o anatomicznym kształcie – mówi dr Maciej Charaziński, specjalista chirurgii plastycznej z Kliniki Promedion w Warszawie.

W Klinice Promedion wszystkie prowadzone zabiegi muszą przede wszystkim spełniać zasadniczy warunek: zapewnienie pacjentkom najwyższych standardów opieki medycznej. Kluczem do tego jest doświadczony zespół specjalistów oraz nowoczesne zaplecze medyczne kliniki.

– Ponieważ bezpieczeństwo pacjenta jest priorytetem, ważnym krokiem jest kompleksowa kwalifikacja do zabiegu: wiele badań i konsultacji wykonanych przed przystąpieniem do operacji daje szansę na uniknięcie powikłań w trakcie i po zabiegu – podkreśla dr Marcin Nowak, specjalista chirurgii plastycznej.

Nie ma jednego uniwersalnego rozmiaru piękna. Gwarancją osiągnięcia doskonałych rezultatów, całkowicie zgodnych z oczekiwaniami pacjentek, jest możliwość wykonania symulacji komputerowej przed zabiegiem, obrazującej, jaki efekt uzyskamy po przeprowadzeniu operacji. Jest to możliwe dzięki najnowocześniejszemu urządzeniu VECTRA XT, z powodzeniem stosowanemu przez lekarzy w USA – na najbardziej rozwiniętym rynku chirurgii plastycznej. – Stosowanie VECTRY to nie tylko korzyść dla pacjenta, który może już przed zabiegiem zobaczyć, jaki będzie wynik zabiegu. Ta trójwymiarowa projekcja cyfrowa pozwala również lepiej przygotować się do ope-



racji. Obraz jest poddawany precyzyjnej analizie pomiarowej i objętościowej, która pokazuje, jak dokładnie wygląda sylwetka pacjenta i może wskazać występującą na przykład asymetrię – dodaje dr n. med. Małgorzata Chomicka-Janda, specjalista chirurgii plastycznej.

Klinika Promedion to nowoczesny medyczny kompleks w Warszawie, zaprojektowany zgodnie z najnowszymi europejskimi standardami. Na powierzchni ponad 1500 mkw. znajdują się trzy sale operacyjne i dwie sale zabiegowe, gabinety konsultacyjne oraz pokoje pobytowe. Oferta kliniki została przygotowana tak, aby pacjent mógł skorzystać kompleksowo z chirurgii plastycznej i medycyny estetycznej w jednym miejscu. Dzięki zespołowi wybitnych specjalistów ma opinię jednej z najbardziej profesjonalnych placówek w Polsce.

Promedion

Klinika Chirurgii Plastycznej
i Medycyny Estetycznej

Klinika Chirurgii Plastycznej
i Medycyny Estetycznej
ul. Kazimierza Wóycickiego 4
01-938 Warszawa
tel. +48 22 835 16 12
www.klinikapromedion.pl



dr Maciej Charaziński
specjalista chirurgii plastycznej



dr n. med. Małgorzata Chomicka-Janda, specjalista chirurgii plastycznej



dr n. med. Marcin Nowak
specjalista chirurgii plastycznej

PRZYJAŹNIĘ SIĘ ZE SWOIMI PACJENTAMI

Pacjent jest zawsze na pierwszym miejscu – mówi DR N. MED. JOANNA KUSCHILL-DZIURDA, specjalista alergolog, internista, lekarz medycyny estetycznej, dyrektor medyczny Instytutu Medycyny Estetycznej Medestetis.

Medestetis promuje holistyczne podejście do pacjenta. Co to dokładnie oznacza?

Nie ma pięknie wyglądającej kobiety ani dobrze wyglądającego mężczyzny, jeżeli on lub ona nie zadba o siebie całościowo – zacznie zdrowo się odżywiać, wprowadzi do swojego życia aktywność fizyczną. Uświadamiam swoich pacjentów, że zdrowa dieta to 70 proc. sukcesu, jeśli chodzi o naprawdę zdrowy wygląd skóry – żeby nie pojawił się rumień, zatkane i rozszerzone pory, nawracające krostki i grudki. Jeśli pacjent nie rzuci palenia, będzie się opalać i wylegiwać na słońcu, pić dużo alkoholu, spożywać wysoko przetworzone produkty, nie ma szans na dobry wygląd i świeżą, nieziemską cerę.

Jak to wygląda w praktyce? Przychodzi pacjent ze zmarszczką na czole, a słyszy, że powinien schudnąć?

W dużym skrócie tak. Każdy pacjent dostaje dość szczegółową ankietę do wypełnienia. Czasem się dziwi, że przecież on chce tylko wypełnić zmarszczkę, a musi odpowiedzieć na tyle pytań. Zdarza się, że ktoś nie chce, wtedy nie naciskamy, jednak większość przekonuje się, że takie całościowe podejście ma sens. To dlatego w obu naszych klinikach – w Krakowie i Warszawie – oprócz zespołu lekarzy i kosmetologów mamy również wykwalifikowanych dietetyków. Każdy pacjent może liczyć na indywidualne dostosowanie diety do swoich potrzeb. Jeśli układamy dietę, to robimy także testy genetyczne iGenesis. Pozwalają określić, jaki powinien być odsetek poszczególnych grup składników w diecie. Czy ktoś może pozwolić sobie na więcej węglowodanów, czy w jego pożywieniu powinno być więcej lub mniej tłuszczów, czy ma nietolerancję glutenu lub laktozy.

Zdarza się, że ktoś przychodzi na jakiś drobny zabieg związany z urodą, a w efekcie zmienia całe swoje życie?

Tak. I takie historie dają mi ogromną satysfakcję. Na przykład mężczyzna, który przyszedł na mezoterapię, był w siłę wieku, ale wyglądał jak starszy pan. Był trochę zaniedbany, miał widoczny brzusek. Zaczęliśmy rozmawiać, mówiłam



Dr n. med. Joanna Kuschił-Dziurda
Absolwentka Collegium Medicum UJ. Założycielka Medestetis. Propagatorka sportu i zdrowego trybu życia. Multimedalistka Igrzysk Lekarskich w bieganiu i pływaniu.

temu pacjentowi, że dzięki aktywności fizycznej świetnie się czuję, że endorfiny dają mi chęć do działania, że zdrowa dieta sprawia, że mam energię do pracy i na to, aby poświęcić odpowiednią ilość czasu dzieciom i rodzinie. I on wtedy postanowił, że też tak spróbuje. Muszę podkreślić, że moje rozmowy z pacjentami nie są jakieś sztywne, nie polegają na pouczaniu. Przede wszystkim staram się ich inspirować. Sama nie wyobrażam sobie życia bez sportu, uwielbiam biegać, pływanie i o tym opowiadam.

Udało mu się?

Tak. Z pomocą naszego dietetyka zaczął zdrowo się odżywiać, uprawia sport, schudł 15 kg i mogę powiedzieć, że dziś jest zadbanym i niezwykle efektywnym mężczyzną. Zresztą podobnie jest z innymi pacjentami. Podczas wizyty panie pytają, jak znajdują czas na ćwiczenia. Odpowiadam, że jeśli nie mam czasu na bieganie, to przynajmniej robię sobie w domu program Chodakowskiej, Lewandowskiej lub „Fit Mom” Ani Dziedzic. Tłumaczę, że nawet przy



małym dziecku można wygospodarować te pół godziny dla siebie. Przychodzą następnym razem i mówią: „Dzięki pani zaczęłam ćwiczyć, na razie to tylko 15 minut dziennie, ale stopniowo zwiększam ten czas”. I o to mi chodzi. Przede wszystkim staram się sama żyć zdrowo i być przykładem dla swoich pacjentów. Inaczej nie byłabym wiarygodna w tym, co robię. To też wynika z mojego charakteru. Lubię być z ludźmi, lubię z nimi rozmawiać. Właściwie to mogę powiedzieć, że przyjaźnię się ze swoimi pacjentami.

Dlaczego postanowiła pani założyć własną klinikę?

Chęć upiększania zawsze była moją pasją, chciałam robić coś pozytywnego jako lekarz. Pracowałam kiedyś w innej klinice, ale nie wszystko było tak, jak ja czułam. Chciałam stworzyć swoje miejsce, gdzie nie ma żadnych nacisków na liczbę wykonanych zabiegów, gdzie ja i każdy lekarz ze mną współpracujący możemy poświęcić pacjentowi tyle czasu, ile jest to potrzebne. Pacjent musi nam ufać, musi wiedzieć, dlaczego proponujemy mu taki, a nie inny zabieg, i że jest to dla niego bezpieczne.

Jakie zabiegi najczęściej wybierają pacjenci?

Króluje podstawowe zabiegi, czyli wypełnienia kwasem hialuronowym i ostrykiwanie botoksem. Dają spektakularne i natychmiastowe efekty. W okresie jesienno-zimowym wykonujemy dużo zabiegów laserowych, pilingi, resurfacingi, czyli wszystko to, co pozwala po lecie odświeżyć skórę. Teraz, przy zachowaniu odpowiedniego odstępu przed waka-

cyjnymi wyjazdami, również polecamy zabiegi z botoksem i kwasem hialuronowym, specjalną mezoterapię, która może zmniejszać ryzyko powstania przebarwień, specjalne letnie pilingi. Oczywiście również zabiegi na ciało, głównie takie, które pomagają zwalczyć cellulit – endermologię czy zabiegi falą akustyczną. Nie zostawiają śladów i dają świetne efekty.

Co nowego znajdziemy w ofercie kliniki Medestetis?

Chcę podkreślić jedną ważną rzecz – jeśli wprowadzam jakikolwiek nowy zabieg do oferty Medestetis, to tylko wtedy, gdy mam stuprocentową pewność, że naprawdę działa. Teraz szczególnie polecam zabiegi z wykorzystaniem urządzenia Ultraskin II w technologii HIFU. Daje efekty mocnego ujędrnienia skóry, działa głęboko, co jest ewenementem wśród podobnych zabiegów. Powoduje koagulację w obszarze skóry, powięzi, a nawet w obszarze tkanki tłuszczowej, czyli w tracie jednego zabiegu działamy na te trzy warstwy. Jeśli więc jest to na przykład zabieg na brzuch, jednocześnie go ujędrniamy, napinamy i zmniejszamy tkankę tłuszczową. Co ważne, zabieg można wykonywać przez cały rok, bo powoduje on tylko delikatny obrzęk na początku i w związku z tym nie ma żadnego okresu rekonwalescencji.

Medestetis to obecnie dwie kliniki – krakowska i warszawska. Jak rozwój udaje się pogodzić z indywidualnym podejściem do pacjenta?

Dzielę swój czas między obie kliniki. Ale też stawiam na sprawdzony i wykwalifikowany zespół, który tak samo jak ja wierzy, że holistyczne podejście do pacjenta ma sens. Pacjent jest zawsze na pierwszym miejscu i dla nas nie jest to pusty slogan, tylko sedno tego, co robimy każdego dnia.

Dr n. med. Joanna Kuschill-Dziurda:
„Zdrowa dieta to 70 proc. sukcesu, jeśli chodzi o naprawdę zdrowy wygląd skóry”



Instytut Medycyny Estetycznej Medestetis

Warszawa
Włodarzewska 81
tel.: 790 781 181,
22 10 10 181
www.medestetis.pl

Kraków
Iwona Odrowąża 18
tel.: 502 728 225,
12 430 54 09
www.medestetis.pl



Dr Beata Dethloff

To nowoczesne kliniki anti-aging, które oferują holistyczną opiekę w zakresie medycyny i ginekologii estetycznej, laseroterapii, dermatologii, kosmetologii, SPA, trychologii i diety oraz testów genetycznych i pokarmowych. Dr n. med. Beata Dethloff jest lekarzem medycyny estetycznej, doktorem endokrynologii i specjalistą chorób wewnętrznych II stopnia oraz absolwentką Międzynarodowej Szkoły Medycyny Przeciwwstarzenia prowadzonej przez dr. Tierryego Hertoghe'a.

SONOQUEEN – LIFTING BEZ SKALPELA

Jak w szybki i bezinwazyjny sposób napiąć wiotką skórę twarzy i ciała, opowiada **DR N. MED. BEATA DETHLOFF**, lekarz i twórczyni marki klinik medycyny estetycznej i anti-aging.

Jakie techniki liftingujące skórę pani poleca?

Nowością w klinikach Dr Beata Dethloff jest zabieg SonoQueen. To prawdziwy high-tech medycyny estetycznej umożliwiający małoinwazyjny lifting twarzy i ciała. Zabieg polega na pobudzeniu do pracy włókien kolagenowych w głębokich warstwach skóry za pomocą ultradźwięków wysokiej częstotliwości. Najnowszej generacji technologia HIFU (High Intensity Focused Ultrasound) modeluje i liftinguje skórę. Precyzyjna i skoncentrowana wiązka pozwala dotrzeć do trzech warstw – skóry właściwej, tkanki tłuszczowej i powięzi mięśniowej, co daje wielowymiarowe ujędrnienie, uniesienie konturów twarzy i wymodelowanie ciała. Kondycja skóry właściwej i naskórka jest mocno zależna od warstwy powięzi mięśniowej, która w pewnym sensie jest jej rusztowaniem. Ultradźwięki stymulują i regenerują zwiotczałe włókna kolagenowe na wszystkich głębokościach skóry, a tym samym poprawiają jej napięcie i gęstość w widoczny sposób.

Dla kogo jest przeznaczony zabieg SonoQueen?

Zabieg przeznaczony jest zarówno dla kobiet, jak i dla mężczyzn w każdym wieku. Liftinguje skórę twarzy i ciała w sposób nieinwazyjny i bezbolesny. Szczególnie polecam go osobom z opadającym owalem twarzy, zanikiem linii żuchwy,

podwójnym podbródkiem, bruzdami nosowo-wargowymi, opadającymi kącikami ust. SonoQueen posiada specjalną, ultraprecyzyjną głowicę przeznaczoną do okolic oczu, która pozwala na zredukowanie kurzych łapek czy problemu opadających powiek. Liftinguje także wiotką skórę ciała, np. tzw. pelikany, opadające pośladki i luźną skórę brzucha. Zabieg daje natychmiastowe efekty, które narastają w czasie. Wykonuje się serię od jednego do trzech zabiegów. Pierwsze efekty są widoczne bezpośrednio po zabiegu i utrzymują się nawet kilka lat. Zaraz po wizycie można wrócić do codziennych obowiązków.



Zabieg SonoQueen wykorzystuje technologię ultradźwięków.

WARSZAWA
ul. Nowogrodzka 21
tel. 791 010 000
klinika@drbeatadethloff.pl
www.drbeatadethloff.pl

KONSTANCIN-JEZIORNA
CH Stara Papiernia (1. piętro)
al. Wojska Polskiego 3
tel. 510 940 792
konstancin@drbeatadethloff.pl



Lek. Diana Kupczyńska

Lekarz medycyny estetycznej

BOTOKS

Jednym z najczęściej używanych w medycynie estetycznej leków jest botoks, będący do dziś najskuteczniejszą metodą korekty zmarszczek mimicznych. Jeśli zaczniemy go stosować przed pojawieniem się zmarszczek utrwalonych, możemy ich uniknąć na wiele lat. Nieprawdą jest, że raz wykonany botoks trzeba powtarzać. Po pół roku mięśnie wracają do pełnej sprawności, bez żadnych skutków długoterminowych. Drugą opcją jest kwas hialuronowy, substancja naturalna, całkowicie degradowalna w organizmie w ciągu 6-18 miesięcy, używana do poprawy nawilżenia skóry (w mezoterapii), przywrócenia objętości, powiększenia i modelowania ust, a także małoinwazyjnej korekty niektórych defektów, np. nosa. Bywa, że oglądamy przerysowany efekt podania kwasu, wynikający z użycia zbyt dużych objętości preparatu. U dobrego lekarza medycyny estetycznej, który dobiera terapię do potrzeb, nie musimy obawiać się nienaturalnego wyglądu. Kolejnym doskonałym preparatem, jest hydroksyapatyt wapnia (znany jako Radiesse). Stosowany do odmładzania rąk, wypełnienia utrwalonych zmarszczek, stymuluje syntezę nowego kolagenu. Efekty utrzymują się do 2 lat, a regularnie powtarzane zabiegi poprawią na długo jakość skóry. Ugruntowaną pozycję cieszy się mezoterapia igłowa, polegająca na dostarczeniu do skóry specjalnego koktajlu, zawierającego kwas hialuronowy, witaminy oraz aminokwasy. Warunkiem powodzenia terapii jest regularne jej stosowanie. Zachęcam do stosowania jej nie tylko na twarz, ale i cienką skórę szyi i dekoltu.

Botoks vs Laser

Dr n. med. Wojciech Rybak

Chirurg, flebolog, certyfikowany lekarz medycyny estetycznej

LASER

Dużym zainteresowaniem pacjentów, korzystających z usług medycyny estetycznej, cieszą się zabiegi laserowe oraz urządzenia hi-tech. By jednak mówić o kompleksowości działań anti-aging potrzebne są zarówno preparaty, takie jak botoks czy wypełniacze, jak i wysoce zaawansowane technologicznie urządzenia. Tak jak preparaty nie zastąpią nam urządzeń, tak urządzenia nie zastąpią nam preparatów. Technologią, która zrewolucjonizowała świat medycyny estetycznej są lasery, które zapewniły nam niezrównaną precyzję i bezpieczeństwo zabiegów. Liderem w odmładzaniu skóry są lasery frakcyjne (CO2, Fraxel, lasery er:YAG), dzięki którym uzyskujemy poprawę jakości oraz gęstości skóry oraz pozbywamy się niedoskonałości. Dodatkowo złuszczamy lub odparowujemy skórę, uzyskując efekt regeneracji i odświeżenia. Sporo mówi się również o technologii HIFU, wykorzystującej działanie fal ultradźwiękowych, najczęściej do bezinwazyjnego liftingu twarzy, np. Ulthera. Ultradźwięki docierają do tkanki podskórnej i poprzez energię ciepłą stymulują regenerację oraz produkcję kolagenu, dzięki czemu jesteśmy w stanie uzyskać naturalny i długotrwały efekt liftingu. Najnowszy trend to zabiegi oparte na radiofrekwencji iniekcyjnej, kontrolowanej termicznie. Aparat Thermi RF, to pierwsze tego typu urządzenie na świecie. Dzięki niemu uzyskujemy efekt napięcia i wygładzenia skóry oraz poprawę tkanki łącznej, która tworzy „rusztowanie” dla skóry. Radiofrekwencję można z powodzeniem stosować jako metodę opóźniającą procesy starzenia.



KLINIKA MEDYCYN Y ESTETYCZNEJ I LASEROTERAPII

Wrocław
ul. Powstańców Śląskich 56a/2
+48 71 70 70 993

Warszawa
Al. Jerozolimskie 56C
+48 22 82 09 002

www.arsestetica.pl



KOSMETOLOG DBA O PIĘKNO I ZDROWIE

Doświadczony i wyszkolony kosmetolog czy kosmetyczka perfekcyjnie wykona zabiegi i profesjonalnie zajmie się pacjentem – mówi ELŻBIETA LIPSKA, właścicielka TLC Clinic w Ostrołęce.

Katarzyna Białek: Często słyszy się, że pewne zabiegi związane z medycyną estetyczną lepiej wykonywać u lekarza. Tak jest chociażby z zabiegami laserowymi czy tymi z użyciem usieciowanego kwasu hialuronowego...

Elżbieta Lipska: Nie zgodzę się z tym. Podstawową zasadą jest współpraca lekarzy i kosmetologów, kosmetyczek. Jestem w zawodzie już 14 lat. Jeśli chodzi o zabiegi z wykorzystaniem laserów, miałam to szczęście, że doświadczenie i wiedzę zdobywałam i nadal zdobywam w Wielkiej Brytanii pod okiem światowej sławy specjalistów. Pracuję na różnych systemach laserowych, mam do czynienia z różnymi typami skóry – po prostu jest to moja domena i potrafię to robić. Od lat kieruję kliniką w Wielkiej Brytanii i tam współpraca z lekarzami jest świetna. Te zasady staram się przenieść na nasz rodzimy grunt.

Udaje się?

Nie wahamy się, aby w razie najmniejszych wątpliwości odsłać osobę z jakimś problemem do lekarza. Tak robię chociażby przy usuwaniu znamion skórnych. To jeden z najbardziej popularnych zabiegów w mojej klinice. Zajmuję się usuwaniem odpowiednio dobraną metodą zmienionej skóry w granicach zdrowych tkanek – na przykład naczynek rubinowych, przerostłych gruczolaków, plamek żółtych czy włókniaków miękkich. Jeśli mam choćby cień wątpliwości, że może to być zmiana złośliwa, odsyłam do lekarza na konsultację. Działa to też w drugą stronę. Jeśli lekarz uzna, że zmiana to nic groźnego, odsyła pacjenta do gabinetu, gdzie to, co jest jedynie defektem estetyczno-kosmetycznym, można bezpiecznie usunąć.



Elżbieta Lipska
AVCE/BTEC,
właścicielka
TLC Clinic
w Ostrołęce.

Zdarzyło się, że zauważyła pani niebezpieczną dla pacjenta zmianę?

Spotykam się z tym dość często. Niedawno nasza stała klientka chciała usunąć znamię na plecach, ale to był właśnie jeden z tych przypadków, kiedy uznałam, że konieczna jest wizyta u lekarza. Okazało się, że to wczesne stadium nowotworu skórno. Cała historia zakończyła się dobrze. Zmiany skórne, które mogą się przekształcić w nowotwór, to coś, z czym nie ma żartów. Lepiej być przesadnie ostrożnym niż cokolwiek zbagatelizować.

Zna pani rynek usług anti-aging w Wielkiej Brytanii i w Polsce. Czy preferencje pacjentów różnią się w Londynie i Ostrołęce?

Polki są konkretne, mają dużą wiedzę. Jeśli przychodzą do gabinetu – doskonale wiedzą, czego chcą. Brytyjki chcą efektu, ale unikają zabiegów, po których rekonwalescencja trwa dłużej. Polki mają świadomość, że jeśli zabieg ma być skuteczny i przynieść spektakularny efekt, oznacza to zwykle bardziej inwazyjne działanie, po którym skóra potrzebuje więcej czasu na gojenie. I są na to gotowe.

Klinika w Ostrołęce właśnie obchodzi trzecie urodziny. Jakie są wasze sztandarowe zabiegi?

To usuwanie zdrowych zmian naskórkowych, o czym już wspominałam. Specjalizujemy się w skutecznych metodach odmładzania skóry i mało inwazyjnych technikach jej rewitalizacji, np. z wykorzystaniem usieciowanego kwasu hialuronowego czy nici PDO, cjęntów. Ogromnym powodzeniem cieszy się też usuwanie owłosienia. Mówimy tu cały czas o laseroterapii, a nasza klinika jako jedna z pierwszych w Polsce pracuje na laserze najnowszej generacji GentleLase Pro Syneron – Candela Laser. To znakomity i bezpieczny sprzęt.



TLC Clinic – Klinika Laseroterapii

ul. Traugutta 26
07-410 Ostrołęka
tel. 886 520 147
www.tlc-clinic.com.pl

BTL AESTHETICS



BTL VANQUISH ME™

to jedyny system do bezkontaktowej i nieinwazyjnej terapii usuwania tkanki tłuszczowej.



Technologia LAHF (Large Area High-frequency Field), umożliwia selektywną likwidację nawet głęboko położonej tkanki tłuszczowej, nie wpływając na otaczające ją tkanki. Trwałość efektów zapewnia fakt, że BTL VANQUISH ME rozbija nie tylko tłuszcz znajdujący się w komórkach tłuszczowych, ale również same komórki.

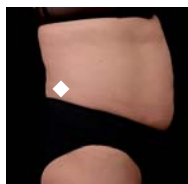
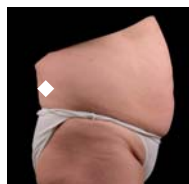


POLECAM
dr Maciej Rogala

GOLD CLINIC
— MEDYCYNA ESTETYCZNA —

ul. Wielicka 43 lok.2
02-657 Warszawa
tel. 22 863 19 23, 512 160 401
www.goldclinic.pl

MODELOWANIE **SYLWETKI**



REDUKCJA **MASY CIAŁA**



ZMNIEJSZENIE **OBJĘTOŚCI**



DZIĘKI UPRZEJMOŚCI: DR KATERINA HOLM



AESTHETICS

LIDER NA RYNKU LASERÓW I URZĄDZEŃ DO MEDYCYNY ESTETYCZNEJ

BTL Polska Sp. z o.o., ul. Leonidasa 49, 02-239 Warszawa, tel. 22 667 02 76, btlnet@btlnet.pl, www.btllestetyka.pl

ORICEA – Z NAMI ZAWSZE ŚWIECI SŁOŃCE

Promienie słoneczne to główny winowajca odpowiedzialny za starzenie się skóry. Dlatego tak ważne jest, by się przed nimi chronić.

Nic tak nie zdradza wieku jak skóra. Świeża, napięta i o jednolitym kolorze to oznaka młodości i zdrowia, sucha i przebarwiona świadczy o niszczącym upływie lat. Dlatego kobiety na całym świecie walkę z czasem rozpoczynają od pielęgnacji skóry twarzy – nie zawsze wygraną. Dla tych, które przegrały walkę z przesuszeniem i przebarwieniami, ratunkiem jest medycyna estetyczna.

Opalanie, zmarszczki i przebarwienia

Jak tłumaczy dr n. med. Kamila Padlewska, dermatolog, autorka książki „Medycyna estetyczna i kosmetologia”, proces starzenia zależy nie tylko od czynników genetycznych, ale i środowiskowych, wśród których na pierwszym miejscu plasuje się promieniowanie UV. – Według niektórych autorów w określonych warunkach klimatycznych czynniki środowiskowe mogą być odpowiedzialne aż za 80 proc. zmian obserwowanych w przebiegu starzenia skóry do 45.-50. roku życia – tłumaczy dr Padlewska.

Latем skóra staje się szczególnie narażona na starzenie, a przez to wymagająca, szczególnie ta wrażliwa. Działanie czynników atmosferycznych bowiem m.in. uszkadza pokrywającą skórę warstwę wodno-lipidową. O ile genetyczne starzenie się skóry objawia się ścięgnięciem naskórka, wiotkością skóry i siecią delikatnych zmarszczek, starzenie „słoneczne” jest bardziej widoczne – skóra staje się zgrubiała, a na jej powierzchni pojawiają się bruzdy i zmarszczki. Prawdziwym utrapieniem wielu kobiet są jednak zaburzenia rozmieszczenia barwnika – melaniny, co powoduje ogniska hiper- i hipopigmentacji. Te pierwsze określa się mianem przebarwień. Najbardziej dokuczliwe to przebarwienia pozapalne oraz zmiany o charakterze ostudy, czyli jasno- lub szarobrazowych plam, występujących głównie na twarzy i szyi kobiet w ciąży lub przyjmujących tabletki antykoncepcyjne.

Zabiegi na lato – pomoc w gabinecie

Specjaliści nie ukrywają, że najlepszym sprzymierzeńcem w walce z oznakami upływu czasu są nowoczesne zabiegi medycyny estetycznej, które przyspieszają proces regeneracji uszkodzonej skóry i zniwelują efekty działania szkodliwych czynników zewnętrznych. W gabinetach medycyny estetycznej można wybierać spośród pełnego wachlarza zabiegów nawilżających i ujędrniających.

Lekarze pomagają też ofiarom hiperpigmentacji. W walce z przebarwieniami używa się kremów rozjaśniających z różnymi składnikami, jak m.in. kwas glikolowy lub retinol do stosowania w domu, które jednak mogą podrażniać skórę i wymagają długotrwałego stosowania. Skuteczniejsze są zabiegi medycyny estetycznej, takie jak mikrodermabrazja, czyli mechaniczne ścieranie

naskórka, laseroterapia z wykorzystaniem różnych laserów (rubinowego, Nd-YAG, CO₂ i innych) oraz krioterapia, czyli leczenie niskimi temperaturami.

– Za pomocą metod stosowanych w gabinetach lekarskich można uzyskać szybsze efekty. Trzeba jednak pamiętać, że zbyt agresywna terapia obarczona jest ryzykiem powstawania przebarwień pozapalnych – ostrzega dr Kamila Padlewska. Dodaje, że żadna metoda nie przeciwdziała nawrotowi przebarwień. Dlatego tak ważne jest stosowanie kremów z wysokim filtrem przeciwsłonecznym, które dodatkowo chronią przed powstawaniem nowotworów. Kobiety zmagające się z przebarwieniami i ostudą powinny je stosować również w słoneczne dni wczesną wiosną, późną jesienią czy zimą, bo ich skóra jest wyjątkowo czuła nawet na mniejsze ilości promieniowania UV.

Trzeba pamiętać, że w wypadku skóry suchej i wrażliwej niezbędne są dodatkowo preparaty działające dwukierunkowo – nawilżająco i natłuszczająco, co pozwala odbudować prawidłowy płaszcz lipidowy, a tym samym pozwalają zapobiec utracie wody. – Lepiej nawilżona i natłuszczona skóra staje się mniej wrażliwa – przekonuje dr Padlewska. Dodaje, że nie bez znaczenia jest też to, czym myjemy skórę wrażliwą. Niezbędne są preparaty przeznaczone do takiego rodzaju skóry, którą należy nasmarować zaraz po umyciu i wytarciu. (MK)



Dr n. med. Kamila Padlewska

Profesor nadzwyczajny w Wyższej Szkole Zawodowej Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia, specjalista dermatolog-wenerolog drugiego stopnia, ekspert w dziedzinie zabiegów dermatologii estetycznej i laserowej.



ORICEA
Gabinety Dermatologii Estetycznej
i Medycyny Anti-Aging
ul. Sokołowska 9/U-02
01-142 Warszawa
tel. 22 53 53 054
www.oricea.com



CosmetDerm®

CENTRUM DERMATOLOGII ESTETYCZNEJ
I LASEROTERAPII



Ponieważ to co robimy jest naszą pasją, nasz rozwój przychodzi naturalnie. Stworzyliśmy przytulne miejsce, w którym możecie Państwo w sposób profesjonalny zrealizować swoje potrzeby z zakresu medycyny estetycznej.

Nasza oferta jest stale poszerzana o nowe zabiegi oraz produkty, które sprowadzamy dla Państwa z licznych szkoleń, kongresów i targów z całego świata. Spośród wielu dostępnych i nowych rozwiązań wybieramy takie, które sprawdzają się najlepiej.

Na wyposażenie gabinetów składają się najnowsze zaawansowane lasery oraz urządzenia medyczne i kosmetyczne. Korzystamy z rozwiązań firm: Allergan, Restylane, Teosyal, Merz, SkinRex Europe i innych wiodących producentów.

Zapraszamy Państwa do odwiedzenia i bliższego poznania naszego centrum!

Lekarze z ponad 10-letnim doświadczeniem w medycynie estetycznej.



Doktor Dorota Mielecka-Trzepizur

Ukończyła Akademię Medyczną we Wrocławiu, posiada II stopień specjalizacji dermatologii. Od 2000 roku specjalizuje się w medycynie estetycznej. Wieleletnie doświadczenie pozwoliło na wypracowanie własnych niepowtarzalnych technik. Od wielu lat szkoli lekarzy z zastosowania technik podawania kwasu hialuronowego i toksyny botulinowej.



Doktor Ewa Kielczewska-Dytewska

Ukończyła Akademię Medyczną we Wrocławiu w 1983 roku. Od wielu lat specjalizuje się w zabiegach medycyny estetycznej. Stały kontakt z prestiżowymi klinikami europejskimi zapewnia wymianę doświadczenia i wykonywanie zabiegów w najwyższych standardach światowych. Autorką wysoko ocenianych publikacji i artykułów.

#Wypełniacze - kwas hialuronowy #Botoks - toksyna botulinowa #Dynamiczne Fotoodmładzanie SSR #Cavi-Lipo DEX - redukcja tkanki tłuszczowej i cellulitu #Powiększanie ust #Hydroimpact #Oczyszczanie wodorowe #Terapia LED PDT #Leczenie wypadania włosów #Mezoterapia

MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ – SZTUKĄ CZY RZEMIOSŁO?

Moim celem jest skuteczność i naturalne efekty. Prowadzę własne badania, analizy i wprowadzam autorskie metody i protokoły zabiegowe – mówi DR MAREK WASILUK z kliniki Triclinium.

Kto korzysta z medycyny estetycznej?

Osoby, które chcą wyglądać młodo i które mają widoczne defekty, takie jak asymetrie, przebarwienia, blizny. Coraz więcej moich pacjentów to ludzie, których twarz jest wizytówką – osoby medialne, występujące w telewizji, aktorzy, modelki, biznesmeni. Przychodzą, bo rozumiem ich potrzeby, potrafię zanalizować defekty, ale przede wszystkim potrafię tak dobrać terapię, by efekty były naturalne, by z każdym dniem wyglądali coraz lepiej i bardziej świeżo, bez żadnej sztuczności. Zabiegi planujemy w ten sposób, by dały się pogodzić z zawodową aktywnością.

Czy łatwo jest zostać lekarzem medycyny estetycznej?

Kiepskim – tak, dobrym – nie. Im bardziej rozwija się medycyna estetyczna, tym większy widzę rozdźwięk między możliwościami, jakie ona daje, a nieumiejętnością skorzystania z nich przez lekarzy. Dla mnie medycyna estetyczna jest nie tylko wiedzą, ale i sztuką, a dookoła widzę zdecydowanie za dużo rzemieślników, w dodatku przeciętnych. Dlaczego sztuką? Bo ma związek z estetyką, kanonami piękna i wymaga zmysłu artystycznego. To finezja łączenia wielu elementów. Dodatkowo każdy inaczej się starzeje, więc trzeba naprawdę jednostkowo podchodzić do pacjentów. Wszystkie gabinety i lekarze o tym piszą i mówią, ale w rzeczywistości mało kto to stosuje.

Dlaczego tak mało jest artystów w medycynie estetycznej?

Większość lekarzy traktuje medycynę estetyczną jako sposób zarobienia dodatkowych pieniędzy. Na co dzień są chirurgami, kardiologami czy lekarzami innych specjalności, a po godzinach zajmują się medycyną estetyczną, a więc już na wstępie traktują ją jako coś dorywczego, mniej istotnego. Nie mają czasu na pogłębianie wiedzy, która jest naprawdę rozległa. Nie inwestują w technologię, bo jest to dla nich nieopłacalne, nie mogą więc być skuteczni, dysponując tylko kilkoma najprostszymi metodami i preparatami. Jeśli ktoś żyje tylko z medycyny estetycznej, musi być naprawdę dobry, inaczej nie będzie mieć w dłuższej perspektywie pacjentów.

Jak to wygląda w pana przypadku?

Jestem totalnym pasjonatem medycyny estetycznej. Czytam setki artykułów w anglojęzycznej prasie branżowej. Lubię wyzwania, im bardziej skomplikowany przypadek, z tym większym entuzjazmem do niego podchodzę. Uwielbiam pogłębiać wiedzę. Nie tylko poprzez kursy. Od kilku lat jako jedyny Polak studiuję MSc in Aesthetic Medicine w Barts and The London School of Medicine and Dentistry, Queen Mary University of London. Poziom jest tam bardzo wysoki, wymaga ciągłego czytania, analizowania, poszerzania obszarów wiedzy o zagadnie-



Dr Marek Wasiluk
Specjalista medycyny estetycznej, twórca autorskich metod terapeutycznych, właściciel Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium, autor najbardziej poczytnego bloga dotyczącego medycyny estetycznej (www.marekwasiluk.pl) oraz książki „Medycyna estetyczna bez tajemnic”.



Marek Wasiluk,
„Medycyna estetyczna bez tajemnic”,
PZWL

nia wykraczające daleko poza to, z czym kojarzy się medycyna estetyczna. Jest to poziom akademicki, oparty na tzw. evidence based medicine, czyli bazującej na badaniach, doniesieniach, dowodach. W medycynie estetycznej takie podejście do kształcenia jest rzadkie.

Mam też wiedzę techniczną, nieczęsto spotykaną wśród lekarzy. Doskonale znam budowę i zasady funkcjonowania urządzeń, którymi dysponuję. Ta wiedza technologiczna w połączeniu z medyczną sprawia, że jestem całkowicie niewrażliwy na marketingowe przekazy – analizuję parametry urządzenia, a nie to, co o nim mówią jego sprzedawcy i producenci. Wiem, jak dobierać ustawienia urządzeń, aby osiągać przy zachowaniu parametrów bezpieczeństwa rezultaty, do jakich nikt stosujący standardowe procedury nie ma nawet szansy się zbliżyć. Moim celem są skuteczność i naturalne efekty. Prowadzę własne badania, analizy oraz wprowadzam autorskie metody i protokoły zabiegowe. Mam w tej chwili taką wiedzę, doświadczenie i takie urządzenia w gabinecie, że nie ma przypadku z zakresu medycyny estetycznej, z którym bym sobie nie poradził.



CENTRUM MEDYCYNY NOWOCZESNEJ
TRICLINIUM

CENTRUM MEDYCYNY
NOWOCZESNEJ TRICLINIUM
al. Komisji Edukacji Narodowej 47
lokal usługowy 13
02-797 Warszawa
tel. +48 22 403 40 34/
+48 794 375 715,
www.triclinium.pl



Filozofia Afrodyta SPA & Wellness Resort to życie zgodne z naturą, z przemianą pór roku i żywiołami. To, co nas otacza to największe bogactwo, z którego czerpiemy, by zadowolić naszych Gości. Niemal wszystkie produkty wytwarzamy sami, zachowujemy tradycyjne receptury, a jednocześnie podążamy z nurtem Slow Food. Pozyskujemy od okolicznych rolników najlepsze produkty do wyrobów sera, wędlin, przetworów. Pieczony codziennie chleb i wyrabiane masło przywodzą smaki dzieciństwa. Wszystko według najlepszych receptur naszych babć. Soczyste soki owocowe i przetwory, które wypełniają w tysiącach słoików naszą spiżarnię. Każdy sezon obfituje w nowe przetwory, co roku to ponad 5 tys. słoików – dżemów, konfitur, przecierów, syropów, marynat. W wędzarni Afrodyty pachnie świeżą rybą ze stawów właścicieli. Korzystamy z darów natury, sami zbieramy grzyby z okolicznych lasów, pędy sosny i kwiaty czarnego bzu, akacji i mniszka lekarskiego do syropów. Dzikie maliny, wyrastające w naturalnym i ekologicznym otoczeniu to doskonały składnik potraw Afrodyty, wykorzystywany na różne sposoby. Specjalnie dla nas rolnicy hodują króliki, które stanowią ważny element Slow Foodowego Menu. Tradycyjna kuchnia wychodzi naprzeciw nowościom. Staramy się, by smaki Afrodyty były niezapomniane...



AFRODYTA SPA & Wellness Resort

ul. Grunwaldzka 46, 69-220 Ośno Lubuskie
tel. +48 95 757 62 81, rezerwacje@afrodyta-spa.pl, www.afrodyta-spa.pl



LEVEL UP w medycynie estetycznej



Rynek medycyny estetycznej poruszyła wiadomość o pojawieniu się nowej terapii opracowanej przez naukowców z Włoch. Choć z powodzeniem wykorzystywana na świecie od ponad 10 lat, do Polski dotarła właśnie teraz – w czasach najprężniejszego rozwoju medycyny estetycznej. Metoda CGF (Concentrated Growth Factors), bo o niej mowa, wykorzystuje do maksimum potencjał, który każdy z nas ma w sobie. Preparat wspomagający rewitalizację skóry pozyskuje się bowiem z krwi pacjenta, bez dodawania syntetycznych lub katalizujących komponentów. Co sprawia, że metoda CGF jest wyjątkowa i wnosi zabiegi medycyny estetycznej na nowy poziom?

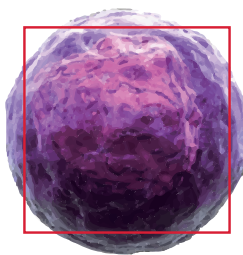
Pośród dostępnych w klinikach zabiegów, te z wykorzystaniem preparatów pozyskanych z własnej krwi stanowią coraz większą część oferty. To nie dziwi, ponieważ w dobie coraz większej ilości syntetycznych substancji stosowanych w medycynie estetycznej, poszukujemy rozwiązań jak najbardziej naturalnych, a co za tym idzie bezpiecznych. Terapia wykorzystująca metodę CGF jest więc nie tylko bezpieczna, ale także dalece skuteczniejsza niż dotychczas dostępne na rynku. Sekret CGF tkwi w odpowiedniej separacji krwi – takiej, która pozwala uzyskać skoncentrowane czynniki wzrostu i komórki macierzyste CD34+, czyli to, co w naszej krwi jest najcenniejsze dla regeneracji.

„Metoda CGF pozwala na uzyskanie preparatu autologicznego, który wykazuje działanie w zakresie trzech istotnych składowych regeneracji, odnowy skóry: wspomagania funkcji komórek, w tym dostarczenia komórek CD34+, zwiększenia obecności czynników wzrostu niezbędnych do regulacji funkcji komórek skóry oraz zachowania lub poprawy struktury i funkcji macierzy pozakomórkowej. Zastosowanie komórek macierzystych CD34+ wraz z czynnikami wzrostu jest naturalną, bezpieczną metodą regeneracji skóry, poprawy jej wyglądu oraz funkcji, czego wynikiem jest spowolnienie starzenia skóry. Badania oceniające CGF od czasu jego wprowadzenia w 2006 roku potwierdziły bezpieczeństwo stosowania preparatu przygotowanego tą metodą.” – mówi **prof. dr hab. n. med. Halina Car** z Zakładu Farmakologii Doświadczalnej Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.

O skuteczności metody CGF świadczą nie tylko ponad 50 opublikowanych badań naukowych potwierdzających efekty regeneracyjne u pacjentów na całym świecie. Lekarze z Polski także docenili właściwości preparatów CGF. „Zabieg regeneracyjny przy użyciu skoncentrowanych czynników wzrostu i komórek macierzystych CD34+ to wyjątkowa innowacja. Różnica metody CGF w porównaniu z innymi terapiami osoczem bogatopłytkowym jest o tyle istotna, że w tym przypadku uzyskujemy nie tylko płynną formę skoncentrowanych czynników wzrostu CGF, które można wykorzystać w mezoterapii okolic oka czy ust, ale również skoncentrowane czynniki wzrostu CGF plus komórki macierzyste CD34+ w formie żelu (specjalna technika podgrzewania i mieszania), co zapewnia znacznie bardziej intensywną regenerację” – mówi **doktor Edyta Engländer** z kliniki Dermatologia Ogólna i Estetyczna we Wrocławiu. „Ten produkt ma szansę stać się prawdziwym hitem!” – podkreśla.

Warto dodać, że metoda CGF sprawdza się w różnych dziedzinach medycyny i na świecie nie jest kojarzona jedynie z zabiegami estetycznymi. „Wprowadzając na polski rynek metodę CGF kierowaliśmy się przede wszystkim wynikami badań naukowych świadczących o skuteczności skoncentrowanych czynników wzrostu w połączeniu z komórkami macierzystymi CD34+. Potencjał terapii z wykorzystaniem CGF jest ogromny – CGF stosuje się nie tylko w regeneracji skóry twarzy, szyi, dekoltu czy dłoni lecz także w takich dziedzinach jak stomatologia czy ortopedia!” – podkreśla **Jacek Nitecki**, CEO firmy MEDIF, która z powodzeniem wdraża metodę CGF w klinikach na terenie całej Polski.

Bezpieczna i zdrowa regeneracja jest obecnie najbardziej pożądana przez świadomych pacjentów. Jeśli do tego jest skuteczna, to z pewnością możemy mówić o tym, że medycyna estetyczna rozwija się w najlepszym z możliwych kierunków.



Koledzy Lekarze,
pierwsza w Polsce trzyletnia,
**Podyplomowa Szkoła
Medycyny Estetycznej PTL**

przy współpracy z PTMEiAA istniejąca od 2002 roku, ogłasza
kolejny nabór słuchaczy w roku akademickim 2017/2018

PSME PTL posiada Certyfikację Międzynarodowej
Unii Medycyny Estetycznej (UIME) w Paryżu i Europejskiej Federacji Szkół
Medycyny Estetycznej (EFAMS)

Szkoła została Laureatem programu EuroSymbol 2014, uzyskując tytuł:
„EuroSymbolu Nowoczesnego Kształcenia 2014”.

**Studiuj w najstarszej
i największej szkole
medycyny estetycznej w Polsce,
którą ukończyło już
ponad 500 lekarzy!**

**Aplikacje należy składać
do 10 października 2017 r.
o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń***

Serdecznie zapraszam i polecam
Dyrektor PSME PTL

dr Andrzej Ignaciuk

Więcej informacji:
Podyplomowa Szkoła Medycyny Estetycznej PTL
tel. 22 628 58 21, 691 054 696
medycyna.estetyczna@wp.pl
www.psme.waw.pl

* Zapisz się do końca lipca,
a otrzymasz rabat 10%!

zajęcia
kadawerowe,
III rok tylko
zajęcia praktyczne

POLSKIE
TOWARZYSTWO LEKARSKIE



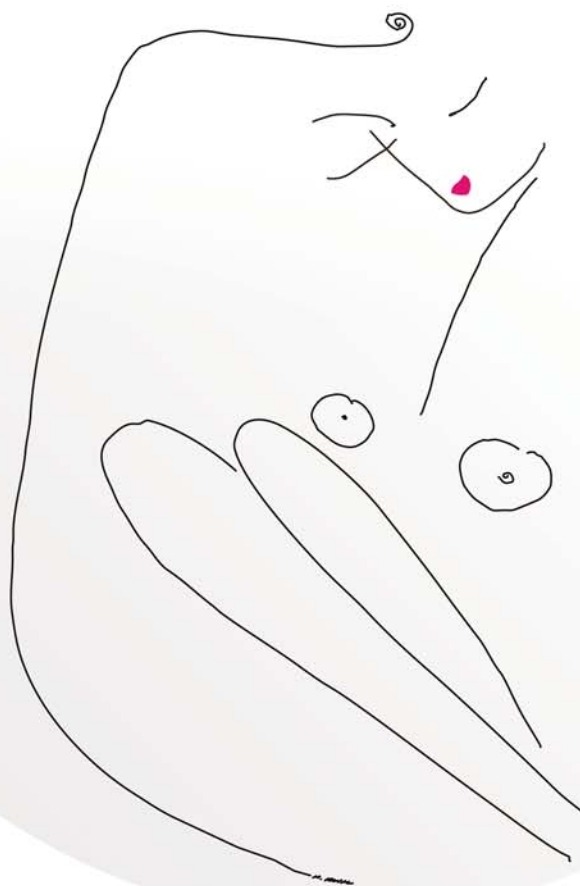
UNION INTERNATIONALE
DE MEDICINE ESTHETIQUE



XVIII

**Międzynarodowy
Kongres Medycyny
Estetycznej i Anti-Aging**
organizowany przez PTMEiAA PTL

Najstarszy i największy kongres
medycyny estetycznej
i anti-aging w Europie Środkowo-Wschodniej!



**6-8 października 2017 r.
Hotel Hilton Warszawa**

zapisy i więcej informacji:
www.icaam.pl



KLINIKA DERMEDIK – JEDYNE TAKIE MIEJSCE W KRAKOWIE

Co decyduje o sukcesie kliniki medycyny estetycznej? Doświadczeni lekarze, nowoczesne urządzenia i... przyjazna atmosfera. W instytucie Dermedik pacjent znajdzie to wszystko – wyjątkowych specjalistów z długoletnim doświadczeniem, którzy wykonują zabiegi z pasją i zaangażowaniem i są również wykładowcami i szkoleniowcami. Urządzenia z najwyższej półki światowego rynku kosmetycznego. Ofertę, w której są wyłącznie najnowsze zdobycze kosmologii, medycyny estetycznej oraz chirurgii plastycznej. Najlepsze preparaty i dermokosmetyki. Przyjazne dla kieszeni ceny. A przede wszystkim indywidualne podejście. Nic dziwnego, że w ciągu kilku lat działalności klinice udało się zdobyć mocną pozycję w branży.

medycyna estetyczna • kosmologia • chirurgia plastyczna
• chirurgia naczyniowa • dietetyka • laseroterapia

W lipcu zapraszamy na bezpłatne konsultacje lekarza medycyny estetycznej

Dermedik
Instytut Medycyny Estetycznej i Kosmologii

Dermedik
Instytut Medycyny Estetycznej i Kosmologii
ul. Wybickiego 42/2
31-303 Kraków
tel. recepcja: +48 664 053 900, +48 12 356 54 10
www.dermedik.pl
www.e-dermedik.pl



INSTYTUT WITAMINOWY

Instytut Witaminowy to jedyny taki ośrodek w Krakowie, w którym przywraca się równowagę i harmonię w funkcjonowaniu organizmu. Suplementacja witamin oraz elektrolitów odbywa się drogą dożylną, dzięki temu wchłanianie suplementów jest 100-procentowe, a efekty widoczne już pierwszego dnia.

energia • młodość • zdrowie • profilaktyka • wspomaganie leczenia

WYKONUJEMY KROPLÓWKI WITAMINOWE

Instytut Witaminowy
ul. Wybickiego 42/2
31-303 Kraków
tel. 664 058 900
instytutwitaminowy.pl
biuro@instytutwitaminowy.pl





objadanie się produktami węglowodanowymi, najczęściej czekoladą.

Leczenie a płęć

W Klinice Medycyny Wellness Szpitala Medcover w Warszawie już od paru lat lekarze zajmują się leczeniem dolegliwości psychosomatycznych. To pierwsza w Polsce klinika zajmująca się kompleksową diagnostyką pacjenta zarówno pod kątem chorób organicznych, jak i psychosomatycznych. Każdy pacjent w ciągu siedmiu godzin przechodzi wszystkie badania, począwszy od rutynowych, skończywszy na specjalistycznych. To m.in. badania krwi obejmujące hormony oraz związki będące czynnikami ryzyka chorób układu krążenia, USG jamy brzusznej i układu rozrodczego, inne badania obrazowe, jak tomografia komputerowa serca i rezonans magnetyczny całego ciała. Pacjent jest też poddawany testom na obecność wirusów oraz badaniom genetycznym.

Podczas diagnostyki i terapii lekarze kliniki kładą nacisk na indywidualne podejście do pacjenta oraz zwracają uwagę na specyfikę płci. Inaczej są leczeni mężczyźni, a inaczej kobiety, gdyż wiele leków lepiej pasuje do konkretnej płci.

W Klinice Medycyny Wellness oprócz leczenia farmakologicznego lekarze zalecają pacjentom zmianę stylu życia. Pomocą służą eksperci: trenerzy i instruktorzy, którzy udzielają rad dotyczących aktywności fizycznej, dietetycy oraz psycholodzy, którzy uczą umiejętności radzenia sobie ze stresem. Są też eksperci z dziedziny zaburzeń seksualnych. Klinika Medycyny Wellness jest jedyną kliniką w Polsce, która zajmuje się pacjentem holistycznie, czyli całościowo.

Dużym zainteresowaniem pacjentów cieszą się terapie chorób psychosomatycznych i zaburzeń hormonalnych wywołanych stresem, takich jak podwyższony poziom kortyzolu oraz obniżony poziom testosteronu i estrogenów. Rozpoznanie i leczenie chorób psychosomatycznych poprawia samopoczucie i jakość naszego życia.

Klinika Medycyny Wellness
Szpital Medcover
al. Rzeczypospolitej 5
02-972 Warszawa
wellness.medcover.pl

CHOROBY ZE STRESU

Rozpoznanie i leczenie chorób psychosomatycznych poprawiają samopoczucie i jakość naszego życia.

Stres to jeden z największych wrogów współczesnego człowieka. Reakcją na niego często bywają choroby psychosomatyczne, czyli takie, w których genecie oraz przebiegu dużą rolę odgrywają czynniki psychiczne. To między innymi zaburzenia hormonalne, wypalenie nadnerczy czy choroby immunologiczne z autoagresji.

Psychika i ciało

Na powstawanie chorób psychosomatycznych ani na ich przebieg nie mamy żadnego wpływu. Nasze ciało jak gdyby wymyka się spod kontroli umysłu. Dolegliwości psychosomatyczne najczęściej dotyczą tych organów naszego ciała, które zostały kiedyś osłabione chorobami albo których wrażliwość na schorzenia jest uwarunkowana genetycznie.

Do najczęstszych objawów psychosomatycznych należą: bóle napięciowe głowy, szumy uszne, zawroty głowy, ucisk w klatce piersiowej, napadowe przyspieszone bicie serca, a także napadowy wzrost ciśnienia krwi. To także zaburzenia w oddychaniu mające charakter hiperwentylacji. Niektórzy ludzie skarżą się również na bóle żołądka i dwunastnicy, zaparcia lub biegunki, częste oddawanie moczu lub bóle stawów i mięśni przykręgosłupowych – w części szyjnej kręgosłupa, piersiowej oraz krzyżowo-lędźwiowej. Objawem psychosomatycznym bywa nawet świąd skóry. Zaburzenia hormonalne także są najczęściej związane ze stresem. U mężczyzn to spadek poziomu testosteronu powodujący rozdrażnienie, przewlekłe zmęczenie i nagromadzenie tkanki tłuszczowej na brzuchu, piersiach i twarzy. Spadek stężenia estrogenów u kobiet wywołuje zespół napięcia przedmiesiączkowego z rozdrażnieniem, bólami głowy, na co reakcją jest



**Dr n. med.
Ewa Kempisty-
Jeznach**
Kierownik Kliniki
Medycyny
Wellness Szpitala
Medcover.



LATO Z HITEM NA ALERGIĘ!

Kiedy daje o sobie znać alergia, warto sięgnąć po sprawdzone antyhistaminiki, najlepiej najnowszej generacji.

Lato to czas relaksu i odskoczni od codziennej rutyny. Chcielibyśmy je spędzić, odpoczywając od problemów dnia codziennego i czerpiąc jak najwięcej z każdej chwili. Jednak niezależnie od formy i miejsca wakacyjnego odpoczynku warto mieć na uwadze, że będąc alergikiem, jest się narażonym na ekspozycję różnych alergenów...

Roztocze kurzu domowego

Nocujemy zwykle w pensjonatach, hotelach, na kwaterach prywatnych. Niektórzy w takich miejscach budzą się z katarrem, spuchniętymi i swędzącymi oczami, zatkanym nosem. Nieustannie kichają. Winne mogą być roztocza znajdujące się w kurzu, których nie brakuje na wykładzinach, dywanach, zasłonach oraz miejscach o wilgotności powyżej 50 proc.

Pyłki

Piękna, słoneczna pogoda i możliwość przebywania na świeżym powietrzu w wymarzonej miejscowości to chwile, na które czekamy cały rok. Niestety czasami niespodziewanie zaczyna mocno swędzieć nos, łzy same napływają do oczu, puchną



Dr n. med. Aleksandra Kindracka

Nie wszyscy wiedzą, że leki antyhistaminowe, które hamują objawy alergicznego nieżytu nosa lub pokrzywki, można kupić w małych opakowaniach bez recepty. Dla dzieci powyżej szóstego roku życia idealne są tabletki, które same rozpadają się w ustach, nawet bez popijania. W aptekach dostępny jest bez recepty preparat desloratadyny. Nie powoduje senności, rozpuszcza się w ustach i działa 24 godziny.

powieki. To objawy alergii na pyłki traw i zbóż oraz ewentualnie chwastów i pleśni.

Pokrzywka

Różnice temperatur także mogą niekorzystnie wpływać na nasz organizm. Kiedy zanurzamy rozgrzane słońcem ciało w zimnej wodzie, na skórze mogą się pojawić bąble pokrzywkowe. Pokrzywka to wysypka w postaci swędzących bąbli, przypominających oparzenie pokrzywą. Zdarza się, że również zbyt długa ekspozycja na słońce (bez stopniowego przyzwyczajania skóry) czy też nadmierne pocenie się także mogą wywołać pokrzywkę.

Zapobieganie

Osoby uczulone na kurz powinny zwracać uwagę na wyposażenie wynajmowanych pokoi, w tym na stan łóżka i pościeli – chodzi o to, aby były w miarę nowe. Najlepiej zabrać ze sobą własną poduszkę, świeżo wypraną i pozbawioną roztoczy kurzu domowego. Mamy wtedy większą szansę, że noc i poranek będą spokojne – bez kataru i kichania.

Urlop warto zaplanować w miejscach, gdzie ekspozycja na pyłki jest najmniejsza, czyli w górach lub nad morzem. W wyższych partiach gór powyżej 1000 m n.p.m. rośnie stosunkowo mało traw, które pyłą w czasie wakacji. Podobnie jest nad morzem, gdzie cyrkulacja powietrza jest duża, a traw jest stosunkowo mało.

Aby uniknąć oparzeń słonecznych oraz pokrzywki, należy stosować kremy do opalania z filtrami, przyzwyczajając skórę do nasłoneczniania, powoli wydłużając czas pobytu na słońcu. Nigdy nie wolno nagle wskakiwać do zimnej wody po opalaniu. Warto wybierać również miejsca, gdzie pyłące alergeny mają jak najmniejsze stężenie.

Jeśli mimo zachowania ostrożności wystąpią objawy alergicznego nieżytu nosa lub pokrzywki, należy natychmiast sięgnąć po sprawdzone leki. Najlepiej antyhistaminiki III generacji, takie jak Hitaxa Fast lub dla dzieci Hitaxa Fast Junior. Dają one szybką ulgę oraz nie powodują senności, dzięki czemu nasza aktywność wakacyjna nie będzie ograniczona.

DR IRENA ERIS LADIES' GOLF CUP – WIELKIE PIĘKNO!

Dwa dni niezwyklej sportowej rywalizacji, sprzyjająca pogoda i duża dawka dobrego relaksu w Hotelu SPA Dr Irena Eris Wzgórza Dylewskie – 11. edycja turnieju Dr Irena Eris Ladies' Golf Cup już za nami.

Dr Irena Eris Ladies & Golf Cup to największy i najbardziej prestiżowy – w tej części Europy – kobiecy turniej golfowy. Dwa dni turniejowe to nie tylko sportowa rywalizacja, ale także okazja do skorzystania z bogatej oferty Hotelu SPA Dr Irena Eris Wzgórza Dylewskie oraz Kosmetycznego Instytutu Dr Irena Eris. W tegorocznej edycji panie walczyły o specjalnie przygotowane przez firmę YES statuetki. Nagrodę główną dla zwyciężczynie ufundował Deutsche Bank. Została ona wręczona Dominice Gradeckiej podczas wieczornej gali, na której obecny był również prezes Polskiego Związku Golfa Marek Michałowski: – Mam tę ogromną przyjemność być tutaj z wami. To najlepszy turniej w tym kraju i robi go Irena Eris. Kobięcy golf rozwija się bardziej niż męski i muszę to przyznać, że w dużej mierze to zasługa naszej gospodni – podkreślił prezes Michałowski.

W konkursie specjalnym nagrodę – wyjątkową dziewięcioletnią butelkę szampa G.H. Mumm – w pięknym stylu zdobyła Małgorzata Yusufali. Weekend z Audi Q2 od Audi Rowiński Wajdemajer zdobyła Amanda Majsterek, a nagrody od Gucci – Katarzyna Selwent.

Więcej informacji:

www.DrIrenaErisGolf.com

oraz na profilu

[Facebook.com/LadiesGolf](https://www.facebook.com/LadiesGolf)

Adrian Meronk
– najlepszy
polski golfista

GOLF W POLSCE ROZWIJA SIĘ CORAZ SZYBCIEJ

Na pola golfowe trafia coraz więcej Polaków, którzy odkrywają, że to doskonała forma spędzania wolnego czasu, często przeradzająca się w pasję na całe życie.

Historia golfa w powojennej Polsce nie jest długa. Jego rozwój zdecydowanie przyspieszył w ostatnich latach. – Zainteresowanie tym eleganckim sportem w Polsce stale rośnie. Dziś każde większe miasto ma w okolicy chociaż jeden obiekt umożliwiający grę w golf – mówi Bartłomiej Chelmecki, sekretarz generalny Polskiego Związku Golfa.

Dziś amator tego sportu ma do wyboru 19 pól 18-dołkowych, 18 pól 9-dołkowych, trzy pola 6-dołkowe, 17 driving range, trzy obiekty typu pitch & putt oraz pięć obiektów z symulatorami golfa. Pola golfowe w okolicach Warszawy powoli zaczynają pękać w szwach. Gra wiele rodzin, dla których przygotowywane są specjalne pakiety promocyjne.

Ile to kosztuje? – W zasadzie tyle, ile jeden wyjazd na narty w Alpy, ale sezon jest zdecydowanie dłuższy – podkreśla Bartłomiej Chelmecki. Początkujący mogą się uczyć w akademiach golfa działających przy klubach golfowych. Koszt godzinnej lekcji wynosi 60-100 zł, runda gry w golf – 60-250 zł. Podstawowy zestaw nowych kijów, którymi można zacząć grać, kupimy za 1,5 tys. zł. Z kolei członkostwo w klubie umożliwiający nieograniczoną grę na polu to wydatek 2-4 tys. zł rocznie.

Polski Związek Golfa odpowiedzialny jest za opracowywanie kierunków rozwoju tego sportu w Polsce i trzeba przyznać, że robi to dobrze, bo w ostatnich latach podwoiła się liczba osób grających. Kartę handicapową ma 4726 osób, w tym 1003 kobiety. Amatorsko gra drugie tyle. PZG powołał Narodowy Program Rozwoju Golfa w Polsce, dzięki temu liczba grających dzieci i młodzieży wzrasta co roku o 50 proc. Najlepszym polskim golfistą jest Adrian Meronk, 25-latek z Toya G&CC Wrocław.

PZG wspierają Citi Handlowy oraz Audi.

Więcej na www.pzgolf.pl

Na polach golfowych króluje golfowa moda. Najważniejszy jest kołnierzyk, czyli koszulka polo i spodnie z materiału. Atrybutami golfisty są też czapka, rękawiczka i buty z kolcami. Głównymi golfowymi markami są m.in. Titleist oraz FootJoy. Produkty tych marek znajdziesz na www.grupamars.pl oraz w sklepie firmowym w Rajszewie przy ulicy Polnej 4.



PZG | Polski Związek Golfa



terapia domowa

Dermaheal
Leading Brand in Cosmeceuticals

...by włosy
były atutem

szampon + odżywka + serum = terapia domowa

Zastosuj linię Dermaheal a Twoje włosy będą:

- mocne i gęste • zdrowe i błyszczące • nawilżone i odżywione

Codziennie stosowanie zestawu do pielęgnacji domowej Dermaheal wzmacnia włosy i zapobiega ich wypadaniu. Dla osiągnięcia lepszego efektu, zaleca się stosowanie codziennie rano szamponu i odżywki, wieczorem – serum.

Produkty można kupić w gabinetach medycyny estetycznej i dobrych salonach kosmetycznych.

AntiAging

HIFU V MAX – NATYCHMIASTOWY LIFTING BEZ SKALPELA

HIFU – ŚWIATOWA NOWOŚĆ polegająca na oddziaływaniu skupionej fali ultradźwiękowej na problematyczne obszary ciała, która może liftingować skórę lub likwidować tkankę tłuszczową. Zabieg jest szybki, bezbolesny i daje doskonałe efekty już po pierwszym razie.

BEAUTY MEDICA OFERUJE EFEKT A NIE ZABIEG!!!

Zapisując się na HIFU V MAX i podając hasło **WPROST** otrzymasz gwarancję efektu – aby spełnić oczekiwania każdego pacjenta **cena 1 zabiegu obejmuje możliwość dwukrotnego powtórzenia go.**

beauty medica

Już dziś zadzwoń: **695 555 710**

lub napisz: recepja@beautymedica.warszawa.pl
www.beautymedica.warszawa.pl



Piękni na lato i na lata

Zadbajmy o skórę twarzy przed latem. Zabieg, który wzmocni, nawilży, a także rozświetli i przywróci zdrowy wygląd skórze to mezoterapia igłowa. Preferuję wykonywanie gęstego kwasu hialuronowego. Stężenie „hialuronu” 18 mg/ml wzbogacone glicerolem zapewni prawidłowe uwodnienie skóry, a dodatek hydroksyapatytu wapnia będzie stymulował procesy regeneracyjne. Słońce sprawia, że zmarszczki mimiczne stają się bardziej widoczne. Zwłaszcza w okolicy oczu i glabelli (okolica między brwiami). Kilka ukość z botoksem i zatrzymamy objawy starzenia się skóry na kilka miesięcy. Kropką nad „i” przed wakacjami będzie subtelne powiększenie ust. Dawka kwasu hialuronowego nie tylko doda objętości, ale również nawilży usta na długie miesiące.



Dr Mariusz Kaczorowski

Dyplomowany lekarz medycyny estetycznej, z którą jest związany od 10 lat. Członek PTMEiAA. Absolwent Podyplomowej Szkoły Medycyny Estetycznej PTL w Warszawie. Szkoleniowiec i trener technik medycyny estetycznej. Specjalizuje się w bezoperacyjnych i laserowych korektach defektów estetycznych twarzy i ciała. Wykonuje zabiegi zapobiegające starzeniu się skóry. Współpracownik kilku renomowanych klinik i gabinetów w kraju. Zapraszam na konsultacje i zabiegi, tel. 601 255 353, <https://web.facebook.com/drMariuszKaczorowski/>

ULTRASKIN II

Rewolucyjna udoskonalona technologia HIFU, czyli skupionych fal ultradźwiękowych w nowym wydaniu.

- Bezoperacyjny lifting twarzy i ciała bez zbędnego bólu i ryzyka
- Tylko jeden zabieg w roku
- Nieinwazyjny
- Bez rekonwalescencji
- Bez bólu
- Długotrwały efekt
- Można wykonywać latem

Efekty:

Poprawa napięcia skóry twarzy i ciała • Przywrócenie młodzieńczego owalu twarzy • Uniesienie brwi • Rewitalizacja starzejącej się skóry szyi i dekoltu • Redukcja miejscowego nadmiaru tkanki tłuszczowej (brzuch, kolana, podbródek)

Gabinet Kosmetyki Lekarskiej BELLA
Warszawa, ul. Piękna 19
Telefon: +48 22 625-33-00
www.bella-derm.pl

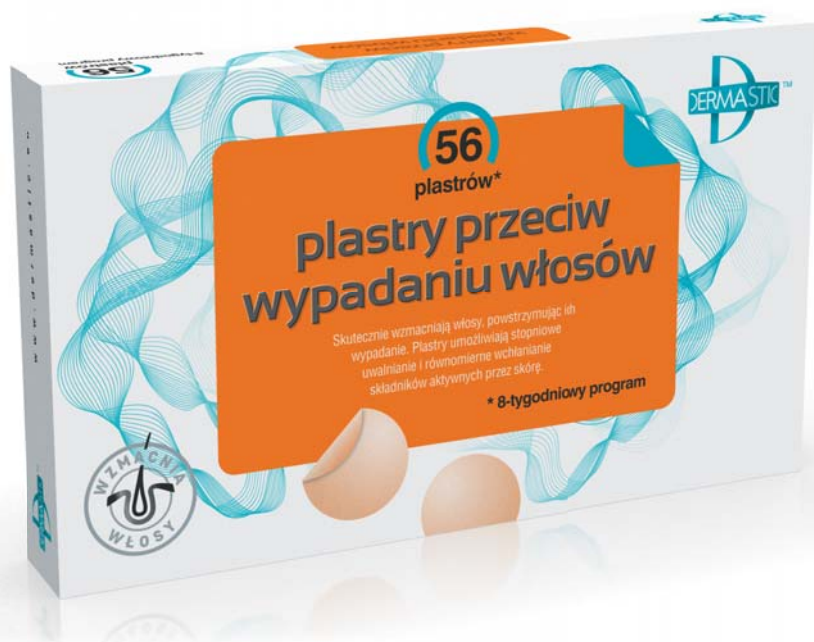
GABINET
KOSMETYKI
LEKARSKIEJ
BELLA





81%
MNIJ
WYPADAJĄCYCH
WŁOSÓW*

INNOWACYJNE ROZWIĄZANIE NA WYPADANIE WŁOSÓW



- Hamują działanie DHT – szkodliwej formy testosteronu
- Pobudzają mikrokążenie dotleniając i odżywiając cebulki włosów
- Opóźniają procesy starzenia i obumierania cebulek włosów
- Wydłużają aktywną fazę wzrostu włosa
- 8-tygodniowy program
- Proste w użyciu



Dr Barbara Parda-Głomska, właścicielka **Kliniki Medycyny Estetycznej**

Dr Parda, posiada wiele lat doświadczeń i wciąż zdobywa nowe. Bogatą ofertę zabiegów poszerza o kolejne, przełomowe odkrycia medycyny estetycznej: od klasycznej profilaktyki zmarszczek, poprzez zróżnicowane procedury biostymulujące skórę twarzy i ciała, procedury wolumetryczne, wolumizacyjne oraz liftingujące. Tu poczujesz się bezpiecznie i komfortowo, znajdziesz przyjemność nie tylko dla ciała, ale też ukojenie dla duszy.

BOGATA OFERTA ZABIEGÓW PRZECIWSTARZENIOWYCH

- **ULVERIN** - lifting twarzy lub ciała najnowszej generacji HIFU **NOWOŚĆ**
- **PLEXR PLUS** - unikalna niechirurgiczna korekcja powiek **NOWOŚĆ**
- **ZLIPO i ZWAVEPRO** - przełom w modelowaniu sylwetki **NOWOŚĆ**
- **SPRING THREAD** - sprężyste nici liftingujące **NOWOŚĆ**
- **CELLUFORM PLUS** - skuteczne wyszczuplenie podbródka **NOWOŚĆ**
- **RF INFINI** - termolifting frakcyjny twarzy lub ciała
- **ANGEL PRP** - innowacyjny system osocza bogatopłytkowego
- **NICI APTOS** - złoty standard liftingu nićmi



Klinika Medycyny Estetycznej dr Parda
ul. Gruszek i Jabłuszek 7
Piaseczno

www.drparda.com.pl
tel.: +48 517 535 878
kontakt@drparda.com.pl