**Sposób na mocny, ale mało inwazyjny lifting skóry**

*Masz wrażenie, że skóry na Twojej twarzy lub ciele jest jakby za dużo? Jest mało jędrna i nieestetycznie opada? Chciałabyś poprawić jej kształt, ale wizja operacji plastycznej oraz skalpela przeraża Cię i zdecydowanie nie jest dla Ciebie? Zdradzamy czy istnieje mało inwazyjny, ale za to skuteczny sposób na lifting.*

Wiotka, opadająca skóra to typowy objaw starzenia. W pewnym wieku zaczynamy widzieć, że policzki tracą swój kształt, pojawiają się tzw. chomiki i bruzdy nosowo-wargowe, a także linie marionetki. Skóra na ciele również zaczyna, jakby mocniej ulegać sile grawitacji. Podobne zjawiska zauważamy kiedy dużo chudniemy, a niektóre partie ciała potrzebują znaczącego ujędrnienia również po ciąży. Jak sobie z tym poradzić? Oczywiście można zdecydować się na operacyjny lifting twarzy, plastykę brzucha, implanty kształtujące na nowo piersi lub pośladki itp. Ale jednocześnie trzeba pamiętać, że wszystkie te operacje wykonywane są w narkozie, wiążą się z dużym ryzykiem powikłań, długim czasem rekonwalescencji, bólem i bliznami. Nie dziwi więc, że wiele osób boi się i zastanawia czy gra jest warta świeczki. Pojawia się pytanie czy chirurgia plastyczna to jedyna droga do ujędrnienia skóry?

Według doktora Marka Wasiluka z warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium medycyna estetyczna oferuje zaawansowane zabiegi, które pozwalają ujędrnić skórę. Można je określić jako lifting bez skalpela. – Wśród tego typu metod można wyróżnić m.in. nici liftingujące, które wszczepia się pod skórę, a one ją podciągają. Są też stymulatory takie jak kwas l-polimlekowy, który podany w tkankę drażni ją, a przez to nakłania do odbudowy kolagenu i elastyny. Nieocenione w nieoperacyjnym liftingu twarzy są również zabiegi wykonywane nowoczesnymi technologiami. W mojej praktyce stosuję trzy zabiegi ujędrniające, które ze sobą konkurują. To ablacyjny laser frakcyjny, frakcyjna radiofrekwencja mikroigłowa lub HIFU. Ich działanie polega na bardzo mocnym podgrzaniu wnętrza skóry. Reakcja termiczna powoduje uruchomienie w organizmie procesów naprawczych, czyli powstawanie w tkance nowego kolagenu i elastyny, które odpowiadają za odpowiednie napięcie i jędrność skóry. Zabiegi tego typu przynoszą bardzo naturalne rezultaty i cofnięcie defektu poprzez jego regenerację, jednak wymagają cierpliwości pacjenta, ponieważ proces odbudowy trwa nawet kilka miesięcy – tłumaczy specjalista.

**Cechy najlepszych zabiegów liftingujących**

Kluczowe w nieoperacyjnym ujędrnianiu skóry jest to, aby z odpowiednio wysoką temperaturą dotrzeć na odpowiednią jej głębokość. Zbyt niska temperatura nie uruchomi właściwych procesów regeneracji, a zbyt wysoka spowoduje za duże uszkodzenie. Zabiegi takie jak ablacyjny laser frakcyjny, frakcyjna radiofrekwencja mikroigłowa i HIFU pozwalają podgrzać skórę w jej wnętrzu i ją ujędrnić, jednak ich działanie jest nico inne. Trzeba być tego świadomym, aby wybrać najlepszą metodę dla siebie.

Najpłycej z całej trójki działa ablacyjny laser frakcyjny. Nie miał sobie równych w ujędrnianiu skóry do czasu pojawienia się frakcyjnej radiofrekwencji mikroigłowej i HIFU. Daje on więc delikatniejszy efekt liftingu. Dodatkowo skóra najdłużej się po nim goi. Czemu więc warto brać go pod uwagę? Dlatego, że dodatkowo bardzo mocno złuszcza skórę, pozwala więc nie tylko ją ujędrnić, ale również odświeżyć. To zabieg „dwa w jednym”.

Frakcyjna radiofrekwencja mikroigłowa pozwala z kolei działać głębiej niż laser frakcyjny, ale nie aż tak głęboko jak HIFU. Skóra jest po niej przez około dwa dni jedynie delikatnie zaczerwieniona. Nie ma efektu złuszczenia. Jakie więc ma zalety w stosunku do HIFU? Takie, że umożliwia większe zagęszczenie stref podgrzania, a i samo podgrzewanie jest silniejsze. Ujędrnia więc mocniej, ale i płycej niż HIFU.

Natomiast najważniejszą zaletą HIFU jest to, że skóra po nim pozostaje z wierzchu nietknięta, nie ma więc konieczności rekonwalescencji, i na drugi dzień po zabiegu można wracać do normalnych zajęć. Poza tym pozwala zadziałać najgłębiej z opisywanych metod. Kolejną zaletą tej metody jest to, że może być ona stosowana u osób z implantami, zastawkami lub rozrusznikiem, czyli takich, które są dyskwalifikowane do wielu zabiegów wykorzystujących nowoczesne technologie. Wadą jest natomiast to, że nie działa selektywnie, a więc niewłaściwie stosowana zadziała nie tylko na skórę, ale również na kości lub włókna nerwowe, doprowadzając do ich urazów. Wymaga więc bardzo dużej znajomości anatomii i bardzo ostrożnego stosowania. To zabieg dla osób z głębokimi zmianami, sprawdzi się więc jako metoda liftingująca nie tylko skórę twarzy, ale również całego ciała.

Pewne jest więc, że istnieją bardzo dobre zabiegi medycyny estetycznej, które pozwalają mało lub bezinwazyjnie ujędrnić skórę. Który wybrać? To tak naprawdę zależy od naszych potrzeb i powinien zadecydować o tym specjalista. Według doktora Marka Wasiluka laser frakcyjny, frakcyjna radioferkwncja mikroiłgłowa i HIFU mogą się idealnie uzupełniać, trzeba tylko wiedzieć jak je wykorzystać.

----

Informacje o ekspercie:

Dr Marek Wasiluk ‒ specjalista medycyny estetycznej, ekspert w dziedzinie laseroterapii, prekursor i poszukiwacz nowych rozwiązań medycznych. Właściciel warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium (al. KEN 47 lokal 13 www.triclinium.pl). Autor eksperckiego bloga [www.marekwasiluk.pl](http://www.marekwasiluk.pl) i książki pt. „Medycyna estetyczna bez tajemnic”.