**Odmładzanie latem**

*Latem nie wskazane jest wykonywanie wszystkich zabiegów medycyny estetycznej, a to za sprawą występowania mocnego promieniowania słonecznego, którego działanie wiąże się z ryzykiem powstawania przebarwień i zaburzeń gojenia. Nie można więc decydować się na zabiegi, które mocno podrażniają skórę. Co jednak, jeśli zależy nam w tym czasie na jej widocznym odmłodzeniu i odświeżeniu?*

Latem skóra szybciej się starzeje. Jest narażona na działanie szkodliwego promieniowania słonecznego i przesuszanie. To wszystko wpływa na utratę jej jędrności, pojawianie się zmarszczek i przebarwień. Trzeba więc chronić ją poprzez stosowanie kosmetyków z wysokimi filtrami, a także odpowiednie nawilżanie. Warto również wcześniej ją odmłodzić, po to, aby proces starzenia w czasie słonecznych i gorących miesięcy znacząco nie postępował. W tym względzie są jednak pewne ograniczenia.

Istnieje bowiem szereg zabiegów, które bardzo mocno odmładzają i odświeżają skórę, ale jednocześnie ją podrażniają i wymagają czasu na zagojenie. Należą do nich np. laser frakcyjny, czy peelingi medyczne. Wymienione metody sprawiają, że skóra przez pewien czas jest bezbronna wobec działania promieniowania słonecznego, dlatego mimo tego, że są bardzo skuteczne, na krótko przed latem oraz w jego trakcie trzeba z nich zrezygnować. W innym przypadku bardzo prawdopodobne jest pojawianie się blizn lub przebarwień. Jednak medycyna estetyczna równolegle oferuje kilka zabiegów, które dają upragnione efekty odmłodzenia i odświeżenia i jednocześnie są zupełnie bezpieczne i wręcz wskazane do tego, żeby wykonywać je właśnie o tej porze roku!

**Przeciwdziałaj marszczeniu!**

*– W pierwszej kolejności jako typowo letni zabieg odmładzający wymieniłbym toksynę botulinową –* tłumaczy doktor Marek Wasiluk z warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium. *– Wynika to z faktu, że nie podrażnia skóry, jest więc bardzo bezpieczna i daje pewne efekty rozprostowania zmarszczek mimicznych. Botulina co prawda przestaje działać po ok. 6 miesiącach, ale jeżeli zależy nam w tym czasie na odmłodzeniu górnej części twarzy, jej działanie zdecydowanie wystarczy. Drugim argumentem przemawiającym za tym, aby stosować Botoks latem, nawet przez osoby młode, jako zabieg profilaktyczny, jest fakt, że unieruchamia górne partie twarzy i nie powala skórze się marszczyć, a przez to chroni ją przed powstawianiem zmarszczek mimicznych. Latem jesteśmy na nie szczególnie narażeni, ponieważ słońce działa podwójnie: z jednej strony święcąc prosto w twarz wywołuje na niej grymas, czyli pomarszczenie skóry, które samo w sobie jest powodem powstawania tego typu zmarszczek, ale dodatkowo od razu utrwala je, ponieważ znacząco osłabia włókna kolagenowe. Warto więc stosować toksynę botulinową latem, jako zabieg odmładzający, ale również przeciwstarzeniowy* – tłumaczy specjalista.

**Uzupełnij braki!**

Lato, kiedy stosowanie silnych zabiegów laserowych jest absolutnie niewskazane, to idealny moment na uzupełnienie ubytków w skórze za pomocą kwasu hialuronowego. Na ten czas skutecznie zniweluje zmarszczki tam gdzie nie poradzi sobie Botoks i wymodeluje twarz. Do późnej jesieni wypełniacz całkowicie się wchłonie, a wtedy będzie można zastosować np. laser frakcyjny, który odmłodzi skórę bardziej trwale tzn. do mementu, aż ponownie ona się nie zestarzeje.

Taki czasowy podział stosowania tych zabiegów jest potrzebny, ponieważ wzajemnie się one wykluczają. Działanie lasera lub fal radiowych, czyli wszystkich zabiegów, które podgrzewają skórę, niweluje kwas hialuronowy i toksynę botulinową.

**Odśwież skórę**

Młoda skóra jest gładka, świeża i ma ładny koloryt. Zazwyczaj odświeża się ją za pomocą różnego typu peelingów. Zarówno laserowe (np. ablacyjny laser frakcyjny CO2), jak i medyczne: chemiczne oraz mechaniczne powodują mocne podrażnienie, a wręcz starcie naskórka. Za ich pomocą nie można więc odświeżać skóry latem. Nie dawno pojawił się jednak na rynku zabieg, który omija ten problem. *–* *Peeling kwasem felurowym to propozycja dla osób, którym zależy na idealnym odświeżeniu, rozjaśnieniu i nadaniu blasku skórze nie tylko twarzy, ale również szyi i dekoltu. Usuwa drobne zmarszczki i przebarwienia, działa antystarzeniowo i antyoksydacyjnie* – wymienia Magdalena Jarosik, kosmetolog z warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium. – *Zabieg nie podrażania skóry. Idealnie sprawdza się na lato, ponieważ nie ma przeciwskazań do stosowania go podczas silnego promieniowania UV, a wręcz chroni ją przed jego szkodliwym działaniem poprzez działanie antyoksydacyjne. Zabieg daje natychmiastowe efekty*. *Warto stosować go w połączeniu z innymi zabiegami odżywczymi np. mezoterapią lub osoczem bogatopłytkowym* – wymienia specjalistka.

**Zabiegi do zadań specjalnych**

Czy istnieją zabiegi, które łączą w sobie bardzo mocne działanie odmładzające i jednocześnie nie podrażniają skóry? *Tak, taki kompromis to HIFU –* tłumaczy dr Marek Wasiluk z Triclinium. *– W efekcie tego zabiegu skóra nie zostaje uszkodzona, a więc nie ma możliwości, aby po jego zastosowaniu była podrażniona. Można więc stosować go latem. Zabieg jednocześnie jest bardzo mocny, ponieważ wysyła wiązkę skoncentrowanych ultradźwięków w głąb skóry, gdzie powodują one tarcie i przez to bardzo mocne podgrzanie głębokich jej warstw. Podgrzanie powoduje z kolei regeneracje starych i powstawanie nowych włókien kolagenu i elastynę, a więc naturalne ujędrnienie skóry i rozprostowanie zmarszczek. Zabieg może wydawać się idealny, bo daje świetne efekty, nie powoduje podrażnień i można stosować go o każdej porze roku. Jednak jego główną wadą jest cena, to najdroższy z zabiegów medycyny estetycznej, i w przeciwieństwie np. do lasera frakcyjnego nie powoduje dodatkowego odświeżenia skóry, tylko jej odmłodzenie. Jednak jeśli ktoś potrzebuje bardzo mocnego liftingu, bez okresu rekonwalescencji, wykonanego latem, które da trwałe efekty to jest to idealna metoda – zapewnia lekarz.*

Jak widać pora roku znacząco warunkuje plan terapii odmładzającej. Jednak dobry lekarz i gabinet medycyny estetycznej znajdzie metody i zabiegi na to, aby zadowolić każdego pacjenta.

----

**Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium** to miejsce na mapie Warszawy (al. KEN 47 lokal 13 www.triclinium.pl) zajmujące się kompleksowo problemami urodowymi. Dlatego oferujemy swoim pacjentom zabiegi z szeroko pojętej medycyny estetycznej, obejmującej również m.in. stomatologię estetyczną, nowoczesną ortodoncję, ginekologię estetyczną i kosmetologię Głównymi zaletami i wyróżnikami Triclinium jest bardzo dobre wyposażenie (ponad dwadzieścia nowoczesnych urządzeń medycznych, pozwalających niwelować różne problemy estetyczne, standardowe i unikatowe na skalę polską metody poprawiania urody), ale też szeroka wiedza i doświadczenie specjalistów oraz ich inteligentne podejście do medycyny estetycznej. Dzięki temu eksperci Triclinium uzyskują wysoką skuteczność leczenia nawet przy bardzo trudnych problemach estetycznych i jednocześnie gwarantują bezpieczeństwo oraz satysfakcję pacjenta.

Założycielem Triclinium jest **dr Marek Wasiluk** ‒ specjalista medycyny estetycznej, ekspert w dziedzinie laseroterapii, prekursor i poszukiwacz nowych rozwiązań medycznych. Autor eksperckiego bloga www.marekwasiluk.pl i książki pt. „Medycyna estetyczna bez tajemnic”.