**Jak na stałe pozbyć się włosków, czyli wszystko o epilacji laserowej**

Wiele osób ucieszyłoby się, gdyby raz na zawsze udało im się pozbyć zbędnego owłosienia. Tradycyjna depilacja to żmudny i czasami nieprzyjemny proces, który niestety trzeba często powtarzać. Tymczasem medycyna estetyczna znakomicie radzi sobie z trwałym usuwaniem włosów, trzeba tylko wiedzieć od czego zależy skuteczność tego typu metod. O tym sekretach nowoczesnej epilacji laserowej opowiada dr Marek Wasiluk z warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium, autor bloga i książki pt. ”Medycyna estetyczna bez tajemnic”, jedyny Polak z dyplomem MSc Aesthetic Medicine University of London.

**Jak wygląda mechanizm epilacji laserowej?**

Aby na stałe usunąć włos, co fachowo nazywane jest procesem epilacji, należy poparzyć i trwale uszkodzić umiejscowioną głęboko w skórze cebulkę. To właśnie ona jest żywą strukturą, odpowiedzialną za produkcję włosa.

Światło lasera wykorzystywanego do epilacji zamieniane jest w ciepło, które z kolei jest pochłaniane przez cebulkę, a właściwie zawarty w niej barwnik. Dzięki temu następnie cebulka obumiera, włos wypada i kolejne od tej pory nie rosną.

Idea depilacji laserowej sprowadza się do tego, aby mocno podgrzać samą cebulkę włosową, jednocześnie bez poparzenia skóry, która również zawiera barwnik i w której cebulka jest umiejscowiona. Światło lasera do epilacji musi być więc bardzo selektywne. Dzięki temu zabieg jest skuteczny i przed wszystkim bezpieczny.

**Czy każdy może pozbyć się włosów za pomocą epilacji laserowej?**

Jak podkreśla dr Marek Wasiluk z warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium skuteczność epilacji laserowej zależy od kilku czynników: od koloru oraz grubość włosów, a także karnacji (fototypu) osoby epilowanej.

– *To, jakie mamy włosy, jaki mają kolor i jaka jest ich kondycja: czy są cienkie, czy grube, zależy od samych cebulek. Im ciemniejsza jest cebulka (im ciemniejszy w niej barwnik, więcej melaniny), tym ciemniejszy jest również włos. Im grubszy włos tym większa cebulka, a więc barwnika też jest w niej więcej. Uszkadzane najciemniejszych i największych cebulek (zawierających najwięcej ciemnego pigmentu, w którym będzie łatwo kumulowała się energia lasera), a więc epilacja ciemnych i grubych włosów jest najprostsza. Z kolei siwych włosów nie można usunąć za pomocą epilacji laserowej w ogóle, ponieważ są one zupełnie pozbawione pigmentu* – wyjaśnia lekarz.

Należy również pamiętać, że skuteczność zabiegu zależy też od różnicy w kolorze pomiędzy cebulką a skórą. Im ciemniejsze włosy i jaśniejsza skóra, a więc im większy jest między nimi kontrast, tym zabieg epilacji laserowej jest skuteczniejszy. Wynika to z faktu, że wówczas można użyć odpowiednio dużych parametrów naświetlania, które pozwolą uszkodzić cebulkę włosa, jednocześnie bez obaw, że laser poparzy również skórę. Z tych samych względów nie da się stosować epilacji u osób czarnoskórych, u których nagromadzenie melaniny w skórze jest zbyt duże i ryzyko poparzenia jest ogromne.

Jak mówi dr Marek Wasiluk przy naszej typowo polskiej karnacji, można wykonywać epilację laserową u każdej osoby i usuniemy wszystkie rodzaje włosów z wyjątkiem meszku i cieniutkich jasnych włosów. – *Włosy grube, zarówno czarne jak i blond, praktycznie zawsze są możliwe do usunięcia za pomocą epilacji laserowej. Z włosami średniej grubości w ciemnymi kolorze również sobie poradzimy bez przeszkód, w przypadku włosów blond o tej samej średnicy bywa już różnie* – tłumaczy specjalista.

**Ilu zabiegów potrzeba, żeby uzyskać satysfakcjonujący efekt?**

Aby na stałe usunąć włosy przy pomocy epilacji laserowej zawsze należy wykonać ok. 6 zabiegów, które powinny być powtarzane co 4-6 tygodni. Wynika to z różnych etapów wzrostu włosa. Część z nich jest w fazie wzrostu, część w fazie odpoczynku, a część w fazie wypadania. Najwięcej, melaniny, która gwarantuje skuteczność zabiegu znajduje się w fazie wzrostu włosa. Podczas pierwszego zabiegu usuwamy więc tylko te włosy, które aktualnie są w fazie wzrostu. Aby usunąć pozostałe trzeba odczekać kilka tygodni, aż wejdą w odpowiedni etap. Żeby epilacja była naprawdę skuteczna ważna jest więc konsekwencja regularnego wykonywania zabiegów. Pamiętajmy również, że epilacja laserowa pozwala trwale usunąć ok. 80-90% włosów. Na szczęście nieusunięte pozostają te najcieńsze, najsłabsze włosy.

**Jakimi typami urządzeń wykonuje się epilację laserową?**

Jak podkreśla dr Marek Wasiluk dobry, prawidłowo używany laser do epilacji, daje gwarancję skuteczności tego zabiegu. - *Najczęściej wykorzystywane w Polsce są* ***lasery diodowe****. Nie są to lasery złe, jednak zabiegi nimi wykonywane są dość bolesne. Są one tak popularne, ponieważ są to sprzęty produkowane globalnie – w Ameryce, Izraelu i Azji. Są to więc kraje, w którym przeciętny fototyp skóry jest ciemniejszy niż w Polsce. Głównie produkuje się tam zatem sprzęty, które będą działały na fototypy skóry tamtejszej populacji. Zabiegi wykonywane tymi laserami dają więc zadowalające rezultaty, jednak łatwiej można się nimi poparzyć, bo zabiegi te są nieco mniej bezpieczne. Z kolei laserem najlepiej dostosowanym do polskiej populacji, jest* ***laser aleksandrytowy****. Zabiegi nim wykonywane są najmniej bolesne, są najbezpieczniejsze, ponieważ najtrudniej jest tym laserem poparzyć i wywołać przebarwienia, a przy tym zabiegi nim wykonywane są najbardziej skuteczne. Niestety urządzenie tego typu jest rzadziej spotykane w polskich gabinetach. Ostatnim typem laserów, którymi można wykonywać epilację, są* ***lasery neodymowo-yagowe****. Są to lasery „ostatniej szansy”, wykorzystywane wtedy, kiedy żadne z wymienionych wcześniej nie są w naszym przypadku skuteczne. Urządzenia te są bardzo bezpieczne, jednak zabiegi z ich użyciem są też bardzo bolesne. Penetrują bardzo głęboko, dlatego stosuje się je głównie wtedy, kiedy inne urządzenia nie działają. Jest to też laser, który najlepiej sprawdza się przy depilacji robionej u mężczyzn. Bo przecież warto wspomnieć, że z depilacji laserowej korzystają też panowie. A ten laser jest idealny do usuwania np. zarostu, w przypadku którego cebulki są położone głębiej niż w przypadku innych włosów* – wymienia ekspert.

**Co z bezpieczeństwem?**

Zabiegi epilacji laserowej są bezpieczne, ale inwazyjne. W trakcie zabiegu parzymy cebulki włosa. Główne powikłania, jakie mogą wystąpić to poparzenia i przebarwienia skóry. Dlatego tak ważne jest, aby trafiać na dobrych, sprawdzonych specjalistów, którzy zawsze będą potrafili dobrać odpowiednie parametry urządzenia do rodzaju włosa i karnacji pacjenta. Wykonanie zabiegu zbyt mocno – skutkuje powikłaniami. Zabieg zbyt słaby – przynosi z kolei efekt odwrotny, tzn. pobudza cebulki do wzrostu zamiast do wypadania.

Jednocześnie pamiętajmy, że aby zabieg był skuteczny, musi być przy nim odczuwalny lekki ból. Oczywiście, w zależności od wykorzystywanego lesera natężenie bólu będzie się od siebie różniło, jednak cebulka, aby mogła być usunięta, musi zostać poparzona. Ból, w pewnym natężeniu, jest więc w tym przypadku absolutnie nieunikniony.

**Dla kogo zabiegi epilacji laserowej są szczególnie wskazane?**

Oczywiście zabiegi epilacji laserowej są polecane wszystkim osobom, które chcą usunąć włosy. Jednak jak twierdzi dr Marek Wasiluk jest grupa ludzi, dla których ta metoda jest szczególnie zalecana: *– Po pierwsze epilację laserową szczególnie polecam osobom z wrastającymi w skórę włosami. W ich przypadku za pomocą tej metody usuniemy przyczynę uciążliwego problemu. Drugim wskazaniem są osoby z włosami tak mocnymi i czarnymi, że nawet po zwyczajnej depilacji czy ogoleniu mają widoczne czarne kropki. Po depilacji laserowej, kiedy usuwamy cebulki, tych włosów – a więc i czarnych kropek, o których mówię – po prostu już nie ma. Trzecią sytuacją, w której depilacja laserowa jest moim zdaniem wręcz wskazana, jest rogowacenie okołomieszkowe. Są to stany zapalne wokół mieszków włosowych, w postaci czerwonych kropek. Bardzo ciężko sobie z tym stanem poradzić inaczej, niż po prostu usuwając cebulki. Wskazaniem u reszty osób jest po prostu estetyka i wygoda*. –

Epilacja laserowa pozwala pozbyć się na stałe większości niechcianego owłosienia. Aby metoda przyniosła oczekiwane efekty, zabieg należy kilka razy powtórzyć, dlatego jeśli chcecie mieć piękne i gładkie ciało na lato, terapię warto zacząć już dziś. Jak się okazuje metoda sprzyja nie tylko estetyce, ale i wyeliminowaniu niektórych stanów zapalnych.

‒‒‒‒

Informacje o ekspercie:

Dr Marek Wasiluk ‒ specjalista medycyny estetycznej. Prekursor wielu metod leczenia. Jako pierwszy i jedyny Polak, ukończył studia MSC in Aesthetic Medicine (studia magisterskie, Medycyna Estetyczna) w szkole Barts and The London School of Medicine and Dentistry na prestiżowym uniwersytecie Queen Mary University of London. Otrzymał lokatę z wyróżnieniem. Właściciel warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium (www.triclinium.pl). Autor eksperckiego bloga www.marekwasiluk.pl i książki pt. „Medycyna estetyczna bez tajemnic”.

Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium

Warszawa, Al. Komisji Edukacji Narodowej 47 lokal 17

tel. +48 794 375 715

www.triclinium.pl