

Sylwetka z twoich marzeń

Wraz ze zbliżającą się wiosną zaczynamy częściej myśleć o wakacjach, plaży i swoim wyglądzie.

Dr n. med. Aleksandra Czernicka-Micińska pracuje w DER-MED w Katowicach i w MedSpace w Gliwicach



Iwona Krędziałak-Manikowska

W trakcie zimy opatulone szalami i ciepłymi płaszczami nie zauważyliśmy niekorzystnych zmian, pogorszenia cellulitu czy dodatkowych centymetrów w obwodzie. Pierwsze cieplejsze promienie słońca wprowadzają nerwową atmosferę do gabinetów i salonów kosmetycznych. Czas przygotowań do zaprezentowania swojego ciała nie jest długi, więc ważne jest jak najszybsze rozpoczęcie właściwych zabiegów.

Od wielu lat w Polsce dysponujemy najnowszymi urządzeniami do modelowania ciała, umożliwiającymi wykonanie bardziej lub mniej inwazyjnych zabiegów. Dla osób bardzo zdeterminowanych wiele sposobów modelowania ciała i usuwania tkanki tłuszczowej proponują kliniki chirurgii plastycznej dysponujące urządzeniami do laserowej liposukcji, często połączonej z ujędrnieniem skóry. Jednak dzięki ogromnemu postępowi w zakresie nieinwazyjnych metod kształtowania ciała każdy może osiągnąć znaczną poprawę bez konieczności wykonywania zabiegu chirurgicznego, co oznacza mniejszy ból, ograniczone ryzyko powikłań i czas niezbędny do rekonwalescencji.

Przy wyborze metody odzyskania atrakcyjnej sylwetki kierujemy się nie tylko ceną, ale również własnymi problemami zdrowotnymi, stopniem zaawansowania zmian, możliwościami czasowymi.

CELLULIT

Wiele już wiemy o przyczynach i czynnikach nasilających cellulit i dzięki temu staramy się oddziaływać na różne składniki tego zaburzenia. Wszystkie urządzenia masujące, oparte na podciśnieniu zmniejszają obrzęk, zwiększają drenaż limfatyczny a tym samym przyspieszają eliminację toksyn nagromadzonych w podskórnej tkance tłuszczowej. Pobudzenie krążenia prowadzi też do zwiększenia metabolizmu i przyspieszenia spalania tłuszczów. Najbardziej popularne urządzenie oparte na masażu z podciśnieniem to **ENDERMOLOGIE** -wyposażone w wymienione moduły przystosowane do tkanki i celu zabiegu. Rolki o niezależnym napędzie umożliwiają różnorodne efekty kształtowanie sylwetki, redukcję złożeń tłuszczowych, cellulitu. Głęboka stymulacja fibroblastów powoduje wzrost syntezy kolagenu oraz przywrócenie harmonijnej struktury tkanki podskórnej. Dzięki serii ok. 10 zabiegów uzyskujemy widoczne wygładzenie i ujędrnienie skóry oraz zmniejszenie obwodu wybranych partii ciała. Zabieg ten można łączyć np. z mezoterapią, w czasie której wstrzykujemy w skórę substancje przyspieszające spalanie tłuszczów - kofeinę, karnitynę, zwiększające drenaż – nostryk, rutyna oraz wzmacniające – związki krzemu.

Inne podobne w działaniu urządzenie to **ICOONE**. Tutaj głowica masująca jest zaopatrzona w liczne mikrootwory. W trakcie zabiegu skóra podlega aspiracji, co pozwala na dogłębny masaż leczonej powierzchni. Dostępne są głowice dopasowane do różnych okolic ciała.

Wiele urządzeń łączy masaż z innymi metodami stymulacji skóry. W urządzeniu **VelaSmooth** dodano radiofrekwencję oraz emisję podczerwieni w celu głębokiej przebudowy kolagenu. Dzięki tym dwóm energiom kolagen ulega obkurczeniu a następnie jest wymieniany na nowszy, o bardziej sprężystej strukturze. Z kolei w aparacie **SmothShapes** wykorzystano laser, który upłynnia tkankę tłuszczową, zwiększa przepuszczalność błon komórek tłuszczowych i redukuje tkankę tłuszczową.

W zaawansowanych stadiach cellulitu, gdy dominują zwłóknienia sięgamy po terapię falą akustyczną. Fale dźwiękowe niszczą zwłóknienia, poprawiają drenaż limfatyczny i ukrwienie, zwiększają przepuszczalność błon komórkowych usuwając z komórek szkodliwe i zbędne substancje. Dodatkowo działają przeciwapalnie i antybakteryjnie, stymulują komórki do wzrostu i regeneracji. Efektem jest poprawa elastyczności i jędrności skóry. Urządzeniem, w którym wykorzystano fale akustyczne jest **AWT** firmy Storz Medical AG. Kolejne aparaty to **LipoShock**, w którym do fal akustycznych dołączono ultradźwięki (zwiększają usuwanie tłuszczu z komórek tłuszczowych) oraz **EAT SkinShock**. Najnowsze urządzenie to **Raylife** – oprócz fali akustycznej zastosowano w nim radiofrekwencję. Rezultat to redukcja obwodu ciała, wygładzenie i wzrost napięcia skóry w stosowanych obszarach – uda, brzuch.

TKANKA TŁUSZCZOWA ZLOKALIZOWANA

To problem estetyczny, który dotyczy zarówno kobiet jak i mężczyzn. U kobiet tłuszcz lokalizuje się przede wszystkim na biodrach, brzuchu, pośladkach i udach. U mężczyzn miejsca nagromadzenia nadmiernej tkanki tłuszczowej to brzuch, kark, szyja. Jej umiejscowienie jest zależne od genów i pomimo odchudzenia reszty ciała w tych miejscach nie zauważamy znaczącej poprawy. Uprawianie sportu również nie zmniejsza nagromadzonej tkanki, co wynika z jej słabego metabolizmu.

Dawniej w gabinetach medycyny estetycznej stosowano mezoterapię lub lipolizę. Aktualnie jest wiele innych, mniej czasochłonnych i bardziej komfortowych metod począwszy od **Ultracontour**, **UltraShape**, **Bellacontour** – urządzeń wykorzystujących fale ultradźwiękowe. Pod ich wpływem z komórek tłuszczowych uwalnia się tłuszcz, który