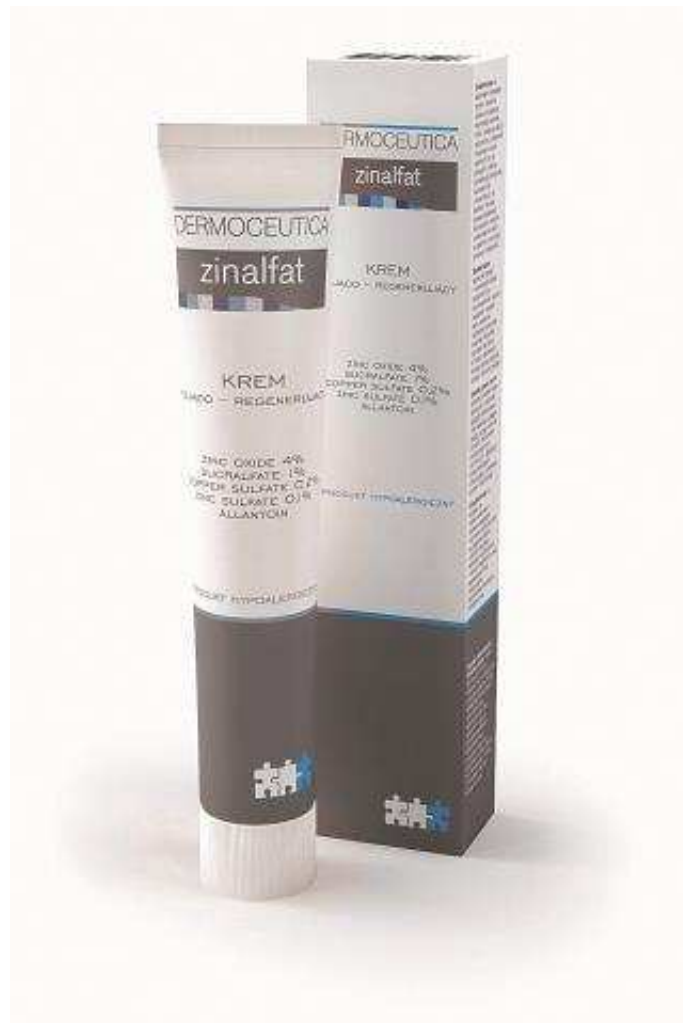


# Jak wyszczuplić wybrane miejsca. Zabiegi estetyczne

Są takie partie ciała, które trudniej ujędrnić i wysmuklić. Gdy dieta i ćwiczenia nie dają rezultatu, pomogą najnowsze zabiegi estetyczne.



## Gładkie plecy

Dla zdobycia oraz utrzymania zgrabnej sylwetki jesteśmy gotowe na wyrzeczenia. Jednak w osiągnięciu wymarzonego wyglądu często przeszkadza nam typowo kobiecy tzw. oporny tłuszcz. Gromadzi się zwykle na plecach blisko karku, na udach jako tzw. bryczesy, w okolicach kolan lub na ramionach.

Długo nie było skutecznych sposobów, żeby się z nim uporać. Ale teraz medycyna estetyczna daje nam możliwość wymodelowania tych miejsc. Chcesz także powalczyć o zmianę wyglądu bez interwencji chirurga? Nie jesteś wyjątkiem.

Naukowcy do walki o sylwetkę bez skazy wykorzystali najnowszą technologię: lasery, ultradźwięki, fale radiowe. [Nowoczesna](#) aparatura działa na niepotrzebny tłuszcz gorącym albo przeciwnie, zamraża go do temperatury minus 7 st. C. To nie pozwoli mu się ostać!

## Zbędny tłuszcz z okolic karku

Zbędny tłuszcz z okolic karku zniknie dzięki kriolipolizie lub intralipoterapii. Kriolipoliza polega na usuwaniu tkanki tłuszczowej poprzez jej miejscowe schłodzenie specjalnym aplikatorem, nawet do minus 7 st. C. Podczas zabiegu zamrażane są tylko komórki tłuszczowe, a sam zabieg jest bezbolesny. Możesz po nim od razu wrócić do zwykłych zajęć. Natomiast intralipoterapia polega na wprowadzeniu pod skórę preparatu Aqualyx, rozpuszczającego tłuszcz oraz miejscowego znieczulacza. Służy do tego specjalna igła (w okolicy karku wystarczy jedno wkłucie). Tłuszcz zostanie stopniowo usunięty przez układ limfatyczny.

Efekt: Po jednej kriolipolizie tkanka tłuszczowa zmniejszy się o 22 proc., ale na efekt trzeba poczekać dwa miesiące. Intralipoterapia przyniesie rezultat już po pierwszym zabiegu. Powtarzamy ją po trzech tygodniach.

Gdzie? Za ile? W [gabinetach](#) medycyny estetycznej. Kriolipoliza – ok. 850 zł, np. [www.medycynaestetyczna.com](http://www.medycynaestetyczna.com). Intralipoterapia – ok. 300 zł za zabieg, np. [www.bodycareclinic.pl](http://www.bodycareclinic.pl).

## Żegnajcie bryczesy

Nadmiar tkanki tłuszczowej na udach, czyli tzw. bryczesy, często zostają po ciąży. Pomoże je zlikwidować zabieg Exilis lub zimny laser, czyli I-Lipo. Exilis łączy dwie techniki: terapię ultradźwiękami i radiofrekwencją. Specjalna głowica podgrzewa miejscowo tkanki do ponad 40 st. C. To powoduje rozbicie komórek tłuszczowych. Dodatkowo, wysoka temperatura pobudza produkcję kolagenu w skórze. Zabieg jest bezbolesny, nie wymaga rekonwalescencji. Zimny laser z kolei emituje wiązki światła, które docierają precyzyjnie do komórek tłuszczowych i zmniejszają ich objętość oraz zawartość.

Efekt: Już po pierwszym zabiegu Exilis skóra jest ujędrniona, po serii bryczesy znikną lub znacznie się zmniejszą. Po każdej sesji I-lipo uda są szczuplejsze w obwodach. **Efekt** uwidoczni się w ciągu 3-4 tygodni od ostatniego zabiegu.

Gdzie? Za ile? W gabinetach medycyny estetycznej. Exilis, np. [www.beautymed.com.pl](http://www.beautymed.com.pl), cztery zabiegi – 2000 zł. Zabieg I-Lipo kosztuje ok. 500 zł, np. [www.elite.waw.pl](http://www.elite.waw.pl).



## Smukłe ramiona

Skóra na ramionach nabierze jędrności po zabiegu Venus Freeze. Pod nazwą kojarzącą się z boginią piękności kryje się nowoczesne urządzenie łączące działanie fal radiowych z impulsem magnetycznym. W trakcie zabiegu skóra jest podgrzewana głowicą emitującą fale radiowe do określonej przez lekarza temperatury (im wyższa, tym lepszy efekt). Głowica cały czas jest przesuwana po skórze. Czujemy wtedy ciepło. Pod koniec zabiegu może być też odczuwane pieczenie. Zwykle wystarczy ok. sześciu zabiegów, by wyszczuplić i ujędrnić ramiona. Do ich wymodelowania stosuje się też masaż próżniowo-ujędrniający Icoone.

Zabieg precyzyjnie drenuje każdy milimetr ciała. Reguluje przepływ limfy, ujędrnia skórę, sptyca cellulit. Szczególnie zalecany w przypadkach zatrzymywania wody w organizmie po zabiegach liposukcji. Zabieg wykonywany jest w specjalnym kostiumie, który zabezpiecza przed nadmiernym zasysaniem skóry.

Efekt: Po zabiegu Venus Freeze skóra jest przez kilka godzin mocno zaczerwieniona, może też wystąpić niewielki obrzęk. Ramiona stają się po każdym seansie coraz bardziej jędrne i kształtne. Zabieg Icoone poprawia jędrność i kondycję skóry ramion.

Gdzie? Za ile? W gabinetach medycyny estetycznej, Venus Freeze, np. [www.la-perla.pl](http://www.la-perla.pl), ok. 450 zł za zabieg. Icoone, np. [www.skinclinic.pl](http://www.skinclinic.pl), 300 zł za zabieg.



## Seksowne kolana

Pojawiły się nowe zabiegi, dzięki którym kolana, na których zebrał się tłuszcz, mogą odzyskać ładny wygląd. Metoda Med 2 Contour polega na wykorzystaniu fal ultradźwiękowych o niskiej częstotliwości do wygładzania wybranych części ciała. Fale docierają do tkanki tłuszczowej wokół kolan. Tam nakładają się i ulegają czterokrotnemu wzmocnieniu, niszcząc komórki tłuszczowe.

Alternatywą dla tego zabiegu jest popularna w Brazylii karboksyterapia. Polega na podawaniu pod skórę dwutlenku węgla (CO<sub>2</sub>) za pomocą specjalnego pistoletu z cieniutką igłą. To poprawia mikrokrążenie, pobudza kolagen oraz elastynę. Oprócz tego niszczy tłuszcz. Zabieg wiąże się z pewnym dyskomfortem. Podczas aplikacji CO<sub>2</sub> mamy wrażenie rozpierania, które szybko mija.

**Efekt:** Med 2 Contour poprawi napięcie skóry już po pierwszej sesji. Po trzech kolana będą znacznie smuklejsze. Rezultat wyszczuplenia jest trwały, nie ma efektu jo-jo. Karboksyterapia wzmocni skórę i stopniowo wygładzi. Dotleni komórki.

Gdzie? Za ile? W centrach urody i medycyny estetycznej. Med 2 Contour, np. [www.yonelle.pl](http://www.yonelle.pl), trzy zabiegi za 1950 zł. Karboksyterapia, np. [www.studiopieknegociala.pl](http://www.studiopieknegociala.pl). Cena zabiegu od 200 zł.

## Zanim zdecydujesz się na zabieg

Zabiegów wyszczuplających miejscowo nie można traktować jako metody na odchudzanie. W przypadku dużej nadwagi lekarz najpierw zaleci dietę i ćwiczenia, a dopiero potem zaproponuje zabieg. Najlepszymi

kandydatkami do zabiegu są osoby o umiarkowanej tuszy. Każdy zabieg estetyczny poprzedzony jest konsultacją z lekarzem. To on powinien doradzić, jaki zabieg będzie najodpowiedniejszy dla nas. Żeby uniknąć rozczarowań, najlepiej przed zabiegiem o wszystko wypytać lekarza. Nie należy nigdy zatajać informacji o swoim zdrowiu, bo istnieją przeciwwskazania co do niektórych zabiegów.

**Tekst: Jolanta Markowska- -Grodecka**

Korzystanie z portalu oznacza akceptację [Regulaminu](#). [Polityka Cookies](#). Copyright by [INTERIA.PL](#) 1999-2014. Wszystkie prawa zastrzeżone.