

wydanie specjalne

prestiz

zdrowie & uroda

POWIEKSZANIE PIERSI

Nie tylko implanty

STOMATOLOGIA BEZ TAJEMNIC

Wybielanie, implanty, ortodoncja

DR EWA KEMPISTY JEZNACH

Wszystko o testosteronie

CHOROBY OCZU

Laser mikropulsowy

AARON BASIR

I IWONA DAWLIDOWICZ-BASIR

TWÓRCY KLINIKI MEDICODENT

...poczuj się wSPAniale

medycyna estetyczna
kosmetologia

BD
Beauty Derm
Instytut



www.beautydermspa.pl



MEDICAL DAY
SPA

MEDICAL DAY SPA
ul. Świętojańska 139, Gdynia
+48 58 719 72 90
gdynia@beautyderm.com.pl



THAO THAI

ORYGINALNY MASAŻ TAJSKI & SPA

Zapraszamy do skorzystania z wyjątkowej oferty masaży i zabiegów, które uwolnią ciało od bólu i napięć, a umysł od negatywnych myśli.



Poczuj pozytywny przepływ energii. Przywróć równowagę i harmonię całego ciała.

*Nie masz pomysłu na Świąteczny Prezent?
Podaruj swoim najbliższym chwilę przyjemności
w postaci Vouchera na dowolne usługi w naszych Salonach.*



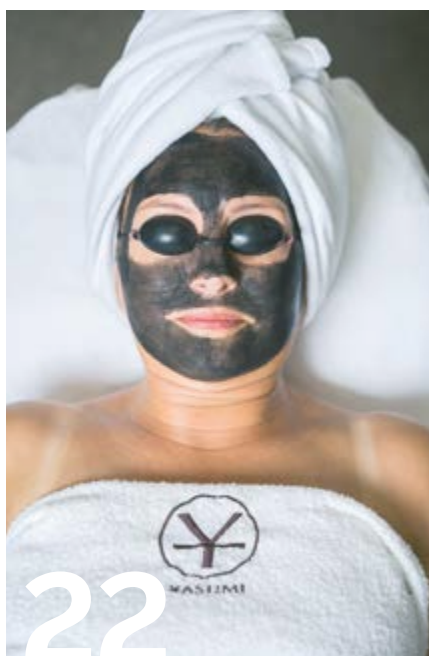
THAO THAI
SALON MASAŻU TAJSKIEGO
UL. SZEROKA 86/86, GDAŃSK
TELEFON: +48 666 120 150
WWW.THAOTHAI.PL



THAO THAI SPA
SALON MASAŻU TAJSKIEGO I SPA
UL. SPICHRZOWA 21, GDAŃSK
TELEFON: +48 500 460 760
WWW.THAOTHAI.SPA.PL

SPIS TREŚCI

- 6** WSZYSCY LUDZIE ŚMIEJĄ SIĘ
W TYM SAMYM JĘZYKU
- 10** UŚMIECHNIJ SIĘ
- 12** APARAT ORTODONTYCZNY 18+
- 14** WSZYSTKO O IMPLANTACH
- 16** ZADBAJ O ZĘBY W CIĄŻY
- 18** SKUTECZNA WALKA Z BLIZNAMI
- 20** DEPILACJA VS. EPILACJA
- 22** WĘGIEL A WALKA Z ZANIECZYSZCZENIAMI SKÓRY
- 23** KRIOLIPOLIZA - PRZEŁOM
W MODELOWANIU SYLWETKI
- 24** HOLISTYCZNE PODEJŚCIE
DO ZDROWIA I URODY
- 26** WSZYSTKO O POWIĘKSZANIU PIERSI
- 28** LEPIEJ ZAPOBIEGAĆ NIŻ LECZYĆ
- 30** ZIMA W GABINECIE MEDYCYNY ESTETYCZNEJ
- 31** LASER MIKROPULSOWY
W LECZENIU CHOROBY OCZU
- 32** MŁODOŚĆ WE KRWI
- 33** SKUTECZNA BROŃ NA ROZSTĘPY
- 34** USTA - KOREKCJA, POWIĘKSZANIE
- 36** OSKARŻAM CIĘ O ŁEZ STRUMIENIE
- 38** CROSSFITERZY WALCZĄ
Z RAKIEM PIERSI
- 40** ODWAŻNI WYGRYWAJĄ
- 41** SPORTOWCY DLA DZIECI Z WADAMI SERCA
- 42** DIETY NISKOKALORYCZNE - POWIKŁANIA,
O KTÓRYCH NIE ZDAJESZ SOBIE SPRAWY
- 44** NAJLEPSZY NA POMORZU
- 46** PIĘKNO W ZASIĘGU RĘKI
- 48** LOKI? TYLKO OD SZARPI KŁAK!
- 50** 2 MINUTY I WIESZ WSZYSTKO
O SWOIM ZDROWIU





BTL AESTHETICS

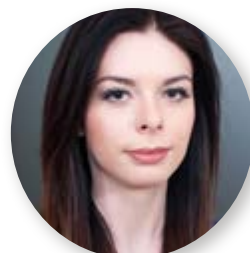
LOOK DIFFERENT
FEEL DIFFERENT

BTL EXILIS ELITE™

to system stworzony z myślą o redukcji tkanki tłuszczowej i termoliftingu skóry.

Urządzenie **EXILIS ELITE™** to przełom w nowoczesnej medycynie estetycznej. Najnowsza, ulepszona głowica daje możliwość przeprowadzania zabiegów na dwukrotnie wyższych parametrach, dzięki czemu efekty uzyskiwane są szybciej i na dłużej! **EXILIS ELITE™** stanowi połączenie dwóch terapii – ultradźwięków i prądu wysokiej częstotliwości.

Poprawa wyglądu skóry i owalu twarzy widoczna jest już po pierwszym zabiegu jednak w celu uzyskania pełnych rezultatów zaleca się przeprowadzenie serii 4-6 zabiegów. Po zakończonej serii zabiegowej twarz i szyja wyglądają młodziej bez konieczności używania skalpela, na długi czas.



POLECAM
Ewelina Araszkievicz



ul. Hynka 6/9
80-465 Gdańsk
tel. 600 086 240
www.babiana.pl

MEDICODENT

WSZYSZY LUDZIE ŚMIEJĄ SIĘ W TYM SAMYM JĘZYKU

MY DBAMY O TO ABY UŚMIECH NASZYCH PACJENTÓW BYŁ PROMIENNY

W 2000 roku dr Iwona Dawlidowicz-Basir oraz dr n. med. Aaron Basir założyli Klinikę Stomatologiczną MedicoDent z myślą o zapewnieniu Pacjentom kompleksowego i profesjonalnego leczenia stomatologicznego. Owocem ich nieustannej motywacji do dalszego rozwoju jest nowo powstała klinika. Jedną z najnowocześniejszych klinik stomatologicznych w Trójmieście powstaje wkrótce w nowej lokalizacji w Gdyni przy ulicy Powstania Styczniowego 23, gdzie codzienna praca lekarzy jest inspirowana holistycznym podejściem do pacjenta.

NOWA KLINIKA TO MOTYWACJA DO DALSZEGO ROZWOJU?

Aaron Basir: Przede wszystkim jest to pokój w kierunku naszych wspaniałych pacjentów,

którzy nieustannie nam towarzyszą od 2000 roku. W myśl o nich stworzyliśmy to miejsce, gdzie nasze wypracowane przez lata standardy przenosimy w bardzo komfortowe warunki. Klinika będzie wyposażona w najnowocześniejszy sprzęt diagnostyczny. Będziemy dysponować własną pracownią protetyczną. W klinice MedicoDent

łączą się umiejętności i doświadczenie lekarzy specjalistów z innowacyjnymi metodami leczenia i cyfrową technologią. Będziemy oferować usługi stomatologiczne na światowym poziomie.

NOWA KLINIKA TO INNOWACYJNE METODY LECZENIA?

Iwona Dawlidowicz-Basir: Rozwój technologiczny, dostęp do najlepszych urządzeń, wiele lat doświadczeń oraz ciągłe szkolenia pozwalają nam zaproponować naszym pacjentom innowacyjne metody leczenia. Dzięki wykorzystaniu zaawansowanych rozwiązań technologicznych została opracowana metoda cyfrowego projektowania uśmiechu DSD – Digital Smile Design, którą oferujemy w naszej klinice. Digital Smile Design umożliwia w bardzo precyzyjny sposób przedstawienie pacjentowi końcowego efektu leczenia stomatologicznego, u podstaw którego leży estetyka



uśmiechu. Ponadto naszym pacjentom oferujemy rewolucyjne rozwiązanie w dziedzinie ortodontyki jakim jest metoda Invisalign. Podstawowymi zaletami nakładek Invisalign są wygoda, idealna higiena oraz czas leczenia skrócony do minimum w stosunku do metod tradycyjnych. Nakładki są wyjątkowo estetyczne, wykonane są z miękkiego materiału, przez co są wygodne i nie powodują odczucia dyskomfortu związanego z codziennym użytkowaniem.

JAKOŚĆ I BEZPIECZEŃSTWO TO STANDARD W KLINICE MEDICODENT?

Aaron Basir: Klinika wyposażona jest w urządzenia renomowanych firm. Materiały i sprzęt tylko najwyższej jakości zapewniają bezpieczne i najmniej inwazyjne metody leczenia. Zwracamy szczególną uwagę na precyzję wykonywanych prac. Standardem jest u nas praca w lupach lub z użyciem mikroskopu zabiegowego. Posiadamy najnowszej generacji urządzenia do diagnostyki radiologicznej 2D i 3 D, emitujące najmniejszą możliwą dawkę promieniowania. Dzięki zastosowaniu tomografii komputerowej uzyskujemy trójwymiarowe obrazy, dzięki którym mamy możliwość zaplanowania zabiegów z perfekcyjną dokładnością. Wszystko to



Nakładka Invisalign

ma służyć bezpieczeństwu naszych pacjentów oraz wpływać na długoletnie, doskonałe wyniki leczenia stomatologicznego. Korony dentystyczne tworzone są przy użyciu najnowszych technologii CAD/CAM, które umożliwiają komputerowe projektowanie i wytwarzanie uzupełnień protetycznych.

CZY ZAUFANIE PACJENTA JEST WAŻNĄ WARTOŚCIĄ W PRACY LEKARZA?

Iwona Dawlidowicz - Basir: Moim zdaniem zaufanie jest wartością bezwzględnie konieczną do współpracy między lekarzem i pacjentem. Kierujemy się zawsze zasadą, że każdy pacjent powinien

być leczony właściwie, zgodnie ze sztuką lekarską. Kwestia poczucia bezpieczeństwa i komfortu pacjenta pozostaje bezdyskusyjna. Z dużym zaangażowaniem i pasją realizujemy poszczególne etapy planu leczenia, aby efekt końcowy leczenia w pełni sprostał oczekiwaniom naszych pacjentów. Myślę, że dzięki temu zdobywamy ich zaufanie.

PRACA ZESPOŁOWA TO PODSTAWA W KLINICE MEDICODENT?

Iwona Dawlidowicz-Basir : Dobrze zorganizowana praca zespołowa jest kluczem do sukcesu, dlatego klinika MedicoDent to miejsce, które tworzą ludzie. Udało nam się zbudować doświadczony zespół, gdzie każdy jest specjalistą w swojej dziedzinie. Wspólnie dbamy o dobrą i przyjazną atmosferę, aby każdy Pacjent poczuł się u nas komfortowo. Zgrany, ufający sobie zespół jest w stanie zapewnić leczenie na najwyższym poziomie zgodnie ze światowymi standardami.

ZESPÓŁ MEDICODENT TO SPECJALIŚCI Z KAŻDEJ DZIEDZINY STOMATOLOGII?

Aaron Basir: Stomatologia to dziedzina interdyscyplinarna. Osiągnięcie zamierzonego efektu leczenia wymaga doskonałej komunikacji



w zespole oraz wzorowej współpracy lekarzy. W klinice MedicoDent pracują tylko wykwalifikowani lekarze – specjaliści z każdej dziedziny stomatologii: chirurgii, ortodontji, protetyki, periodontologii, endodontji, stomatologii zachowawczej, dziecięcej, estetycznej, a także fizjoterapii stawu skroniowo-żuchwowego. Dzięki doświadczeniu oraz umiejętnościom naszych lekarzy zapewniamy kompleksowe leczenie stomatologiczne.

FIZJOTERAPEUTA TO STANDARD W KLINICE STOMATOLOGICZNEJ?

Iwona Dawlidowicz-Basir: Coraz częściej zgłaszają się do nas pacjenci, którzy skarżąc się na migrenę, zgrzytanie zębami, trzaski lub blokady w stawie podczas otwierania ust oraz dolegliwości bólowe w obrębie stawów skroniowo-żuchwowych. Fizjoterapia stomatologiczna zajmuje się między innymi wspomaganie w leczeniu wszelkich problemów związanych ze w.w. stawem. Zaskakujące jest to, że współpraca lekarza stomatologa, ortodonta, protetyka i fizjoterapeuty jest w stanie zlikwidować powyższe dolegliwości, przynieść pożądany efekt i przywrócić prawidłową funkcję mięśni i stawów.

NOWA LOKALIZACJA OZNACZA POWIĘKSZENIE ZESPOŁU?

Iwona Dawlidowicz-Basir : Klinika w nowej lokalizacji to przede wszystkim więcej gabinetów za-



biegowych. Planujemy otwarcie własnej pracowni protetycznej. Ponadto poszerzamy profil usług o profesjonalne zabiegi z zakresu medycyny estetycznej i kosmologii. Wobec powyższego zespół będzie powiększony o wykwalifikowane osoby.

NOWOCZESNA STOMATOLOGIA TO LECZENIE BEZ BÓLU?

Aaron Basir : Nowoczesna stomatologia przy obecnie dostępnych środkach znieczulenia miejscowego staje się całkowicie bezbolesna. W klinice zajmujemy się implantologią, zabiegami odbudowy utraconej kości w żuchwie i szczęce, chirurgią stomatologiczną i szczękowo – twarzową. To są dziedziny, które kojarzą się z bólem i pacjenci na pierwszej wizycie się stresu-

ją. Brak bólu w trakcie zabiegu, a w szczególności po zabiegu wprowadza większość pacjentów w miłe zaskoczenie.

CO W PAŃSTWA PRACY JEST NAJWAŻNIEJSZE?

Iwona Dawlidowicz-Basir. To jest praca, która ma szczególny charakter, gdyż odpowiadamy za leczenie pacjentów. Nie ma miejsca na błąd lub niedopatrzanie. Najważniejsi są ludzie, którzy odpowiadają za to leczenie. Wypracowane standardy, nowoczesny sprzęt to tylko narzędzie do pracy.

SZKOLENIA TO CODZIENNOŚĆ?

Aaron Basir: Postęp, jaki się dokonuje w stomatologii jest wręcz imponujący. W implantologii wiedza wymaga ciągłej aktualizacji zgod-



nie z najnowszymi standardami. Przede wszystkim dążymy do tego żeby zabiegi były jak najmniej inwazyjne, rekonwalescencja jak najkrótsza i wynik leczenia jak najbardziej przewidywalny. Bieżące szkolenie w naszej profesji jest elementem nieodzownym, gdyż dzięki temu możemy leczyć naszych pacjentów bezpiecznie zgodnie ze sztuką lekarską.

STOMATOLOGIA TO PASJA?

Iwona Dawlidowicz-Basir: Jest jedna zasadnicza rzecz określająca wyjątkowość człowieka- pasja. Pragnienie i pasja pokazują, jak żywe są nasze marzenia. Nasza praca jest bardzo wymagająca a zarazem dająca nam ogromną satysfakcję.

W życiu zawodowym czujemy się absolutnie spełnieni a więc mogą powiedzieć jedno: bez pasji byłoby to niemożliwe.

POLSKA STAŁA SIĘ DLA PANA DOMEM?

Aaron Basir: Z pochodzenia jestem Persem, ale w pełni czuję się Polakiem. Podjąłem życiową decyzję o przeprowadzeniu się do Polski ponad 20 lat temu. Zdobyłem tutaj wykształcenie i kwalifikacje, dzięki czemu jestem lekarzem i mogę spełniać się zawodowo. Polska to mój dom, w którym mam kochającą rodzinę, mnóstwo przyjaciół. Korzystając z okazji pragnę wyrazić ogromną wdzięczność za wspaniałe lata zarówno te minione jak i te przed nami.



**KLINIKA STOMATOLOGICZNA
I MEDYCYNY ESTETYCZNEJ**
ul. Starowiejska 24, Gdynia

Już wkrótce nowy adres kliniki
ul. Powstania Styczniowego 23, Gdynia

+48 517 919 715 / +48 58 661 60 50
klinika@medicodent.pl

WWW.MEDICODENT.PL



UŚMIECHNIJ SIĘ

Dbamy o sylwetkę i piękne ciało, zapominając często, że to właśnie zęby odgrywają kluczową rolę w wywieraniu pierwszego wrażenia. Nawet najzgrabniejsza figura blednie, gdy mamy ubytki, a naszemu uśmiechowi daleko do koloru białego.

AUTORKA: MATYLDA PROMIEN

Sposobów wybielania zębów jest mnóstwo. Poczawszy od tych domowych (o większej i mniejszej skuteczności), aż po te wykonywane w gabinetach stomatologicznych. Narosło wokół nich mnóstwo mitów – niszczą szkliwo, dają krótkotrwały efekt, są szkodliwe, itp. Czy rzeczywiście?

- Ze względu na różnorodność metod jesteśmy w stanie dopasować czas, sposób, miejsce i koszty wykonania zabiegu do indywidualnych potrzeb pacjenta. Należy jednak pamiętać, że efekt wybielania zębów nie jest taki sam u każdego człowieka. Co więcej, w niektórych przypadkach klinicznych wykonanie zabiegu może być nie wskazane - mówi lek. dent. Martyna Zajkowska z Kliniki Stomatologii Estetycznej Prodent w Gdańsku.

ŻEL WYBIELAJĄCY

Zajrzyjmy więc do gabinetów dentystycznych. Wybielanie przy użyciu lampy ZOOM to m.in. propozycja Kliniki Pięknego Uśmiechu iDental w Sopocie. Ten godzinny zabieg polega na nałożeniu specjalnego żelu wybielającego na powierzchnię zębów. Jest on aktywowany przez zimne światło akceleratora, które zwiększa częstotliwość utleniania nadtlenku wodoru i przyspiesza proces wybielania zębów. Białym uśmiechem możemy cieszyć się bezpośrednio po wyjściu z gabinetu. Efekt wybielenia zębów utrzymuje się około dwóch lat.

WYBIELANIE WEWNĘTRZNE

Często zdarza się, że korony zębów leczonych kanałowo lub też po przebytych urazach, zmieniają swój kolor.



Wówczas możliwe jest przeprowadzenie tzw. wybielenia wewnętrznego, któremu poddać się możemy np. w gdyńskiej Klinice Stomatologicznej Medicodent. Zabieg polega na założeniu do środka zęba (po uprzednim usunięciu materiału wypełniającego lub nerwu) środka wybielającego, tak by działał on od strony źródła przebarwienia. Następną wizyta odbywa się po 3-7 dniach, a ilość wizyt, na których wymienia się wkładki wybielające zależy od stopnia i przyczyn przebarwienia.

METODA NAKŁADKOWA

Wybielanie metodą nakładkową to zaś jedna z propozycji sopockiej kliniki Den Arte. To bardzo bezpieczne rozwiązanie o wysokiej skuteczności, które nie wywołuje żadnych zmian chemicznych w strukturze zęba. Od lekarza stomatologa otrzymujemy nakładki wykonane na podstawie wcześniej pobranych wycisków oraz specjal-



ny żel wybielający. Żel aplikujemy do nakładek i umieszczamy je na zębach na czas snu. Taka kuracja zwykle trwa około 10 dni, a efekt uzyskujemy stopniowo.

LASER

W Nawrocki Clinic w Gdańsku wybielanie zębów przeprowadzimy laserową metodą TouchWite – jest ona możliwa dzięki innowacyjnemu laserowi Fotona LightWalker. To najbardziej skuteczna i najmniej inwazyjna, wspomagana laserowo procedura wybielania zębów. Opatentowany system do wybielania zębów TouchWhite™ wykorzystuje wyjątkowe właściwości fal laserowych, które są dobrze absorbowane przez wodę – główny składnik żelu wybielającego. Ponieważ wiązka laserowa jest w pełni wchłaniana przez żel wybielający, nie dochodzi do efektu przegrzewania miazgi albo tkanki miękkiej. Ponadto, parametry lasera ustawione są znacznie poniżej wrażliwości tkanek zęba.

ZIMNE ŚWIATŁO

Na koniec zaglądamy do gdyńskiej kliniki Mawident, gdzie wykonamy bezpieczne wybielanie zębów przy

użyciu akceleratora Beyond - to specjalistyczne zastosowanie niskiej temperatury i zimnego światła, dzięki czemu możliwe jest uniknięcie podrażnienia nerwów. Metoda ta jest skierowana przede wszystkim do osób, których zęby zostały przebarwione pićm kawy, herbaty, czy paleniem papierosów. Beyond pomaga również wybielić zęby przebarwione tetracykliną, czy fluorem, a także zęby pożółknięte w wyniku stosowania różnego rodzaju leków. Metoda ta gwarantuje natychmiastowy, trwały efekt białych i lśniących zębów oraz wyraźnie piękniejszy uśmiech.

PRZYGOTOWANIE ZĘBÓW DO ZABIEGU

Zęby powinny być profilaktycznie oczyszczone z płytki nazębnej, kamienia i osadu, zgromadzonego na powierzchni i pomiędzy zębami. Powinniśmy też zrobić przegląd zębów (razem z profilaktycznym czyszczeniem), aby wykluczyć potencjalne przeciwwskazania do zabiegu wybielania, takie jak próchnica zębów, pęknięcia oraz choroby dziąseł. Jeżeli podczas badania zostanie wykazana obecność w/w czynników, wówczas zabieg wybielania jest odroczone do momentu wyleczenia zębów. ■

REKLAMA



Stomatologia,
która zmienia życie.

www.smileclinic.pl



SmileClinic Krzysztof Chmielewski
Klinika Stomatologii Estetycznej i Implantologii

ul. Szymanowskiego 2, Gdańsk
biurowiec VIGO [1 piętro]



pn-pt:

09:00 – 20:00

REJESTRACJA:

tel: + 48 58 521 93 93

info@smileclinic.pl

APARAT ORTODONTYCZNY 18+

Czy prostowanie zgryzu zarezerwowane jest tylko dla dzieci i nastolatków? Zdecydowanie nie! Coraz więcej osób dorosłych decyduje się na leczenie ortodontyczne, dążąc do upragnionego idealnego uśmiechu. Jak wygląda ta „walka”?

AUTORKA: MATYLDA PROMIEN

W dorosłym wieku jesteśmy bardziej świadomi, nasze potrzeby są większe, a i możliwości finansowe często sprzyjają temu, że możemy pozwolić sobie na noszenie aparatu. To dzięki niemu uzyskamy nie tylko proste zęby, ale także poprawimy proporcje twarzy. Co więcej, w dorosłym wieku jesteśmy też bardziej zdyscyplinowani i zdeterminowani, co sprzyja procesowi leczenia. Jaki jest pierwszy krok?

Zacznijmy od przeciwwskazań. Praktycznie nie istnieje górna granica wieku, kiedy możemy podjąć leczenie ortodontyczne. Przeszkodą jednak może być stan przyzębia.

- Pacjent z chorobą przyzębia musi być pod stałą opieką periodontologa – **mówi lek. stom. Agnieszka Gola z Gabinetu Stomatologicznego Mawident w Gdyni**. - Również cienki biotyp przyzębia, czyli mała ilość kości otaczającej ząb oraz cienkie dziąsło i recesje mogą to leczenie utrudnić. W do-

rosłym wieku inny jest też metabolizm kości, a co za tym idzie dłuższe jest leczenie - **dodaje lek. stom. Agnieszka Gola**.

Bardzo ważna jest nasza pierwsza wizyta u ortodonta, podczas której odbywa się konsultacja oraz pobierane są wyciski pod modele diagnostyczne. Wówczas następuje także rozmowa na temat oczekiwań pacjenta. Na kolejnej wizycie przedstawiany jest plan leczenia, który wykonuje się w oparciu o rysy twarzy, analizę modeli diagnostycznych oraz zdjęć RTG.

Jak długo będziemy nosić aparat ortodontyczny? To kwestia bardzo indywidualna, ale zazwyczaj okres leczenia aktywnego (leczenia aparatami) trwa około 2 lat. Możliwości w tym zakresie jest wiele i wciąż pojawia się coraz więcej rozwiązań, które w zasadzie eliminują wszelki dyskomfort związany z noszeniem aparatu.

- Do wyboru mamy aparaty metalowe, porcelanowe i kryształowe. Pacjenci najczęściej decydują się na aparaty kryształowe, które są zupełnie przezroczyste – **podkreśla lek. stom. Karina Czernów z Mawident**.

Pamiętajmy jednak, że leczenie aktywne, to pierwszy etap, po którym następuje retencja, która przebiegać może nawet na stałe. Wówczas polega ona na podklejeniu retainera, czyli cienkiego druczka na wewnętrznej powierzchni zębów. Co ciekawe, leczenie ortodontyczne jest często również leczeniem wstępnym przed leczeniem proteptycznym.

- Zdarza się że samo leczenie proteptyczne, czyli założenie licówek porcelanowych lub koron nie sprosta życzeniu pacjenta o idealnym uśmiechu – **opowiada lek. stom. Karina Czernów**. - Wtedy prowadzimy zintegrowane leczenie ortodontyczne - proteptyczne polegające najpierw na założeniu aparatu, a potem licówek, aby osiągnąć idealne połączenie funkcjonalności i estetyki.

Wiele osób przeraża myśl o długim, wymagającym leczeniu. Rozglądając się wokół, dostrzeżemy jednak, że coraz więcej osób dorosłych nosi aparaty ortodontyczne, a nawet można powiedzieć, że jest to pewnego rodzaju moda. Najtrudniejszy jest pierwszy krok. Stąd tak ważne jest, by wybrać odpowiedni, ciszący się jak najlepszą opinią gabinet stomatologiczny. ■





MAWIDENT
GABINET STOMATOLOGICZNY



Piękny uśmiech od samego rana to najlepszy scenariusz na udane życie.

Kinga Figura

STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA I ESTETYCZNA • CHIRURGIA • PROTETYKA IMPLANTOLOGIA
ORTODONCJA • STOMATOLOGIA DZIECIĘCA • LECZENIE KANAŁOWE POD MIKROSKOPEM

Gdynia, ul. Strzelców 11B/4, Apartamenty Altoria

www.mawident.pl

tel. 58 782 32 06

DR EWA ODYA-BOJANOWSKA - PRODENT**WSZYSTKO O IMPLANTACH**

Kiedy z jakiegoś powodu utracimy ząb jedną z pierwszych myśli, jaka przychodzi nam do głowy jest konieczność założenia implantu. Na ich temat istnieje wiele różnych opinii, które nie zawsze pokrywają się z faktami, a niezwyfikowane mogą zaburzyć naszą wiedzę i opinię na ich temat. Co zatem wiemy o implantach? Na pytania dziennikarki Magazynu Prestiż odpowiada dr Ewa Ody-Bojanowska, lekarz implantolog z kliniki Prodent.

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEN / FOTO: KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Pani doktor, Czym konkretnie jest implant stomatologiczny?

Implant jest najlepszym sposobem uzupełnienia brakującego zęba. Jest to specjalnie zaprojektowana śruba wykonana z tytanu, biokompatybilna, czyli zgodna biologicznie, analogiczna do korzenia zęba. Do implantu mocowany jest specjalny łącznik z koroną, bądź innym rodzajem odbudowy.

W Polsce dostępnych jest wiele systemów implantologicznych. Jaki system stosowany jest w klinice Prodent i na czym on polega?

Obecnie na świecie istnieje kilkaset różnych systemów implantologicznych, z których większość jest dostępna w Polsce. Różnią się one między sobą kształtem implantu i jego gwintu, rodzajem powierzchni, różnorodnością dostępnych komponentów protezycznych, ale przede wszystkim ceną i idącą za nią jakością. Ja praktycznie od początku mojej pracy jestem związana z systemem Ankylos firmy Denstply, który należy do grupy wiodących systemów z segmentu premium. System ten daje świetne efekty estetyczne i nie powoduje zaników kości wokół szyjki implantu.

Obecnie poszerzamy ofertę o implanty tego samego producenta – to system Astra charakteryzujący się specjalnym, skośnym kształtem szyjki implantu. To rozwiązanie umożliwia lepsze wykorzystanie kości pacjenta w niektórych sytuacjach.

Czy implanty są rozwiązaniem dla każdego?

Implantologia to wspaniała dziedzina wiedzy dająca nieznanie wcześniej możliwości poprawy komfortu ży-

cia pacjentów. Implanty są idealne praktycznie w każdym przypadku. Jedynie pacjenci w czasie lub do pięciu lat po chorobie nowotworowej nie mogą mieć przeprowadzanych zabiegów. Przyjmowanie niektórych leków lub radioterapia są przeciwwskazaniem, ale to są szczególne przypadki. Nie przeprowadzamy zabiegów implantologicznych u dzieci i kobiet w ciąży. Wiek nie jest ograniczeniem ponieważ procesy osteo-

integracji przebiegają przez całe życie. Mój najstarszy implantologiczny pacjent miał 75 lat.

Dlaczego warto zdecydować się na leczenie implantologiczne? Co nam grozi jeśli nie uzupełnimy ubytku?

Brak pojedynczego zęba jest już zauważalną zmianą dla każdego pacjenta. Bez zębów przednich trudno funkcjonować zawodowo i towarzysko, a brak zębów bocznych utrudnia żucie pokarmów. Powoduje zaburzenia w kontaktach zębowych, wpływa na problemy ze stawami skroniowo - żuchwowymi. Pozostałe zęby wędrują, przechylają się. Mogą pojawić się napadowe bóle głowy, albo szumy uszne, które rzadko kto kojarzy z brakiem kilku zębów. Poza tym, po ekstrakcji zęba kość zanika i z czasem jest jej nawet do

40% mniej, więc zbyt długie odroczenie uzupełnienia zęba jest niekorzystne. Implanty dają bardzo duże możliwości projektowania prac protezycznych, czasem na 4 lub 6 implantach wykonujemy prace uzupełniające cały łuk, czyli 12 zębów.

Czy wszczępienie implantów jest zabiegiem bolesnym?

Wszystkie zabiegi wykonujemy w znieczuleniu więc są one bezbolesne. Przy większych zabiegach lub





takich, które wymagają dodatkowych procedur odbudowujących kość lub dziąsła po zabiegu może być odczuwalny pewien dyskomfort. O bólu pacjenci prawie nigdy nie wspominają.

Jakie jest ryzyko, że organizm odrzuci implant?

U dobrze zakwalifikowanego, zdrowego i niepalącego pacjenta, ryzyko jest w zasadzie minimalne. Najczęstsze przyczyny późniejszej utraty wszczepu to palenie tytoniu, niewłaściwa odbudowa protetyczna, brak odpowiedniej higieny, czasem współistniejąca choroba przyzębia. Obecnie leczenie implantami jest jednak bardzo przewidywalne i przy dobrej współpracy lekarza i pacjenta wszystkim pojawiającym się problemom można zaradzić. Bardzo istotną sprawą jest wybór dobrego lekarza, który jest doświadczony i rozsądny, co gwarantuje, że najlepiej dobierze odpowiedni rodzaj implantu i odbudowy, sprawnie przeprowadzi sam zabieg.

Implant powinno się wszczepiać jak najszybciej po utracie zęba. Co jednak, gdy od utraty zęba minęło kilka lat?

Implanty rzeczywiście najlepiej zakładać od razu lub w krótkim czasie po utracie zęba ponieważ wykorzystujemy wtedy maksymalnie tkanki pacjenta (kość i dziąsło), co oczywiście wpływa pozytywnie na ostateczną estetykę i trwałość uzupełnienia. Można jednak z równie dobrym rezultatem wykonywać implantację po wielu latach, ponieważ istnieje wiele możliwości i procedur umożliwiających założenie wszczepu. Implantologia to najbardziej rozwinięta dziedzina stomatologii.

Implantologia to najbardziej rozwinięta dziedzina stomatologii. W jaki sposób wykorzystuje się nowoczesną technologię w implantologii w klinice Prodent?

W mojej praktyce standardowo wszystkie zabiegi planowane są z użyciem tomografii komputerowej, a im-

plantologia jest jednym z elementów prawidłowej rehabilitacji całego układu narządu żucia, z uwzględnieniem dobrej pozycji żuchwy w stosunku do szczęki, czyli tzw. centralnej relacji. Stosujemy również w naszej pracy wszelkie dostępne technologie, tj. skanery, radiologię cyfrową, lasery. W tej chwili skupiam się na zabiegach z wykorzystaniem szablonów chirurgicznych, projektowanych razem z odbudową protetyczną, którą otrzymujemy jako gotowy produkt, co umożliwi nam wykonanie zabiegu i oddanie tymczasowej pracy np. koron czy mostów zaraz po zabiegu czyli tak zwanej "chirurgii jednego dnia". Ponadto szablony te pozwalają znacznie skrócić czas zabiegu oraz ułatwiają szybsze gojenie, także pacjent w zasadzie nie odczuwa żadnych dolegliwości

Jak wygląda przygotowanie do zabiegu?

Wszyscy pacjenci kliniki Prodent przechodzą odpowiedni wywiad, badanie kliniczne i radiologiczne oraz badanie stawów skroniowo - żuchwowych. Wykonujemy również zdjęcia i modele diagnostyczne. Po analizie wszystkich danych przedstawiamy naszym pacjentom plan leczenia, który wspólnie omawiamy i doprecyzujemy wszystkie szczegóły. Staramy się wytłumaczyć wszystkie wątpliwości tak, aby nic nie było zaskoczeniem. Dla mnie ten moment jest szczególnie istotny, ponieważ pełne zrozumienie przebiegu leczenia pozwala na zaangażowanie ze strony pacjenta, a to korzystnie wpływa na cały proces. Jeśli chodzi o sam zabieg, to najczęściej prosimy o wcześniejsze przyjmowanie odpowiednich leków minimalizujących ryzyko infekcji. No i zaprzestanie palenia papierosów.

Jaka jest trwałość implantu i jak należy o niego dbać?

O implanty należy dbać tak jak o zęby - codzienna higiena, irygacja, nici dentystyczne, a przede wszystkim regularne wizyty kontrolne pozwolą na bezproblemowe i wieloletnie korzystanie z implantów i osadzonych na nich pracach. ■

ZADBAJ O ZĘBY W CIAŻY

W trakcie rozwoju ciąży następują zmiany hormonalne, dietetyczne, oraz behawioralne. W tym okresie wzrasta ryzyko chorób jamy ustnej. Może rozwinąć się choroba próchnicowa, erozja szkliwa oraz zmiany chorobowe w obrębie błony śluzowej jamy ustnej i dziąseł. Jak zatem dbać o zęby w ciąży?

AUTORKA: DAGMARA RYBICKA



Planując powiększenie rodziny, panie powinny zdecydować się na kontrolną wizytę u stomatologa. Lekarz oceni stan zdrowia jamy ustnej i gdy to konieczne, podejmie leczenie. Takie postępowanie zapobiega negatywnemu wpływowi chorób jamy ustnej na przebieg i utrzymanie ciąży oraz prawidłowy prenatalny rozwój dziecka, ograniczając ryzyko przedwczesnego porodu.

PROFILAKTYKA

- Już w trakcie trwania ciąży działania, o ile tylko pozwala na to stan zdrowia jamy ustnej ciężarnej, powinny skupiać się na profilaktyce. Leczenie stomatologiczne może być przeprowadzone w całym okresie ciąży, ale najkorzystniejszym czasem jest przedział między 14 a 20 tygodniem ciąży - **mówi lek. dent. Marta Czerwińska, specjalista stomatologii dziecięcej z Nawrocki Clinic w Gdańsku.**

W I trymestrze należy unikać zabiegów stomatologicznych, ograniczając je do sytuacji absolutnie koniecznych. Tu wskazana jest duża ostrożność w przypadku stosowania środków znieczulających, przeciwbólowych i przeciwzapalnych. II trymestr to najbezpieczniejszy okres dla rozwoju płodu, optymalny na przeprowadzenie profesjonalnych działań profilaktycznych oraz koniecznego leczenia stomatologicznego.

ZAPLANUJ WIZYTY

Zdaniem stomatologów z Nawrocki Clinic, w ostatnim trymestrze, ze względu na zagrożenie przedwczesnym porodem, konieczne zabiegi powinny być wykonywane

w jego pierwszej połowie. Wizyty nie powinny być długie z uwagi na możliwość wystąpienia zespołu żyły głównej dolnej, powodującej spadek ciśnienia w wyniku ucisku macicy na naczynia żyłne, gdy ciężarna przebywa zbyt długo w pozycji leżącej.

- Leczenie przyszłej mamy odrobinę różni się od normalnej procedury. W tym przypadku rekomendujemy dwie wizyty kontrolne w gabinecie stomatologicznym. Na pierwszą należy zdecydować się między 3 a 4 miesiącem, kolejną w ósmym. Kolejne wizyty powinny mieć miejsce po porodzie w półrocznych odstępach – **mówi lek. dent. Marta Czerwińska z Nawrocki Clinic w Gdańsku.**

Lekarze z Nawrocki Clinic zwracają uwagę, że leczenie u ciężarnych powinno być bezbolesne, gdyż stres i ból mogą prowokować przedwczesne skurcze macicy. Postępowaniem z wyboru jest zastosowanie znieczulenia miejscowego.

TEGO UNIKAJ!

Te wskazania plus unikanie sytuacji stresogennych przez eliminację bólu powodują, że przyszłe mamy nie unikają dentysty i chętnie decydują się na zabiegi profilaktyczne, takie jak usuwanie płytki nazębnej i kamienia nazębnego, piaskowanie i fluoryzację. Profilaktyka profesjonalna u kobiet w ciąży, powinna być powtarzana w każdym trymestrze.

Dla ciężarnej, co podkreślają lekarze w Nawrocki Clinic, wykluczona jest diagnostyka radiologiczna. Zarezerwowana bywa jedynie dla sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia matki.

W TROSCE O DZIECKO

Ciąża to okazja do szczególnej opieki nad zdrowiem jamy ustnej, a w efekcie do pięknego zdrowego uśmiechu. Bardzo ważne są również wczesne wizyty kontrolne z niemowlęciem. Stomatolog przekazuje rodzicom kluczowe informacje na temat zasad prawidłowej higieny jamy ustnej dziecka, wpływu niewłaściwej. W Nawrocki Clinic te najważniejsze informacje rodzice otrzymują w formie broszury Akademii Dziecka. ■

NAWROCKI | CLINIC

SIMPLANT

IMPLANT plus KORONA w jeden dzień

FILOZOFIA LECZENIA

Dbając o komfort naszych pacjentów, proponujemy najnowocześniejsze rozwiązania dotyczące uzupełnienia braków zębowych. Zabieg jest planowany z wykorzystaniem oprogramowania SIMPLANT, co daje możliwość natychmiastowej odbudowy braków zębowych, dzięki czemu pacjent jeszcze tego samego dnia wychodzi z naszej Kliniki z nowym uśmiechem :)



www.nawrockiclinic.com

DR MAGDALENA DOBOSZ – KAWAŁKO

SKUTECZNA WALKA Z BLIZNAMAMI

Spędzają sen z powiek. Powodują dyskomfort i kompleksy. Często bolesne, wdzierające się w życie pacjenta. Jak wygląda walka z bliznami? Czy może być skuteczna? Na te pytania odpowiada dr n.med. Magdalena Dobosz - Kawałko z Kliniki Dobosz.

ROZMAWIAŁA: DAGMARA RYBICKA



dr n.med. Magdalena Dobosz – Kawałko

Wszystkie blizny udaje się skorygować?

Tak, jeżeli przez korektę rozumiemy poprawę wyglądu blizny. Każda blizna, niezależnie od rozmiaru, głębokości i czasu trwania jest w stanie się zmienić.

Pacjent oczekuje, że po przeprowadzonych zabiegach blizna zniknie. Czy to realne?

Wielu pacjentów ma takie oczekiwania. Ważna jest pierwsza rozmowa, ocena blizny i uświadomienie, że nigdy w 100 procentach blizny nie da się usunąć. Tkanka bliznowata nie będzie zdrową skórą. Oczywiście mamy szereg narzędzi w postaci laserów, leków,

wypełniaczy i własnego tłuszczu, które sprawiają, że blizna zmienia swoją teksturę stając się podobna do skóry otaczającej.

Jakie czynniki wpływają na skuteczność zabiegów?

Rodzaj blizny, w jaki sposób powstała blizna, np. w wyniku oparzenia, rany szarpanej, czy ciętej, głębokość i rozmiar blizny, czas jaki dzieli wytworzenie blizny od rozpoczęcia leczenia. Blizna dojrzeje przez około rok i po tym czasie najrozsądniej jest rozpocząć jej leczenie chociaż w wielu przypadkach terapię rozpoczynamy szybciej, przykładowo gdy widzimy cechy przerostu.

Proponowane metody zaskakują pacjentów?

Stosujemy niemal wszystkie możliwe metody leczenia blizn dostępne na świecie. Lasery to sztandarowe rozwiązanie. Najbardziej popularny jest frakcyjny – mimo, że nieznacznie bolesny dla pacjenta, ma jednak najszersze zastosowanie. Poprzez podziurkowanie skóry, blizna się przebudowuje, robi się bardziej gładka, elastyczna. Wysoka temperatura stymuluje produkcję kolagenu. Z kolei lasery naczyniowe mają za zadanie usuwanie różowego lub czerwonego koloru na bliznach. Niestety nie każda blizna ulegnie znacznej poprawie po terapii laserowej. Popularną metodą jest też dermapen – urządzenie do mikro nakłuwania. Dziurkując skórę, bądź bliznę dostarczamy bodziec do przebudowy. Po zabiegu proces gojenia jest

szybszy niż po laserze. Nie ma ryzyka przebarwień pozapalnych.

Ile zabiegów jest potrzebnych, aby cieszyć się pożądanym efektem?


Głębokie, linijne blizny źle reagują na laseroterapię. Lasery są w stanie poprawić ich wygląd o około 50 procent. Urządzenia to jedno, ale ogromną rolę odgrywa dobór odpowiedniej techniki i parametrów. Zdarza się, że sam laser nie wystarczy, by złagodzić widoczność blizny. Trzeba mieć jednocześnie na uwadze, że jeden zabieg laserowy to poprawa rzędu 10-20%. Zamierzonym efektem możemy cieszyć się po kilku spotkaniach.

Jakim sprzętem dysponuje Pani w klinice Dobosz?

Posiadamy laser frakcyjny eCO2 firmy Lutronic, który charakteryzuje się niezwykłą precyzją, niezawodnością i dobrym czasem gojenia. Mamy też laser naczyniowy Cutera Excel V, numer jeden w swojej klasie do zmian naczyniowych. Świetnie radzi sobie z wrodzonymi, dużymi naczyniakami u dzieci i dorosłych. Korzystamy również z urządzenia do lipotransferu, czyli przeszczepiania tłuszczu - Adivive. Lipotransfer wykorzystujemy w przypadku dużych blizn pooperacyjnych, w ubytkach po urazach bądź zabiegach chirurgicznych. Defekty te uzupełniamy własnym tłuszczem pobranym od pacjenta, poddanym specjalnej obróbce, bogatym w komórki macierzyste, które są ogromnym sprzymierzeńcem w leczeniu, regenerując skórę. ■



Prof. Dobosz i Partnerzy
klinika medyczna



Dermatologia

Dermatochirurgia

Medycyna estetyczna

Laseroterapia

Chirurgia

Klinika Dobosz

Quattro Towers (I piętro)
ul. Partyzantów 14 lok. 102
80-254 Gdansk

www.klinikadobosz.pl

Rejestracja

czynna pon-pt, godz. 10⁰⁰-20⁰⁰

tel. +48 58 344 02 27
kom. +48 502 65 44 62
kom. +48 502 29 26 02
rejestracja@klinikadobosz.pl

DEPILACJA VS. EPILACJA

Czy epilacja i depilacja oznaczają to samo, a może niekoniecznie? Jaka jest różnica między tymi dwoma zabiegami? Jak skutecznie pozbyć się zbędnych włosów i cieszyć się idealnie gładkim ciałem? Pytamy Agnieszkę Kośnik-Zajac z Instytutu Kosmetologii Babiana w Gdańsku.

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEN



AGNIESZKA KOŚNIK-ZAJĄC właścicielka Instytutu Kosmetologii Babiana w Gdańsku i prezes Fundacji Wspierania Rozwoju Medycyny Anizja. Aktywnie uczestniczy we wprowadzaniu nowości na rynek, rekomenduje sprawdzone produkty i zabiegi. Ukończyła biotechnologię na Politechnice Gdańskiej, przez wiele lat pracowała w przemyśle farmaceutycznym. Ukończyła również organizację i zarządzanie ośrodkami wellness i Spa, a później kosmetologię bioestetyczną. Wraz z mężem prowadzi także Klinikę Chirurgii Naczyni ArtVein w Gdańsku.

Na początek zadam więc pytanie - jaka jest podstawowa różnica pomiędzy depilacją a epilacją?

Najprościej mówiąc, depilacja to niszczenie włosa, zaś epilacja to wyrwanie go. W zależności od tego, na jaki rodzaj zabiegu się zdecydujemy, pozbywamy się niechcianych włosów w różny sposób.

Zacznijmy od rozwiązań stosowanych w domowym zaciszu. W drogeriach dostępnych jest całe mnóstwo różnego rodzaju kremów do depilacji. Czy są one skuteczne?

Tak, są skuteczne. Kremy do depilacji niwelują owłosienie poprzez chemiczne działanie na keratynę włosa. Mają wysokie pH, stąd istnieje ryzyko podrażnienia depilowanych partii. Jeśli decydujemy się na taki preparat, wybieramy te szybko działające. Wbrew pozorom są lepsze od łagodnych środków, które wymagają dłuższego kontaktu ze skórą. Kremy nie niszczą jednak włosa głęboko, więc jego odrastanie nie zostaje spowolnione.

Inną metodą epilacji jest użycie wosku. Efekt jest spektakularny, ale zabieg dość bolesny...

Ta metoda pozwala na wyrwanie dużej ilości włosów naraz, wraz z cebulką. Choć rzeczywiście to nieprzyjemny sposób, to jednak daje błyskawiczny efekt. Mniej bolesnym rozwiązaniem jest zastosowanie pasty cukrowej. Podczas zabiegu wrywamy owłosienie zgodnie z kierunkiem wzrostu włosa, wosk zaś odrywamy od skóry „pod włos”. Efekt utrzymuje się dłużej, od 4 do 6 tygodni. Niestety często występuje wrastanie włosów, a nawet stany zapalne.

Najskuteczniejszą metodą wydaje się być depilacja laserowa. Czy jest ona bezpieczna?

Zdecydowanie! Działanie lasera opiera się na zjawisku tzw. SELEKTYWNEJ fototermolizy. Fala światła emitowana przez urządzenie jest absorbowana przez tzw. chromofory, w przypadku włosa - melaninę. Energia świetlna zamienia się wówczas w ciepłą - a chromofor zostaje termicznie niszczone. Zabieg jest bezpieczny. Ilość emitowanego światła jest minimalna, a otaczające tkanki nie absorbują go. Metoda nie jest zbyt bolesna, a temperatura skóry jest cały czas kontrolowana podczas depilacji. Ogromną zaletą jest również możliwość powrotu do normalnej aktywności bezpośrednio po zabiegu. Procedura nie wymaga bowiem rekonwalescencji.

Czy wszyscy reagujemy w ten sam sposób na działanie lasera?

Niestety nie. Usuwanie jasnych włosów wymaga większej ilości zabiegów niż w przypadku włosów ciemnych. Redukcja owłosienia zależy również od cyklu wzrostu włosa. Dlatego przebieg procedury zależy jak wcześniej wspomniałam od koloru włosów, ale również od typu włosa i fototypu skóry oraz obszaru ciała. Na skuteczność wpływa również prawidłowe przygotowanie do zabiegu i przestrzeganie terminów kolejnych wizyt. Włos należy zgolić, nie wyrwać, a powtórkę wykonać po kilku tygodniach. Przy wyborze gabinetu zwróćmy uwagę na aparat. Nie wszystkie urządzenia poradzą sobie z depilacją jasnych, cienkich włosów, na różnych fototypach skóry... Zdecydowanie polecam laser. To trwałą, bezpieczną i skuteczną metodą. Po prostu doskonała recepta na gładką i zdrową skórę.



excellentq

salon fryzjerski

METROPOLIA
ul. Kilińskiego 1-5 (poziom -1)
Tel. 58 772 45 45

Gdańsk Centrum
ul. Rajska 1/5a
Tel. 58 62 07 369

www.excellentq.pl

excellentq@wp.pl

WĘGIEL A WALKA Z ZANIECZYSZCZENIAMI SKÓRY

Aż 1/3 kobiet dostrzega szkodliwe działanie wszechobecnego smogu na stan skóry. Wraz z rosnącym zanieczyszczeniem środowiska, zaczęło gwałtownie rosnąć zapotrzebowanie na kosmetyki i zabiegi oczyszczające, antyoksydacyjne oraz przywracające skórze blask.

Cera każdego dnia narażona jest na działanie promieniowania UV oraz zawarte w powietrzu zanieczyszczenia, między innymi składnik smogu - wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne, które absorbują wodę z naskórka, nadmiernie ją przesuszając i co gorsza - działając rakotwórczo. Dokładając do tego lotne związki organiczne, tlenki, dym papierosowy oraz roznoszone przez klimatyzację roztocza i grzyby, skóra – mimo swej funkcji ochronnej – starzeje się szybciej, staje się poszarzała, wysuszona i zanieczyszczona. Słabsze krążenie wpływa na niski poziom dotlenienia, słabsze zdolności regeneracyjne i szybszy proces starzenia.



W zabiegu Yasumi Carbon Peel węgiel aktywny CPY wnika w pory skórne, łączy się z zanieczyszczeniami, by później w spektakularny sposób zostać usuniętym za sprawą wiązki laserowej o długości 1320 nm. Ciepło powstałe podczas zabiegu poprawia krążenie, a co za tym idzie, dotlenienie skóry. W efekcie cera zostaje głęboko oczyszczona nie tylko w powierzchniowych, ale i w głębszych warstwach – porach skórnych. Redukcji ulegają zaskórniki oraz wyregulowana zostaje gospodarka sebum.

Większa podaż tlenu skutkuje resurfacingiem - odżywieniem, przywróceniem zdrowego kolo-

rytu, wygładzeniem drobnych zmarszczek i zwiększeniem gęstości skóry. Szerokie spektrum działania zabiegu Yasumi Carbon Peel sprawia, że polecany jest osobom z cerą zanieczyszczoną, tłustą, mieszaną, ale również poszarzałą, zmęczoną, z oznakami starzenia, utratą gęstości i blasku.

Zabieg Yasumi Carbon Peel jest niezwykle skuteczny w procesie terapii przeznaczonej dla skór problematycznych, ale również doskonale sprawdza się w tzw. zabiegach bankietowych wykonywanych przed wielkim wyjściem. Wielką zaletą jest to, że po zabiegu możemy natychmiast powrócić do swoich obo-



wiązków. Do domowej pielęgnacji otrzymamy w prezencie od kosmetykologa Yasumi naturalną gąbeczkę konjac z węglem, która pomoże nam lepiej zadbać o skórę podczas codziennego oczyszczania skóry. ■

KRIOLIPOLIZA - PRZEŁOM W MODELOWANIU SYLWETKI

Wiele osób zastanawia się jak może skutecznie wymodelować swoją sylwetkę i usunąć nadmiar tkanki tłuszczowej w niechcianych miejscach. W branży kosmetologii i medycyny estetycznej dostępnych jest wiele rozwiązań, warto jednak zwrócić uwagę na przełomową metodę wymrażania komórek tłuszczowych jaką jest kriolipoliza. O tej metodzie opowiada Prestiżowi Anna Garczarek, kosmetolog z salonu Jacques Andre hair&spa w Gdańsku

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEN

Pani Anno, dlaczego akurat kriolipoliza?

Jest dużo sposobów na pozbycie się zbędnej tkanki tłuszczowej, a przełomowa technologia CoolTech należy dziś do jednej z najskuteczniejszych. Zabieg jest nieinwazyjny i zalicza się do bezbolesnych, a efekty są trwałe. Jest to bardzo dobra alternatywa dla liposukcji, gdyż nie pozostawia blizn i nadmiaru skóry. Kriolipoliza medyczna pozwala na precyzyjne modelowanie sylwetki na wybranych partiach ciała.

Na czym w takim razie polega zabieg?

Przed zabiegiem dokonywany jest pomiar tkanki tłuszczowej. Na tej podstawie dobierane są indywidualne parametry zabiegu. Wskutek dużej wrażliwości komórek tłuszczowych na zimno, następuje precyzyjne ich uszkodzenie podczas zamrażania, które nie dotyczy skóry właściwej i naskórka. Po zabiegu martwe komórki tłuszczowe (adipocyty) są uwalniane do układu limfatycznego, a następnie metabolizowane i usuwane w naturalnym procesie fizjologicznym.

Jakich efektów może spodziewać się klientka po kriolipolizie?

Rezultaty widoczne są już po kilku tygodniach od pierwszego zabiegu. Po jednej wizycie klientka powinna już zauważyć dużą różnicę. To, jakie efekty uzyskamy, jest uzależnione od ilości i rozmieszczenia tkanki tłuszczowej oraz partii ciała, którą chcemy wymodelować. Największy efekt jaki osiągnęła nasza klientka, to utrata 11 cm w obwodzie w okolicy brzucha, już po pierwszym zabiegu. Średnia wacha się w przedziale 5-8 cm.

Czy zabieg ten polecany jest tylko osobom otyłym?

Absolutnie nie. Polecam go wszystkim osobom, które pragną raz na zawsze pozbyć się nadmiaru tkanki tłuszczowej w okolicach brzucha, ud, bryczesów, boczków i innych. Specjalną głowicą możemy usunąć również nadmiar tłuszczu z podbródka, eliminując tak zwaną „drugą brodę”. Jest on świetnym rozwiązaniem



*Criolipólise
Cool Tech*



dla osób o przeciętnej budowie ciała, które w prosty sposób mogą wymodelować swoją sylwetkę, bez restrykcyjnych diet i ćwiczeń.

Na co powinno się zwrócić uwagę wybierając się na zabieg kriolipolizy?

Na rynku znajduje się wiele gabinetów oferujących zabieg ponad nazwą „kriolipoliza”. Należy zwrócić uwagę, że aby osiągnąć zadowalający efekt, sprzęt musi posiadać atest medyczny, a nie być tylko urządzeniem kosmetycznym. Dodatkowym atutem sprzętu na jakim pracuję, jest specjalna, jednorazowa membrana, która pomimo bardzo niskiej temperatury zabezpiecza pozostałe tkanki przed odmrożeniem. Słyszałam o przypadkach owijania obszaru zabiegowego w folię stretchową, zamiast specjalistycznej membrany. Taka praktyka jest niedopuszczalna i wysoce niebezpieczna dla zdrowia.

Jakie są najważniejsze wskazania po zabiegu?

Kriolipoliza wywołuje kontrolowany stan zapalny w obszarze zabiegowym, więc nie należy przyjmować leków przeciwzapalnych. W celu przyspieszenia wydalenia martwych adipocytów zalecamy picie minimum 2 litrów wody dziennie. Przez pierwsze 2 tygodnie po zabiegu należy unikać alkoholu i ciężkostrawnych posiłków, które obciążają wątrobę. ■

SKINLABHOLISTYCZNE PODEJŚCIE
DO ZDROWIA I URODY

Autorskie zabiegi pielęgnacyjne, dermatologiczne zabiegi terapeutyczne, kosmetyka ujęk-szająca i stylizacja, ekspresowe zabiegi lunchowe oraz medycyna estetyczna i specjalistyczna aparatura kosmetyczna – na osiedlu Garnizon w Gdańsku Wrzeszczu powstało miejsce, gdzie holistyczne podejście do zdrowia i urody ma największe znaczenie – SKINLAB, Twoje miejsce na urodowej mapie Trójmiasta.

AUTORKA: MATYLDA PROMIEN



Joanna Małek, właścicielka i autorka koncepcji SKINLAB, jest licencjonowanym kosmologiem i promotorem zdrowia, długoletnim wykładownicą i praktykiem kosmologii i wizażu, specjalistą ds. wizerunku oraz egzaminatorem zawodu kosmologa w Centralnej Komisji Egzaminacyjnej zatwierdzonej przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Doświadczenie zawodowe zdobywała również pracując w firmie Oceanic jako brand manager ds. kosmetyki profesjonalnej.

Tak bogate doświadczenie pozwoliło jej na stworzenie unikalnego konceptu, w którym stawia się nie tylko na profesjonalne badanie, wspomaganie leczenia i pielęgnację skóry, ale też na edukowaniu pacjentów.

- Skóra nie ma przede mną tajemnic, cera każdego człowieka jest mniej lub bardziej wymagająca. Każda jest bardzo indywidualna, każda potrzebuje różnego traktowania. Każdy pacjent, czy pacjentka wychodzi z mojego gabinetu wyposażona w dużą dawkę specjalistycznej wiedzy dotyczącej tego, jak dbać o skórę poprzez codzienną pielęgnację, czy dobór odpowiedniej diety. Ważne jest by zwrócić uwagę na całokształt funkcjonowania organizmu, którego odzwierciedleniem jest min. wygląd skóry twarzy – mówi Joanna Małek, właścicielka SKINLAB.

Misją gabinetu jest polepszenie komfortu skóry i wydobyć jej piękna. To wspólna praca klienta wraz z kosmologiem. Polega min. na zrozumieniu funkcjonowania skóry, wpływu otaczającego nas środowiska oraz na holistycznej terapii wspomagającej. Terapia zabiego-

wa w gabinecie jest indywidualnie dobierana, tak, by osiągnąć najlepsze możliwe efekty.

- W doborze zabiegów skupiam się przede wszystkim na prewencji i holistycznym podejściu do zdrowia naszej skóry. Wszystkie czynniki życia codziennego odgrywają kluczowe znaczenie w tym aspekcie. Terapie zabiegowe są dobierane na podstawie szczegółowych konsultacji dotyczących trybu i tempa życia pacjenta. W gabinecie pracuję nad utrzymaniem naturalności i atrakcyjności urody. Efektem jest zdrowa, piękna i naturalnie wyglądająca cera – dodaje Joanna Małek.

SKINLAB specjalizuje się przede wszystkim w terapii skóry twarzy. Ideą gabinetu jest wspomaganie funkcji skóry poprzez odpowiednią stymulację i dążenie do lepszego jej funkcjonowania.





Skuteczna
Bezbolesna
Deilacja Laserowa
SHR
EPIL
MOTION

PRIVÉ

BEAUTY & HAIR
UL. RAJSKA 1/5 FG
508 856 101
WWW.PRIVE-CLUB.PL

Pozbądź się :
zbędnych kilogramów
i cellulitu !!!

CAVI-LIPO
DEK



WSZYSTKO O POWIĘKSZANIU PIERSI

Jednym z najistotniejszych atrybutów kobiecości są piersi. Większość pań chciałaby, aby były modelowe; najchętniej duże i kształtne. Niestety, gdy natura płata figle, a grawitacja coraz bardziej daje się we znaki, z pomocą przychodzi medycyna - pisze dr Marek Muraszko Kuźma, specjalista chirurgii ogólnej i chirurgii plastycznej w klinice Medissima

Najczęstszym i najbardziej skutecznym sposobem poprawienia wielkości i kształtu kobiecych piersi są implanty piersi. To implanty sprawiają, że pierś nabiera objętości i jędrności, a prawidłowo dobrany implant nie jest wyczuwalny i pierś wygląda bardzo naturalnie.

Wiąże się to jednak z koniecznością poddania się zabiegowi operacyjnemu, który odbywa się w znieczuleniu ogólnym oraz z lękiem i stresem z tym związanym. Taki zabieg operacyjny niesie z reguły niewielkie ryzyko, a stosowane obecnie leki przeciwbólowe pozwalają na komfortowe pokonanie okresu okołoperacyjnego i szybki powrót do sprawności i zdrowia. Mimo tego, wiele kobiet obawia się zabiegu operacyjnego i nie wybiera implantów.

Medycyna estetyczna proponuje wtedy nieoperacyjne powiększanie piersi, przy użyciu materiałów wypełniających. Do niedawna jako wypełniacz w powiększaniu piersi stosowany był kwas hialuronowy, jednak obecnie został on całkowicie wycofany, ponieważ obraz mammograficzny piersi z tego rodzaju wypełniaczem, uwidaczniał jego złogi.

W obrazie radiologicznym mogły one przypominać, czy też upodabniać się do obrazu ogniska nowotworowego, a co za tym idzie lekarz radiolog nie mógł prawidłowo ocenić gruczołu piersiowego.

Od jakiegoś czasu na rynku dostępna jest nowa propozycja - wypełnianie piersi preparatem na bazie żeli z poliamidem. Jest to materiał, który może pozostawać w piersiach do około 5 lat. W tym czasie stopniowo się

wchłania i uzyskany pierwotnie efekt znika. Niestety, po takim sposobie powiększenia piersi, w przypadku podjęcia późniejszej decyzji o powiększeniu piersi za pomocą silikonowych implantów, prawidłowe ich osadzenie jest bardzo ryzykowne.

Dlaczego? W gruczołach piersiowych i w ich okolicach pozostają niezarośnięte miejsca, tzw. puste jamy po materiale wypełniającym, które nie zagoją się nawet przez kilka lat, a usunięcie takiego „wypełniacza” podczas zabiegu jest praktycznie niemożliwe. Większość chirurgów plastycznych unika

tego sposobu powiększenia piersi.

W przypadku kiedy kobieta nie jest jednak zdecydowana na implanty, najbezpieczniejszym sposobem uzupełnienia objętości gruczołu piersiowego, jest ich wypełnienie własną tkanką tłuszczową; pod warunkiem oczywiście, że posiada się jej pewien zapas, ale i ta metoda ma pewne ograniczenia. Należy bowiem pamiętać, że nie można podawać tej tkanki w nieograniczonych objętościach,

a niejednokrotnie zabiegi te trzeba powtarzać.

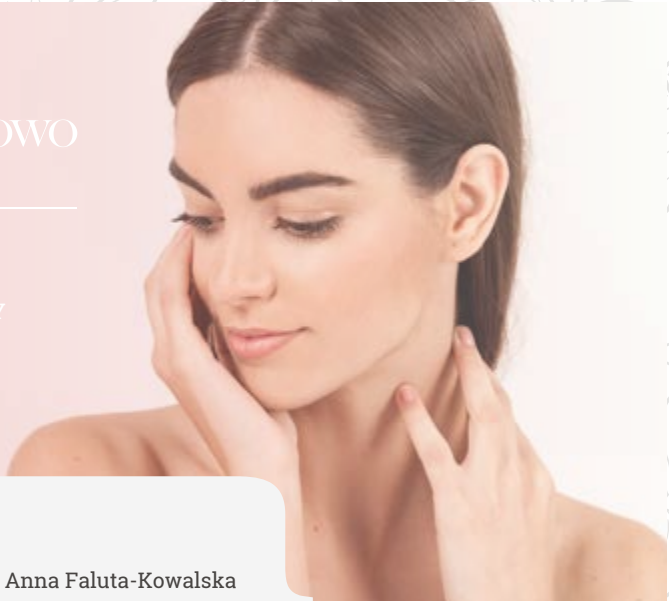
Silikonowe implanty piersi dają dobre efekty estetyczne i jednorazowy zabieg wszczepienia ich, w przypadku potrzeby korekcji gruczołu piersiowego, wystarcza na długie lata. Korzystajmy więc ze sprawdzonych i renomowanych gabinetów lekarskich i dobrych specjalistów, kiedy w grę wchodzi tak niebagatelna rzecz jak zdrowie i uroda. ■





KLINIKA ORŁOWO

PRZYWRÓĆ MŁODOŚĆ
I ZDROWY WYGLĄD
SWOJEJ SKÓRY TWARZY



Anna Faluta-Kowalska

KOSMETOLOG

KOSMETOLOG ANNA FALUTA-KOWALSKA poleca:

- Peelingi złuszczące płytkie i głębokie
- Karboksyterapię
- Fale radiowe z laserem biostymulującym
- Elektrostymulacja mięśni twarzy i szyji
- Zabiegi odżywczo – regenerujące
- Icoone Laser

Klinika Orłowo wyróżnia się bardzo szerokim zakresem usług, które są zawsze indywidualnie dopasowywane do potrzeb pacjenta. W naszej Klinice przeważają zabiegi mające działanie odmładzające i modelujące sylwetkę.

Dysponujemy szeroką ofertę za zakresu kosmologii profesjonalnej i medycyny estetycznej. Jako pierwsi w Trójmieście wprowadziliśmy ICOONE Gold.

Bardzo wnikliwie sledzimy trendy i nowoczesne technologie, zarówno w sprzęcie jak i produktach na których pracujemy.

Nieustannie zastępujemy nowszymi wersjami urządzenia oraz preparaty, tak aby cały czas korzystać z najlepszych rozwiązań. Jednocześnie panuje u nas niepowtarzalna, przyjazna atmosfera.

Dążenie do doskonałości i nieustanny rozwój to cele jakie sobie stawiamy.



576 694 817

www.klinikaorlowo.pl

AL. ZWYCIĘSTWA 241/11, 81-521 GDYNIA
TRITUM BUSINESS PARK II PIĘTRO

LEPIEJ ZAPOBIEGAĆ NIŻ LECZYĆ

Postęp cywilizacji sprawia, że nasze życie nabrało koloru i pędu. Nieocenioną rolę ma rozwój medycyny, która proponuje nam coraz to nowe rozwiązania. Dzięki nim podnosi się komfort funkcjonowania, dużo dłużej możemy cieszyć się witalnością, doskonałym samopoczuciem i fantastyczną formą. Wiedza i doświadczenie lekarzy coraz bardziej uwalniają nas od wielu chorób, które powodowały, że proces starzenia okupiony był bólem i cierpieniem.

ROZMAWIAŁA: DAGMARA RYBICKA

Czym jest medycyna przeciwstarzeniowa?

To po pierwsze cały wachlarz kompleksowych badań, na podstawie których prowadzący nas lekarz jest w stanie oszacować stan organizmu i jego potrzeby.

Szybkie rozpoznanie ewentualnego schorzenia daje szansę na reakcję w postaci odpowiedniego postępowania leczniczego. Oznacza to mniej spożywanych leków, spowolnienie procesów starzenia się organizmu i ograniczenie częstotliwości dokuczających nam infekcji i innych dolegliwości. Powoduje to zwiększenie wydajności i przekłada się na polepszenie codziennego funkcjonowania.

Medycyną przeciwstarzeniową zajmują się lekarze z Centrum Medyczne dr Kubik. Postanowili przekonać Polaków, że lepiej zapobiegać niż leczyć. Dlatego w ofercie kliniki znajdziemy pakiety medyczne, które łączą opiekę zdrowotną i estetyczną. Propozycje przeciwstarzeniowe są wynikiem pracy doświadczonych lekarzy i naukowców, którzy każdego dnia koncentrują się na pacjencie w sposób mający za zadanie poprawić komfort jego codzienności.

- Pacjenci oczekują przede wszystkim troskliwej opieki, która daje im poczucie bezpieczeństwa. Mają prawo do niewiedzy, a zadaniem lekarza jest umiejętne wyjaśnienie sytuacji i zaproponowanie najlepszego rozwiązania
– **wyjaśnia dr Paweł Kubik.**

W Centrum dr Kubika łączy się technologie zabiegowe, które nie wymagają od pacjentów wielotygodniowego wyłączenia z normalnego funkcjonowania. To novum na skalę kraju, z którego bardzo chętnie korzystają pacjenci nie tylko z Pomorza.

Pacjent jest pod stałą opieką przez rok. To optymalny przedział czasu, w którym można przeprowadzić precyzyjną diagnostykę laboratoryjną, zlecić badanie ultrasonografem i rozwiązać wątpliwości szczegółowym rezonansem magnetycznym. Punktem wyjścia zawsze są wyniki.

Wszelkie anomalie i niezgodności wobec norm to jasny sygnał, że coś się dzieje. Zazwyczaj mamy do czynienia z cukrzycą, anemią, początkami miażdżycy, osteoporozą czy stanem zapalnym jakim jest infekcja w organizmie.

- Diagnostyka prozdrowotna jest podstawą. Bazą na której można dalej i coraz śміiej budować swoje oczekiwania. Ważny jest fakt, że taka precyzja pozwala na wczesne wykrycie chorób nowotworowych, dzięki czemu odpowiednio szybko podjęte leczenie pozwoli zapobiec rozwojowi choroby i pomóc w jej wyleczeniu
– **dodaje dr Paweł Kubik.**

Medycyna przeciwstarzeniowa łączy w sobie wysiłki lekarzy internistów, chirurgów plastycznych, endokrynologów, dermatologów, ginekologów, okulistów, psychiatów, psychologów, rehabilitantów, trenerów personalnych, dietetyków.

- W codziennej pracy leczymy naszych pacjentów, uczymy ich zdrowego trybu życia, prawidłowego odżywiania, jak walczyć ze stresem, pomagamy zrozumieć, że upływ czasu niekoniecznie oznacza zniedołężnienie, ból i cierpienie. Prawidłowo prowadzony pacjent nie tylko ma dobrą kondycję, ale i ma młodszego niż rówieśnicy wygląd – **tłumaczy dr nauk med. Janusz Zdzitowiecki z Sopockiej Fabryki Urody.**

Sopocka Fabryka Urody dysponuje również medycznym skanerem do analizy biologicznego organizmu, co pozwala dobrać precyzyjnie suplementację witaminami i antyoksydantami mającymi niebagatelne





znaczenie w medycynie przeciwstarzeniowej. Nasuwa się tylko pytanie kiedy zacząć myśleć o medycynie anti aging?

- Już dzisiaj i to bez względu na wiek. Prawidłowa dieta, ruch na świeżym powietrzu, odpowiednia ilość snu, umiejętność radzenia sobie ze stresem pomoże zachować wigor i młodość mimo upływającego nieubłaganie czasu – **dodaje dr Janusz Zdzitowiecki**.

Nieodłącznym sojusznikiem w walce z oznakami starzenia są maszyny i lasery kosmetyczne. Zabiegi z użyciem różnego rodzaju, specjalistycznych urządzeń są najczęściej bezbolesne, w większości przypadków nieinwazyjne i przede wszystkim bardzo skuteczne. W SPA Quadrille w Gdyni możemy skorzystać z dobrodziejstw włoskiego urządzenia Zaffiro służącego do ujędrniania skóry twarzy i ciała.

Termolifting to zabieg, w którym dochodzi do podgrzania dolnych warstw skóry. W efekcie skóra zostaje zagęszczona, zwiększa się jej napięcie oraz elastyczność. Zmianom ulega również jej struktura a włókna kolagenowe odzyskują swoje naturalne napięcie. Zabieg skutecznie poprawia owal twarzy i podnosi opadające powieki. Doskonale sprawdza się w walce ze zmarszczkami skupionymi wokół oczu, w czole, szyi czy dekolcie. Zaffiro skutecznie walczy z rozciągnięciem po ciąży, bądź odchudzaniu skórą brzucha.

W SPA Quadrille znajdziemy wiele innych urządzeń opartych na innowacyjnych technologiach, którymi wykonuje się tak zwane zabiegi Hi-Tech. Efekt mini liftingu osiągniemy dzięki urządzeniu o nazwie Surgen. Pozwala ono pozbyć się efektów starzenia, bez

konieczności rekonwalescencji i bez skutków ubocznych. Działanie aparatu opiera się na rewolucyjnej technologii energii hybrydowej. Reakcja ta pozwala uzyskać naturalny efekt wypełniający, dzięki czemu po serii zabiegów produkcja naturalnego kwasu hialuronowego wzrasta o 30%.

Zastanawialiście się kiedyś dlaczego Jennifer Lopez, Linda Evangelista, Monica Bellucci i wiele innych gwiazd światowego showbiznesu wyglądają jak swoje własne córki? Czemu zawdzięczają młody wygląd? Odpowiedź jest prosta. Rozsądnie korzystają ze zdobytych współczesnej medycyny i kosmetyologii. Jedną z ulubionych metod odmładzania wśród największych gwiazd jest CACI, bezigłowa alternatywa dla zabiegów medycyny estetycznej.

Obsypane nagrodami, wykorzystujące najnowsze technologie urządzenia CACI dostępne są w Sheraton Sopot SPA. Pozwalają one na przeprowadzanie zabiegów anti-aging, tj. jak lifting za pomocą mikroprądów ujędrniających i wzmacniających zwiotczałe mięśnie twarzy, czy spłykanie zmarszczek dzięki fotostymulacji światłem LED z mikroprądami o wysokiej częstotliwości. CACI oferuje także peeling kawitacyjny, doskonałe nawilżanie skóry oraz lifting okolic oczu.

Podjmując się walki z objawami starzenia, pamiętajmy, by zawsze korzystać z profesjonalnej pomocy specjalistów. Wybierajmy te zabiegi, które cieszą się renomą i wykonywane są w renomowanych gabinetach. Czy walka z czasem jest nierówna? Zapewne, jednak tylko od nas zależy, jak bardzo zadbamy o siebie i pozwolimy naszej skórze na właściwą regenerację poprzez całoroczną pielęgnację. ■

ZIMA W GABINECIE MEDYCYNY ESTETYCZNEJ

Jak od dawna wiadomo, że listopad i grudzień to miesiące sprzyjające wizytom w gabinecie medycyny estetycznej. Zbliżające się Święta Bożego Narodzenia, Sylwester czy późniejszy okres karnawału to bardzo dobre okazje, by popracować nad swoim świeżym i wypoczętym wyglądem.

AUTORKA: DR MAGDA BRONA-TEŻYK – RENEW INSTITUTE

Najczęściej wykonywane zabiegi na ostatnią chwilę przez Świętami, tak by poprawić nasz wizerunek, poza systematyczną mezoterapią, to modelowanie policzków kwasem hialuronowym, nadający natychmiastowy efekt wypoczętej twarzy. Bardzo częstym zabiegom dającym efekt wypoczętych oczu jest zabieg mezoterapii preparatem RRS HA Eyes – moje pacjentki stosują ten zabieg jako bankietowy.

W tym okresie pacjenci zgłaszają się także do nas, by splotić bruzdy nosowo-wargowe, „linie marionetki”, czyli bruzdy sięgające od kąćców ust w dół. Popularne jest także subtelne, a wręcz naturalne powiększenie ust powodujące, że wyglądają „całusnie”, a nie karykaturalnie.



W ReNew Institute w Sopocie pracujemy na najwyższej jakości preparatach z kwasem hialuronowym, znanych firm (Filorga, Restylane, Neauvia, Teoysal). Każdy pacjent, który do nas przychodzi jest traktowany bardzo indywidualnie, z tego względu, że każdy z nas ma inne oczekiwania co do swojego wyglądu.

Po upalnym, słonecznym lecie nastaje czas złotej jesieni, który sprzyja wykonywaniu odżywczych i nawilżających zabiegów z medycyny estetycznej. Przebarwienia powstające po lecie, po ekspozycji na promienie słoneczne, sprawiają, że skóra twarzy wygląda na zmęczoną, dodając nam lat.

Zabieg z użyciem PQAGE jest bardzo dobrą propozycją na nieinwazyjne odjęcie lat zmęczonej skórze. PQAGE jest wyrobem medycznym na bazie kwasu trójchlorooctowego (TCA), kwasu kojowego, kwasu migdałowego i koenzymu Q10, przeznaczony do użytku profesjonalnego przez lekarza medycyny estetycznej. Peeling należy do zabiegów silnie liftingujących, głęboko odżywiających skórę, pobudzając ją do wewnętrznej produkcji kolagenu i elastyny, odpowiadających za prawidłowe napięcie i wygląd skóry.

Skutecznie też niweluje blizny potrądzikowe, przebarwienia postłoneczne, zwalcza niedoskonałości, dając efekt napiętej z wyrównanym kolorytem skóry. Kuraacja może być wykonywana o każdej porze roku oraz stanowić przygotowanie skóry dla innych zabiegów z medycyny estetycznej – mezoterapii igłowej, aplikacji kwasu hialuronowego, itd.

Najważniejszym aspektem zabiegu PQAGE jest jego bezbolesność oraz brak okresu rekonwalescencji – pacjent wychodząc z zabiegu może wrócić od razu do codziennych obowiązków. Nie występuje efekt „złuszczenia” skóry. Skóra bezpośrednio po zabiegu ma wyrównany koloryt, jest głęboko nawilżona, poprawia się jej napięcie, rozstępy i blizny ulegają spłyceniu, a zmiany zapalne i zaskórniki redukcji. ■

LASER MIKROPULSOWY W LECZENIU CHORÓB OCZU

Urządzenia te są niezwykle precyzyjne, sterylne i bardzo szybkie. Wykorzystuje się je do korygowania wad wzroku, leczenia schorzeń siatkówki, zaćmy, jaskry – lasery coraz powszechniej wykorzystywane są w okulistyce, a prawdziwym przełomem w leczeniu chorób plamki jest laser mikropulsowy stosowany w Centrum Medycznym OKO w Gdyni.

AUTORKA: MATYLDA PROMIENIĆ



Dotychczas laserowanie tego obszaru gałki ocznej było niedopuszczalne ze względu na możliwość trwałego uszkodzenia fotoreceptorów. Od niedawna pacjenci z chorobami plamki takimi jak: centralna surowicza retinopatia (CSR), zwyrodnienie plamki związane z wiekiem (AMD), obrzęk plamki po zakrzepie żyły lub gałki żyły środkowej siatkówki, czy cukrzycowy obrzęk plamki mogą być leczeni przy użyciu lasera mikropulsowego.

- Technika leczenia polega na użyciu dużo mniejszej energii w postaci krótkich serii impulsów laserowych. Przerwy pomiędzy impaktami powodują schłodzenie tkanki, co skutkuje dodatkową jej ochroną. W ten sposób można bezpiecznie i skutecznie doprowadzić do cofnięcia

się obrzęku w tym tak istotnym dla widzenia odcinku oka. Laseroterapia mikropulsowa stosowana jest jako procedura samodzielna lub jako wspomaganie terapii iniekcjami doszkliskowymi. W Centrum Medycznym Oko dysponujemy laserem mikropulsowym od roku i możemy się pochwalić wieloma sukcesami terapeutycznymi – **mówi lek. med. Agnieszka Panasiak, kierownik poradni NZOZ OKO w Gdyni.**

Taki sposób laseroterapii oszczędza tkankę i nie powoduje jej uszkodzenia, jak w przypadku klasycznej fotokoagulacji. Laserem mikropulsowym można także wykonać zabieg przeciwjaskrowy MLT, zwłaszcza u osób młodych czy niereagujących na leczenie innymi laserami. Jest to o tyle istotna informacja, że według danych Światowej Organizacji Zdro-

wia (WHO), 15% ludności naszego globu straciła wzrok z powodu jaskry, a w naszym kraju każdego roku z powodu tej choroby 380 tys. Polaków staje się niewidomymi.

Wzrok, podobnie jak cały ludzki organizm, ulega starzeniu. Diagnostyka to podstawa, gdyż im wcześniej wykryjemy schorzenie, tym większa szansa na uratowanie wzroku. Tym bardziej, że technologia w rękach doświadczonych, wykwalifikowanych lekarzy, a takich mamy w Centrum Medycznym OKO, potrafi dzisiaj zdziałać cuda – **dodaje lek. med. Agnieszka Panasiak.**

WHO szacuje, że na świecie choroby narządu wzroku mogą dotyczyć nawet 285 mln osób, z czego 246 mln dotyka upośledzenie widzenia, a 39 mln osób jest niewidoma. ■

MŁODOŚĆ WE KRWI

Walka medycyny z oznakami starzenia trwa bezustannie. Od czasu odkrycia unikalnych właściwości komórek macierzystych, marzenia o młodszym wyglądzie zmieniły się w rzeczywistość. Dowodem na to jest zabieg bazujący na osoczu bogatopłytkowym. Jest on bezpieczny, naturalny i charakteryzuje się świetnymi i trwałymi efektami – przekonuje dr Marek Muraszko – Kuźma z kliniki Medissima w Sopocie.



DR N MED. MAREK MURASZKO - KUŹMA

specjalista chirurgii ogólnej i chirurgii plastycznej. Członek Polskiego Towarzystwa Chirurgii Plastycznej, Rekonstrukcyjnej i Estetycznej. Członek International Society of Aesthetic Plastic Surgery. W klinice Medissima przeprowadza konsultacje i wykonuje zabiegi z zakresu: plastyka piersi, korekcje powiek, powiększanie ust, plastyka uszu, nosa, korekcje blizn, operacje plastyczne brzucha, liposukcja, operacyjny i nieoperacyjny lifting twarzy, zabiegi przeciwstarzeniowe, chirurgiczne leczenie nowotworów skóry.

Osocze bogatopłytkowe to metoda, która wykorzystuje naturalną zdolność organizmu do autoregeneracji. Dzięki nowoczesnej technologii lekarze mogą uzyskać „eliksir młodości” z krwi własnej pacjenta. Współczesna medycyna wykorzystuje osocze do gojenia ran, odbudowy tkanki kostnej, czy regeneracji i gojenia tkanek przyzębia. W medycynie estetycznej metoda z powodzeniem likwiduje oznaki starzenia, np. fałdy, zmarszczki, kurze łapki, czy zapadniętą skórę. Jest również pomocna w łagodzeniu skutków trądziku i łysienia.

Zabieg jest stosunkowo prosty i szybki. Lekarz pobiera do próbki określoną ilość krwi, następnie próbki są poddane procesowi wirowania, podczas którego krwinki czerwone i krwinki białe zostają oddzielone od osocza zawierającego płytki krwi. Po odwirowaniu i dodaniu odczynnika odseparowuje się gotowe do podania osocze bogatopłytkowe.

Powstałym w wyniku odwirowania krwi „koktajlem” ostrzykuje się wybrany obszar skóry pacjenta. Można to robić klasyczną techniką mezoterapii lub liniowo, wzdłuż zmarszczki czy fałdu skóry. Osocze bogatopłytkowe pobudza procesy regeneracji tkanek, wspomaga tworzenie nowych naczyń krwionośnych oraz stymuluje fibroblasty do produkcji nowego kolagenu. Dzięki temu skóra uzyskuje młodzieńczą wital-

ność - staje się gładzsza, bardziej elastyczna i wyraźnie młodsza.

Zabieg z użyciem osocza bogatopłytkowego jest uznawany za jeden z najbardziej bezpiecznych w medycynie estetycznej ze względu na swoją stuprocentową biokompatybilność i neutralność immunogenną. Oznacza to, że nie niesie ze sobą praktycznie żadnego ryzyka reakcji uczuleniowej. Przeciwwskazania? Ciąża, karmienie piersią, choroby krwi, choroby nowotworowe, zaburzenia krzepnięcia i stosowanie leków przeciwkrzepliwych. ■



SKUTECZNA BROŃ NA ROZSTĘPY

Problem z rozstępami? Nieważne, czy poprzeczne pręgi pojawiły się na udach, brzuchu, pierśsiach, czy pośladkach - Allure Institute ma skuteczne rozwiązanie! W tym artykule przedstawiamy efekty po trzech zabiegach radiofrekwencji mikroigłowej z wykorzystaniem urządzenia Venus Viva.

AUTOR: MATYLDA PROMIEN

Rozstępy są bardzo głęboko umiejscowione, co do tej pory stanowiło główny problem w ich usuwaniu tradycyjnymi metodami. Skuteczność urządzenia Venus Viva polega na silnym pobudzeniu docelowo w obszarze umiejscowienia rozstępu, a to za sprawą 160 mikroigiełek, którymi zakończona jest głowica.

Mikroigiełki te emitują fale radiowe, która ogrzewa tkanki nawet do 60 stopni C na całej długości mikroigieł i wytwarza koagulację (wypalenie), generując kontrolowany „stan zapalny”. Ma to na celu uruchomienie naturalnych procesów naprawczych, polegających na pobudzeniu fibroblastów do syntezy nowego kolagenu i elastyny, w ten sposób zapełniając braki powstałe głęboko w skórze.

Na skutek tego procesu zmiany są wypłycone pod warunkiem, że w rozstępie pozostała chociaż odrobina kolagenu. Efekty terapii widać już kilka tygodni po pierwszym zabiegu, choć zwykle trzeba go powtórzyć ok 3 razy. Ostateczna liczba cykli jest uzależniona od typu i rozległości rozstępów oraz zdolności regeneracyjnych organizmu. Ostateczne efekty widać dopiero po skończonej serii zabiegowej, a nawet kilka miesięcy po.

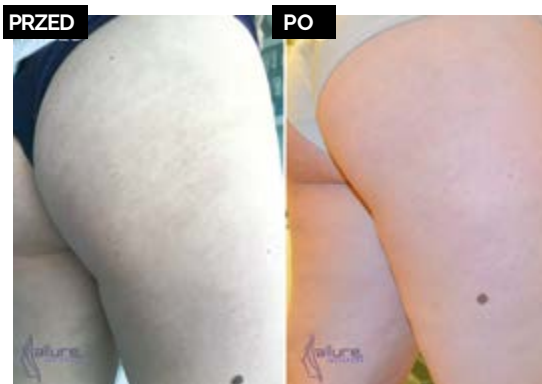


Poniżej efekty zabiegowe uzyskane po 3 zabiegach radiofrekwencji mikroigłowej z wykorzystaniem urządzenia Venus Viva. Rozstępy zostały znacznie wypłycone, a kondycja skóry poprawiona. - **mówiła ekspert kosmologii Natalia Sokołowska.**

Należy zaznaczyć, że zabieg jest tym bardziej efektywny, im rozstępy są młodsze. Zdjęcia efektu zabiegu dotyczą pacjentki, której rozstępy pojawiły się w okresie kiedy zaczęła gwałtownie rosnać (ok. 15 lat temu!).

Oprócz eliminacji rozstępów, urządzenie to uzyskuje również spektakularne efekty w liftingu skóry - niweluje zmarszczki, zagęszcza, wygładza i modeluje owal twarzy.

Klinika kosmologii i medycyny estetycznej Allure Institute to profesjonalne miejsce, w którym pracuje się na wysokiej jakości produktach i urządzeniach o technologii najnowszej generacji. Fundamentem Allure Institute jest profesjonalna, wykwalifikowana kadra specjalistów. W swojej ofercie posiadamy zabiegi z zakresu kosmetyki białej, kosmologii estetycznej oraz medycyny estetycznej



DR KAROLINA KONDEJ**USTA - KOREKCJA, POWIĘKSZANIE**

Wyrazisty kontur, proporcjonalny kształty oraz miękka i gładka powierzchnia warg to główne atrybuty pięknych ust. Niestety nie wszystkim jest dane być posiadaczami ładnych i kształtnych warg. Na szczęście medycyna estetyczna oraz chirurgia plastyczna opracowała kilka metod ich korekcji. Na ten temat rozmawiamy z dr Karoliną Kondej – sp. chirurgii plastycznej.

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEN



Dr Karolina Kondej
Chirurg plastyczny
www.drkondej.pl

Kiedy należy rozważyć korekcję ust?

Korekcję warg wykonuje się w przypadku wrodzonych lub pourazowych zniekształceń, asymetrii lub w przypadku opadania i wiotczenia warg w przebiegu naturalnego procesu starzenia się organizmu. Najczęstsze problemy związane z kształtem ust to zbyt cienkie wargi, które nadają twarzy srogi wygląd, brak górnej lub dolnej wargi, nieregularny kontur ust i zbyt duże usta.

Jakie są możliwości korekcji?

Istnieje kilka możliwości. Można zmienić wygląd czerwieni wargowej stosując wypełniacze zawierające kwas hialuronowy lub przeszczepiając własną tkankę tłuszczową. Można trwale powiększyć lub zmniejszyć czerwień wargową chirurgicznie, ale także odtworzyć jej młodzieńczy kształt, napięcie i rozmiar, wykonując lift całej wargi górnej. By przywrócić nawilżenie, objętość i jędrność oraz umiarkowane powiększenie, odpowiednim rozwiązaniem będzie wstrzyknięcie preparatów kwasu hialuronowego różnej gęstości. Preparaty te sprawdzą się także przy korygowaniu umiarkowanych asymetrii. Alternatywą dla preparatów kwasu hialuronowego jest przeszczep własnej tkanki tłuszczowej.

Ograniczenia preparatów kwasu hialuronowego?

Preparaty te nie nadają się do korekcji zniekształceń z obecnością blizn, ponieważ blizny nie są podatne na rozciąganie i efektem takiego zabiegu może być pogorszenie wyglądu i jeszcze większe podkreślenie blizny. W przypadku, gdy zmiany degeneracyjne są

już obecne, doszło do zaniku trójwymiarowości wargi i do jej wydłużenia, dalsze wypełnianie coraz większymi objętościami wypełniacza prowadzi do nienaturalnego wyglądu i zniekształcenia wargi tworząc tzw. nienaturalny dziubek. W takich przypadkach odpowiednim rozwiązaniem będzie chirurgiczny lift wargi.

Jakie mamy możliwości korekcji chirurgicznej?

Obecnie mamy 3 metody chirurgicznej korekcji ust. Powiększanie ust metodą cięcia na granicy czerwieni i bieli wargowej, które polega na usunięciu fragmentu skóry wargi i wywinięciu czerwieni wargowej, zwiększając w ten sposób jej wymiar o szerokość wyciętego fragmentu. Ten zabieg umożliwia również konturowane ust. Druga metoda to lift wargi górnej. Cięcie wykonuje się u podstawy nosa i usuwa się pasek skóry wargi. Metoda ta nie tylko powiększa czerwień wargową, ale skraca całą wysokość wargi przywracając jej bardziej młodzieńczy wygląd. Oba zabiegi można przeprowadzić w znieczuleniu miejscowym. Trzecia metoda to wprowadzenie silikonowych implantów poprzez małe nacięcia w kąciach ust.

Jak przebiega okres rekonwalescencji?

Okres rekonwalescencji trwa zazwyczaj 7-10 dni. W pierwszych dniach po zabiegu występuje obrzęk, w trakcie tego okresu zalecana jest dieta miękka, papkowata by nie urazić operowanych okolic. Szwy usuwane są w 7 dobie po zabiegu. Przez ok. 3-4 miesiące od wykonania zabiegu należy unikać ekspozycji na słońce i nie chodzić do solarium. ■



GDAŃSKA KLINIKA URODY

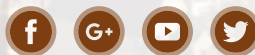
Najlepsza Klinika Medycyny Estetycznej
i Kosmetologii Profesjonalnej w Trójmieście

Zlokalizowani jesteśmy
w Śródmieściu,
naprzeciwko Muzeum
II Wojny Światowej

www.gdanskaklinikaurody.pl

Interesujący blog: www.gdanskaklinikaurody.pl/blog

Napisz maila: repcja@gdanskaklinikaurody.pl



Jesteśmy
Ambasadorami
Gdańska:

VISIT
GDANSK

Gdańska
Organizacja
Turystyczna

The best Aesthetic
Medicine and Cosmetology
Clinic in Tricity

trojmiasto.pl

Skonsultuj się z:  [tripadvisor](https://www.tripadvisor.com)

REKLAMA



OSTEO
SPORT



rehabilitacja
fizjoterapia
trening
zajęcia grupowe

Gdynia, ul. Stryjska 26,
tel.: 785 853 855
e-mail: rejestracja@osteosport.pl

EWA KEMPISTY JEZNACH

OSKARŻAM CIĘ O ŁEZ STRUMIENIE

„Oskarżam cię o łez strumienie, osamotnienie, zdradę i gniew. Oskarżam Cię o to cierpienie, wojen płomienie, przelaną krew”. Testosteron w piosence Kayah jest winien największego grzechu – kobiecych łez. Czy pozwany ma coś na swoje usprawiedliwienie? O tym rozmawiam z dr Ewą Kempisty – Jeznach, lekarzem medycyny męskiej. Kobietą wyjątkową, która bez taryfy ulgowej łamie stereotypy i naprawia mężczyznom to, co z wiekiem, ilością stresu i liczbą przepracowanych nadgodzin, funkcjonuje coraz gorzej. I nie chodzi tu tylko i wyłącznie o to co macie na myśli. Chodzi przede wszystkim o głowę. Tę właściwą.

ROZMAWIAŁA: DAGMARA RYBICKA

Czym jest medycyna męska?

W Polsce nie ma jeszcze oficjalnej specjalizacji, na zachodzie zaś jest to powszechna dziedzina medycyny. Dla wielu ludzi, także lekarzy, zdrowiem mężczyzny zajmuje się urolog lub androlog. Nic bardziej mylnego. W nowoczesnej medycynie pod tym pojęciem kryje się wiele zagadnień medycznych, począwszy od chorób serca i płuc, zaburzeń hormonalnych, przez leczenie otyłości i nadwagi, a skończywszy na psychice i potencji. Medycyna męska zajmuje się dolegliwościami typowymi dla organizmu mężczyzny na każdym etapie życia. Istotnym obszarem medycyny męskiej jest diagnozowanie i leczenie zaburzeń seksualnych.

Na co najczęściej chorują mężczyźni?

Trafiają do mnie z nieokreślonymi objawami, szukając odpowiedzi co im faktycznie dolega. W większości do drzwi puka psychosomatyka. Mężczyzna XXI wieku jest nieprawdopodobnie zestresowany. Wiadomości równoległe z telefonów, komputerów i tabletek zaburzą ich sposób myślenia. A mężczyzna nie może mieć rozkojarzonej uwagi ponieważ powoduje to natychmiastową produkcję hormonów stresu. Te szybko opadają i w zamian powstaje kortyzol – odpowiedzialny za przewlekły stres.

Panuje stereotyp, że kortyzol przypisany jest kobietom.

Panowie mają go znacznie więcej. Oczywiście mam na myśli mężczyzn pracujących. Problemem XXI wieku jest praca – wyzwanie, która otacza nas zawsze i wszędzie. Nie potrafimy się od niej wyzwolić. Stres dosięga ich najczęściej w korporacjach, własnych firmach. Pełnione stanowisko nie ma tu nic do rzeczy. To współczesne polowanie, gdzie samiec ma za zadanie przynieść do domu zwierzka w postaci paru zer na koncie.

Jakie są objawy?

Czynniki psychiczne, czyli stres przechodzi na ciało. Pojawiają się skoki ciśnienia, zaburzenia rytmu serca, napięcia mięśni przy kręgosłupie, zawroty głowy, szumy w uszach, drętwota rąk. Występuje też zespół stałego osłabienia.

Nie wystarczy po prostu odpocząć? Pojechać na urlop w ciepłe kraje?

Urlop nie pomoże. Powrót jest przecież do tego samego środowiska i stresu, z którym nie potrafi sobie poradzić. Być może mózg jeszcze próbuje sprostać, ale ciało całkowicie się poddało. Dlatego wychodzi spod kontroli.

Plan B – jedzie w Bieszczady.

Fajna metoda, która wsparta zen, pilates, mindfulness, jogą czy dowolnymi sposobami wycieszenia, może być pomocna. Sam wyjazd to za mało.

On w Bieszczadach, a w miejskiej dżungli rodzina. Żona, dzieci i rachunki.

Niestety, wyjeżdżając na urlop z żoną, przenosząc problemy z pracy na środowisko rodziny i domu jeszcze bardziej pogłębia chorobę. Problem tkwi w tym, że do lekarza może trafić człowiek, który ma podobne objawy w wyniku choroby organicznej. Należałoby zacząć od wykluczenia tej jednostki, ale też spojrzeć na problem szerzej. Bo jeśli nie bierze się to z choroby organicznej to trzeba pacjentowi powiedzieć: Pana choroba rodzi się w głowie. Ale najczęściej jest tak, że facet biega od specjalisty do specjalisty. Był u rodzinnego, obejrzał go endokrynolog, zdarza się że psychiatra. Diagnozy nie ma. Facet czuje się coraz bardziej chory i jeszcze mocniej sfrustrowany. Nagromadzony stres spowoduje spadek testosteronu.

Wtedy się zaczyna!

Kiedyś Ornelia Mutti, znana włoska aktorka porównała męską energię do Ferrari. Paliwo to testosteron, za kierownicę służy mu penis, skrzynia biegów to potencja z pedałami na gaz oraz hamulcem i wreszcie skomplikowany układ elektroniczny, który jak mózg mężczyzny musi zostać od czasu do czasu komputerowo ustawiony przez partnerkę. Ale bez testosteronu jako paliwa i penisa jako kierownicy, Ferrari stoi w garażu i nie jedzie dalej. Spadek testosteronu powoduje depresję, zespół wiecznego przemęczenia, brak aktywności życiowej i niezadowolenie żony, bo mężczyzna unika łożka. Zani-

ka libido, potencja nie jest taka jak kiedyś. Mężczyzna mający zaburzenia potencji traci pewność siebie. Przedwczesny wytrysk, brak wzwodu, osłabienie twardości penisa podczas stosunku i wiele innych zaburzeń to oczywiście tematy trudne, ale bardzo powszechne.

Telewizja krzyczy reklamami o konarze, który bez trudu zaplonie. Widać po czasie antenowym, że problem istnieje na masową skalę.

To ukłon w stronę panów, którzy mając te kłopoty niekoniernie muszą przejść przez lekarza. Tabletki do kupienia są bez recepty, są bezpieczne o ile pacjent dostosuje się do zalecanego dawkowania.

Reklamowane tabletki to placebo? Zamiast cukierków na osłodę życia?

To doskonałe leki, które poprawią ukrwienie penisa. 80 procent stosunku seksualnego to wypełnienie naczyń krwionośnych. Krew powinna się w penisie zatrzymać. U wielu pacjentów krew od razu wypełnia naczynia, ale wraca z powrotem powodując brak wzwodu – na tym polega zaburzenie potencji. Leki, o których mówimy hamują enzymy odpowiedzialne za ucieczkę krwi z penisa. Tabletki zawsze działają, jeśli naczynia są sprawne i nie ma blokady psychicznej.

I stała się światłość, facet uświadamia sobie, że przyczyną nieszczęścia jest brak testosteronu. Co dalej?

Należy go uzupełnić. Testosteron znajduje się w organizmie człowieka, dlatego nie mówimy o leczeniu tylko o substytucji, czyli podstawianiu. Hormon możemy podstawiać na drodze naturalnej, czyli odpowiednim odżywianiem i sportem. Życiem mężczyzny rządzą 4 litery „s”. Stres, który niszczy testosteron oraz sport, sen i sex, które go poprawiają. W organizmie toczy się wieczna walka między nim a kortyzolem. Wiek, stres

i kastracja – trzy główne czynniki powodujące zanik potrzebnego hormonu. Zdarza się, że 35 letni facet ma go poniżej normy.

Jednak dla mężczyzny świat się kończy!

Często łąduje u psychiatry ponieważ jednym z objawów braku testosteronu jest depresja. Kłopot w tym, że mało który lekarz zaleca badanie poziomu hormonów. Latami bierze antydepresanty, które guzik pomagają.

Wszystko można naprawić?

Poprawić. Przez sport i odpowiednie jedzenie. Nawet przez krótkie substytucje podawania testosteronu. Niestety, po czterdziestce wiek plus stres psują nam możliwości powrotu do pięknych i błogich chwil niezmaconych kłopotami, ale nie można się poddawać tylko zacząć od sięgania po męski phyto testosteron w diecie.

Phyto testosteron? Ułożmy potężne menu na potencję.

Tribulus terrestris, szeroko reklamowany w telewizji. Azjatycki phyto testosteron z łupek nasion tam rosnących. Nie zapominajmy, że mamy też nasze dobre bo polskie jarzyny, które organizm mężczyzny rozpoznaje jako dostawcę testosteronu. Brokuły, kalafior, kapusta, brukselka, rzodkiewka, rzepa. Codziennie, ponieważ organizm mężczyzny rozpoznaje je jako fito testosteron.

Jak wytłumaczyć drugą młodość panów? Pytam o tych starszych, którzy zamiast z wnukami na karuzeli i lodach, uganiają się za spódniczkami w nocnych klubach?

Ma to związek z postępującym procesem starzenia. Mało kto chce się z nim pogodzić. Przykładowo w Stanach 70-latek w fitness klubie nikogo nie dziwi. Mając do dyspozycji szereg środków w postaci tabletek i różnorodnych suplementów próbują oszukać czas. Nic dziwnego, życie jest piękne! ■



CROSSFITERZY WALCZĄ Z RAKIEM PIERSI

BreastFit – sztuka wspólnego badania i wsparcia kobiet z rakiem piersi, w tym z chorobą zaawansowaną – to kluczowe przesłania drugiej edycji kampanii edukacyjnej „BreastFit. Kobiety biust. Męska sprawa”. Jednym z elementów kampanii jest charytatywny kalendarz „Power of Community 2018 z udziałem czołowych polskich crossfiterów.

AUTOR: MP / FOTO: PIOTR FAJFER



Tegoroczna odsłona kampanii dedykowana jest kobietom z zaawansowanym rakiem piersi i ich bliskim. Rak piersi do postaci zaawansowanej rozwija się u ok. 30 proc. chorych kobiet, u ok. 5-10 proc. rozpoznawany jest wówczas, gdy choroba daje już przerzuty do innych organów.

Zdiagnozowanie nowotworu piersi jest trudne do zaakceptowania dla każdej kobiety, tym bardziej, gdy rak piersi rozpoznany jest w stadium zaawansowanym. Zawsze z chorobą zmagają się nie tylko osoba, której diagnoza dotyczy, lecz cała rodzina i bliscy. Przed nimi także stają nowe wyzwania - emocjonalne, fizyczne a także finansowe.

Fundacja OnkoCafe – Razem Lepiej stworzyła BreastFit, czyli sztukę wspólnego badania i wsparcia kobiet w profilaktyce, a także w chorobie jaką jest rak piersi, na każdym jej etapie. Fundacja przygotowała m.in. spe-

cialny trening, który pokazuje, że badanie piersi w parze może być znakomitym motywatorem dla pań do regularnej profilaktyki. Każdy jego element – od rozgrzewki, przez podkręcenie tempa, po wspólne ćwiczenia pod prysznicem – opatrzone jest grafikami obrazującymi, jak prawidłowo wykonać poszczególne ćwiczenie.

Na stronie kampanii breastfit.onkocafe.pl znajdziemy także sekcję dedykowaną bliskim kobiet chorych na nowotwór piersi i odpowiedzi na wiele pytań, które mogą pojawić się wraz z diagnozą i chorobą, na każdym jej etapie. Nieodłącznym elementem kampanii „BreastFit. Kobiety biust. Męska sprawa” jest kalendarz z udziałem crossfiterów, symbolizujący siłę i odwagę, potrzebne by wspierać kobiety. W tegorocznej sesji zdjęciowej wzięło udział 12 sportowców z całej Polski. Kalendarz można kupić, odwiedzając stronę kampanii oraz w kawiarniach Costa Coffee w całej Polsce. ■

W Polsce u kobiet rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym

Rocznie na raka piersi zapada około 17 tys. Polek, a ok 5 tys. umiera

Badania przesiewowe są najlepszą metodą wczesnego wykrywania raka piersi

Diagnostyka to: badanie lekarskie, mammografia, USG, rezonans i badanie komórek wydzieliny z brodawki



ODWAŻNI WYGRYWAJĄ

Konferencje, prelekcje w szkołach, pokazy samobadania jąder to tylko niewielka część ogólnopolskiej kampanii na rzecz profilaktyki raka jądra - Odważni Wygrywają. Wydarzenie organizowane przez fundację „Gdyński Most Nadziei” od kilku lat przyciąga uwagę mediów, sponsorów, a przede wszystkim mężczyzn, którym zależy na własnym zdrowiu.

Tegoroczna edycja Odważnych to także wyjątkowy, charytatywny kalendarz - tym razem w nowej odsłonie! Odważni dla Odważnych są projektem, w którym zobaczyć można niesamowite fotografie komandosów FORMOZY w akcji. Kalendarz zamówić można poprzez stronę www.odwazni.com.

- Temat raka jądra w naszym społeczeństwie jest poruszany niechętnie, co powoduje, że świadomość ewentualnych zagrożeń jest niewielka. Dla wielu mężczyzn rozmowa o swoim ciele i ewentualnych problemach zdrowotnych może być wyjątkowo kłopotliwa. Samoświadomość jest jednak powodem do dumy i oznaką prawdziwego męstwa - **mówi Małgorzata Marmajewska, psychoonkolog i prezes Fundacji „Gdyński Most Nadziei”.**

Profilaktyka jest niezwykle istotna - dzięki samobadaniu możliwe jest wczesne wykrycie raka jądra. Ten z kolei, we wczesnym stadium, jest wyleczalny niemalże w 100%. W przypadku wątpliwości warto skorzystać z pomocy specjalistów.

W ramach listopadowej edycji kampanii Odważni Wygrywają będzie można wykonać łącznie około 200 bezpłat-

nych badań USG jąder w placówkach partnerów akcji: Przychodni Lekarskiej Witomino, Centrum USG Diagnostyki, WCO Wojewódzkim Centrum Onkologii, Poliklinice evi-Med, Clinica Medica, Medica Assistance S.A., Lekarskiej Spółdzielni Pracy w Gdyni.

W akcji biorą udział liczne, trójmiejskie lokale gastronomiczne. To w nich chętni będą mogli spróbować Odważnych Dań przygotowanych specjalnie z racji kampanii. 10-15% dochodu z ich sprzedaży zostanie przekazane na poczet kampanii.

Aktualne informacje o harmonogramie wydarzeń w ramach listopadowej akcji oraz profilaktyce raka jądra można odnaleźć na stronie www.odwazni.com oraz profilu facebookowym Odważni Wygrywają.



ODWAŻNI WYGRYWAJĄ
KAMPANIA SPOŁECZNA NA RZECZ
PROFILAKTYKI RAKA JĄDRA.

ORGANIZATOR: FUNDACJA GDYŃSKI MOST NADZIEI



1
ZŁAP JEDNO JĄDRO PRZY POMOCY
OBU DŁONI.
Najlepiej po gorącej kąpielii
lub prysznicu, gdy mięśnie moszny
są rozluźnione.



2
SPRAWDŹ KAŻDE JĄDRO OSOBNO,
OBRACAJĄC JE POMIĘDZY
KCIUKIEM A POZOSTAŁYMI PALCAMI.
Powinno ono być gładkie.
Podczas sprawdzania swoich jąder
nie powinieneś odczuwać żadnego
ból.



3
ZAPOZNAJ SIĘ Z BUDOWĄ SWOICH
JĄDER.
W szczególności z powiększeniem
nasilnym i nadjądrzem.



4
SZUKAJ ZGRUBIEŃ, ZMIAN W WYGLĄDZIE
LUB W KOLORZE SKÓRY.
To normalne, że jedno jądro
jest nieco mniejsze od drugiego.

**BADAJ SIĘ REGULARNIE,
NAJLEPIEJ RAZ W MIESIĄCU.**

**JEŚLI ZAUWAŻYSZ COŚ NIEPOKOJĄCEGO,
KONIECZNIE ZGŁOŚ SIĘ DO UROLOGA!**

SPORTOWCY DLA DZIECI Z WADAMI SERCA

Pomoc dzieciom z wadami serca w zakresie rehabilitacji i aktywizacji fizycznej – taki jest cel akcji charytatywnej „Siła Serca”, której efektem jest kalendarz z aktami trójmiejskich sportowców. Projekt zrealizowany został wspólnie przez Fundację Serce Dziecka i gdańskiego fotografa Jana Górczaka.



Fundacja Serce Dziecka jest ogólnopolską organizacją, działającą na rzecz dzieci z wadami serca. Wady serca i układu krążenia to najczęstsze wady wrodzone, które występują u około 1% żywo urodzonych noworodków. Niewykryte w odpowiednim czasie mogą prowadzić do wielu powikłań, ze śmiercią włącznie.

Jednak niektóre wady wrodzone serca przez długi czas mogą nie dawać żadnych objawów klinicznych, dlatego są wykrywane dopiero u dorosłych. Odpowiednio szybkie rozpoznanie oraz rozpoczęcie terapii daje spore szanse na ich pełne wyleczenie. Niektóre wady wrodzone stanowią zagrożenie dla życia noworodka, dlatego leczy się je chirurgicznie.

- Niezwykle ważna jest rehabilitacja kardiologiczna, ponieważ serce dziecka po operacji musi na nowo przystosować się do pracy. Ćwiczenia fizyczne pomagają przywrócić sercu prawidłowe funkcjonowanie, wpływając na jego bardziej równomierną pracę przy mniejszym zużyciu tlenu – dr n. med. Anna Turska-Kmieć, z Kliniki Kardiologii Centrum Zdrowia Dziecka.

To właśnie zainspirowało twórców kalendarza. Artystyczne zdjęcia sportowców promujących aktyw-

ny tryb życia oraz zdrowe ciało zwracają uwagę na dużą rolę aktywności fizycznej małych pacjentów w procesie ich leczenia i rehabilitacji. Kalendarz „Siła Serca” pokazuje, że zdrowy i aktywny tryb życia daje szansę dzieciom z wadami serca, aby - tak jak ich zdrowi rówieśnicy - mogli jeździć na rowerze, biegać, skakać, czy też pływać.

- Zdecydowaliśmy się pokazać sportowców nago w ujęciu artystycznym. Nagość, ponieważ potrafi ona być jednocześnie tak samo krepująca oraz naturalna jak choroba. Często wstyd związany z nagością jest porównywalny do wstydu i lęku wykazywanego w obliczu rozmowy o chorobie - my staramy się go przełamać – mówi fotograf, Jan Górczak.

Bohaterami kalendarza są sportowcy i trenerzy personalni: Kasia Dziurska (fitness), Klaudia Szczęsna-Rzepecka (fitness), Martyna Kuźnicka (sprinterka), Marta Stachowicz (pole sport), Dariusz Rzepecki (triathlon), Paweł Rakoczy (lekkoatletyka, olimpijczyk z Londynu), Piotr Kazubski (trener przygotowań motorycznych) oraz bracia Kacper, Karol i Sebastian Młynarkiewicz (trenerzy personalni). Kalendarz można zamówić na stronie www.seredziecka.org.pl

DIETY NISKOKALORYCZNE POWIKŁANIA, O KTÓRYCH NIE ZDAJESZ SOBIE SPRAWY

Wiele kobiet wymieniłoby z pamięci nazwy diet niskokalorycznych – dieta Dukana, kopenhaska, czy dieta 1000 kcal. Na tego rodzaju restrykcje żywieniowe często decydują się ludzie młodzi oraz osoby, które chcą szybko schudnąć np. z powodu zbliżającej się uroczystości. Szybka utrata wagi wydaje się bardzo atrakcyjna, ale niesie ze sobą wiele negatywnych powikłań dla organizmu. Co nam grozi, jeśli zdecydujemy się na tego rodzaju dietę?

AUTORKA: MAGDALENA OLEŚ - PORADNIA DIETETYCZNA SLIMFOOD

Przede wszystkim możemy doprowadzić nasz organizm do niedoborów pokarmowych. Stosując diety niskoenergetyczne, o wartości kalorycznej niższej niż nasza podstawa przemiana materii (PPM), nie jesteśmy w stanie dostarczyć sobie wszystkich niezbędnych witamin i składników mineralnych.

W dzisiejszym świecie żywność nie jest tak bogata w składniki odżywcze jak kiedyś – tym bardziej powinniśmy spożywać jedzenie o wysokiej zawartości minerałów i witamin oraz uni-

kać głodówek. Warto zwrócić uwagę, że wiele spośród tych witamin wchodzi w skład enzymów i hormonów, bez których nie jesteśmy w stanie efektywnie spalać tłuszczu.

Długotrwałe restrykcje żywieniowe mogą doprowadzić organizm kobiety do zaburzeń cyklu miesięcznego i płodności. Organizm płci żeńskiej jest „zaprogramowany”, aby nie wydawać potomstwa na świat w sytuacjach zagrożenia, a właśnie tak nasz organizm odbiera długotrwałe diety głodówkowe.

Utrata nadmiernej tkanki tłuszczowej jest polecana kobietom w okresie prokreacyjnym, szczególnie tym, które cierpią na zaburzenia gospodarki glukozowo-insulinowej i cierpią na PCOS, jednak stanowczo zalecane jest prowadzenie całego procesu pod okiem wykwalifikowanego specjalisty dietetyka.

Stosowanie na własną rękę diet głodówkowych jest absolutnie niewskazane osobom cierpiącym na choroby takie, jak: niedoczynność tarczycy, choroby autoimmunologiczne (np. Hashimoto), zaburzenia pracy układu pokarmowego (np. zespół jelita drażliwego), refluks.

Przeciwwskazane jest również stosowanie diet głodówkowych u osób chorych na anemię czy cierpiących na nietolerancje pokarmowe. Jadłospis powinien być ściśle dostosowany do każdej jednostki chorobowej, gdyż z każdą z nich wiąże się inne zalecenia dietetyczne. Przykładowo: osoby z chorobą Hashimoto powinny w swojej diecie spożywać większe ilości kwasów omega-3. Pamiętajmy, że to, co dla jednej osoby jest lekarstwem, dla drugiej może być trucizną.



Utrata dużej ilości tkanki mięśniowej w stosunku do tkanki tłuszczowej jest charakterystyczna dla diet niskoenergetycznych. Utrata ta nie zapewni nam jędrnego i kształtnego ciała. W dodatku, po spaleniu mięśni będziemy potrzebować coraz mniejszej ilości energii do funkcjonowania, w związku z czym będziemy musieli zacząć dostarczać naszemu organizmowi coraz mniej kalorii.

Przy takim błędnym kole znacznie nam towarzyszyć coraz większy głód, który jest trudny do wytrzymania. Dobrze jest podczas odchudzania przeprowadzać regularne analizy składu ciała na profesjonalnym sprzęcie wyposażonym w elektrody na górne i dolne partie ciała. Dzięki równomiernemu rozkładowi elektrod pomiar jest

rzetelny i jesteśmy w stanie ocenić, czy nasze odchudzanie przebiega w odpowiedni sposób.

Organizm ludzki w toku ewolucji wykształcił mechanizm broniący go przed szybkim spadkiem masy ciała. Zbyt duży deficyt kaloryczny warunkuje spowolnienie przemiany materii – ludzkość w ten sposób broniła się w okresach głodu przed zbyt szybką utratą tkanki tłuszczowej, stanowiącą zapas energetyczny na „gorsze czasy”.

Permanentne odczuwanie głodu może też zaburzyć mechanizm działania leptyny, hormonu sytości, który dostarcza informację do naszego mózgu, że jesteśmy najedzeni. Organizm obniża poziom tego hormonu, co powoduje, że jesteśmy coraz bardziej głodni. Po ogromnych

restrykcjach kalorycznych niski poziom leptyny może utrzymywać się nawet do 6 miesięcy i w ten sposób powodować wystąpienie efektu jo-jo.

Diety głodówkowe cieszą się sporym powodzeniem. Na pozór wydaje się, że przynoszą one same korzyści: w krótkim okresie czasu jesteśmy w stanie zgubić nadmiarowe kilogramy i cieszyć się smukłą sylwetką. Czy jednak są one warte realizacji, jeśli powodują tak wiele szkód w naszym organizmie?

Pamiętajmy, że jadłospis powinien być dostosowany do naszej masy ciała i wzrostu, trybu życia, preferencji żywieniowych, towarzyszących chorób. Tylko w ten sposób jesteśmy pozbyć się nadmiernych kilogramów na trwałe, zdrowo i bez efektu jo-jo. ■

REKLAMA

DIETETYK DLA CIEBIE, KONSULTACJE W GABINECIE I ON-LINE

Zajmujemy się odchudzaniem i dietoterapią, gwarantujemy holistyczne podejście



Na hasło
"prestizh"
30% rabatu na
1. wizytę*.


Slimfood
PORADNIA DIETETYCZNA

Schudnij i popraw swoje zdrowie!
Z nami osiągniesz sukces.

UMÓW SIĘ JUŻ DZIŚ:
tel. 509 964 573

www.slimfood.pl
www.znanylekarz.pl/magdalena-oles-robaczynska

* promocja nie łączy się z innymi rabatami, ważna do 01.02.2018

SALON FRYJERSKO-KOSMETYCZNY QUIRIS

NAJLEPSZY NA POMORZU

Salon Quiris z Gdańska najlepszym salonem fryzjerskim w Gdańsku i na Pomorzu – takie jest rozstrzygnięcie plebiscytu Mistrzowie Urody zorganizowanego przez redakcję Dziennika Bałtyckiego. Ogłoszenie laureatów i wręczenie nagród odbyło się podczas zakończonych niedawno Targów Uroda.

Co roku głosami klientów i czytelników Dziennika Bałtyckiego wybierani są najlepsi fryzjerzy, barberzy, kosmetyczki, salony fryzjerskie, studia urody oraz stylistki paznokci na Pomorzu.

- Zwycięstwo w tak prestiżowym plebiscycie bardzo nas cieszy i jest potwierdzeniem tego, że ciągłe podnoszenie swoich kwalifikacji, konsekwentne stawianie na jakość, bycie na bieżąco z trendami i podążanie za wszystkim tym, co innowacyjne, przynosi efekt. W naszym salonie do tego wszystkiego dochodzą jeszcze takie wartości dodane, jak fantastyczna atmosfera i najlepsze na rynku kosmetyki do pielęgnacji i stylizacji włosów – **mówi Kwiryna Gołębiowska, właścicielka salonu Quiris.**

Wszystko to sprawia, że do salonu położonego w Brzeźnie, niezwykle urokliwej dzielnicy Gdańska, przyjeżdżają klientki z całego Trójmiasta.

- Nasz salon to połączenie doświadczenia oraz filozofia prostoty i elegancji otwartych przestrzeni. Miejsce tętniące życiem i spokojem zarazem, miejsce, w którym każdy z naszych klientów będzie czuł się wyjątkowo. Rozwiązujemy problemy z włosami, dbamy o ich kondycję i edukujemy naszych klientów, którzy traktują nasz salon jako



AUTORKA: MATYLDA PROMIENIĆ



swoj salon i ze spokojnym sumieniem polecają go rodzinie i przyjaciołom – **dodaje Kwiryna Gołębiowska.**

Salon Quiris w Gdańsku jest jednym ze 100 starannie wyselekcjonowanych salonów w Polsce posiadającym w ofercie linię Kerasilk Premium firmy Goldwell. Kerasilk Premium to ekskluzywne kuracje salonowe dopasowane do indywidualnych potrzeb i luksusowe produkty do domowej pielęgnacji włosów dające długotrwałe efekty.

Sekretem ich skuteczności są zaawansowane technologie oraz najwyższej jakości składniki, między innymi: keratyna, olejki, jedwab naturalny czy elastyna. Zabiegi pielęgnacyjne mają na celu: wygładzenie, rekonstrukcję, odbudowę i poprawę objętości oraz odżywienie i utwarcenie koloru. Pielęgnacja Kerasilk Premium jest kuracją bardzo intensywną i długotrwałą.

Nowością w ofercie salonu Quiris jest kuracja Kerasilk Control De-Frizz, która dzięki technologii KeraShape, zapewnia długotrwałe wygładzenie niesfornych i puszących się włosów, podkreślając jednocześnie ich naturalny kształt. Efekt lśniących i perfekcyjnie wygładzonych włosów utrzymuje się nawet do 6 tygodni. ■



Salon Fryzjerski QUIRIS - Kwiryna Gołębiowska • Gdańsk, ul. Gałczyńskiego 12
Tel: 58 342 80 64/ 505 279 759 • www.quiris.pl



Rodzinne Święta Bożego Narodzenia w Pałacu Hanza
Wyjątkowy czas dla rodziny, w wyjątkowym miejscu.

*Hanza Pałac Wellness & SPA*****
Rulewo 13, 86-160 Warlubie
tel: + 48 52 320 90 94
www.hanzapalac.pl | facebook.com/hanzapalac



PIĘKNO W ZASIĘGU RĘKI

Kreatywni styliści fryzur mający artystyczne podejście do uprawianego rzemiosła - to największy atut salonów fryzjersko - kosmetycznych Roccialli. Mieszczące się w Galerii Bałtyckiej i Olivia Business Centre salony, to miejsca zdecydowanie dla kobiet i mężczyzn ceniących indywidualizm, a perfekcja, styl oraz jakość kosmetyków najlepszych światowych marek to przepis na prawdziwe piękno.

AUTOR: MILENA ŚMIŁEK



Fachowy personel pracujący przy pomocy cenionych na całym świecie produktów do pielęgnacji włosów, paznokci i ciała zrobi wszystko by zadowolić i pozwolić na chwilę relaksu klientom. Indywidualnie dobrana linia preparatów pielęgnacyjnych sprawi, że twoje włosy, ciało i paznokcie na co dzień będą wyglądały jak bezpośrednio po wizycie u w salonie.

REGENERACJA WELLA SPA

Osoby które chcą się zrelaksować i dodatkowo zregenerować, dodać objętości, nawilżyć lub odżywić włosy zapraszamy na rytuały przyjemności. Przy każdym zabiegu WELLA SPA wykonywany jest odpowiednio dobrany masaż. Jest to moment kiedy można delektować się zapachem i regenerować siły po stresującym dniu. Intensywna kuracja w formie głębokiej regeneracji jest specjalnie dobierana do potrzeb twoich włosów i precyzyjnie przygotowana w postaci stosowanej mikstury.

SP MEN GRADUAL TONE - ODSIWIANIE

Najbardziej męski sposób zredukowania siwizny. Prosto i skutecznie jak nigdy dotąd. Po raz pierwszy nowa, hybrydowo - pianowa technologia zastosowana w SP Men GRADUAL TONE łączy wygodną aplikację w formie piany z naturalnymi efektami oksydacyjnej technologii koloryzacji.

FARBOWANIE

Koloryzację wykonujemy farbami Koleston, Colortouch oraz Illumina firmy WELLA. Zapewniają one najlepszą ochronę włosa podczas koloryzacji oraz piękny, długotrwały kolor. Dostępne są u nas produkty, które nie zawierają amoniaku

SHELLAC

Koniec zmagarów z odpryskiwaniem, smugami i zbyt długim czasem wysychania. SHELLAC UV COLOR COAT jest pierwszym na świecie produktem typu hybrid nail color. Nakładany cienką warstwą jak lakier, utwardzany



w świetle UV, gwarantuje piękny kolor bez szkazy aż przez 14 dni. Kolory są hipoalergiczne, nie zawierają formaldehydu, toluenu i DBP. Formuła jest cienka i elastyczna jak lakier do paznokci, zapewnia mocną ochronę przed tuszczeniem pozostawiając lustrzany połysk.

MANICURE I PEDICURE SPA Z KĄPIELĄ PARAFINOWĄ

Manicure i Pedicure SPA to zabieg pielęgnacyjny polegający na peelingu dłoni i stóp, opracowaniu płytki paznokcia, usunięciu cząstkami skórek okalających paznokcie, i w przypadku stóp usunięciu zrogowaciałej skóry frezarką, upiększeniu paznokci poprzez pomalowanie płytki lakierem lub odżywką oraz wsmarowaniu odżywczego kremu. Ulgę przesuszonej skórze przyniosą również kąpiele w parafinie. Zabieg polega na zanurzeniu dłoni i stóp w ciepłej, płynnej parafinie (zawiera kolagen i witaminę A). Następnie na dłonie zakładamy rękawiczki, a na stopy specjalne skarpetki z frotty. Po 15 minutach zdejmujemy je i delikatnie ściągamy parafinę.

ZABIEGI KOSMETYCZNE

W salonach Roccialli, wykwalifikowany personel wykonuje również mikrodermabrazję, mezoterapię bezigłową (lifting bezigłowy) oraz wszelkiego rodzaju zabiegi pielęgnacji i odnowy biologicznej renomowanej firmy ORGANIC SERIES. Tutaj zaopatrzyć się również w preparaty kosmetyczne do sto-

sowania w domu. W salonach dostępna jest pełna linia kosmetyków, a na klientów czekają atrakcyjne rabaty na karnety.

MAKIJAZ

Makijaż odgrywa przede wszystkim rolę nadania kobiecej twarzy świeżości oraz podkreśleniu rys. Ważne w makijażu jest to, aby wyglądał precyzyjnie. Blondynkom pasują odcienie różu, błękitu, pastele. Ciemnowłosym paniom mocniejsze makijaże, a piegowatym rudzielcom pełna natura lub też odcienie zieleni, brązu. Uwodzicielski makijaż to taki, w którym podkreślone jest oko. Twoje spojrzenie hipnotyzuje i wabi, a usta zachęcają do pocałunku. Wystarczy cieniutka kreska, trochę cieni, błyszczycy i Twój mężczyzna nie będzie mógł się Tobie oprzeć.

ZAPROSZENIA I KARTY STAŁEGO KLIENTA

Jeśli chcesz sprawić komuś wspaniałą niespodziankę to zapraszamy do salonów Roccialli w celu nabycia eleganckiego prezentu w postaci zaproszenia na dowolną usługę. Jest to forma oryginalnego upominku, która sprawi wiele przyjemności bliskiej Ci osobie. Warto posiadać też imienną Kartę Stałego Klienta. Aby ją zdobyć wystarczy odwiedzić jeden z salonów i skorzystać z usługi fryzjerskiej lub kosmetycznej. Karta Stałego Klienta Roccialli to możliwość uzyskania rabatu na dowolną usługę. ■

PRESTIŻOWE SALONY W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH



Gdańsk - Galeria Bałtycka (remont do końca stycznia)
tel: 58 520 44 77
pon-sob 9.00-21.00, niedz. 10.00-20.00



Gdańsk - Olivia Business Centre (Olivia Tower)
tel: 58 340 88 00
pon-sob. 9.00-21.00, niedz. nieczynne
www.roccialli.pl



LOKI? TYLKO OD SZARPI KŁAK!

Piękne, bujne loki, niewymagające pielęgnacji. Odporne na wiatr, deszcz i śnieg. Idealne nawet do 10 tygodni. Mrzonka? Nie, to Szarpi Kłak! Pierwszy autoryzowany salon afro loków w Polsce. I to w samym sercu Trójmiasta.

AUTORKA: JUSTYNA MICHALKIEWICZ – WALOSZEK

Magda nigdy nie myślała, że zostanie fryzjerką. Bynajmniej nie taką klasyczną, która farbuję i strzyże. Marzyła o czymś więcej. Gdy wyjechała do Londynu, aby nabrać pierwszych szlifów zawodowych zrozumiała, że fryzjerstwo może być prawdziwą sztuką.

- Patrzyłam wówczas na włosy Afroamerykanek, na ich piękne loki. Wiedziałam, że Polki również docenią tę formę stylizacji. Nie było to jednak takie proste. Nie mogłam zaofiarować Stowiankom takich samych loków, jakie współgrały z buziami dziewczyn ciemnoskórych. Postanowiłam więc wymyślić nową formę i wprowadzić ją na polski rynek - **mówi Magdalena Mayewska, pomysłodawczyni Szarpi Kłaka.**

ZGRANY DUET

Pomysł Magdy zmaterializował się w 2014 roku. Razem z partnerem Mackiem, który wówczas pracował w zupełnie innej branży, zawarli układ. On zarabiał pieniądze, a ona dąży do tego, aby biznes zaczął dobrze prosperować.

Udało się. Gdy Maciek zrozumiał, że Szarpi Kłak ma przed sobą dobrą przyszłość, postanowił porzucić dotychczasową branżę i stanąć z Magdą ramię w ramię. Zarówno od strony marketingowej, jak i przy samych fotelach, z narzędziami fryzjerskimi w dłoni.

- Nauczyłem się fachu od mojego mistrza. Myślę, że doskonale się z Magdą uzupełniamy. Mój umysł analityczny i jej żywiołowość to idealna mieszanka - **mówi Maciek Mayewski, druga połowa Szarpi Kłaka.**

LUSTRO MOKRE OD ŁEZ

Na ścianie w salonie, zawieszona jest lustro. Eleganckie, z białą ramą. Klientki nigdy nie spoglądają na swoje odbicie podczas zabiegów. Gdy przychodzi moment, aby zobaczyć to, co przez ostatnie 3 godziny powstawało na ich głowach, pojawiają się łzy wzruszenia. Zmiana zawsze jest tak duża, że niektóre klientki nie potrafią wykrztusić z siebie słowa. Dzwonią na drugi dzień, aby podziękować. Inne od razu rzucają się na szyję.





- To lustro było świadkiem wielu spektakularnych metamorfoz. Dzisiaj jest czyste, ale w ciągu dnia bywa zalane łzami - **śmieje się Maciek Mayewski.**

Usługa polega na doczepieniu syntetycznych afro loków. Autorska metoda ta nie wymaga użycia żadnej chemii ani wysokich temperatur, jak to jest w przypadku innych metod przedłużania i zagęszczania włosów.

ZAMIAST PERUKI

Warto podkreślić, że Szarpi Kłak poza upiększaniem kobiet ma jeszcze jedną, misyjną funkcję. To często ostatnia deska ratunku dla kobiet po nowotworach, albo z bardzo rzadkimi włosami. Gdy żadna inna usługa nie pomaga, a ostatecznym rozwiązaniem wydaje się być peruka, Magda i Maciek pokazują, że można inaczej, że jest jeszcze jedna alternatywa.

- Pomagamy nawet wtedy, gdy wydaje się to niemożliwe. Nigdy się nie poddajemy. Nasza metoda pozwala pracować na bardzo rzadkich i zniszczonych włosach.

Podczas, gdy na głowie klientki dumnie prezentują się bujne loki, jej naturalne włosy odpoczywają od słońca i zabiegów mechanicznych - **dodaje Magdalena Mayewska.**

TRWAŁOŚĆ I WYGODA

Standardowy zabieg trwa nie dłużej niż 3 godziny. Zanim to jednak nastąpi, klientka musi przyjść na konsultację, aby ocenić długość i stan jej czupryny oraz wysłuchać oczekiwań. Na tej podstawie, Magda i Maciek tworzą prototyp, dobierając kolor, długość i skręt włosów. Na jedną głowę trzeba więc liczyć około 6 godzin pracy.

Włosy utrzymują się na głowie klientki nawet do 10 tygodni. Nie wymagają specjalnej pielęgnacji. Trzeba je myć oraz przystryc od czasu do czasu. O czesaniu, stylizowaniu czy układaniu możemy zapomnieć. Nie straszny im również deszcz czy śnieg. Takie włosy są więc nie tylko piękne, ale również szalenie wygodne.

DUMNE I PIĘKNE

Gdy pracują, w tle słychać jamajskie rytmy. Ta kultura zawsze była Magdzie bardzo bliska. Podobnie jak malarstwo. I chociaż sama jest zbyt skromna, aby pochwalić się obrazami, Maciek dumnie wskazuje na portrety żony. Na wszystkich widać kobiety z afro. Dumne i piękne. Jak klientki Szarpi Kłaka. Bo trzeba to stanowczo podkreślić, że zmiana fryzury często jest równoznaczna ze zmianą sposobu myślenia.

- Nasze loki dodają pewności siebie. Kobiety czują się w nich pięknie. Dostają komplementy na ulicy od zupełnie obcych ludzi. W tych lokach naprawde można poczuć się jak gwiazda filmowa - **podsumowuje Magda Mayewska.** ■



SOPOCKA FABRYKA URODY

2 MINUTY I WIESZ WSZYSTKO O SWOIM ZDROWIU

2 minuty – tyle czasu potrzebujesz by dowiedzieć się wszystkiego o swoim organizmie. Teraz nie potrzebujesz już niezliczonej ilości badań laboratoryjnych, diagnostycznych i czekania w nieskończoność na wyniki. Sopocka Fabryka Urody zakupiła analizator biologicznego stanu organizmu. Bierzesz w rękę specjalną sondę i po dwóch minutach lekarz omawia z Tobą wyniki.

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEN

Urządzenie to odczytuje poziom wszystkich związków odżywczych w organizmie: witamin, minerałów, aminokwasów, koenzymów, hormonów. Metoda ta daje możliwość pozyskiwania informacji o człowieku w bezinwazyjny, bezpieczny sposób, który pozwala holistycznie spojrzeć na temat choroby, jej przyczyn i metod przywracania do zdrowia. Fenomen urządzenia polega przede wszystkim na tym, że jest w stanie wskazać wszelakie patologie komórki, zanim jeszcze wywołają one widoczne objawy, co pomaga zapobiec rozwojowi wielu chorób.

- Liczba oznaczanych, w tym krótkim badaniu, markerów oraz ich przekrój, obejmujący praktycznie cały metabolizm organizmu ludzkiego, pozwala na precyzyjną ocenę niedoborów witaminowo – mikroelementowych i stwierdzenie odchyleń metabolicznych. Na podstawie analizy badań jesteśmy w stanie dokładnie dobrać leczenie lub suplementację, bazującą na profesjonalnych mitoceutykach, dla każdej osoby w wieku od 5 lat – mówi dr Janusz Zdzitowiecki z Sopockiej Fabryki Urody.

Mitocytyki to naturalnie występujące w każdym ludzkim organizmie witaminy i mikroelementy w formie nanocząsteczek modyfikujące procesy zachodzące w mitochondriach komórkowych. Szczególnie ważne jest to dla ludzi czynnie albo wyczynowo uprawiających sport, których organizmy narażone są stale na maksymalny wysiłek i ciągły stres.

Leczenie i suplementację można prowadzić pod stałą kontrolą, co pozwala na uniknięcie błędów, prowadzących do powstania nowych nierówności metabolicznych. Badanie analizatorem nie wymaga żadnego przygotowania. Poddać badaniu mogą się zarówno dzieci, jak i dorośli bez względu na stan zdrowia, kondycję, czy preferowany styl życia.



Dr Janusz Zdzitowiecki

ANALIZATOR OCENIA M.IN.

pH tkanek, czyli stopień zakwaszenia oraz stan nawodnienia organizmu

poziom tkankowy 20 mikroelementów, tj: cynk, selen, kobalt, jod, żelazo, magnez, potas

poziom tkankowy 16 witamin i kofaktorów, np. wit. A, grupę wit. B, E, D3, a także poziom koenzymu Q10 i glutationu

poziom tkankowy 10 kluczowych aminokwasów

stopień zatrucia metalami ciężkimi i pozostałościami mi pestycydów

funkcję żołądka, jelita cienkiego i jelita grubego z oceną proporcji bakterii probiotycznych

czynność wątroby i pęcherzyka żółciowego

zawartość tłuszczu w komórkach wątroby oraz wydzielanie żółci

stopień uczulenia na substancje chemiczne, leki, kurz domowy, sierść, metale, mleko i owoce morza

stopień sprawności detoksykacji substancji chemicznych, w tym alkoholu etylowego

czynność nerek, m.in. poziom kwasu moczowego, azot moczniaka

stan systemu sercowo - naczyniowego z uwzględnieniem rzutu serca, siły skurczu lewej komory, stopień perfuzji wieńcowej i mózgowej, opór obwodowy naczyń, elastyczność tętnic, indeks zawałowy

stopień otyłości

stopień mineralizacji kości, stopień zagrożenia ost oporoza lub stopień osteoporozy

funkcje płuc, trzustki i wątroby

poziom glukozy we krwi z oceną jej metabolizmu

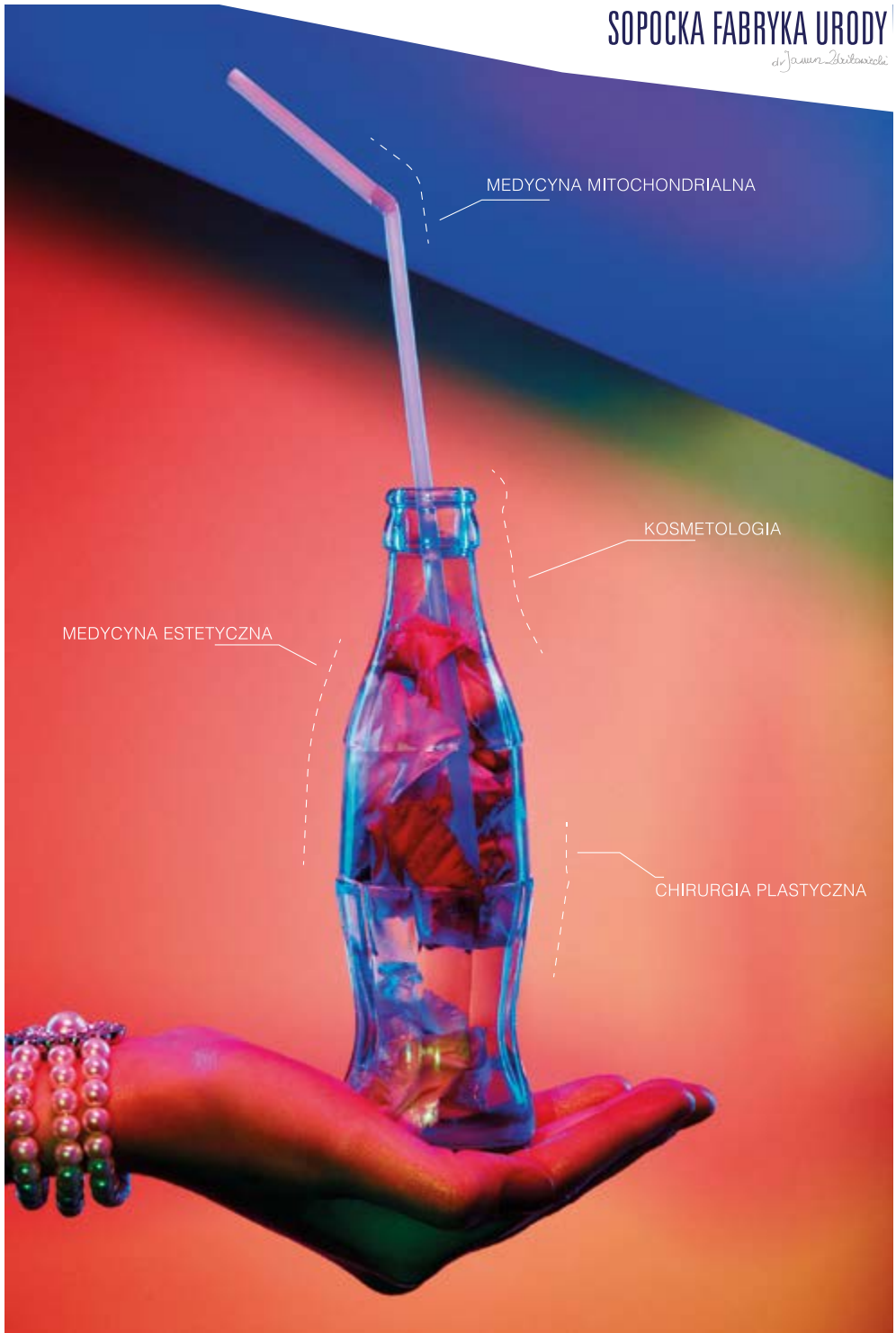
u mężczyzn stan prostaty, nasienia

u kobiet stan piersi i układu rozrodczego

u obojga płci stan skóry z uwzględnieniem stopnia aktywności melanocytów

SOPOCKA FABRYKA URODY

dr. Jacek Bielawski





METAMORPHOSIS

KAROLINA KONKIEL - MISTRZYNI POLSKI W MAKIJAŻU PERNAMENTNYM

Ul. Krasickiego 9/2
Gdansk Brzeźno

514 777 704
info@permanentnygdansk.pl