



Придется поверить в святую воду, раз такую (невидимку с мощным нибом SPF) изобрели в Lancaster Beauty.

Новые спреи Sun Protective Waters триедины: ложатся термальной дымкой, основательно увлажняют и выставляют против солнца щит SPF50. От собственной чудотворности средство Lancaster благоухает апельсиновым цветом и иланг-илангом, ну и заодно умеет ходить по воде — наносить его можно и на сухую, и на влажную кожу с одинаковым успехом. После окончания земного пути капли Sun Protective Waters растворяются в океане без следа, а их упаковки воскреснут снова.

Как и все солнцезащитные средства Lancaster, новая вода с помощью масла бурити в составе помогает загару ровнее лечь и быстрее проявиться.

ТЕКСТ: АЛЛА ШАРАДИНА. ФОТО: АРХИВ ПРЕСС-СЛУЖБ

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Походы к косметологу порой сродни с зависимостью: ну приятно же вне зависимости от статуса и возраста получать комплименты по поводу своей внешности. И вот подсаживаются «на иглу» и стар и млад. И вот беда, которой не ждали: и время есть, и деньги еще не все потрачены, а нужно сидеть по домам. Отчаиваться? Нет, конечно! Пока есть возможность и курьерская доставка, осваиваем самые простые, но от этого не менее эффективные салонные процедуры. Начнем список с самой простой процедуры, которую проще всего выполнить в домашних условиях, — это ультразвуковая чистка. Сам аппарат для ультразвуковой чистки возможно приобрести в интернет-магазинах (не можем никого рекламировать, намекну лишь, что лучше с французским названием), благо ассортимент широкий и цена вполне подъемная. В плане показаний — самые широкие, противопоказания — лишь наличие активного воспаления. На предварительно очищенную кожу наносится активный гель по типу кожи, а дальше осуществляются движения лопаткой по этому гелю против роста пушковых волос. После процедуры накладывается успокаивающая либо увлажняющая маска. Процедура проводится один раз в неделю, ну а эффект описывать бессмысленно, иначе как «вау» его не назовешь.

Следующая процедура известна уже нашим мамам и даже бабушкам. Самый популярный аппарат в советской медтехнике — это, конечно же, дарсонваль. Но не спешите расстраиваться и говорить, что методике больше ста лет. Как раз, наоборот, за это время она тысячи раз доказала свою эффективность. По спектру воздействия дарсонвализация просто впереди планеты всей: улучшает качество кожи, восстанавливает кровообращение, делает цвет лица более ровным, а в большинстве аппаратов есть еще специальная насадка, которая улучшает рост волос. А еще этот аппарат можно использовать по телу. Как правило, курс составляет 10 процедур через день на средней мощности либо есть вариант — периодически один-два раза в неделю.

ДОМАШНЯЯ РАБОТА

«Красота — страшная сила», — повторяем мы слова Раневской каждый раз, когда собираемся на процедуры к любимому доктору красоты. Но даже самые бесстрашные сейчас сидят дома. А выглядеть красиво все равно хочется. Масочки, кремы уже все вымазаны и хочется чего-то такого... чтобы с эффектом. Ну что ж — ловите топ лучших салонных процедур, которые можно выполнить самостоятельно, от нашего постоянного колумниста врача-косметолога Юрия Мезенцева.

И заключительная процедура, которую мы рассмотрим в этой статье, уже немного сложнее и даже местами кровавая. Но не стоит этого пугаться! Забейте в «ютуб» «микронидинг» и увидите, как смело и четко делают ее сами себе азиатские красавицы, и вы тоже освоите, и, возможно, полюбите. Процедура основана на том, что небольшой аппарат в виде ручки подает воз-вратно-поступательные движения



на специальную насадку из игл, которые, словно дырокол, оставляют на коже сотни маленьких дырочек. Реакция на травму у всех тканей одинаковая — это регенерация. Одна моя клиентка сравнила это с омолаживающей обрезкой: чтобы увидеть молодые ветки, нужно спилить старые. Аппараты не дорогие и доступны в интернете, главное, не забыть тщательно очистить кожу до. Для усиления эффекта можно добавить любую стерильную сыворотку, допустим, с гиалуроновой кислотой. Интенсивность регулируется на самом приборе и характеризуется глубиной проникновения игл: от 0,1 до 2 миллиметров. Чем глубже — тем эффект более выраженный. Одна процедура проводится раз в две недели, курс можно сделать до 10 процедур. Многие, кто уже попробовал, сравнивают эффект с лазерной шлифовкой.

Список можно продолжить, и, я думаю, что мы обязательно это сделаем! Пусть время, проведенное дома, будет еще и с пользой для красоты! Всем здоровья! Обнимаю! Ваш врач-косметолог Юрий Мезенцев.



@yuij_m



Врачи убеждены: луч света — самый надежный способ борьбы с нежелательными волосами. А вот 7 ценных фактов об эпиляции для тех, кто давно собирается, но все никак.

Текст: КАТЕРИНА РЕЗНИКОВА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

врачи-эксперты



Татьяна Пушкина
К. М. Н. врач-косметолог, главный врач Медицинского Центра «ВиАнта» г. Курск, ул. Ватутина, 23



Наталья Кутузова
Руководитель проекта Fifi beauty room Белгород, ул. Пугачева, 7

В Лазерная эпиляция — хорошая бьюти-инвестиция, восковая — не очень

Татьяна Пушкина. Во время восковой депиляции волос лишают привычного места обитания, но лишь на время. Все возвращается, кроме того, добавляется проблема в виде вставания волос. Точка приложения лазерной и фотозпиляции — это сам волосной фолликул. В нем содержатся хроматофоры, которые поглощают световую волну. Волшебство происходит на глубине примерно 4 мм: световая энергия превращается в тепловую, разогревая и разрушая луковицу. В ходе курса процедур мы поэтапно лишаем жизни все фолликулы.

Обращайте внимание, на каком оборудовании работают в клинике

Наталья Кутузова. Оборудование для лазерной и фотозпиляции много, и это аппараты совершенно разного уровня. Эффективные стоят дорого, порой их стоимость измеряется в шестизначных цифрах. Я рекомендую обращать внимание на установки, оснащенные системой интенсивного импульсного света (IPL). И недорогой корейский аппарат имеет право на жизнь. Но важно понимать, что его эффек-

тивность ниже, чем могла бы быть. Если вам принципиально время, количество и качество процедур, рекомендую ориентироваться на известные мировые бренды — например Suposur. Частый вопрос — фотоустановка или лазер? В основе работы обоих лежит принцип светового излучения. Но вспышка света, которую рождает фотоустановка, менее избирательна и снижает активность процедуры. Поэтому я делаю выбор в пользу лазерной эпиляции и комбинированных аппаратов. Такое сочетание позволяет работать со всеми типами кожи и любым цветом волос. Важен не только аппарат, но и специалист, который на нем работает. Он должен обладать медицинским образованием и достаточным опытом работы на оборудовании — от того, какой протокол подберет врач, зависит эффективность и безопасность процедуры.

Никто не скажет вам, сколько времени займет полный курс

Татьяна Пушкина. Врач лукавит, если уже на первой процедуре говорит вам, сколько времени все займет. Но можно ориентироваться на средние показатели — для гормонозависимых зон (например, пушок на лице обусловлен андрогенными гормонами) может потребоваться 12–15 процедур с промежутком 1 раз в месяц. А вот добиться гладких голеней реально всего за 6 визитов с интервалом в 1,5–2 месяца. Обычно пациенты довольны результатом уже после первой процедуры —

ВОЛШЕБСТВО ПРОИСХОДИТ НА ГЛУБИНЕ ПРИМЕРНО 4 ММ

точнее через 7–14 дней после нее. Именно в этот период времени фолликул погибает и волосы выпадают.

Наталья Кутузова. Длина курса складывается из индивидуальных особенностей и простой арифметики. На теле в активной фазе роста одновременно находится 5–20% от общего объема волос. Лазер воздействует именно на них. Длина полноценного курса, как правило, занимает от 6 до 10 посещений с периодичностью раз в месяц.

Результат сохраняется надолго, но не навсегда

Статистика и врачебные наблюдения говорят о том, что в течение 5 лет возвращается не более 20% волос. Справиться с ними можно повторением процедуры раз в полгода. Бывают

Важно знать

0,2–0,3 мм — столько должна составлять длина волосков, которые будет обрабатывать лазер. На большую длину энергия будет расходоваться впустую.

5 лет — средняя длительность результата при прохождении полного курса.

14 дней — столько стоит использовать крем с SPF после процедуры и воздержаться от загара.

исключения — они, как правило, связаны с гормональными процессами в организме. Именно они могут неблагоприятно влиять на эффект эпиляции, стимулируя рост волос.

Эпиляцию не стоит сочетать с загаром

Татьяна Пушкина. Если вы недавно прилетели с Пхангана, важно предупредить об этом врача. Между активным контактом с солнцем и эпиляцией желательно выдержать двухнедельный перерыв. При этом сам загар не является противопоказанием для процедуры — выбрать необходимую и безопасную мощность воздействия для загорелого петербуржца нам помогает специальный умный датчик. Он же позволяет застраховать от ожогов, определяя фототип кожи и ее чувствительность к свету.

Со светлыми волосами работать сложнее

Наталья Кутузова. Темные и жесткие волосы действительно уходят лучше, чем светлые. Дело в том, что во время лазерной эпиляции мишенью для света является меланин — пигмент волоса. Чем меньше пигмента, тем сложнее «прицелиться». Но правильно подобрав настройки, можно работать с любым цветом. Абсолютным исключением становятся только седые волосы, полностью лишенные пигмента.

Это не так больно, как вы себе представляете

Процедура не болезненная, а умеренно чувствительная — в том случае, если аппарат имеет в комплектации криоустановку и подача световой волны происходит одновременно с охлаждением зоны, над которой мы работаем. Конечно, ощущения зависят от болевого порога самого пациента, но они несравнимы с ощущениями от варварских методов вроде восковой депиляции.



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Взглянуть по-новому

Когда распахнуть взгляд не помогают ни патчи, ни новая палетка теней, в дело вступают пластические хирурги. Рассказываем, что важно знать о блефаропластике.

Текст: КАТЕРИНА РЕЗНИКОВА

ВРАЧ-ЭКСПЕРТ



Олег Захарченко
Ведущий хирург
клиники
«Гермес Медикал»

ФОТО: АРХИВ ПРЕСС-СЛУЖБ

Н

В каком возрасте разумно задуматься о пластике век?

Никаких возрастных ограничений для операции нет — все зависит от показаний. С одной стороны, с возрастом мы в буквальном смысле «намаргиваем» лишнюю кожу, она собирается в бороздки и складочки, ложится на ресницы. Но бывает и так, что избыточная кожа в области век, а тем более мешки под глазами — достаются молодым пациентам по наследству. С годами проблема лишь усугубляется.

Показания для пластики век передаются девушкам по отцовской линии. Если у отца нижние веки выглядят припухшими, с выраженными жировыми грыжами, такая же проблема может встречаться у дочери. В 10–15 лет это придает лицу трогательный вид, в 20 — эффект недосыпа и усталости. В 30 лет окружающие начинают подозревать человека в любви к алкоголю. В некоторых случаях, чем раньше проведена операция — тем лучше. В том числе и потому, что грыжа, расположенная позади круговой мышцы глаза, не дает ей правильно сокращаться, растягивает мышечные волокна. Это ускоряет появление возрастных изменений в области век.

Правда, что блефаропластика — самая простая операция?

Несмотря на то, что блефаропластика — самая популярная операция в российских клиниках, это очень тонкое, ювелирное вмешательство. Оно требует серьезной подготовки врача. Бывает так, что хирург избавляет человека от одного недостатка, но дарит другой. Например, особое искусство — убрать лишнюю кожу и мешки под глазами так, чтобы ресничный край нижнего века после операции продолжал касаться зрачка. Если же этого не удалось добиться, мы имеем дело с неприятным осложнением, так называемым эффектом «круглого глаза». При появлении белой полосочки между лимбом зрачка и нижним

БЛЕФАРО- ПЛАСТИКА — САМАЯ ПО- ПУЛЯРНАЯ ОПЕРАЦИЯ В РОССИЙ- СКИХ КЛИНИКАХ

веком пациент испытывает проблемы. Глаз начинает сохнуть из-за неплотного смыкания, а эстетический дефект не в силах скрыть даже мейкап. Помогает лишь сложная повторная опе- рация у более профессионального хирурга.

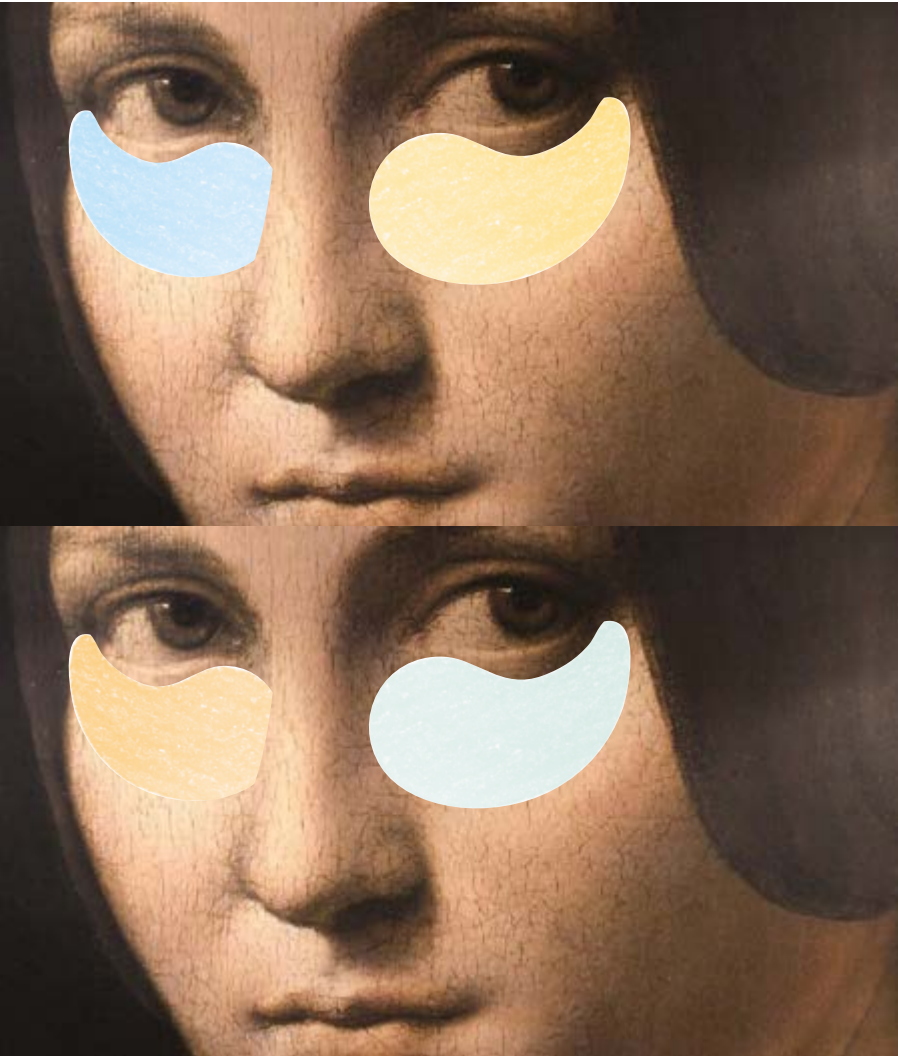
В какой-то степени утверждение о простоте справедливо в отношении верхних век. Опе- рация проводится достаточно поверхностно, и риск сделать что-то не так очень незначитель- ный. С нижним веком работать куда сложнее. Оно крепится к глазному яблоку в основном за счет поверхностного натяжения слезы — это очень тонкая материя. И многие манипуляции во время нижней блефаропластики проводятся именно для того, чтобы избежать возмож- ных осложнений, укрепить веко, не дать ему «упасть» вниз после операции.

Есть ли риск «перетянуть» верхние веки?

Убрать слишком много кожи в этой зоне практически невозможно. Как правило, веки не поднимаются после операции слишком высоко, линия ресниц остается на месте. Но тут есть свой нюанс — важно уместить после- операционный рубец аккурат в бороздку между веком и верхним сводом глазницы. Если хирург промахивается, то рубец становится заметен.

Можно ли избавиться от мешков под глазами без операции?

Пациенты все чаще просят убрать мешки под глазами с помощью филлеров на основе гиа- луроновой кислоты — косметологи активно рассказывают о достоинствах этой процедуры в своих Instagram-профилях. Однако она под- ходит далеко не всем. Если мы имеем дело с ярко выраженными грыжевыми мешками, то фил- леры только усугубят отечность под глазами.



И единственным решением является блефаропластика. Часто при операции, в финале, выполняется лазерная шлифовка век. Она позволяет сократить кожу нижних век без дополнительных разрезов.

Чтобы сделать кожу более плотной и гладкой, а также избежать ненужных раз- резов и осложнений, на помощь пластическому хирургу приходит косметолог и СО2-лазер. После того, как жировые грыжи удалены, в области нижних век остается немного лишней кожи. Часто мы не отрезаем ее, а сокращаем лазером.

Как приподнять брови?

Если насупленный вид вам придают низко опущенные брови, то это ско- рее показание не к пластике век, а подтяжке лба. Пациентов с диспозицией бровей я всегда подвожу к зеркалу, бровь немного подтягивается наверх, и задается вопрос: «А теперь вам нравится, как вы выглядите?» Часто бывает так, что человек уверен в необходимости одной операции, но на самом деле проблему решит совсем другая. Вместо самодиагностики лучше обратиться за консультацией к специалисту.

За коррекцией «носо- слезки» — к косметологу или хирургу?

Уставший вид лицу дарят не только синяки под глазами, но и коварная скла- дочка, которая начинается от внутреннего угла глаза и тянется вниз к щечно- скуловой зоне — носослезная борозда. Мы можем заполнить ее собственным жиром. Для этого во время блефаропластики хирург не убирает жировые пакеты, которые давали тот самый эффект мешков под глазами, а аккуратно перемещает их, распределяя жир в нужном направлении.

Вернуть объем носослезной борозде может как хирург, так и косметолог.

Коррекция «носослезки» с помощью филлеров — одна из самых популярных процедур, которая дает хороший результат. Но в некоторых случа- ях решить проблему более комплексно помога- ет операция.

В каких случаях одной блефаропластики для омоложения недоста- точно?

Для более выраженного эффекта омоложения иногда стоит остановиться на периорбитопла- стике. Ее можно назвать расширенной версией пластики век, потому что зона вмешательства заметно увеличивается. Что она в себя включа- ет? Эндоскопический лифтинг лба, устранение скуловых борозд, малярных мешков (скуловых грыж), которые добавляют лицу возраста и утомленности. Хирург перераспределяет мяг- кие ткани во время операции таким образом, что вся средняя треть лица, а не только веки, омолаживается на 10–15 лет.

Да, блефаропластику можно комбинировать с другими вмешательствами. В том числе височным лифтингом, подтяжкой средней трети лица. Все

УЖЕ ЧЕРЕЗ ЧАС ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ ПАЦИЕНТ МОЖЕТ СЕСТЬ ЗА РУЛЬ

зависит от того, с каким объемом возрастных изменений мы сталкиваемся. По моему мнению, если пациента не устраивает только наличие меш- ков под глазами или атонии кожи, то мы должны решать именно эти вопросы. Если человек жа- луется на свои веки, а вы начинаете описывать остальные несовершенства его лица — это не со- всем этично.

Когда уходят послеопера- ционные синяки и отеки?

Многое зависит от индивидуальных особен- ностей кожи, от возраста пациента. Но, как правило, через две недели от синяков ничего не остается. Отечность может присутствовать чуть дольше, но в незначительном виде. Чтобы ускорить процесс восстановления, пациентам назначается курс реабилитационных проце- дур: микротоксовая терапия, лимфодренаж, а также специальные кремы и гели.



Как лучше переносится блефаропластика — под наркозом или без него?

Некоторые хирурги оперируют веки исключительно под общим наркозом, потому что им так спокойнее. Я предпочитаю местную анестезию, в том чис- ле если ведется работа над верхними и нижними веками. Ощущается только первый укол инсулиновой иглолочки, последующие прикосновения не вы- зывают дискомфорта. В операционной играет музыка, мы общаемся с паци- ентом — все проходит в дружественной, ненапряженной обстановке. И уже через час после операции он может сесть за руль и отправиться домой. ©

GERMES

*Клиника «Гермес Медикал»,
Белгород, пр. Славы, 52,
тел.: +7 (980) 378-45-29*

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ