

Lekarze medycyny estetycznej zgodnie mówią: im dłużej trwał lockdown, tym więcej kobiet przychodziło do nich na zabiegi. Bo monotonia dnia codziennego, praca zdalna w zamknięciu, niekończące się obowiązki rodzinne spowodowały, że dopadał nas gorszy nastrój. „Co się stało z tą energiczną kobietą z błyskiem w oku?” – myślałam, myjąc zęby przed lustrem. Niektóre z nas powstrzymywały się przed pójściem na zabieg, bo można się zarazić, bo niepotrzebna fanaberia, bo to drogie, a czasy niepewne. Teraz nie jest już niebezpiecznie. I nie musi być drogo. Warto spróbować, nawet jeśli do tej pory unikałaś takich zabiegów. Nie obawiaj się nienaturalnych efektów. Będziesz po prostu wyglądać na wypoczętą i zadowoloną. Być może właśnie to doda ci skrzydeł. I sprawi, że będzie się chciało chcieć.

Toksyna botulinowa

na zmarszczkę i napięcie twarzy

Po wielu miesiącach nerwów, mrużenia oczu i wpatrywania się w ekrany komputerów u wielu z nas pojawiła się bruzda między brwiami, wyglądamy, jakbyśmy ciągle były złe. Innym pofałdowało się czoło albo pojawiły się zmarszczki wokół oczu. **By zapobiec utrwaleniu mimicznych załamania skóry i pojawieniu się nowych, wystarczy jedno uknięcie i odrobina toksyny botulinowej (zwanej powszechnie botoksem).**

• **To mój ulubiony zabieg.** Prosty, bezpieczny, sprawdzony – mówi dermatolog dr Kamila Padlewska z warszawskiej kliniki Oricea. W miesiąc wywołujący marszczenie twarzy wstrzykuje się toksynę botulinową. I grymas, który ją wywołał, znika. Botoksem można też unieść lekko opadające powieki – wystarczy parę uknęć. Albo zrelaksować napiętą od długotrwałego stresu twarz – po rozcięczeniu wstrzykuje się go gęsto i płytko.

Efekt zabiegu u jednych pojawia się natychmiast, u innych po kilku dniach. To zależy od siły unieruchamianych mięśni. A potem przez 3–6 miesięcy twarz wygląda przyjaźniej. Nie będziesz marszczyć się tam, gdzie zwykle, więc odzwyczaisz się od tego. Załamania skóry wyprostują się, będzie ona bardziej napięta.

• **Ładny wygląd poprawia samoocenę i nastrój.** Poza tym człowiek bez zmarszczki wyrażającej złość jest lepiej odbierany przez innych – opowiada dr Padlewska. – Okazało się też, że poprawa wyglądu pomaga leczyć stany depresyjne. Dlatego teraz na zabieg prostowania zmarszczek kierują swoich pacjentów również psychiatry. Dlaczego? Gdy się stresujemy, impuls z mózgu każe nam zmarszczyć się i napiąć. Komunikacja działa też w drugą stronę: wygładzenie lwiej zmarszczki, brak mocnych napięć – to daje sygnał do mózgu, że wszystko jest w porządku.

**Niektóre zabiegi,
istnieją od 30 lat
i ciągle je lubimy.
Obronili się,
bo są bezpieczne,
skuteczne. I coraz
nowocześniejsze.**

Czego obawiają się pacjentki?

• **Że twarz będzie nienaturalnie unieruchomiona.**

– Kiedyś rzeczywiście tak bywało, bo wstrzykiwało się większe ilości botoksu – mówi dr Padlewska. Teraz znacznie mniej, lekarze pozostawiają lekką ruchomość w miejscu zmarszczki, by twarz się nie zmieniła. – Ma wyglądać na zrelaksowaną, a nie zamrożoną – dodaje specjalistka.

• **Że wstrzykiwanie toksyny jest niebezpieczne.**

– Botulina wykorzystywana była i nadal jest w rehabilitacji, okulistyce, neurologii, ortopedii. Wstrzykuje się ją tam w kilkudziesięciokrotnie większych dawkach, niż w medycynie estetycznej – mówi lekarka. Bez skutków ubocznych.

• **Że organizm przyzwyczai się do botoksu.** – Przeciwnie. Im dłużej powtarza się ten zabieg, tym rzadziej można go robić i używać mniejszych dawek toksyny, bo mniej używane mięśnie słabną, a my odzwyczajamy się od grymasu – mówi doktor.

Mezoterapia

na poprawę jakości skóry

Po zimie spędzonej w czterech ścianach przed komputerem emitującym postarżające niebieskie światło twarz jest bardziej szara, zmęczona i wiotka. Mniej się malujemy,

więc widać to każdego dnia. **By ożywić kolor, poprawić napięcie, wygładzić, można zrobić mezoterapię.** – To kosmetyk nowoczesnej kobiety, daje więcej niż krem, serum i maseczka razem wzięte – mówi dr Agnieszka Bliżanowska z kliniki Wellderm w Warszawie, w której stworzyła Centrum Mezoterapii.

Lekarz wstrzykuje w skórę koktajl potrzebnych jej składników. Strzykawką – miejsce przy miejscu, kaniulą (tępa, długą igłą, która ułatwia rozprowadzenie preparatu bez wielokrotnego nakłuwania) albo dermapenem (urządzenie przypominające długopis, ma igiełki wstrzykujące preparat, poruszające się szybko, gęsto i na ustawioną głębokość).