



## 5 NAJLEPSZYCH ZABIEGÓW ANTI-AGING

wg dr Iwony Radziejewskiej-Chomy, specjalistki medycyny przeciwstarzeniowej z warszawskiej Saska Clinic ([www.radziejewska.pl](http://www.radziejewska.pl))

### 14. OSOCZE BOGATOPŁYTKOWE

● To jedna z nielicznych metod, która odmładza na wielu płaszczyznach. Poprawia jakość skóry, gęstość i koloryt. Zagęszcza kolagen, co ulepsza kształt twarzy, zmniejsza też widoczność naczyń krwionośnych. Zabieg polega na pobraniu krwi, oddzieleniu cennych płytek, wzbogaceniu ich czynnikiem wzrostu i podaniu w formie mezoterapii.

### 15. LASER FRAKCYJNY

● Zabieg laserowego resurfacingu najlepiej zagęszcza skórę – dlatego powinny o nim pomyśleć kobiety z problemem wiotkości. Poprawia teksturę naskórka i likwiduje przebarwienia. Polega na „dziurkowaniu” skóry wiązką lasera i jej gojeniu. 3 zabiegi powinny wystarczyć (podczas jednego wymienia się 25 proc. powierzchni skóry).

### 16. NICI SYMULACYJNE

● To najlepsza metoda dla osób, które są zaniepokojone zmianami w rysach i „opadaniem” twarzy. Lekarz wszywa nici pod skórę, układając z nich stelaż unoszący boki twarzy i podbródek. Nici wchłaniają się całkowicie w ciągu 6–8

miesiący. W tym czasie obudowuje je świeży kolagen, wzmacniając naturalne wewnętrzne rusztowanie skóry.

### 17. WYPEŁNIACZE

● Pozwalają odtworzyć młodsze kształty twarzy – dlatego na pierwszą wizytę do lekarza warto wziąć zdjęcie sprzed lat – podpowiada nasza ekspertka. Wypełniacze najlepiej podać w miejsca, które wizualnie najbardziej postarzają. W pierwszej kolejności w tzw. dolinę łez (linię od wewnętrznego kącika oka opadającą do płatka ucha), która odpowiada za zmęczony wyraz twarzy. Następne w kolejce są doły skroniowe, które tracąc naturalny tłuszcz, opadają, obniżając przy okazji linię brwi i powiek.

### 18. MEZOTERAPIA

● Odmładza podwójnie – nakłuwaniem oraz preparatem podawanym do skóry. Dla lekarza to kuracja à la carte – może łączyć ze sobą kilka rodzajów mezoterapii: nawilżającą z kwasem hialuronowym, liftingującą, obkurczającą naczyńka (idealna dla osób z obrzękami) oraz zmniejszającą widoczne przebarwienia i stymulującą z aminokwasami.