



# Cienie I BLASKI

Masaż kryształami, odżywczy koktajl w strzykawce czy patent Kim Kardashian z maścią na hemoroidy? Szefowa działu urody **Marta Krupińska** szuka najskuteczniejszego sposobu na sińce i worki pod oczami.

„WYGLĄDASZ NA ZMĘCZONA” – ciągle to słyszę od znajomych. Szkoda, że nie od mojej naczelnej, ale ona (jak na wieloletnią szefową działu urody przystało) akurat dobrze wie, że to nie efekt zarywania nocy przez pisanie tekstów, tylko moja uroda. Nawet gdy śpię osiem godzin, rano i tak budzę się z niebieskimi podkówkami pod oczami. Jakoś bym to zniosła, gdyby nie fakt, że coraz częściej towarzyszą im „poduszcзки” pod dolnymi powiekami. W efekcie moje oczy po przebudzeniu są niczym szparki jak u małej pandy.

Kremy przeciw cieniom pod oczami, chyba wszystkie dostępne na rynku, przetestowałam już dawno. Namiętnie kupuję tylko płatki kolagenowe – schłodzone delikatnie obkurczają naczynka i niwelują opuchliznę. Codziennie rano przykładam pod powieki zimne łyżki, które zawsze trzymam w zamrażarce. Masuję skórę kostkami lodu i jademitym rollerem. Robię kompresy ze świeżliki i z herbaty. To wszystko pomaga, ale tylko doraźnie. Po kilku godzinach przed komputerem sińców i worków nie da się ukryć. – Światło niebieskie, które emituje ekran monitora, niszczy kolagen produkowany przez fibroblasty. W efekcie skóra staje się cieńsza, a naczynia krwionośne są bardziej widoczne – tłumaczy dr Iwona Radziejewska-Choma z warszawskiej Saska Clinic. Przyczyn może być więcej: niewydolność tarczycy czy nerek, które są przyczyną zatrzymywania wody w organizmie, albo niedobór żelaza. Na szczęście nie w moim przy-

padku. Dowiaduję się za to, że mam lekką przepuklinę pod okiem, która skutkuje właśnie cieniami i obrzękami.

Na mój problem ma pomóc mezoterapia Light Eyes Ultra. Doktor Radziejewska wyjaśnia, że poprawia ona drenaż limfatyczny, wzmacnia i uelastycznia skórę, a także zmniejsza tendencję do gromadzenia się

ptynów. Choć nienawidzę igieł, a przy pobraniu krwi robi mi się słabo, postanawiam zaryzykować. Lekarka smaruje mi okolice oczu maścią znieczulającą. Skóra drętwieje po 30 minutach. Czuję tylko delikatne wklucia. Kilka wprawnych ruchów pani doktor i gotowe. Tuż po zabiegu mam lekko zaczerwienione i nabrzmiałe powieki. Za to następnego dnia czeka mnie miła niespodzianka. Patrząc w lustro i nie wierzę: opuchlizna zniknęła! Umawiam się na następny zabieg za trzy tygodnie i ruszam na poszukiwanie idealnego korektora pod oczy. Bo choć cienie zbladły, to wciąż nie przypominam wypoczętej surferki z Kalifornii.

O pomoc proszę dyrektora artystycznego perfumerii Sephora, Sergiusza Osmańskiego. – Najlepsze są lekkie, półpłynne korektory, bo nie rozwarstwiają się nawet przy bogatej mimice oka. Mają też największe stężenie pigmentu, więc można dozować ich ilość – tłumaczy. Radzi, by do nakładania użyć gąbki, np. Beautyblender, która ułatwi równomierne rozprowadzenie kosmetyku. Uwaga – kryjemy nie tylko sińce. – Należy wyjść 2–3 mm poza nie, aby ujednolicić kolor skóry i dać przestrzeń do odbijania się światła – mówi Sergiusz Osmański. Ważny jest też właściwy odcień korektora. – Przy brązowych cieniach sięgamy po złotobeżowe, przy szarych po różowe. Nigdy odwrotnie, bo pogłębimy problem – dodaje. W przypadku worków pod oczami radzi też, by nakładać korektor głównie przy zewnętrznym i wewnętrznym kącie oka, a środkową część dolnej powieki tylko lekko musnąć. Odbite światło zneutralizuje efekt zmęczenia i opuchliznę.

Od lat moim znakiem rozpoznawczym są niebieskie, zielone lub turkusowe kreski na dolnej powiece. Niestety, okazuje się, że taki makijaż tylko pogłębiam mój defekt. Sergiusz sugeruje też, żebym zapomniała o różach w odcieniu terakoty, które zawierają czerwony pigment, sliwkowym smoky eye i oberżynowej maseczce. Za to śmiało mogę sięgać po czarną kredkę. A najlepiej grafitową, bo daje zimną poświatę, która niweluje szarą „zmęczeniówkę”. Mam też pamiętać o regularnym złuszczeniu naskórka. – Piling pod oczy? – pytam z niedowierzaniem. – Tak, ale tylko enzymatyczny. Skóra w tym miejscu jest bardzo cienka i szybko się przesusza. Dlatego warto nałożyć odrobinę kosmetyku np. na patyczek do uszu i delikatnie przetrzeć te okolice. Dzięki temu skóra będzie bardziej napięta – mówi.

Nic jednak nie przebiję maści na worki i cienie pod oczami Remescar, którą podczas sesji zdjęciowej nakłada mi makijażystka Iza Kućmierowska. Często ją stosuje, gdy pracuje z modelkami, które walczą z jet lagiem, bo właśnie przyleciały z drugiego końca świata. Nic dziwnego – kosmetyk błyskawicznie napina (a wręcz naciąga) i wygładza skórę. Czuję, jakbym na dolnej powiece miała taśmę klejącą. Iza maluje mi też górne powieki cieniem w odcieniu szampa, który odbija światło i ładnie podkreśla szaroniebieską tęczę, a linię rzęs (tylko górną) obrysowuje brązową kredką. Faktycznie, wyglądam znacznie lepiej niż z niebieskimi kreskami. Wychodzi na to, że oprócz zakupu korektora (Iza poleca mi rozświetlający Armani), czeka mnie też wymiana „kolorówki”.

Idąc za radą dr Radziejewskiej, inwestuję też w rozjaśniające serum i płatki z witaminą C pod oczy. I postanawiam codziennie poświęcić pięć minut na drenujący masaż twarzy. – Warto zacząć od głaskania skóry od wewnętrznego do zewnętrznego kąca oka. Potem palcem środkowym i serdecznym wykonujemy bardziej energiczne ruchy rozcierające i uciskowe. Każdy z nich powtarzamy od trzech do pięciu razy. Potem oklepujemy skórę na powiekach i pod nimi, układając palce jak do gry na pianinie. Następnie wykonujemy ósemki palcem serdecznym pod oczami, do skroni, na kości jarzmowej i pod nią – mówi terapeuta Creamy Spa, Aldona Rokicka. I podkreśla, że wszystkie ruchy należy kierować ku górze i do boku, działając antygravitacyjnie, a masaż zakończyć delikatnym głaskaniem. Pilnie notuję jej uwagi, ale nie wiem, czy starczy mi na to cierpliwości. Na szczęście jest też opcja dla leniwych. Na przykład odmładzający zabieg Golden Eyes w Alchemii Urody, połączony z masażem kwarcem różowym, który likwiduje obrzęki.

Pozostaje też ulubiony patent gwiazd, m.in. Kim Kardashian, Madonny i makijażystów pracujących np. przy pokazach Victoria's Secret, czyli... maść na hemoroidy. Dzięki dużemu stężeniu składników obkurczających naczynia krwionośne pobudza krążenie i daje szybki efekt. Trzeba jednak liczyć się z ewentualnymi skutkami ubocznymi, jak zapalenie spojówek, silne reakcje alergiczne i podrażnienie. Brrr... Mając do wyboru efekt zaspanej małej pandy albo rolę królika doświadczalnego, wybieram ten pierwszy. □

## Zabiegi

### AQUASHINE BTX

Mezoterapia inspirowana działaniem toksyny botulinowej. Komplex peptydów i kwas hialuronowy w dwóch postaciach rozluźniają włókna mięśni mimicznych. Efekt: wygładzone drobne zmarszczki, szybkie nawilżenie skóry, korekta przebarwień. *Cena zabiegu: 800 zł, Oricea, oricea.com*

### EYEBAG SOLUTION

Mezoterapia w postaci kwasu hialuronowego z peptydami i witaminą C ma działanie wygładzające i rozjaśniające, poprawia jakość skóry, niweluje worki i opuchnięcia pod oczami. *Cena zabiegu: 400 zł, Klinika Miracki, klinikamiracki.pl*

### SUNEKOS 200

Zabieg polega na ostrzyknięciu skóry pod oczami preparatem (połączeniem kwasu hialuronowego i aminokwasów), który wspomaga naturalną regenerację skóry. Działa przeciwstarzeniowo, poprawia napięcie skóry, wygładza, redukuje płytkie zmarszczki i kurze łapki, przywraca promienny wygląd. *Cena zabiegu: 900 zł, Dr Beata Dethloff, drbeatadethloff.pl*