

Здоровье

*Весенний
авитаминоз,
которого нет*

7 ПРЕИМУЩЕСТВ
*растительных
диет*

**НУЖНА ЛИ НАМ
органическая еда?**

**Сильные
стороны
слабого пола**

**КОМУ и КОГДА
чистить кровь**

**ВСЯ ПРАВДА
О МЯСЕ**

**Мария
Куликова:
«Я доверяю
профессионалам»**

16+



КРАСИВАЯ ЖИЗНЬ

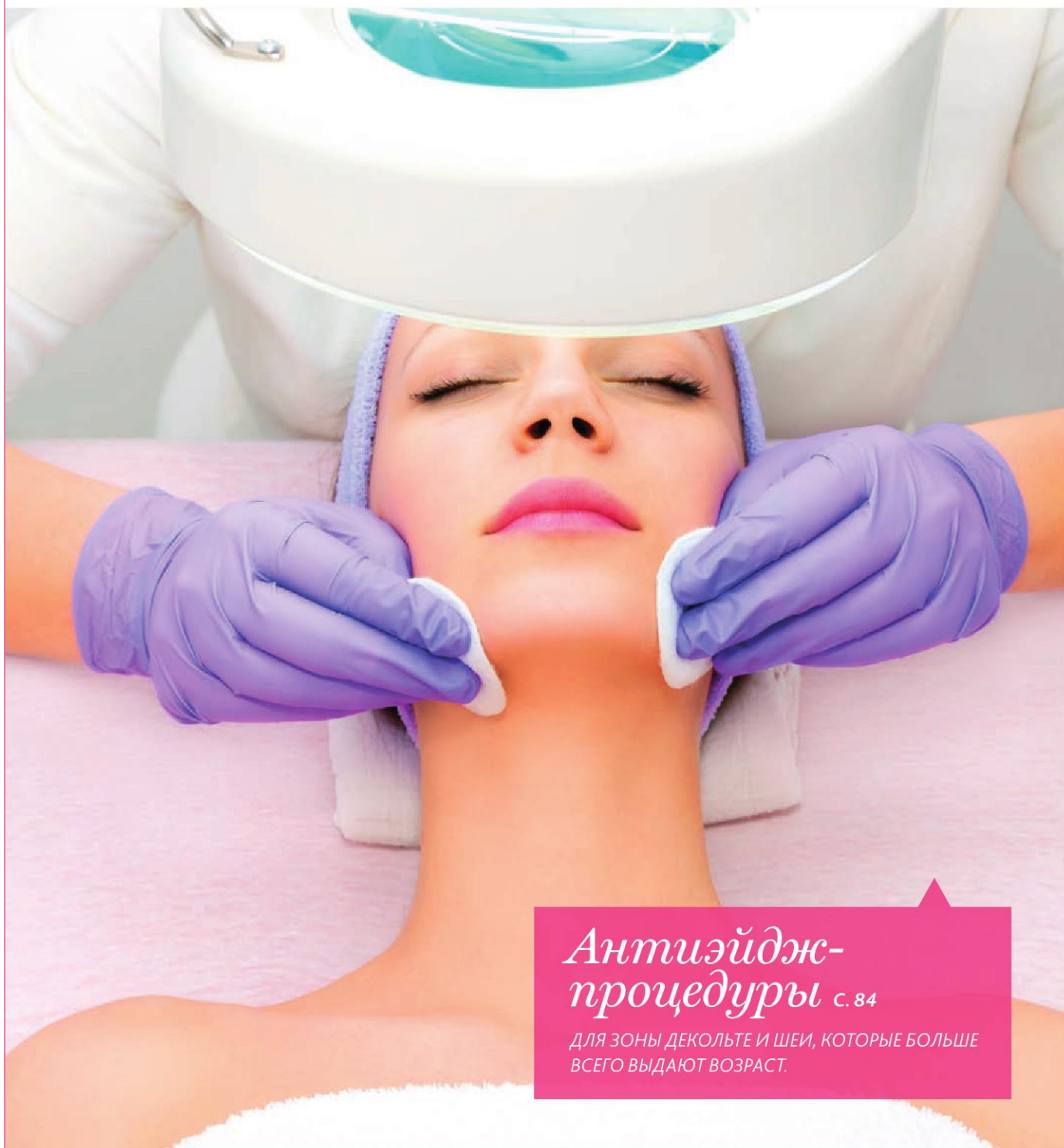
● **НОВИНКИ
КОСМЕТИКИ.**
С. 87



● **НЕ НРАВИТСЯ
ОТРАЖЕНИЕ
В ЗЕРКАЛЕ?
ЭТО ИСПРАВИМО.**
С. 88



● **УМНАЯ ВИЛКА
И ДРУГИЕ МОДНЫЕ
ГАДЖЕТЫ
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ.**
С. 90



Антиэйдж- процедуры С. 84

ДЛЯ ЗОНЫ ДЕКОЛЬТЕ И ШЕИ, КОТОРЫЕ БОЛЬШЕ
ВСЕГО ВЫДАЮТ ВОЗРАСТ.

Курс на уход

КОКО ШАНЕЛЬ БЫЛА УВЕРЕНА, ЧТО ИМЕННО ЗОНА ДЕКОЛЬТЕ ВЫДАЕТ ИСТИННЫЙ ВОЗРАСТ ЖЕНЩИНЫ. МАДЕМУАЗЕЛЬ БЫЛА ПРАВА: ОБЛАСТЬ ШЕИ И ГРУДИ ПОСЛЕ 40 ЛЕТ ТРЕБУЕТ ИНТЕНСИВНОГО УХОДА.


текст: Светлана Герасева

Возрастные изменения шеи и зоны декольте – проблема, с которой сталкиваются 70% женщин, перешагнувших сорокалетний рубеж. Ее суть кроется в том, что кожа в области шеи очень тонкая и имеет минимальное количество сальных желез, поэтому возрастные изменения появляются на ней значительно раньше, чем на лице.

Прибавим к этому и то, что в составе дермы шеи не так много меланоцитов – клеток, отвечающих за защиту от ультрафиолета. Поэтому фотостарение зоны декольте происходит активнее, чем мы думаем. Домашний уход перестал давать видимые результаты? Возможно, пришло время заглянуть к косметологу.

Лучшие антиэйдж-процедуры ДЛЯ ШЕИ

БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ


 Под сложнопроизносимым словом скрывается довольно эффективная косметологическая процедура: **внутрикожные микроинъекции препаратов гиалуроновой кислоты.**

Ее главная цель – восстановить водный баланс и нормализовать метаболизм дермы. Гиалуроновая кислота активизирует синтез коллагена, от которого зависит плотность и упругость кожи.

Для получения полноценного эффекта достаточно одного сеанса, но иногда требуется повторить процедуру через 2–3 недели.

Особенно стоит присмотреться к биоревитализации, если кожа шеи выглядит сохшейся, а сетка морщин растет с каждым годом».

ELOS-ОМОЛОЖЕНИЕ

 Новая аппаратная технология сочетает световую и электромагнитную энергию волн радиочастотного диапазона, воздействующих на подкожную жировую клетчатку.


В результате стимулируется выработка собственного эластинового комплекса кожи, синтез нового коллагена в ее глубоких слоях. Что вас ждет в кабинете косметолога?

Аппарат световым импульсом будет воздействовать на проблемную зону, стимулируя интенсивное прогревание на уровне дермы и активируя синтез коллагена. Процедура идеально подойдет для тех, кто одновременно с подтяжкой в области шеи хочет избавиться от пигментных и сосудистых пятен, кератоза, постакне.

БЕЗОПЕРАЦИОННЫЙ ЛИФТИНГ

«Не представляйте себе операционную и пластического хирурга со скальпелем, – говорит врач высшей категории, косметолог Наталья Васильева. – Современные методики шагнули далеко вперед».

Так называемые «возрастные тяжи» и дряблость шеи можно исправить – нужно только восполнить дефицит объема и создать эффект лифтинга.

 **Лучше всего с этой задачей справляются современные филлеры на основе кислот или биодеградируемые филлеры нового поколения.**

Они не просто замещают «усохшие» ткани, но и буквально возвращают им жизнь – увлажняют, питают, стимулируют регенерацию клеток и восстановление структуры».

Процедура проходит под местной анестезией с помощью обезболивающего геля и длится 20–30 минут, сохраняя эффект 9–11 месяцев.

МЕЗОТЕРАПИЯ

Если в курс биоревитализации входят инъекции определенной кислоты, то мезотерапию отличают мини-инъекции смеси биологически активных препаратов.

 **Рецепты «мезококтейлей» могут меняться в зависимости от решаемой проблемы, но всегда содержат определенный процент антиоксидантов, витаминов и аминокислот.**


Мезотерапия позволяет запустить процессы обновления изнутри. То есть сделать то, что сывороткам не под силу – их крупные молекулы не могут пройти через барьерный слой кожи.

«Следует подготовиться к тому, что мезотерапия может вызвать отечность, – объясняет врач высшей квалификации Людмила Рынгущая. – Поэтому планировать поход на вечеринку года после мезоуколов не советую.

Кроме этого я рекомендую в первое время после процедуры не мочить места уколов, сократить потребление горячей и калорийной пищи на пару дней и не пользоваться жирными питательными кремами».

ПЛАЗМОЛИФТИНГ

Процедуру иногда называют «подтяжкой Дракулы». При плазмолифтинге используются в качестве катализатора процессов регенерации особые факторы роста, содержащиеся в крови. Секрет действия плазмы кроется в высоком содержании в ней биологически активных и питательных веществ.

 **Во время плазмолифтинга применяют живой обогащенный препарат, полученный в результате обработки собственной крови пациента в специальной центрифуге.**

«Первый этап – забор от 20 до 100 мл крови из вены, – объясняет косметолог Марина Осина. – Затем кровь сепарируется. Полученную из плазмы крови и тромбоцитов субстанцию вводят подкожно в шею курсом от 2 до 8 сеансов, при этом интервал между каждым не должен быть меньше 4 месяцев».

Нужно приготовиться, что плазмолифтинг – процедура болезненная, а для реабилитации потребуется несколько недель. Результат стоит всех мучений – кожа шеи становится подтянутой и упругой на 6–7 месяцев. >>

ПО СТАТИСТИКЕ, 70% ЖЕНЩИН ПОСЛЕ 30 ЛЕТ СТАЛКИВАЮТСЯ С ВОЗРАСТНЫМИ ИЗМЕНЕНИЯМИ В ОБЛАСТИ ШЕИ.



Женская грудь состоит из молочной железы и окружающей ее жировой ткани, которая и придает бюсту объем. Одна-единственная мышца, поддерживающая грудь, – это подкожная мышца шеи. Поэтому красота бюста целиком зависит от состояния треугольного участка кожи от основания груди до подбородка. Поддерживать зону декольте в ухоженном состоянии помогут следующие процедуры.

Лучшие антиэйдж-процедуры ДЛЯ ЗОНЫ ДЕКОЛЬТЕ

КИСЛОРОДНО-ОЗОНОВАЯ ТЕРАПИЯ

Эта процедура проводится микро-иглами, которые аккumulируют кислородно-озоновую смесь в коже, активизируя микроциркуляцию.

Она стимулирует кровообращение, запускает выработку коллагена в коже, заметно улучшая ее цвет и тонус.

Кроме этого кислородно-озоновые процедуры обладают дезинфицирующим и антибактериальными свойствами.

С их помощью можно добиться не только упругости груди, но и убрать двойной подбородок и подкорректировать овал лица.

АЛЬГИНАТНЫЕ МАСКИ

Неожиданное открытие альгината английским биохимиком Муром Стэнфордом привело к косметическому буму в Великобритании. Говорят, первую и самую большую партию альгинатных масок заказала королева Елизавета. «Альгинат натрия, который получают из бурых и красных водорослей, в сочетании с водой образует увлажняющий гель, богатый минеральными веществами, – рассказывает косметолог Кристофф Ворн.

Преимущества таких средств много: во-первых, альгинатные маски подходят всем типам кожи. Во-вторых, эффект лифтинга наступает сразу после экспозиции.

Вся процедура займет не более 40 минут. Очистит кожу, специалист нанесет интенсивную сыворотку и выполнит массаж. Дальше смешает порошковую и жидкую фазу и нанесет маску.

В течение 5–6 часов субстанция обретет плотность резины, увлажнит кожу, заполнит растяжки и нивелирует неглубокие морщины. Это отличный способ экспресс-ухода перед важным мероприятием».

КРИОТЕРАПИЯ

Самая популярная форма «лечения холодом» сегодня – это криомассаж.

«Процедура криомассажа проводится с помощью аппликатора, который косметолог предварительно погружает в жидкий азот при температуре минус 80°C, – говорит Наталья Васильева. – Затем каждый проблемный участок обрабатывается струей холодного азота 10–15 секунд.

Во время первого сеанса вы почувствуете небольшое жжение, а затем кожу начнет покалывать, как при прогулке по морозу. Под влиянием такой низкой температуры кровеносные сосуды резко сужаются, а затем рефлекторно расширяются на длительное время.

Эффект от криокурса впечатляющий: процедура разгладит мелкие морщины и придаст коже тонус. Кроме этого терапия холодом рекомендована при угревых высыпаниях и дерматитах. ■