

## Przepis na młodą twarz

*Każdy chciałby mieć młodą i piękną twarz przez długie lata. To ona jest naszą wizytówką, której w przeciwieństwie do innych części ciała, nie jesteśmy w stanie ukryć przed światem. Proces starzenia się można próbować spowolnić na wiele sposobów: poprzez zdrowy tryb życia, odpowiednie odżywianie, ćwiczenia czy specjalistyczne zabiegi. Jednak pierwszym i najważniejszym krokiem w odmładzaniu twarzy jest zrozumienie od czego zależy jej dobry wygląd! Poznaj składniki młodości.*

Głównym problemem w przypadku twarzy jest jej złożona struktura. Twarz to bowiem nie tylko skóra, dlatego działanie wyłącznie zewnętrzne w postaci używania kremów czy zabiegów kosmetycznych, tak naprawdę na niewiele może się przydać. Zwłaszcza, jeśli jednocześnie zapomnimy o tym, co najważniejsze, czyli o samej twarzoczaszce. To właśnie do niej przyłączone są mięśnie, które łączą się z powięziami, więzadłami, a dopiero na samym końcu – skórą. Z wiekiem zmianie ulega każda z tych składowych. To dlatego, zdaniem specjalistów, w przypadku twarzy trzeba zajrzeć i zadziałać nieco głębiej.

### Wiek i słońce

Zdaniem doktora Marka Wasiluka z warszawskiej kliniki L'experta, wiek i słońce to właśnie dwie główne przyczyny starzenia się twarzy. – Oznaki starzenia się skóry, takie jak zmarszczki, przebarwienia, popękane naczynka i wiotkość „zawdzięczamy” niekorzystnym efektom działania promieni słonecznych – tłumaczy doktor Marek Wasiluk. – Tymczasem za samo opadanie skóry odpowiada upływający czas, w trakcie którego ulegają stopniowemu upośledzeniu komórki organizmu, nie tylko skóry, ale również kości i mięśni. To dlatego próby działania na samą skórę spowodują, że osiągniemy efekt starej twarzy z odmłodzoną cerą. Z kolei efekt działania wyłącznie na warstwy wewnętrzne będzie taki, że twarz zacznie wyglądać młodziej, jednak sama cera pozostanie stara i zniszczona. Chcąc uzyskać efekt pełnego odmłodzenia, konieczne jest jednoczesne zadziałanie na dwóch poziomach, co z kolei jest związane z koniecznością użycia zupełnie różnych metod (innymi działamy na części wewnętrzne, a innymi na skórę).

### Unoszenie i uzupełnianie

Jeśli chodzi o odmłodzenie samej skóry, tutaj zadanie do wykonania jest stosunkowo proste. Efekt odświeżenia możemy uzyskać, używając lasera frakcyjnego czy osocza bogatopłytkowego, z kolei naprężenia – przy użyciu botoksu. Natomiast w przypadku warstw pod skórą trzeba zacząć przeciwdziałać temu, co się z nią dzieje. Opadającą skórę i powieki trzeba unieść i napiąć. „Dolinę łez” powstającą w efekcie zaniku tkanki tłuszczowej, trzeba uzupełnić. – Metod możliwych do wykorzystania jest tak naprawdę bardzo wiele – zapewnia doktor Marek Wasiluk. – Można zadziałać zarówno kwasem hialuronowym czy polimlekowym, a w pewnych miejscach nawet wypełniając tłuszczem, naciągając nitkami czy urządzeniami typu frakcyjna radiofrekwencja mikroigłowa. Ale wszystko zależy tak naprawdę od tego, jaki jest stopień nasilenia problemu oraz od wieku pacjenta.



U osób młodszych z reguły wystarczy użycie metod naturalnych, jak choćby rozgrzewanie czy napinanie metodami, takimi jak frakcyjna radiofrekwencja mikroigłowa czy HIFU. Może to jednak okazać się niewystarczające w przypadku osób starszych – im więcej mamy lat, tym z większymi zanikami mamy do czynienia. W takich przypadkach trzeba rozpatrzyć aplikację kwasu polimlekowego, kwasu hialuronowego czy nici. Najbardziej naturalny efekt można uzyskać dzięki optymalnemu połączeniu kilku różnych metod.

Dwie oznaki starzenia się skóry, omówione w artykule, idą ze sobą w parze. Choć w przypadku osób ok. 30 roku życia można mówić zazwyczaj o odrobinie zniszczonej cerze, to już u 40-letnich i starszych, oba te problemy występują razem, w związku z czym konieczne jest działanie dwutorowe. W ten sposób możliwe jest bardzo mocne odmłodzenia – zarówno samej cery, jak i kształtu twarzy. Więcej o tym, jak i o wielu innych problemach urodowych, można dowiedzieć się z najnowszej książki doktora Marka Wasiluka pt. „Medycyna estetyczna bez tajemnic”.

Informacje o ekspercie:

Dr Marek Wasiluk – specjalista medycyny estetycznej, ekspert w dziedzinie laseroterapii, prekursor i poszukiwacz nowych rozwiązań medycznych. Właściciel warszawskiej kliniki L'experta (<https://lexperta.pl/>). Autor eksperckiego bloga [www.marekwasiluk.pl](http://www.marekwasiluk.pl) i książki pt. „Medycyna estetyczna bez tajemnic”.

**Materiał powstał na zlecenie Agencji Media Kobiet.**

**Więcej informacji udziela:**

Joanna Siemińska

PR Manager

Agencja Pretty Good

mob. +48 503 744 399

**e-mail: [asia@prettygood.pl](mailto:asia@prettygood.pl)**