

Wygląd dolnej partii twarzy bardzo mocno wpływa na jej całościowy odbiór. Zanik kąta żuchwy, tzw. chomiki, cofnięta bródka czy drugi podbródek to najczęstsze problemy, które sprawiają, że wyglądamy niekorzystnie. Co jest przyczyną ich pojawiania się w dolnej części twarzy, a także o sposobach radzenia sobie z nimi, mówi dr Marek Wasiluk, właściciel warszawskiej kliniki L'experta.

Jakie są problemy dolnej części twarzy

Dr Wasiluk z warszawskiej kliniki L'experta wymienia kilka głównych problemów urodowych dolnej części twarzy. Niektóre z nich związane są ze starzeniem się twarzy i należą do nich: opadanie skóry i zmiana kształtu twarzy, przyczyną innych jest nieprawidłowy rozwój – cofnięta bródka, a jeszcze inne spowodowane są nagromadzeniem nadmiaru tkanki tłuszczowej – drugi podbródek. Dlatego chcąc poprawić wygląd należy w pierwszym kroku zdiagnozować co jest problemem i głównym powodem jego pojawiania się.

Starzenie się dolnej części twarzy

Charakterystyczną cechą w rysach twarzy osób młodych jest wąska bródka, z zaznaczoną linią żuchwy. Kontur jest wtedy uniesiony i gładko "wspina się" w kierunku uszu. Wierzchołkiem tzw. "trójkąta młodości" jest wąska bródka, a podstawą wypukłe kości policzkowe, zarysowane brwi i oczy. Co dzieje się, kiedy człowiek zaczyna się starzeć?

Z wiekiem "trójkąt młodości" zanika, a rysy twarzy zaczynają wpisywać się w kształt nazywany "piramidą starości". Dochodzi do opadania i spłaszczenia tkanek w okolicach kości policzkowych. To ten rejon staje się wówczas wierzchołkiem piramidy. *Owal twarzy poszerza się, a przebieg linii żuchwy zostaje zaburzony przez opadające tkanki. Pojawia się zwiotczała skóra, która jest charakterystyczną cechą starzenia się twarzy w wieku powyżej czterdziestu lat* – tłumaczy dr Marek Wasiluk z warszawskiej kliniki L'experta.

Medycyna estetyczna dysponuje licznymi metodami poprawiania kondycji dolnej części twarzy. Warto jednak mieć na uwadze, że nie są to metody proste i przynoszące szybkie efekty. Główne sposoby pracy nad dolną częścią twarzy polegają na uzupełnianiu i napinaniu tkanek.

W ostatnich latach najpopularniejszą metodą napinania tkanek i liftingu skóry przy tzw. „chomikach” są zabiegi wykorzystujące technologię HIFU. *W trakcie zabiegu specjalną głowicą pod skórę wprowadzane są ultradźwięki działające na głębokości ok. pół centymetra. Napinane są powięzi, które obrazowo określić można jako konstrukcję podtrzymującą skórę i przeciwdziałającą jej opadaniu. Wraz z wiekiem „rusztowanie” przestaje prawidłowo spełniać wcześniejszą funkcję, a poprzez zabieg może ono odzyskać wcześniejszą sprawność i ponownie zacząć napinać skórę. Zabieg jest mało inwazyjny, a dodatkowo – już po nim – na twarzy praktycznie nie widać pozabiegowego podrażnienia* – tłumaczy dr Marek Wasiluk.

Efektów zabiegu nie widać od razu, a dopiero po kilku miesiącach, jednak utrzymują się one przez dość długi czas. Najczęściej można wykonywać go raz w roku. Inne dostępne metody redukujące ten problem to ablacyjny laser frakcyjny, radiofrekwencja mikroigłowa i nici z haczykami. Ich skuteczność nie jest jednak aż tak satysfakcjonująca, jak w przypadku wcześniej opisanego zabiegu.

Problem ubytków linii i kąta żuchwy jest związany z niedoborem tkanki. Defekt ten można zniwelować poprzez wstrzykiwanie wypełniaczy, biostymulatorów lub też własnego tłuszczu pacjenta.

Nieprawidłowy rozwój i cofnięta bródka

Również zły rozwój szczęki i żuchwy u dzieci mają wpływ na to, jaki kształt przybierze ich twarz w dorosłym życiu. Dlatego tak ważne jest, aby o nie zadbać. Jeśli dziecko przez większość czasu ma otwarte usta, jego szczęka i żuchwa będą w przyszłości wąskie, a broda cofnięta. Co gorsza, tak ukształtowane rysy w dorosłym życiu jeszcze bardziej będą się uwydatniać. Z tego powodu szybciej będzie również widać efekty starzenia – opadanie skóry z górnych części twarzy na mniej rozwinięte dolne, będzie łatwiejsze.

Nadmiar tkanki tłuszczowej i drugi podbródek

Opadanie tkanki i cofnięty podbródek to jednak nie jedyne problemy mające wpływ na wygląd dolnej części twarzy. *Jest nim również drugi podbródek. Na jego pojawienie po części ma wpływ nagromadzenie się tkanki tłuszczowej, a po części wiotczenie skóry w tym miejscu. Samo schudnięcie nie zawsze rozwiązuje problem. Częste wahania wagi wpływają na szybsze wiotczenie tkanek na twarzy. Jeśli wyraźnie schudniemy, to w pewnym wieku drugi podbródek niekoniecznie również zniknie. Pozostanie na nim zwiotczała skóra, która nadal będzie opadać – tłumaczy założyciel kliniki L'experta.*

Dlatego dobre efekty zabiegowe daje w tym przypadku terapia łączona. Rozpuszczenie tkanki tłuszczowej, najlepiej za pomocą lipolizy iniekcyjnej, a następnie napięcie skóry omówioną wcześniej technologią HIFU lub za pomocą radiofrekwencji mikroigłowej.

Czy można pomóc sobie „na własną rękę”?

Jeśli chodzi o kształt i kondycję dolnej części twarzy, w przypadku której omówione wcześniej problemy wynikają głównie z kształtu i opadania tkanek, to metody domowe są niestety mało efektywne. *Zdrowy styl życia, utrzymywanie stabilnej wagi i mało stresu, to wszystko zachowania zapobiegawcze, jeśli chodzi o nadmierne opadanie tkanek. Ich skuteczność nie jest jednak wystarczająca – konkluduje dr Marek Wasiluk.*

Można również starać się ćwiczyć dolne partie twarzy poprzez naturalne czynności, takie jak jedzenie twardych pokarmów i mocne przeżuwanie. To zachowania fizjologiczne i zdrowe. Należy jednak przestrzec przed stosowaniem metod znanych z mediów społecznościowych, takich jak przygryzanie silikonowej piłeczki, które ma za zadanie wyostrenie linii żuchwy. To metoda potencjalnie niebezpieczna, która w łatwy sposób może zaszkodzić, niszcząc nie tylko stawy skroniowo-żuchwowe, ale również cały kształt twarzy. Wśród licznych konsekwencji takiego zachowania można wymienić również ból stawów, ale też całej twarzy i głowy, czy przerost mięśni, którego także można się w ten sposób nabawić.

Ważna jest z pewnością dbałość o zęby. Jeśli ktoś na przykład ma tendencję do ich ścierania, powinien próbować temu przeciwdziałać. Jeśli ktoś już je sobie start – wówczas powinno się je odbudować. Podobnie, jeśli ktoś utracił tylni ząb. Choć nie są to co prawda metody domowe, a stomatologiczne, one również mogą poprawiać rysy twarzy i zapobiegać opadaniu tkanek w jej dolnej części.

Omówione zabiegi to tylko niektóre z oferowanych przez medycynę estetyczną metod walki z nieestetycznym wyglądem dolnej części twarzy. W gruncie rzeczy jest to problem złożony, a walka z nim jest procesem dość skomplikowanym. Dlatego podstawę terapii zawsze powinna stanowić szczegółowa konsultacja ze specjalistą, który fachowym okiem oceni źródło i skalę problemu, a następnie zaproponuje pacjentowi najbardziej optymalną, dostosowaną do tego terapię.