

STARANJE IN POMLAJEVANJE

Vsi ljudje se zavedamo procesa staranja in prav tako bi ga večina želela upočasniti. Zakaj potem vzdrževanje mladostnega videza velikokrat prištevamo med tabu teme? Na to in še več vprašanj, povezanih s staranjem in pomlajevanjem, nam je odgovoril Samo Gorenšek, dr. med., specialist dermatolog iz SKIN dermatologije.

KAKŠNE SO NOVOSTI V ESTETIKI?

Razvoj tehnologij in medicine v zadnjih letih ni omejen zgolj na bolezni, omogočil nam je tudi vpogled v procese staranja ljudi, ki jih v zadnjem času razumemo bolj kot kdaj prej. Ob opazovanju oseb primerljive starosti bomo sicer zaznali nekatere razlike v procesih staranja, ki so odvisne od dednih dejavnikov in dejavnikov okolja, vendar pri večini ljudi staranje poteka enako – torej pričakovano. Preden smo jih tako dobro poznali, smo se v estetski medicini usmerjali le h končnim posledicam procesov staranja tkiv, torej posameznim gubicam, zdaj pa se znamo pristopov pomlajevanja lotiti sistematično in objektivno. Poznavanje procesov staranja nam je omogočilo nekaj, kar se nam je še pred leti zdelo nemogoče, zdaj pa se nam poznavanje principov za ohranjanje mladostnega videza zdi fantastično.

Prejšnji pristopi pomlajevanja niso upoštevali dejstva, da ženska sama najbolj pozna spremembe, ki so se z leti pojavile na njenem obrazu. Znano je namreč, da se povprečna ženska v ogledalo pogleda približno osemkrat na dan. Razlog je preverjanje ličil ali pričeske, vendar gre največkrat za občutek potrditve, da je videti dobro. Po 30. letu pa nastopi manjši razkorak med tem, kakšna bi ženska želela biti v ogledalu,

in realnostjo, ki jo opaža. Ta razkorak se sčasoma povečuje, vendar za to ni potrebe. Če uporabljamo majhne količine hialuronske kisline in botulinskega toksina, aplicirana v ustrezna mesta, lahko vzdržujemo videz 30-letnice še leta naprej. Na srečo znanost napreduje hitreje kot procesi staranja, kar nam omogoča, da jih zadržimo.

KATERI PROCESI SE DOGAJAJO MED STARANJEM OBRAZA?

S staranjem prihaja do napredujočih poškodb kolagena in elastičnih vlaken, zato se koža tanjša in postaja manj elastična. Z vsakodnevnim dolgotrajnim krčenjem mišic se na koži oblikujejo številne gubice, značilne za vsako mišico posebej. Z leti pride tudi do preoblikovanja kostnine in izgube podkožnega maščevja na obrazu, kar povzroči izgubljanje volumna, ter do premika obraznih struktur navzdol, čemur botruje učinek težnosti, ki prav tako poudari gube. Gube, prej opazne le med gibanjem, so tedaj vidne tudi v mirovanju.

Očesna kostna odprtina se povečuje, kar daje obrazu utrujen videz. Spodnja čeljustnica postaja vse bolj kvadratne oblike, kar privede do bolj moškega videza ženskega obraza. Ličnice izgubljajo volumen in obliko, s čimer izginja tudi mladostni videz. Z večjo aktivnostjo

poskušajo to popraviti mišice obraza, vendar s tem povzročijo pojav drobnih gub. Polnost obraza in mladostni videz se izgubita.

POZNAJO LEHOTNE IDEALE?

Poenostavljeno lahko lepotne ideale razdelimo v nekaj kategorij. V estetiki za lepotni ideal veljajo določeni proporci obraza, zaradi katerih podzvestno dojemamo obraz kot lep. Enaki proporci veljajo za lepe že stoletja. Ti pa niso edino, kar daje vtis lepega obraza, takšen obraz ima tudi kožo brez razširjenih por in drugih nepravilnosti, polt je sijoča in sveža, volumen lic in ustnic pa je primerljiv tistemu pri 25. letu starosti. Na koži ni sledi pretiranega izpostavljanja soncu, kot so rjave lise ali razširjene žilice. Seveda pa je najlepše, če vse zaokroži iskren nasmehek.

KDAJ LAHKO POMAGAJO ESTETSKI POSEGI?

Pri ženskah okoli 30. leta pridejo na vrsto posegi za ohranjanje mladostnega videza. V tem starostnem obdobju se namreč začnejo pojavljati prve gubice na čelu in ob očeh, priča smo prvemu izgubljanju volumna ter pojavu občutka utrujenega, žalostnega ali jeznega videza obraza. To je optimalni čas za začetek s posegi ohranjanja mladostnega videza, saj gubice in volumske spremembe obraza še niso pretirano izražene in se dajo v večini primerov omiliti z minimalnimi posegi. Z rednimi posegi si želimo, da obraz ohranja zadovoljen in sijoč videz še naprej.

Za ohranjanje mladostnega videza svetujemo drobna nadomeščanja volumna na točno določenih mestih, kjer se ta naravno izgublja. Govorimo o dermalnih polnilih na osnovi hialuronske kisline. Telo namreč zaradi staranja, oksidantov, onesnaženosti in ultravijoličnega sevanja izgublja možnost, da bi samo tvorilo hialuronsko kislino.

Poleg tega se z botulinskim toksinom doseže selektivna sprostitve tistih mišic, ki največ prispevajo k nastanku gub na čelu in ob očeh. Tako dosežemo, da se drobne gubice zgladijo.

IZ PRVE ROKE



Petra Windschnurer, lepotna urednica



SAMO GORENŠEK, DR. MED.

Svetovali vam bomo tudi o ustrezni zaščiti pred soncem in tretmajih, ki bodo izboljšali teksturo vaše kože, zmanjšali neželeno pigmentacijo, rdečino ali druge nepravilnosti.

Če se ženske za estetske posege odločijo po 60. letu, so ti posegi bolj kompleksni, saj so gubice že globlje in porazdeljene po celotnem obrazu. Takrat je treba nadomestiti večje izgube volumna obraza, ob tem pa pogosto začeti terapijo pigmentnih madežev ali drugih nepravilnosti.

PRETIRANE USTNICE, ZAMRZNJENI OBRAZI ALI LE LEP VIDEZ?

Cilj sodobne estetike je omogočiti ljudem, da so videti dobro in zadovoljno. Pretirani posegi pri nekaterih zvezdnicah nikakor niso norma dobrega estetskega posega. Po dobrem estetskem posegu bodo prijatelji opazili le, da ste videti dobro, ne pa tega, kaj se je pri vas spremenilo ali poudarilo.

ALI SO POSEGI NA OBRAZU ŠE VEDNO TABU?

Želja po dobrem videzu ni skrivnost. Vemo pa tudi, da staranje poteka pričakovano pri vseh ljudeh in da ga dobri geni ne morejo zaustaviti. Kot ne obstaja posameznik, ki mu zaradi genov ne bi rasli nohti na rokah in ne bi potreboval manikire, tako nihče ni odporen proti neizbežnemu procesu staranja obraza. V naši družbi so redne manikire ali odstranjevanja neželenih dlak splošno sprejeta norma, saj si želimo urejenega videza. Zakaj bi bili posegi na obrazu potem tabu?

KAJ LAHKO NAREDIMO ZA DOBER VIDEZ?

Za mladostni videz lahko veliko storite sami: z ustrezno zaščito pred soncem, prenehanjem kajenja, zadostno mero gibanja, zdravo prehrano in čim manj stresnim življenjem. Pa tudi obisk dermatologa naj ne ostane skrivnost. ←

Na pomlajevanju z dermalnimi polnili na osnovi hialuronske kisline sem že bila, a tokratna izkušnja je bila nekaj prav posebnega. V SKIN dermatologiji sta dr. Samo Gorenšek in dr. Katja Gorenšek namreč gostila svetovno priznane ga zdravnika in vodilnega strokovnjaka na področju poučevanja stroke, kako pravilno izbrati in injicirati dermalna polnila, dr. Raja Acquillo, ki je na njuno povabilo priletel iz Londona.

Sedim v čakalnici in razmišljam o oceni, ki jo je pred tem na podlagi fotografij in računalniške analize dobila moja koža. Ima jih deset več, kot jih štejem sama. Brez skrbi, Petra, spet jih bo štela 40. Kmalu brez ličil in povsem brez zadrege svoj obraz nastavim svetlobi in strokovnemu pogledu dr. Sama Gorenška in dr. Raja Acquille. Skupaj detajlno preverita moje proporce ter podata individualno in objektivno analizo obraza. Z belo barvico dr. Acquilla izriše točke na specifičnih mestih, za katere se pozneje izkaže, da so to mesta, kamor bo injicirana hialuronska kislina. Da je zadeva še bolj zanimiva, niti en zaznamek ni na gubah, ki me motijo. »Zavedamo se namreč, da nam lahko usmerjanje v izginotje posamezne gubice običajno izboljša celoten videz obraza za le nekaj odstotkov,« pojasni dr. Samo Gorenšek. »Pri analizi obraza smo zlasti pozorni na proporce obraza in ugotavljanje stanja volumna obraza, šele nato pride na vrsto ugotavljanje prisotnosti določenih motečih gub,« še pove. Analiza obraza pa ni usmerjena le v popravke, ki bi jih lahko storili za doseganje ideala, temveč prvič do zdaj vključuje tudi pomemben čustven dejavnik – kako sama dojemam videz svojega obraza. Potožim, da sem videti žalostna in utrujena.

Dr. Raj Acquilla dobro pozna vse lepote ideale ter idealne proporce, in ker med njegove pacientke sodijo tudi znane igralko in modeli, pozna tudi vse lepote trende, ki jih s pomočjo ličil ustvarjajo umetniki ličenja. Sprva mi predlagata posege, s katerimi bi se jim moj obraz lahko približal. V tem koraku mi svetujeta glede 'pomanjkljivosti' obraza, in sicer da bi bilo treba vizualno podaljšati brado in dodati nekaj volumna, kjer ta naravno manjka. Sledi še pogovor o točno določenih gubah in predelih obraza, ki bi jih sama želela 'zradirati' in popraviti. Končni rezultat je ocena, ki bo najboljša za pomladitev mojega obraza. Drobne popravke bosta izvedla s pomočjo različnih dermalnih polnil s hialuronsko kislino. »Med novosti v svetu dermalnih polnil sodi prav posebno polnilo na osnovi hialuronske kisline, ki po injiciranju omogoča, da se svetloba od kože bolje odbija in je idealna za mesta, kamor načelno nanašamo osvetljevalce, oziroma dela čudeže pri vdrtih in temnih podočnjakih,« razloži dr. Acquilla. Čeprav imam fotografijo, posneto pred postopkom, se strokovnjaka odločita, da bosta popravke izvedla najprej le na eni polovici obraza. Ogledalo ne laže. Navdušena sem nad bolj odprtim pogledom in linija podočnjakov se drastično skrajša. Ko je zaključena še druga polovica obraza, bi težko rekla (še zlasti če ne bi vedela, kam je bilo dermalno polnilo injicirano), kaj natančno sta popravila, le videti sem veliko bolje. Komaj čakam, da grem danes zvečer na večerjo s prijateljicami. Seveda jim bom povedala vse! Za konec pove še: »To so posegi, ki 'korigirajo' blage nepravilnosti obraza in se jih v Londonu lotimo že pri mlajših osebah, starih od 25 let naprej, ki jih te nepravilnosti motijo. Hkrati ti posegi delujejo kot zelo dobra preventiva proti staranju in ohranjanju mladostnega videza.«