

ENVY

KRÁSA JE VOĽBA

WWW.ENVYCLINIC.SK
02 | 2016

NEDARÍ SA VÁM
SCHUDNÚŤ?

Prčina:
POTRAVINOVÁ
INTOLERANCIA

#envygirl

KRISTÍNA
PELÁKOVÁ

Zachráňte
SVOJE
VLASY

SILHOUETTE
LIFTING LIFT
AMERICKÝCH
CELEBRÍT

Nová éra

ESTETICKEJ MEDICÍNY



#KRASA JE VOL'BA

Blog a e-shop
zo sveta estetickej medicíny.



VEDA KRÁSY

www.vedakrasy.sk



ENYVY

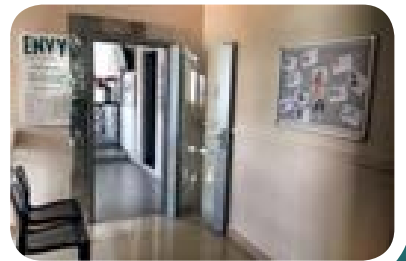
KLINIKA ESTETICKEJ MEDICÍNY

ENYVY KLINIKA KOŠICE

repcia@envyclinic.sk

+41 911 671 666

Nerudova 14 • 040 01 • Košice

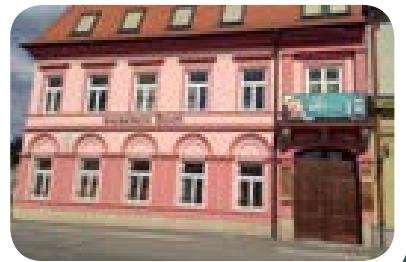


ENYVY KLINIKA PREŠOV

repcia@envyclinic.sk

+41 911 671 333

Konštantínova 1 • 9080 01 • Prešov



ENYVY KLINIKA POPRAD

repcia@envyclinic.sk

+41 911 671 333

OC Max Poprad • Dlhé hony 1 • 058 01 • Poprad



www.envyclinic.sk



Pre mňa osobne je jeseň vždy najhektickejším obdobím roka. Letný light režim je preč a začína sa starý známy kolotoč povinností, pracovných meetingov, a ak máte dieťa v školskom veku ako ja, tak viete, že zladať krúžky na začiatku školského roka je kapitola sama osebe...

Aj život v Envy je v tomto období oveľa rýchlejší a doplnený o množstvo nových projektov.

Avšak najintenzívnejšie klinika momentálne žije svojimi 8. narodeninami, ku ktorým sme si v Košiciach venovali novučičké priestory oddelenia lekárskej kozmetiky, ako aj telocvičňu pre E-Fit cvičenie a kabíny telových ošetrovaní so samostatnou recepciou, kde si budete môcť pri krbe vychutnávať aj zdravé drinky z nášho Envy juice baru ;). V podstate sme sa rozrástli na ďalšie poschodie a mne to pripomenulo časy, keď sme o tomto len žartovali, no v kútiku duše tajne a tíško dúfali, že jedného dňa zaberieme celú budovu. A veru, po tých ôsmich rokoch nám už naozaj veľa metrov štvorcových do vysnívaného cieľa neostáva. :)

Veľká vďaka za to všetko patrí práve vám, našim klientom a pacientom. Bez ohľadu na to, či ste jedna alebo jeden z tých, ktorí chodia pravidelne na kozmetiku, alebo zriedkavo na estetické zákroky, či ste pacientom niektorého z medicínskych oddelení, alebo klientom kozmetiky. Všetkým vám touto cestou ďakujeme a vážime si každú jednu vašu návštevu na našej klinike.

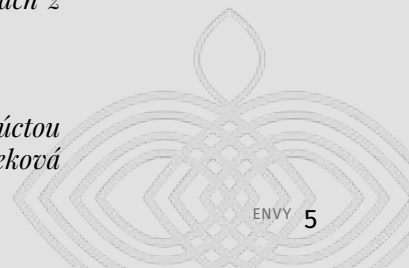
Vašu priazeň si nesmierne vážime a radi by sme vám ju preto odplatili, a to novým vernostným systémom, ktorý pre vás práve spúšťame!

Do dnešnej podoby sme narástli vďaka vám a s prísľubom naďalej pre vás prinášať kvalitné služby v oblasti zdravotníctva a estetiky sa tešíme na ďalšie roky, poschodia, oddelenia a pobočky!

V rukách držíte druhé číslo magazínu našej kliniky, ktorý sme tentokrát obohatili aj o rôzne články a rozhovory. Verím, že sa vám budú páčiť. Do budúcnosti budeme pre vás pravidelne prinášať stále viac zaujímavého čítania nielen o kráse a zdraví, ale aj o inšpiratívnych ľuďoch či rôznych zaujímavostiach z rozličných oblastí.

Želám vám príjemné čítanie.

*S úctou
Natália Selveková*





ENYV

KLINIKA ESTETICKEJ MEDICÍNY

#envygirl KRISTÍNA PELÁKOVÁ	6-9
Rozhovor s MUDr. Mahdim Nasabom	10-11
Čo má Andrea Tatarková v kabelke?	12-13
Zachráňte svoje vlasy	14
Rozhovor s MUDr. Danielou Balcovou	15

INTERNÉ ODDELENIE

Infúzna terapia vitamínom C	16
Potravinová intolerancia	18-19
Interné vyšetrenie	20
Nutrigenomika	22-23

ODDELENIE OPTIMÁLNEJ VÝŽIVY A REGULÁCIE HMOTNOSTI

Analýza tela prístrojom InBody	24
Cvičenie E-FIT	25
Vydajte sa cestou za zdravším telom a štíhlejšou siluetou	26
Lymfodrenáž Liposnell	27-28
Formovanie tela COAX CRF	29-30
Kompletný program úpravy hmotnosti	31

ENYV PORADŇA	34-35
---------------------------	--------------

LEKÁRSKA KOZMETIKA

Oxygeneo	36
Aquaclean	38
Ošetrovanie Rádiomezolift	39
Renlive protokol	40-41
Ultrazvukové čistenie pleti	42

Osobnosti v rukách ENYV	44-45
Rozhovor s Bárrou Basíkovou	46-47
Rozhovor so Samuelom Tomečkom	48-49
Hausboat	50-51
Rozhovor s Linou Mayer	52-53

PLASTICKÁ CHIRURGIA

Blefaroplastika	54
Blefaroplastika PREMENA	55
Korekcie nosa	56
Rozhovor s MUDr. Zuzanou Hojstričovou	57
Abdominoplastika	58-59
Odstránenie znamienka, bradavice, alebo výrastku	60
Facelifting	61
Zväčšenie penisu	62
Gynekomastia	63
Zväčšenie prsníkov implantátmi	64-65
Zdvihnutie, modelácia prsníkov	66
Zmenšenie prsníkov u žien	67
Zväčšenie prsníkov vlastným tukom	68
Úprava, zmenšenie malých pyskov ohanbia	69
Brazílsky zadoček	70

Lôžková časť	72-73
---------------------------	--------------

ESTETICKÁ DERMATOLÓGIA

Contouring tváre aplikáciou kyseliny HA	74
Contouring tváre aplikáciou kyseliny HA PREMENA	75
Odstránenie kruhov pod očami	76-77
Skinboosters by Sharon Stone	78-79
Odstránenie mimických vrások botulotoxínom	80
Vampire facial	81
Ultherapia	82-83
Zväčšenie pier, korekcia okolia pier	84
Zväčšenie pier, korekcia okolia pier PREMENA	85
ENVY 3D LIFT	86-87
Zúženie tváre V-SHAPE	88
Silhouette Soft Lift	90-91
Rozhovor s MUDr. Zuzanou Kožuchovou	92-93

LASEROVÁ MEDICÍNA

Frakčný resurfacing pleti	94
Frakčný resurfacing pleti PREMENA	95
Epilácia laserom LIGHTSHEER DUET	96
Fotorejuvenizácia	98
Laserový peeling pleti	99
Odstránenie tetovania	100
Odstraňovanie cievok & pigmentových škvŕn	101
Odstránenie znamienka, bradavice, alebo výrastku	102

VLASY

Transplantácia vlasov	104-105
------------------------------------	----------------

ODDELENIE LIPOSUKCIE A TUKOVÉHO TRANSFÉRU

VASER Lipo	106
Vasersmooth 2.0 TM	108-109
Vasersmooth 2.0 TM PREMENA	110
Formovanie pozadia v spojení s liposukciou	112-113
Jitka Klett	114-115
Vychytávky Fera Mikloška	116-117
Ked' sa v Košiciach povie shushi...	118-119
Zdravé a chutné recepty Mirky Luberdovej	120-121
Postaráme sa o vaše zuby	122
Envy4debra	124-125
By EL	126
Julienne Schubert	128
Slovenka Silvia žije svoj sen v Miami	130-131
Dni zdravia	132-134
Krása	136
Fashion trendy 2017	138-139
Inštitút krásy	140
Zdravé tajomstvo ukryté v knihách	142

#envygirl

KRISTÍNA PELÁKOVÁ

HOVORÍ SA, ŽE NAJKRAJŠIE ŽENY POCHÁDZAJÚ Z VÝCHODNÉHO SLOVENSKA. KRISTÍNA PELÁKOVÁ JE TOHO DÔKAZOM. 29-ROČNÁ SPEVÁČKA NEDOSTALA DO VIENKA IBA KRÁSU, ALE AJ TALENT. JEJ SKLADBY VŠETCI DÔVERNE POZNÁME A ZBOŽŇUJEME. PRETO SME SA ROZHODLI, ŽE SA ENVYGIRL DRUHÉHO VYDANIA NÁŠHO MAGAZÍNU STANE PRÁVE ONA!

AUTOR: KRISTÍNA MOHROVÁ | FOTO: LÝDIA JUŠKOVÁ

Si prirodzene krásna žena, ako sa udržiavaš vo forme?

Ďakujem za úvodný kompliment :) Pravidupovediac, nijak špeciálne a striktné. Pracujem v prvom rade na tom, aby som bola vnútorne spokojná a vyrovnaná, aby som to mala v sebe správne nastavené a aby som bola šťastná. Ostatné veci ako návštevy u kaderníka, kozmetičky sú pre mňa tiež dôležité, ale myslím, že ozajstná krása vychádza z vnútra. :)

Byť úspešnou speváčkou nielen na Slovensku, ale aj v Čechách musí byť nádherný pocit, ale zároveň si to vyžaduje náročný životný štýl. Stíhaš sa pomedzi koncerty a čas strávený v štúdiu o seba starať? Máš beauty trik, ako vyzerat' dobre za pár minút?
Je to divoký životný štýl :), ale mám svoje hranice. Do mesiaca mám stanovený

počet koncertov a viac proste neberiem, pretože mám popri koncertovaní naozaj veľa aktivít, ktoré súvisia tiež s hudbou, a dávam si pozor na svoju energiu, aby som sa nedostala do stavu vyčerpania... Keďže som to už zažila. Môj rituál sú masáže, mám aj osobnú masérku, ktorá za mnou dochádza... Na to nedám dopustiť a telo je mi vždy vďačné. Môj rýchly beauty trik je okrem dobrých pletových masiek príroda, drink z jačmeňa, do ktorého dávam aj chia semiačka a prášok z huby Reishy, toto vrelo odporúčam!

Cvičenie – áno či nie? Ak pravidelne cvičíš alebo športuješ, čo je tvojou obľúbenou fyzickou aktivitou?

Cvičenie určite áno, ale vyhľadávam skôr tanec ako fitko... Chodievam na osobné tréningy k úžasnej tanečnice

Natálii Glosíkovej a tam sa vybláznim, plus cvičím doma 5 Tibeťanov.

Páči sa nám, že ako krásna žena používaš prirodzené líčenie, ktoré sa k tebe jednoznačne hodí! Považuješ mejkap za neoddeliteľnú súčasť každého dňa alebo počas nepracovných dní chodíš nenalíčená?

Ďakujem :). Počas mojich bežných dní sa nelíčim silno, vlastne sa extra silno nelíčim ani na koncerty, ale normálne si dávam do mesta svieži, ľahký mejkap, líčka a špirálu. Mám rada upravený, ale vždy prirodzený vzhľad.

Máš v kabelke beauty produkt, bez ktorého nevyjdeš z domu?

Balzam na pery určite :), mám často popraskané pery a hlavne teraz v chladnejšom počasí ho musím mať v kabelke.



Ako vyzerá tvoj bežný deň, keď nepracuješ? Chodíš si vyvetrať hlavu do prírody alebo radšej tráviš čas doma?

Ja milujem prírodu a mám svoje obľúbené miesto na východnom, strednom aj západnom Slovensku, kde chodím zrelaxovať a načerpať silu. V prírode je dobrý vzduch, ticho, to mi dokáže vyčistiť hlavu. Rada mám aj dlhý spánok, ak nemám cez deň doobeda nič dôležité, tak rada leňošim.

Keď ťa vidíme, či už v televízii, alebo na koncertoch, vždy vyzeráš sviežo! Ako sa staráš o svoju pleť a vlasy?

Používam kvalitnú kozmetiku, hlavne na pleť, ktorú mám dosť citlivú... Naozaj sa oplatí investovať do kvalitnej pletovej kozmetiky aj dekoratívnej kozmetiky, pleť mi to vracia, a rovnako aj vlasy. Ak ich trošku zanedbám, hneď to cítim... Ale veľa robí aj strava, ak sa dobre stravujem, všetko ide hneď ľahšie! Na to si tiež potrpím, keďže pri mojej práci jem veľa krát, čo dané miesto ponúka.)

Čo máš na svojom výzore rada a čo by si na sebe, naopak, zmenila?

Asi ako každá žena, aj ja mám časti, ktoré sa mi páčia viac, niektoré menej, ale učím sa mať rada takú, aká som,

aj s nejakými nedostatkami. Ak mám chuť na sebe v niečom viac zapracovať a teším sa z toho, že na tom pracujem, tak to je pre mňa správna cesta. Kritizovať sa úspešne odúcam. :)

V rámci množstva fotení a nakrúcaní videoklipov si sa počas svojej kariéry stretla s množstvom vizážistiek a kaderníkov. Naučila si sa od nich tipy/triky, ktoré používaš dodnes v praxi?

Určite som sa veľa naučila hlavne od vizážistky Lucii Ružovej, s ktorou najčastejšie spolupracujem, ďakujem jej za jej precíznu a umeleckú prácu... Pri nej som sa naučila najviac. Vizáž je veľmi dôležitá v mojej práci, budujem si ňou svoj look a ona mi ho vie pripraviť excelentne.

Inšpiruješ sa zahraničnými osobnosťami v oblasti módy, štýlu a krásy? Akú zahraničnú osobnosť považuješ v oblasti výzoru za stelesnenie dokonalosti?

Hneď mi napadla Jessica Alba. Jej tvár mi pripadá úplne bezchybná a súmerná. Rada sa inšpirujem skôr svetovými značkami, pozerám módne prehliadky od obľúbených návrhárov... A čo sa týka koncertov, tak sa rada inšpirujem Jennifer Lopez, Beyoncé, väčšinou sú to

látky a niekedy aj strihy.

Aké máš hudobné plány na rok 2017?

Pracujem na mojom novom albume, ktorý by som rada vydala začiatkom nového roka... Pripravujem nové videoklipy a spoluprácu s orchestrom, o tom však ešte nechcem detailne hovoriť...

Ktorý moment vo svojej kariére považuješ za zlomový?

Skôr by som to nazvala ako prelomové obdobie a bolo to obdobie Eurovízie v roku 2010, kde ma spoznalo nielen domáce slovenské publikum, ale aj české publikum... Vlastne vďaka skladbe Horehronie pôsobím aj u našich susedov v Česku... Od tohto obdobia som sa spevom začala naozaj aj živiť.

Na scéne pôsobíš deviaty rok. Spomenieš si na najsilnejší emočný zážitok, ktorý si zažila na pódiu?

Tých zážitkov je veľmi veľa, ale medzi taký veľmi emotívny a jedinečný zážitok patrí zážitok z koncertu v Krnove, kde sa na pódiu uprostred môjho koncertu zasnubil mladý pár, dotýčny muž požiadal svoju priateľku o ruku priamo na pódiu. Bolo to veľmi krásne.)



8 BAND TOUR 2016

KRISTÍNA

22.11. KOŠICE

ANGELS ARÉNA



Oblíbený beauty produkt:

make up Perfection Lumière
Velvet Smooth Effect od Chanel

*Čo nesmie chýbať
v mojej kabelke:*

Balzam na pery, rúž, vreckovky,
púder, voňavka, peňaženka a
mobil.

Oblíbená vôňa:

Hugo Boss – Ma Vie Pour
femme, Salvatore Ferragamo – Signorina

*Najoblúbenejšie miesto
na Slovensku*

Je ich viac, ale výborne sa
cítim napríklad na Orave.





MUDr. Mahdi Nasab:

*Keď pár dní nemôžem operovať,
mám abstinenčné príznaky*

MÁ DLHOROČNÚ PRAX V ODBORE PLASTICKÁ CHIRUR-GIA, JE SLOVENSKÝM PRIEKOPNÍKOM METÓDY VASERLIPO A TUMESCEN TNÁ LIPOSUKCIA. SVOJE VEDOMOSTI PRAVIDELNE ROZŠIRUJE NIELEN NA SLOVENSKU, ALE AJ V ČECHÁCH, ŠKÓTSKU ČI VO VEĽKEJ BRITÁNII. PLASTICKÁ CHIRURGIA JE NIELEN JEHO REMESLOM, ALE AJ KONÍČKOM A PRE JEHO ZLATÉ RUČIČKY BOL DLHÉ ROKY VYHLADÁVANÝM ODBORNÍKOM AJ V ČECHÁCH. HOCI V SÚČASNOSTI SKRÁŠĽUJE LEN NA SLOVENSKU, KTO VIE, KEDY HO TÚLAVÉ TOPÁNKY OPÄŤ ZAVEDÚ NA OPERAČNÉ SÁLY V ZAHRANIČÍ. MUDR. MAHDI NASAB, PLASTICKÝ CHIRURG KLINIKY ENVY.

AUTOR: ANDREA TATARKOVÁ | FOTO: LUKÁŠ KIMLIČKA, ARCHÍV

Pán doktor, kedy ste našli záľubenie v plastickej chirurgii? Vedeli ste už pri nástupe na medicínu, že by ste sa rád vydali týmto smerom?

Hoci som nebol vyprofilovaný od prvej chvíle, pomerne skoro som vedel, že by som sa chcel uberať týmto smerom. Bolo to asi v treťom ročníku štúdia. Odjakživa som mal cit na estetické veci. Ak poznáte seriál Monk, viete približne, ako veci vidím. (Smiech) Prekáža mi, ak je obraz nakrivo, som zatažený na symetriu. To je výborná dispozícia pre plastického chirurga. Nikdy som si nevedel predstaviť, že budem internistom, aj keď je to kráľovská disciplína medicíny. Vždy som túžil operovať. Dodnes mám abstinenčné príznaky, keď pár dní nemôžem ísť na operačnú sálu. Na dovolenke som už za krátku chvíľu ako fajčiar, ktorému vzali cigarety. (Smiech)

Všímate si na dovolenke ľudí a vravíte si v duchu: „Tu by sa dalo vylepšiť to a tu zas ono?“

To som sa už, našťastie, naučil vypnúť. Ale je pravda, že keď sa pozerám na ľudí, vidím rôzne drobnosti – napr., na ktorom boku spia. No nikdy to nikomu nepoviem, kým sa neopýta. Mal som totiž aj skúsenosť, že som svojej známej v dobrom úmysle povedal: „Tieto viečka už treba operovať.“ Veľmi sa jej to dotklo.

Pochádzate z Iránu. Ak by som hodnotila krajinu prizorom svojich nemnohých informácií, ktoré o nej mám, povedala by som, že to asi nie je miesto, kde sú ľudia veľkými fanúšikmi plastickej chirurgie...

A ako v mnohom inom o tejto krajine, mylili by ste sa. (Úsmev). Plastická chirurgia je tam o niekoľko krokov vpred. Ak som tam na dovolenke, tri dni oddychujem a zvyšok času som na operačnej sále, aby som nasal všetky svetové novinky. Zaujímavosťou napríklad je, že kým u nás sa operácie nosa robia zriedka, tam mám kamaráta, plastického chirurga, ktorý operuje 550 nosov ročne.

Pravdepodobne to bude genetikou, že ľudia v tej časti zeme majú nosy väčšie.

Áno. Ale je to aj tým, že muži tam dbajú o seba omnoho viac ako na Slovensku.

Už ste napravili moje posunuté zrkadlo v téme Irán a plastická chirurgia.

Prezradte nám niečo viac aj o svojej krajine. V čom sa našinec najčastejšie mylí, ak príde na tému Irán?

Irán má dve veľmi rozdielne tváre. Ľudia v západnom svete poznajú prevažne len tú negatívnu. A to je veľká škoda, pretože táto krajina je podľa mňa úžasná – ľuďmi i prírodou. Máme tam more, lesy, púšť, hory i množstvo historických pamiatok. Ľudia sú veľmi dobrosrdeční a súdržní. Vetu: „Tvoj problém, vyrieš si ho,“ som počul prvýkrát na Slovensku. U nás by bolo nemysliteľné, vypustiť ju z úst. Na druhej strane je pravda, že iránska povaha je veľmi prchká. Takmer každý konflikt dvoch mužov sa tam končí bitkou. Veľmi ma trápi, aký obraz má súčasný Irán vo svete, pretože je to asi tak, akoby som natáčal film o Slovensku a opomenul by som všetko dobré a pekné a ukázal by som len nerozvinutú oblasť, rómske osady alebo alkoholikov v krčmách. Neklamal by som, len by som to vytrhol z kontextu. Pre mňa je neprípustné, aby niekto niekoho alebo niečo hodnotil bez toho, aby to hlbšie poznal.

Na Slovensku ste študovali medicínu, ostali ste tu však kvôli láske. Alebo?

To, že som sa tu oženil a založil si rodinu, bol každopádne významný argument. Po druhej atestácii som pracoval v Škótsku, neskôr v Anglicku, ale čím dlhšie som tam bol, tým viac ma to ťahalo späť do Košíc. Aj keď v Prahe sa ma občas pýtajú: „Keď už žiješ na Slovensku, prečo

práve na východe, ty vole?“ (Smiech). Ale mne sa tu veľmi páči, som tu nesmierne spokojný. Okrem iného tu žijú manželkini rodičia a pre mňa je dôležité, aby mali moje deti nablízku starých rodičov aspoň z jednej strany.

Má plastický chirurg nejaký profesijný sen?

Neprestajne sa vzdelávať, mať možnosť zavádzať na svojej klinike svetové novinky a mať veľa spokojných klientov. Myslím, že sa mi to zatiaľ darí, a najmä spokojnosť ľudí mi spôsobuje radosť.

Je známe, že vo vašej brandži musí byť lekár aj dobrým psychológom.

To je pravda.

Odmietli ste už u nejakého klienta vykonať zákrok?

Áno. Raz za mnou prišla krásna slečna, že jej o dvadsať rokov starší partner chce, aby niečo urobila so svojím zadočkom. Veľmi taktne som jej naznačil, že to, čo by mala vymeniť, nie je jej zadok...



MUDr. Mahdi Nasab a Andrea Tatarková pri nakrúcaní vlogu pre ENVY KLINIKU.

ČO MÁ Andrea Tatarková V KABELKE ?



**RENLIVE REVERSE
AGE-DEFYING CREAM,
ANTIOXIDAČNÝ PLEŤOVÝ KRÉM**

OČNÝ KRÉM TEOXANE R II EYES

V poslednej dobe zisťujem, že potrebujem stále väčšie a väčšie kabelky a pravidelne v nich strácam prehľad, takže kým nájdem mobil, vizitky alebo kľúč od auta, dosť sa zapotím. V mojej obľúbenej kabelke od Jitky Klett nesmie chýbať skvelý lesk, ktorý okamžite zväčší a hydratuje pery, zrkadielko, parfum, kompaktný pudr, čierna ceruzka na oči. Tieto značky už používam niekoľko rokov a som s nimi veľmi spokojná. Keď už spomíname oči, nechýbajú mi kvapky, ktoré oceňujem najmä pred natáčaním alebo fotením, pohľad je v sekunde jasnejší, a tiež úžasný očný krém od Teoxane. Odporúčam aj antioxidačný krém Renlive, je výborný pod mejkap. Mojou najnovšou vychytávkou je trio na vymodelovanie tváre, dá sa použiť aj v lete samostatne ako bronzer. Permanentka na cvičenie E-fit má stabilné miesto, som dosť zaneprázdnená a pri tomto cvičení za krátky čas, keď cvičíte poctivo, vidíte veľké výsledky. Gély od Berry sú nielen funkčné, ale aj chutné. :) No a čo mi nesmie chýbať? Náplastí! Mám dvoch chlapcov, takže sa mi zídu fakt často!

Andrea Tatarková
Miss Československo,
moderátorka a PR riaditeľka Kliniky ENVY

OBLÚBENÁ KABELKA OD JITKY KLETT + PEŇAŽENKA

**EMPORIO ARMANI
DIAMONDS, PARFUM**

**MAX FACTOR
CREME PUFF PRESSED POWDER**

**VISINE CLASSIC,
OČNÉ KVAPKY**

**DE CURE N LIP 5,
LESK NA PERY**

**ZRKADIELKO
SWAROVSKI**

KLÚČE OD AUTA

**NUTRITIONAL GEL
BERRY.EN**

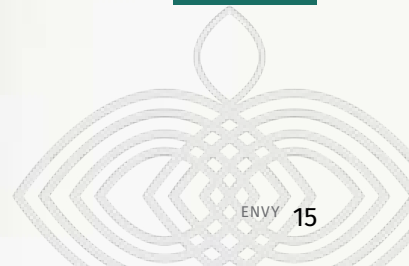
**SEPHORA BACKED
SCULPING TRIO + ŠTETEC**

**CHANEL LE CRAYON YEUX,
CERUZKA NA OČI**

**VIZITKY KLINIKA ENVY
A PERMANENTKA NA CVIČENIE E-FIT**

MOBIL

**NÁPLASTI
KVÔLI DEŤOM**



Známa klinika už 8 rokov pôsobí v oblasti zdravia a krásy a neustále prichádza s novinkami zo sveta estetickej medicíny. Na novom oddelení trichológie môžu pacienti nájsť zatiaľ najkomplexnejší postup vyšetrenia a liečby vypadávania a rednutia vlasov. Podľa slov MUDr. Tatiany Hudákovéj, dermatologičky a špecialistky z oblasti trichológie, „ide o jedinečný kompletný program šitý na mieru pacienta podľa vzoru svetoznámej holandskej kliniky, kde vzájomne spolupracuje internista, dermatológ a chirurg.“

Po vstupnom vyšetrení vlasovej pokožky špeciálnou kamerou, vyšetrení hormónov, absolvovaní genetických testov a testov potravinovej intolerancie je na základe výsledkov každému klientovi vypracovaný individuálny plán.

Programy kliniky sa, samozrejme, líšia v závislosti od zistení vyšetrenia a stupňa ochorenia. Samotná liečba okrem úpravy stravy a nasadenia kombinácie vitamínov, enzýmov a prípadne liekov spočíva najmä v kombinácii nasledujúcich metód:

MEZOTERAPIA VLASOVEJ POKOŽKY

Hlavný princíp je jednoduchý – injekčne ultra tenkou ihlou alebo valčekom s ihličkami sa do kože hlavy, respektíve do jej strednej vrstvy aplikuje špeciálny koktail účinných látok v kombinácii s krvnými doštičkami, ktoré kožu a vlasové folikuly vyživujú. Prípravky, ktoré sú pri mezoterapii aplikované, obsahujú väčšinou komplex minerálov, stopových prvkov, peptidov alebo dokonca rastových faktorov či kmeňových buniek. Lahké hĺbkové podráždenie kože navyše stimuluje prekrvenie oblasti, ktoré podporuje ďalšiu výživu a okysličenie vlasových folikulov.

SVETELNÁ TERAPIA IGROW®

LLLT je skratka pre nízkoúrovňovú svetelnú terapiu, ktorá využíva laser alebo svetelnú energiu. LLLT zariadenia neprodujú teplo, sú bezpečné a nemôžu spáliť alebo poškodiť kožu. LLLT spôsobuje, že starnúce bunky sú aktívnejšie, a tým zvyšuje ich účinnosť pre rast vlasov. IGrow® patentovaný systém je určený na zachovanie a posilnenie existujúcich vlasov a zabezpečuje im zdravé prostredie pre ďalší rast. Vzhľad silnejších, plnších a zdravšie vyzerajúcich vlasov je typický v priebehu 24 týždňov alebo 6 mesiacov užívania LLLT.

TRANSPLANTÁCIA VLASOV

Vďaka klinike Envy sa na našom trhu objavila aj prelomová novinka v transplantácii vlasov, S.A.F.E.R./NeoGraft, ktorá je najpokročilejšou svojho druhu. „S.A.F.E.R.® je automatizovaná technika transplantácie vlasov poslednej generácie,“ vyjadril sa plastický chirurg kliniky ENVY MUDr. Mahdi Nasab. Ide o neinvazívnu techniku, pre pacienta takmer nebolestivú. „Transplantácia vlasov sa vykoná v lokálnej anestézii. Vlasové folikuly sú po jednom odobraté z miest a sú jednotlivo nasádzané na miesta, kde dochádza k vypadávaniu. Vlas sa transplantujú vo forme folikulárnych jednotiek, a to po 2, najviac 3 vlasové cibulky. Po vpíchu sa koža uzavrie kvapkou krvi, neskôr vznikajú chrastičky, ktoré pri hojení odpadávajú samy. Pri všetkých operačných metódach na konci 3.–6. mesiaca po operácii vyrastajú z folikulov vlasov bez genetickej záťaže, a tak je natrvalo zabezpečený doživotný efekt rastu vlasov v transplantovaných oblastiach.“ Táto nová technika zabezpečuje najšetrnejšie vybratie vlasových štepov, ich prenos a implantovanie pri minimálnom poškodení kože a samotného vlasového štepu.

Zachráňte svoje vlasy POMÔŽU VÁM NOVINKY KLINIKY ENVY

PADANIE VLASOV JE PROBLÉM, KTORÝ SA VÝRAZNE PODPISUJE POD PSYCHICKÚ NEPOHODU, SEBAVEDOMIE A KVALITU ŽIVOTA ŽIEN AJ MUŽOV, ALE AJ V TOMTO PRÍPADE PRINÁŠA KLINIKA ENVY KOMPLEXNÉ RIEŠENIE V RÁMCI ODDELENIA TRICHOLÓGIE.

MUDr. Daniela Balcová:

TRICHOLÓGIA

Pani doktorka, na klinike sa od septembra venujete aj trichologickému vyšetreniu.

Povedzte, kedy by už pacient mal navštíviť odborníka a aké odpovede poskytne vyšetrenie.

Bežne denne vypadáva 100–150 vlasov. Vidíme to hlavne po česaní, vlasy sú všade okolo nás. Ale ak sa pravidelne ráno budíte s množstvom vlasov na vankúši alebo upchávate odtok svojimi vlasmi, už by som neodkladala návštevu u odborníka. Jednoznačne je potrebné prísť, ak vypadne ohraničené ložisko. Vyšetrenie u nás je komplexné pod dohľadom viacerých odborníkov: dermatológa, internistu a podľa diagnózy spolupracujeme aj s chirurgom. Vyšetrenie pozostáva z anamnézy zistenia ochorenia, na aké sa liečite, určenia možnej genetickej záťaže (niektoré sú viazané na pohlavie, prípadne sa vyskytnú v istom veku), užívania liečby, ktorá môže byť zdrojom vypadávania vlasov a ďalších možných príčin. Nasleduje vyšetrenie nielen vlasatej časti hlavy špeciálnou kamerou, ale aj celkové interné vyšetrenie s následným základným odberom o stave organizmu. Podľa výsledkov vyšetrení a anamnézy je možné pripojiť ešte genetické vyšetrenie (má to význam aj v tom, že vieme predpovedať riziká straty vlasov ešte skôr, ako sa prejavia, a zároveň ušit' na mieru liečbu už pri stratách vlasov). Môže nastať situácia, že tieto vyšetrenia jednoznačne neukážu príčinu. Preto následne odporučíme testy potravinovej intolerancie aj liečbu na odstránenie infekcií, prípadne rozšírenie diagnostiky aj o závažnejšie ochorenia. Na základe týchto vyšetrení je klientovi vypracovaný individuálny plán, ktorý závisí nielen od výsledkov, ale aj od stupňa ochorenia.

Aké sú možnosti liečby vypadávania vlasov?

Možnosťou liečby je napríklad úprava stravy, liečba enzýmami, vitamínmi s doplnením o mezoterapiu, svetelnú terapiu (Igrow), prípadne transplantáciu vlasov.

Pri mezoterapii lekár podá ultra tenkou ihlou do strednej vrstvy kože účinný koktail rôznych látok spolu s krvnými doštičkami. Liečivá aplikované touto technikou zvyčajne obsahujú komplex minerálov, stopových prvkov, peptidov, v niektorých prípadoch rastových faktorov a kmeňových buniek látky, ktoré sú pre vlasový folikul nielen výživou, ale aj stimulujú rast. Vpichom dochádza aj k podráždeniu kože, ktoré stimuluje zvýšené prekrvenie, čo prináša folikulu ďalšie živiny a kyslík.

Svetelná terapia Igrow je o nízkoúrovňovú svetelnú terapiu označovanú skratkou LLLT. Nedochoádza tu k produkcii tepla, preto nehrozí spálenie, resp. poškodenie kože. Táto terapia aktivizuje starnúce bunky k rastu vlasov. Nutná je ale pravidelná aplikácia, výsledkom je posilnenie existujúcich vlasov a zabezpečenie zdravého prostredia pre ich rast. Prvé výsledky je možné očakávať v priebehu 24 týždňov.

Mezoterapia vlasovej pokožky asi nebude najpríjemnejšie ošetrenie, ale iste je veľmi účinné. Vyskúšali ste ho aj vy?

Nevyskúšala som ho, pretože nemám tieto problémy. Naše skúsenosti s aplikáciou u klientov potvrdzujú, že vďaka ultra tenkým ihlám je táto liečba minimálne bolestivá, výkon trvá 20–30 minút, odporúča sa 5 kúr v priebehu 2 mesiacov. Po aplikácii je možné mierne sčervenenie, opuch. Zvyčajne



odznejú za pár dní, prípadne vzniknú len malé modrinky.

Venujete sa primárne vnútornej medicíne, avšak aj potravinovej intolerancii, ktorá s vypadávaním vlasov môže tiež súvisieť, však?

Áno. Intolerančné potravinové testy robíme na klinike Envy posledné dva roky a časť klientov prichádzala aj s týmito problémami. Máme spätnú odozvu od klientov, že úpravou stravy podľa výsledkov v určitom režime vynechania pozitívnych potravín na istú dobu a následného pokusu o vrátenie do stravy sa zmierni aj vypadávanie vlasov. Dané výsledky klient dostáva aj v písomnej forme. Pri niektorých zásadných potravinách sú uvedené aj potraviny, ktoré vystupujú ako ich náhrady.

Opäť trošku osobná otázka: Keďže ste odborníčka aj na zdravú výživu, stravujete sa stále ukážkovo? Alebo občas zhršíte? :)

Práca s výživou ma naučila, že diéty sa nedajú dodržať. Dnes prichádzajú stále nové poznatky v oblasti výživy, ktoré aplikujeme v strave, zložení. Ja sama uznávam striedmosť v strave, vedieť kedy, koľko, akej stravy si môžeme dovoliť podľa pohybu v daný deň. A ak sa mi to darí dodržiavať, samozrejme, že sa odmením. Odmena spočíva v princípe stravy Francúzok. Nežjem celú čokoládu, ale sa s ňou podelím. Nie vždy je odmenou sladkosť v klasickom ponímaní, ale často je to ovocie alebo sladká zelenina. Nezabúdam ani na kontrolu, a tak sa pravidelne kontrolujem u nás na klinike Envy na in Body. Nespolieham sa na klasickú váhu, pretože môže ísť len o dehydratáciu alebo podhodnotenie niektorých parametrov. BMI (body mass index) je ľahko merateľný faktor, ale aj pri dobrom BMI môžem trpieť vnútrobrušnou obezitou alebo naopak, pri dobre vyvinutom svalstve mi môže predikovať nadváhu alebo obezitu. In Body mi tak umožní sledovať proporcie, aktivitu metabolizmu, vnútrobrušného tuku ako rizikového faktora srdcovo-cievnych ochorení, zadržiavania vody a ďalších parametrov. Klinika Envy umožňuje vo všetkých oblastiach komplexnosť, aj v tomto prípade stravu dopĺňam o pohyb s našou trénerkou aj na E-Fite.

INFÚZNA TERAPIA VITAMÍNOM C

Posilnenie imunity

INFÚZNA TERAPIA - KOKTEILY ZDRAVIA A MLADOSTI

Infúzna terapia vitamínom C vás nabíje novou energiou a vitalitou. Špeciálny vysoko koncentrovaný vitamín C aplikovaný intravenózne dodá telu energiu, podporí imunitu, pomôže pri zvýšenej psychickej a fyzickej záťaži a rovnako pomôže predchádzať chronickým ochoreniam. Zároveň je vysoko účinný v boji proti nádorovým ochoreniam. Vitamín C a jeho silný antioxidantný účinok má vplyv okrem celkovej regenerácie organizmu aj na jeho rejuvenizáciu – v pleti podporí tvorbu kolagénu a predíde vzniku vrások. Fungovanie tela sa celkovo zlepši a navonok sa prejaví prirodzená krása.

NA ČO JE INFÚZNA TERAPIA VITAMÍNOM C URČENÁ?

- na podporu tvorby kolagénu,
- ako prevencia vzniku vrások,
- pri predchádzaní jarnej únavy,
- pri problémoch s koncentráciou, psychickou záťažou alebo fyzickou námahou (vrátane športu),
- na predchádzanie chronických ochorení pod vplyvom zvýšeného stresu,
- v stave oxidatívneho stresu – tí, ktorí sú prepracovaní, zle sa stravujú, sú unavení, prekonávajú akútnu fázu zápalového ochorenia (potenciál prejsť do chronickej).

PREČO INTRAVENÓZNE A NIE V TABLETÁCH?

Po prijatí 200 mg vit. C v tabletkovej forme telo vstrebe 100 % prijatého vit. C. Avšak navýšením dávky vit. C v tabletkách sa množstvo vstrebaného vitamínu znižuje. Pri dávke 1 g je to iba 50 %, telo má totižto v čreve obmedzené množstvo prenášačov pre vitamín C. Prijatím vit. C v strave alebo tabletkách je možné vytvoriť hladinu 1,5 mg/dl, infúzne je to viac ako 40 mg/dl.

PRÍPRAVA A KONTRAINDIKÁCIE

1. Odber kyseliny močovej a kreatinínu deň pred (vylúčenie limitujúcich faktorov zo strany obličiek a Dny)
2. Vyplnenie dotazníka s potvrdením, že sa neliečite na ochorenia, pri ktorých sa infúzna terapia vit. C nepodáva:
 - poruchy metabolizmu železa a jeho ukladanie v organizme (talasémia, hemochromatóza, sideroblastická anémia),
 - sklon k tvorbe obličkových kameňov
 - pri tzv. oxalátovej urolitiáze (ak vás sleduje urológ pre nefrolitiázu).Upozornenie – vitamín C môže ovplyvňovať účinok antikoagulancií, ak sa súčasne podáva s flufenazínom, znižuje sa účinok flufenazínu. Pri užívaní kyseliny acetylosalicylovej (aspirín, anopyrín a ostatné liečivá ju obsahujúce) sa zvyšuje jej účinok a zároveň znižuje úči-

CHARAKTERISTIKA VITAMÍNU C

V prírode si zvieratá vedia vytvoriť vitamín C. Človek túto schopnosť stratil. Preto je nutné dodávať vit. C potravou. Vstrebávanie vitamínu C sa zhoršuje pri poškodení sliznice tenkého čreva (zápaly, alergie a i.) a tiež vekom, keď je nutný jeho prísun z vonku.

Vitamín C je pre organizmus bezpečnou látkou. Nie je možné sa ním predávkovať. Telo si vezme toľko, koľko podľa svojich aktuálnych potrieb potrebuje, a zvyšok vylúči stolicou a močom.

Vitamín C bol extrahovaný maďarským vedcom Albert Szent-Györgyínom z papriky. Za tento objav dostal Nobelovu cenu. Ide o vo vode rozpustný vitamín, ktorý sa vstreba do krvi priamo v hornej a strednej časti tenkého čreva. Vitamín C patrí medzi silný antioxidant, t. j. blokátor voľných radikálov v pečeni, ktoré prispievajú ku vzniku aterosklerózy, cukrovky, reumy, rakoviny, pocitu chronickej únavy, depresie atď... Ochráňuje telo pred vysokou hladinou cholesterolu a jeho ukladaním do steny ciev, spevňuje steny ciev, toxicky pôsobí na rakovinové bunky, zúčastňuje sa na tvorbe neurotransmiterov dôležitých pre správne fungovanie nervovej a mozgovej činnosti a psychiky, zúčastňuje sa na tvorbe kolagénu – kĺbov, šliach, kože a spojivového tkaniva, na tvorbe kĺbového mazu, žľčových kyselín, adrenalínu, na metabolizme kostí, karnitínu, prispieva k vstrebaníu železa do organizmu, je kofaktorom regeneračných procesov.

Vitamín C je fyziologickým antioxidantom – t. j. generuje v tele ostatné antioxidanty – lipofilný vitamín E. Jeho antioxidantná aktivita je daná tým, že chráni všetky tkanivá pred oxidatívnym poškodením. Zároveň podporuje imunitný a kardiovaskulárny systém.

nok vitamínu C. Ak užívate chemoterapiu, interval od jej podania až k aplikácii vitamínu C podľa druhu cytostatika by mal predstavovať 1-3 dni.

PROGRAMY POSILNENIA IMUNITY:

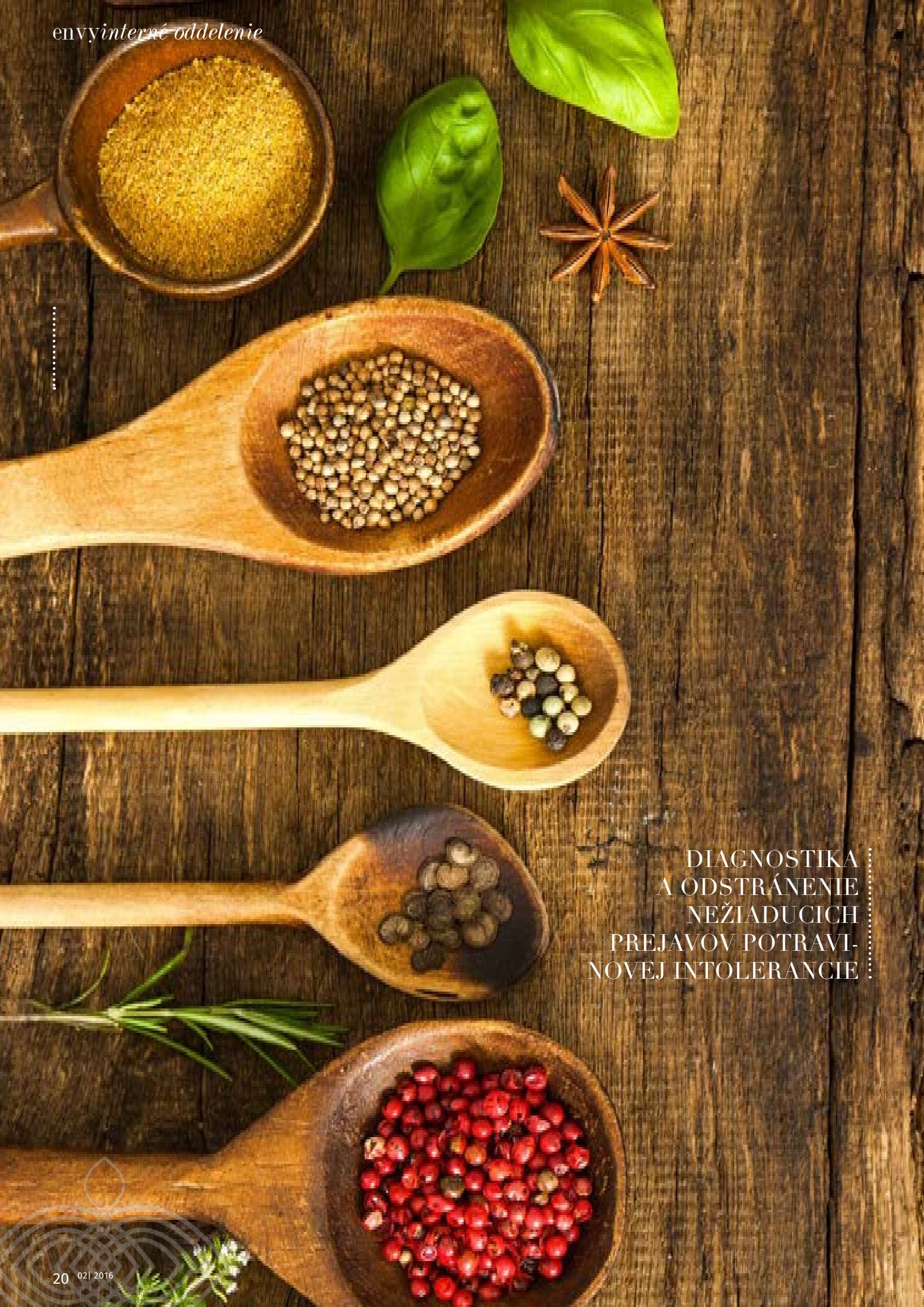
1. Preventívne – nízkodávkovaná liečba
Infúzna liečba podávaná do žily v podobe 100 ml roztoku a 500 mg vitamínu C. Počet infúzií: 1, 3 alebo 6. Pre prevenciu je vhodné pokračovať v infúziách 1x mesačne.
2. Liečebne – vysokodávkovaná liečba
Infúzna liečba podávaná do žily v podobe 100 ml fyziologického roztoku a vysokej dávky vitamínu C – 7,5 g. Počet infúzií: 1, 3 alebo 6. Na základe diagnóz sa počet infúzií môže meniť. Vysokodávková liečba je vhodná, ak sa vyskytujú:
 - opakované infekcie,
 - alergie,
 - metabolický syndróm (obezita, vysoký krvný tlak, cukrovka),
 - reumatické choroby charakterizované napr. bolesťami kĺbov,
 - autoimunitné ochorenia (reumatoidná artritída, Crohnova choroba atď.),
 - nádorové ochorenia (v akomkoľvek štádiu),
 - ochrana pred odbúraním kostného tkaniva s osteoporózou,
 - herpes zoster,
 - hojenie rán,
 - syndróm vyhorenia.

Bravos

I NEED Coffee

Keď chceš urobiť dojem...





DIAGNOSTIKA
A ODSTRÁNENIE
NEŽIADUCICH
PREJAVOV POTRAVI-
NOVEJ INTOLERANCIE

TESTY POTRAVINOVEJ intolerancie

Špeciálne testy potravinovej intolerancie odhalia potraviny alebo látky obsiahnuté v potravinách, s ktorými má vaše telo problém pri trávení a ktoré sa prejavujú v podobe nežiaducich intolerančných príznakov – migréna, nafúknuté brucho, opuchnuté nohy, nespavosť, akné, problémy s váhou. Na základe získaných výsledkov z krvi, ktoré vám budú interpretované odborným lekárom, a následného obmedzenia alebo úplného vylúčenia konzumácie konkrétnej potraviny odstránite zdravotný problém, s ktorým ste si dlho nevedeli poradiť.

ALERGIA NA POTRAVINY VERZUS POTRAVINOVÁ INTOLERANCIA

Potravinová alergia je prudká reakcia tela na určité potraviny. Prejavuje sa zvyčajne okamžite po zjedení alergénu v podobe miernej reakcie až po závažnú, život ohrozujúcu. Pri alergii nemôže pacient zvyčajne zniesť ani malé množstvo intolerantnej potraviny bez toho, aby sa prejavila reakcia, vďaka tomu je ju veľmi ťažké diagnostikovať.

Intolerancia nastáva, ak má telo problémy s trávením určitého druhu potravín alebo niektorých látok obsiahnutých v potravinách. Nástup jej príznakov je zvyčajne pomalší a môže byť oneskorený aj o niekoľko hodín po zjedení problematickej potraviny. Príznaky môžu trvať niekoľko hodín,

dokonce aj do ďalšieho dňa a niekedy aj dlhšie. Problémom potravinovej intolerancie je jej ťažká rozpoznateľnosť. Často trvá veľmi dlho, než človek zistí, aké jedlo mu práve robí ťažkosti. Môže totiž ísť nielen o samotné potraviny, ale tiež o rôzne konzervanty.

Intolerancia na niekoľko potravín naraz alebo skupiny potravín nie je nezvyčajná. Niektorí ľudia môžu tolerovať určité množstvo intolerovanej potraviny, ale v prípade, že jej zjedia príliš veľa (alebo príliš často), sa objavia nepríjemné príznaky.

Upozornenie: Ak sa nekonsumovala určitá potravina počas posledných troch mesiacov, test ju pravdepodobne vyhodnotí ako normálnu kvôli nízkej úrovni protilátok.

NAJČASTEJŠIE PREJAVY POTRAVINOVEJ INTOLERANCIE

Akné, stavy úzkosti, hnačka, astma, bolesti hlavy, migrény, bronchitída, celiakia, depresia, gastritída, hyperaktivita, chronický únavový syndróm, nadváha, nadúvanie, neplodnosť, nespavosť, potenie, oslabená imunita, porucha pozornosti, problémy s váhou, zápcha, svrbenie kože, zadržiavanie vody v tele, zápal kĺbov, zápalové ochorenia čreva...

PRÍKLADY INTOLEROVANÝCH POTRAVIN

Kravske mlieko, pšenica, vajička, kvasnice, orešky, hrach, fazuľa, kukuri-

ca, pistácie, marhule, kapusta, kakao, čerešne, grapefruit...

PRÍPRAVA NA DIAGNOSTIKU

Po objednaní prísť na kliniku. 14 dní pred odberom je potrebné dočasne vysadiť lieky užívané na ovplyvnenie imunitného systému (antibiotiká, lieky na alergie, kortikoidy), preto ak takéto lieky užívate, konzultujte s indikujúcim lekárom, či je ich možné vysadiť.

PRIEBEH VYŠETRENIA

Vstupná konzultácia a následný odber krvi. Po získaní výsledkov krvných testov cca do 3 týždňov prebehne analýza výsledkov lekárom. Klient bude následne kontaktovaný za účelom výstupnej konzultácie, keď budú klientovi interpretované výsledky – klient dostane rozpis jednotlivých tolerantných/intolerantných potravín a návrhy alternatív za vylúčené potraviny.

PRÍČINA POTRAVINOVEJ INTOLERANCIE

Zvyčajne je spôsobená nedostatkom vhodných tráviacich enzýmov v zažívacom trakte. Enzýmy sú potrebné pri rozkladaní látok nachádzajúcich sa v potravinách. Ak tieto enzýmy chýbajú alebo je ich nedostatok, potom jedlo môže spôsobovať nepríjemné symptómy, pretože jeho časť nemôže byť telom strávená.

PREDOPERAČNÉ VYŠETRENIE ALEBO VYŠETRENIE ZA ÚČELOM STANOVENIA DIAGNÓZ VNÚTORNÝCH ORGÁNOV RÝCHLO A BEZ ČAKANIA

Interné VYŠETRENIE

Klinika ENVY vám ponúka možnosť interného vyšetrenia skúseným lekárom špecialistom (internistom) priamo u nás na klinike. Interné vyšetrenie je možné vykonať ako vyšetrenie za účelom stanovenia diagnóz v oblasti chorôb vnútorných orgánov alebo ako predoperačné vyšetrenie. Interné vyšetrenie sa obvykle skladá z podrobne vykonanej anamnézy, fyzikálneho vyšetrenia, laboratórneho vyšetrenia, EKG, prípadne iných doplňujúcich vyšetrení. Na rozdiel od štátnych zariadení vyšetrenie prebehne rýchlo a bez čakania. Predoperačné interné vyšetrenie predstavuje komplexný súbor jednotlivých odborných vyšetrení, na základe ktorých sa interný lekár rozhodne, či vyšetřovaný môže absolvovať operačný výkon bez ohrozenia života. Vyšetrenie je zároveň doplnené predoperačnou prípravou, ktorá umožňuje zrealizovať výkon bezpečne.

Predoperačné vyšetrenie je nutné vykonať u každého jedného pacienta pred plánovaným operačným výkonom.

Interné vyšetrenie za účelom stanovenia diagnóz v oblasti chorôb vnútorných orgánov taktiež komplexne zhodnotí stav organizmu a stanoví charakter prípadného zdravotného postihnutia vnútorných systémov. Všetky získané výsledky pomôžu pri určení diagnózy a internista odporučí klientovi ďalší liečebný postup.

INTERNÉ VYŠETRENIE

- stanovenie anamnézy pacienta,
- fyzikálne vyšetrenie,
- vyšetrenie EKG,
- odber krvi,
- odber moču,

- prípadný odber iného biologického materiálu – stolica, výtery,
- iné doplňujúce vyšetrenia (RTG hrudníka, USG...), ktoré sa realizujú mimo kliniky ENVY.

PRÍPRAVA PRED VYŠETRENÍM

- prísť ráno na lačno, 12–16 hod. pred vyšetrením nejest,
- v deň odberu nefajčiť,
- dostatočný spánok – min. 6 hodín,
- dostatočný príjem nesladených tekutín.

Ideálne je realizovať odbery do 9. hodiny, v prípade akútnej stavu je možné odbery realizovať aj neskôr. Ranné hodiny sú dôležité, keďže metabolizmus je neskôr už naštartovaný a nevytvára stav orgánov zodpovedajúci oddychu.

CELKOVÁ DĺŽKA TRVANIA INTERNÉHO VYŠETRENIA

Celé interné vyšetrenie trvá približne 30 až 40 minút. Výsledky interného vyšetrenia sa klient dozvie ihneď po ukončení vyšetrenia (s ohľadom na výsledky z laboratórií, ktorých doručenie bude individuálne dohodnuté s klientom).

VNÚTORNÉ LEKÁRSTVO

Náplňou vnútorného lekárstva je prevencia, diagnostika, liečba, rehabilitácia a prognostika v oblasti chorôb vnútorných orgánov. Úlohou vnútorného lekárstva je poskytovať komplexnú preventívnu a liečebnú starostlivosť dospelaj populácii v oblasti vnútorných chorôb. Je to predovšetkým včasná a správna diagnostika, liečba, určenie prognózy a prevencia vnútorných chorôb, ich následkov a komplikácií.



Perfektná voľba prináša dokonalý zážitok !



• obedové menu • denné menu • možnosť prenájmu na firemné a súkromné účely



HOTEL & RESTAURANT
PRIVILEGE



Werferova 3, Košice

www.privilege.sk
privilege@privilege.sk



055/285 00 28, 0902 442 222, hotel NON-STOP: 055/286 22 22, 0918 900 151

Nutrigenomika

OPTIMÁLNA VÝŽIVA, CHUDNUTIE
A PREDCHÁDZANIE
CHOROBÁM VŠETKO V SÚLADE S DNA

1. Gentest Premium

Najrozsiahlejší nutrigenomický test na svete – skúma 70 genetických variantov.

KOMU JE TEST URČENÝ?

- Pre tých, ktorí chcú predchádzať civilizačným ochoreniam a obezite.
- Pre tých, ktorí prekonali infarkt myokardu, cievnú mozgovú príhodu; pre ich rodinných príslušníkov, ktorí majú predispozíciu na tieto choroby – pozitívna rodinná anamnéza.
- Pre tých, ktorí trpia žilovou trombózou, pľúcnou embóliou; pre ich rodinných príslušníkov, ktorí majú predispozície na tieto choroby – pozitívna rodinná anamnéza.
- Pre ženy – pri užívaní antikoncepcie, obdobie pred menopauzou, pri potratoch, pri neplodnosti, počas gravidity – oneskorený rast plodu, odumretie plodu, infarkt placenty.

ČO ZÍSKATE?

Komplexnú analýzu DNA – dostanete „knihu DNA“, 80-stranový akčný plán zdravia prispôbený vašej DNA a iným faktorom. Súčasťou je preventívny plán

pre predchádzanie ochorení – napr. kardiovaskulárnych ochorení, osteoporózy... atď. Test tiež určí individuálne nutričné potreby na základe DNA profilu, odporučí stravu a životný štýl, detailný zoznam živín, veľkosť porcií... Výsledky testov vám budú odborné interpretované.

Príklad: Ktoré vitamíny a minerály zohrávajú významnú úlohu pre vaše zdravie, či potrebujete 10x viac vitamínov B a kyseliny listovej, aby sa vykompenzovala metabolická porucha, ktorá z dlhodobého hľadiska môže spôsobiť mŕtvicu, trombózu, kardiovaskulárne choroby...

TEST SA ZAMERIAVA NA 7 KLÚČOVÝCH OBLASTÍ ZDRAVIA:

- Kardiovaskulárny systém – stanovenie vašich rizikových faktorov pre kardiovaskulárne choroby (srdcový infarkt, vysoký krvný tlak, mozgová mŕtvica) a príprava vhodných krokov na predchádzanie/oddialenie týchto chorôb.
- Tuky a cukry – individuálna schopnosť

st' tela regulovať metabolizmus glukózy a inzulínu – predchádzanie vzniku cukrovky a obezity.

3. Intolerancie – identifikácia DNA na laktózovú alebo gluténovú intoleranciu – celiakiu.

4. Závislosti – kofeín, nikotín, alkohol – majú vplyv na vznik infarktu myokardu. Každý jedinec štiepi tieto látky individuálne. Špecifickými krokmi sa dá znížiť riziko infarktu myokardu.

5. Zdravie kostí – identifikácia génov, ktoré vplyvajú na kosti a osteoporózu. Stanovením požadovaného množstva vitamínu D, vápnika a odporúčením stravy je možné vyhnúť sa týmto chorobám.

6. Fyzickú aktivitu – analýza génov súvisiacich s metabolizmom, svalovou kapacitou a identifikácia druhov cvičení, ktoré vášmu genetickému profilu najviac vyhovujú.

7. Schopnosť detoxikácie – schopnosť tela detoxikovať škodlivé látky z prostredia – pesticídy, výfukové plyny, cigaretovej dym a pod. Určenie škodlivých látok, ktorým by sa malo vaše telo obzvlášť vyhýbať.

NUTRIGENOMIKA SKÚMA ŠPECIFICKÉ POTREBY TELA NA ZÁKLADE DNA. IDE O VYUŽITIE GENETICKÉHO PROFILU VO VÁŠ PROSPECH A ZLEPŠENIE CELKOVEJ KVALITY VÁŠHO ŽIVOTA. POMOCOU TESTOV SPOZNÁTE VAŠU GENETICKÚ ZOSTAVU A BUDÚ VÁM POSKYTNUTÉ INDIVIDUÁLNE ODPORÚČANIA OHĽADOM STRAVOVANIA, ŽIVOTOSPRÁVY A ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU. DODRŽANÍM ODPORÚČANÍ JE MOŽNÉ PREDCHÁDZAŤ CIVILIZAČNÝM CHOROBÁM (JE DOKAZENÉ, ŽE V 80 % SA DÁ MNOHÝM CHOROBÁM STRAVOVANÍM PREDÍŠŤ, NAPR. CUKROVKE, OBEZITE, INFARKTU MYOKARDU, MŔTVICI, VYSOKÉMU KRVNÉMU TLAKU...) ALEBO SCHUDNÚŤ.

2. Gentest Slim

PRE KOHO JE TEST VHODNÝ?

Pre všetkých, ktorí chcú efektívne a na základe génov – vašej DNA – schudnúť. Genetika má v 40 – 70 % vplyv na vznik obezity.

ČO ZÍSKATE?

Plán DNA diéty pre efektívne schudnutie na viac ako 30 stranách.

Test analyzuje gény DNA: tie, ktoré spotrebúvajú energiu, tie, ktoré sú zodpovedné za metabolizmus tukov (niektorí ľudia môžu jesť masné jedlo a schudnúť), uhľohydrátov, vylučovania inzulínu, ukladania tuku, obezity a BMI indexu, gény, ktoré sú dôležité pre fyzickú aktivitu pri chudnutí, gény súvisiace s aeróbnymi a anaeróbnymi aktivitami – budete vedieť, aký typ záťaže vám najviac sedí.

Súčasťou sú príklady denného jedálneho lístka spolu s alternatívami jedál a nákupným zoznamom potravín.

NUTRIGENETIKA A NUTRIGENOMIKA

Od roku 2000 je aplikovaná ľudská genetika oficiálne rozdelená na dve odvetvia:

1. Stará alebo klasická genetika – zaoberá sa vážnymi genetickými ochoreniami, napr. diagnostika dedičných ochorení.
2. Nová genetika – zaoberá sa štúdiom interakcií medzi génmi a prostredím.

Jej cieľom je predpovedať stavy chorôb a zároveň podniknúť preventívne kroky tak, aby sa nevýhodné genetické dispozície v čo najväčšej miere eliminovali. Strava je zo všetkých faktorov vonkajšieho prostredia považovaná za faktor, ktorý najviac ovplyvňuje zdravie človeka, vznik nových vedných disciplín NUTRIGENETIKA a NUTRIGENOMIKA. Vedný odbor nutrigenetika sa zaoberá vzťahmi medzi stravou a genetikou jedinca, resp. tým, ako na stravu v prítomnosti konkrétnych genetických variantov reaguje organizmus.

Ak si uvedomíme, že strava, jej zloženie a kvalita je z veľkej miery zodpovedná za kvalitu zdravia, venovať zvýšenú pozornosť práve otázke nášho jedálneho režimu je neodmysliteľne patriť k prvoradým úlohám jedinca, ktorý sa chce v zdraví dožiť vysokého veku.

Výživa je ale plná protikladov... Samotná veda je veľmi často vo svojich vyjadreniach v čase rozporuplná. Pozrime sa na dve odborné vyjadrenia vedcov, ktoré sú podložené klinickými testami.

Tvrdenie č. 1: „Strava s nízkym obsahom sacharidov a vyšším obsahom tuku je efektívnejšia pre znižovanie hmotnosti než konvenčná strava s vysokým príjmom sacharidov a nízkym príjmom tukov.“

Skov, Toubro et al. 1999; Brehm, Seeley et al. 2003; Foster, Wyatt et al. 2003; Samaha, Iqbal et al. 2003; Due, Toubro et al. 2004; Volek, Sharmarman et al. 2004;

PRÍPRAVA

Najmenej 60 minút pred odberom nič nejedzte, nepiť tekutiny (okrem nesladenej nesýtenej vody), nežuť žuvačku, nevykonnávať ústnu hygienu.

PRIEBEH TESTOV

Jednoduchý a rýchly – je potrebné odobrať vzorku z ústnej dutiny.

VÝSLEDKY TESTOV

Budú hotové o 6 týždňov.

DRUHY TESTOV

1. Gentest Premium.
2. Gentest Slim.
3. Kombinácia gentestov Premium a Slim.

Yancy, Olsen et al. 2004

Tvrdenie č. 2: „Strava s nízkym obsahom tukov a vyšším obsahom sacharidov je efektívnejšia pre znižovanie hmotnosti než strava s nízkym obsahom sacharidov a vyšším obsahom tuku.“

Noakes, Keogh et al. 2005; McLaughlin, Carter et al. 2006; McMillan-Price, Petocz et al. 2006; Lecheminant, Gibson et al. 2007

Ako sa v tom potom majú vyznať obyčajní ľudia? Dá sa v tom vôbec nejakým spôsobom orientovať?

Na odbornej úrovni sa najčastejšie rieši zastúpenie makroživín (sacharidy, tuky, bielkoviny) v strave spolu s hodnotením energetického výdaja a príjmu. Nejednoznačnosť výsledkov týchto skúmaní podporuje názory o existencii individuálnej odpovede na zvolený prístup stravy. Za doslova revolučnými objavmi z nedávnej doby stojí niekoľko štúdií skúmajúcich vplyv pomeru živín v prítomnosti konkrétnych genotypov na niektoré fyziologické a biochemické procesy

S každou známou diétou dosiahne dobré výsledky vždy len určité percento ľudí. Niektorí veľmi dobre reagujú na obmedzený prísun kalórií, iným sa darí redukovať svoju hmotnosť prostredníctvom stravy s nízkym podielom sacharidov a niektorým najlepšie vyhovuje, ak majú pomer jednotlivých živín v strave, teda sacharidov, tukov a bielkovín, relatívne vyrovnaný.

Analýza

TELA PRÍSTROJOM INBODY

ZÁKLADNÁ ANALÝZA ZLOŽENIA TELA, POTREBNÁ PRI CHUDNUTÍ

Výšetrenie prístrojom InBody 230 je rýchle, nenáročné, ale dôležité pre presnú diagnostiku a analýzu vášho tela v prípade, ak sa rozhodnete začať chudnúť. InBody urobí základnú diagnostiku, určí presnú telesnú hmotnosť, pomer svalovej hmoty a tuku, určí BMI Index (diagnózu obezity), množstvo zadrživanej vody v tele, vyváženost postavy, viscerálny tuk, množstvo minerálov, navrhne cvičebný plán, vyhodnotí a zanalyzuje efektivitu cvičenia pri rôznych športových aktivitách u každého klienta individuálne.

PRIEBEH VYŠETRENIA

Analýza prístrojom InBody je veľmi rýchla, jednoduchá a trvá približne 30 sekúnd až 1 minútu. Klient sa postaví bosý na prístroj, do rúk si vezme dotykové elektródy, pomocou ktorých sa telo zanalyzuje.

PRÍPRAVA PRED VYŠETRENÍM

Klient by nemal tesne pred vyšetrením jesť, cvičiť alebo navštíviť saunu. Klientky by nemali mať v čase vyšetrenia menštruáciu.

KONTRAINDIKÁCIE

Kardiostimulátor, kovové implantáty.

ANALÝZOU SA ZÍSKAJÚ VÝSLEDKY

a. Zloženie tela – Pomer vody, minerálnych látok (napr. dôležitá informácia pre predchádzanie osteoporózy), proteínov a tukov.

Všetky tieto zložky tvoria celkovú hmotnosť tela. Napríklad normálne množstvo tukového tkaniva by malo u mužov predstavovať 10 – 20 %, u žien 18 – 28 %.

b. Pomer svalovej hmoty a telesného tuku

c. Diagnóza obezity

Vďaka 3 údajom sa zistí miera obezity a z toho vyplývajúce možné zdravotné riziká.

• Pomer WHR – pomer pásu k bokom – udáva, či je telesný tuk uložený vo zvýšenej miere na bruchu alebo určí typ obezity „jablko“ alebo „hruška“. V prípade, ak hodnota prekročí normu napr. tvar jablčko, stúpa riziko metabolických komplikácií a kardiovaskulárnych ochorení.

• PBF – percento tuku v tele

d. Vyváženost postavy

Alebo inak diagnostika svalovej disbalancie/nerovnováhy tela, ktorá môže byť spôsobená napr. nevhodným zaťažovaním iba jednej polovice tela (pravej/lavej alebo hornej/dolnej) pri výkone zamestnania, športe, čo môže byť príčinou napríklad bolesti chrbtice. Výsledky poslúžia ako podklad pre prípadný cvičebný plán a úpravu svalovej disbalancie.

e. Retencia vody – zadrživanie vody

Pri zadrživani vody v tele vzniká opuch. Príčinou vzniku opuchu sú väčšinou vážnejšie zdravotné problémy, ktoré súvisia s ochorením srdca, obličiek, pečene alebo signalizujú iné ochorenia.

f. Zistenie viscerálneho tuku
Viscerálny tuk sa ukladá do vnútra brušnej dutiny, obaluje a zároveň zatažuje životne dôležité orgány. Je omnoho nebezpečnejší ako tuk, ktorý vidno „navonok“. Nebezpečenstvo viscerálneho tuku je v riziku metabolických ochorení, akými sú vysoký krvný tlak, zvýšený LDL (zlý) cholesterol, artérioskleróza, cukrovka, ochorenia pečene, zvýšená záťaž na pohybový aparát, zvýšené riziko vzniku rakoviny, žlčkových kameňov...

g. Doplňujúce údaje pre určenie stupňa obezity

BCM – stav bunkovej hmoty

Pri každej redukcii váhy dochádza nielen k úbytku tukového tkaniva, ale tiež

k úbytku aktívnej svalovej hmoty, čo prináša mnohé riziká. Aktívnu bunkovú svalovú hmotu predstavujú napríklad bunky pečene a všetky ostatné orgány s výnimkou nervového tkaniva.

BMR – bazálny metabolizmus

Množstvo energetického príjmu potrebné pre zachovanie základných životných funkcií (činnost srdca, mozgu, obličiek, pečene).

AMC – obvod svalstva paže – jeden z najspoľahlivejších spôsobov vyhodnotenia stavu výživy/podvýživy. K ochabovaniu svaloviny dochádza vplyvom fyziologických zmien a tiež vplyvom nedostatku biologicky hodnotnej stravy.

h. Cvičebný plán

Prístroj okrem stanovenia cvičebného plánu vyhodnotí a zanalyzuje efektivitu cvičenia pri rôznych športových aktivitách u každého klienta individuálne.

Cvičebný plán sa zameriava na:

- aeróbnu aktivitu, ktorou sa redukuje tuk,

- silový tréning pre budovanie svalovej hmoty,

- cviky pre spevnenie postavy alebo vyrovnanie svalových disbalancií. Samotná analýza prístrojom InBody je veľmi rýchla, jednoduchá a trvá približne 30 sekúnd až 1 minútu. Klient sa postaví bosý na prístroj, do rúk si vezme dotykové elektródy, pomocou ktorých sa telo zanalyzuje.

PRÍSTROJ INBODY 230

Jeden z najspoľahlivejších prístrojov, analyzátorov ľudského tela. Prístroj InBody používajú mnohé medicínske a dietologické centrá po celom svete. Prístroj je bezpečný aj pre stanovenie diagnózy u tehotných žien. InBody používa pri analýze striedavý prúd, ktorý je neinvazívny a v roku 1996 bol v American Journal of Clinical Nutrition potvrdený ako bezpečný pri aplikácii na ľudské telo.

... EFEKTÍVNE
... A KRÁTKE TRÉNINGY
... PRE ŠTÍHLOSŤ,
... KRÁSU A ZDRAVIE

Cvičenie E-FIT



EFEKTÍVNE A KRÁTKE TRÉNINGY PRE ŠTÍHLOSŤ, KRÁSU A ZDRAVIE

Cvičenie E-Fit predstavuje poslednú generáciu EMS technológie (electro-muscle-stimulation), ktorá je vo svete športu prelomová. Metóda je založená na veľmi účinnom precvičovaní všetkých svalov súčasne (90 % svalov), čo výrazne skracuje čas tréningu. Želaný výsledok sa tak dostavuje veľmi rýchlo. 20 minút cvičenia na stroji EMS zodpovedá 90 - 120 minútam intenzívneho cvičenia, napríklad vo fitnesscentre. Počas cvičenia sa nezatažujú kĺby a šlachy.

TECHNOLÓGIA ELECTRO FITNESS

Technológia E-Fit cielene formuje celú postavu, znižuje telesnú hmotnosť, redukuje tuk, tvaruje a spevňuje svalstvo, zmiernuje prejavy celulitídy a zároveň dokáže naštartovať lymfatický systém a metabolizmus. Cvičenie sa realizuje pomocou certifikovaného lekárskeho prístroja najvyššej kvality. V súčasnosti sa cvičenie E-Fit praktizuje už v 19-tich krajinách sveta, v ktorých je umiestnených 850 prístrojov.

PRE KOHO JE CVIČENIE E-FIT URČENÉ?

- pre každého bez ohľadu na pohlavie a vek
- tomu, kto chce športovať, ale nemá dostatok času
- pre toho, kto chce schudnúť
- pre toho, kto si chce spevniť a vyformovať postavu
- pre mamičky, ktoré sa chcú dostať po pôrode do pôvodnej formy

- ženám, ktoré sa chcú zamerať na celú litúdu a zmierniť jej prejavy
- tomu, kto trpí bolesťami chrbta, ktoré sú spôsobené nesprávnym držaním tela
- tomu, kto chce spevniť ochabnuté svalstvo
- ľuďom, ktorí trpia bolesťami kĺbov
- pre všetkých, ktorí chcú spoznať nový, efektívnejší spôsob tréningu
- športovcom, ktorí si chcú zvýšiť svoju výkonnosť a zväčšiť svaly
- pre osoby s poškodeným alebo ochabnutým svalstvom
- tomu, kto trpí inkontinenciou – cvičenie pôsobí aj na hlboké svaly, dôsledkom čoho sa dosahuje trvalé odstránenie problémov spojených s únikom moču

PRIEBEH CVIČENIA

Cvičenie E-Fit predstavuje špeciálny osobný tréning – ide o spojenie technológie a vedomého pohybu. Po celom tele sa na svalové skupiny umiestnia elektródy, čím je umožnená súbežná stimulácia svalov celého tela – svaly sa sťahujú a uvoľňujú presne ako pri športovaní (prsne svaly, chrbtové svaly, bicepsy a tricepsy, spodné brušné svaly, sedacie svaly, stehenné svaly, trojhlavý lýtkový sval, vnútorné brušné svaly...).

DĹŽKA A PRAVIDELNOSŤ CVIČENIA

Tréning zaberie spolu s prezlečením cca 45 minút, čo je jeho základným pilierom popularity. Odporúčané sú 2-3 tréningy za týždeň. Jeden tréning (20-30 minút) zodpovedá 1,5 hod. cvičeniu. Odporúčaná prestávka medzi cvičeniami je 48 hodín, čo predstavuje dlhší čas ako pri bežnom tréningu (je to však nutné z dôvodu dosiahnutia požadovaného účinku).

vaného účinku).

PREČO E-FIT?

Rýchlosť – 20 minút cvičenia na stroji EMS zodpovedá 90- až 120-minútovému intenzívnemu cvičeniu.

Cielené posilnenie svalov – Vďaka elektródam umiestnených na svalových skupinách je možná súbežná stimulácia celého tela.

Spalovanie tukov – Vzhľadom na intenzitu tréningu sa zvyšuje látková výmena a popri správnej životospráve sa automaticky spustí chudnutie, ako aj formovanie svalov.

Účinný v boji proti celulitíde – Na stroji je nastavenie, ktoré dokáže účinne liečiť príznaky celulitídy.

Zníženie bolesti v chrbtici (svalové napätie) – Medzi najvýznamnejšie účinky elektrickej stimulácie patrí zaktívovanie hlbších svalov, ktoré sú zodpovedné za správne držanie tela.

Osobný tréning – Tréning sa vypracuje individuálne pre každého klienta. Intenzitu cvičenia je možné meniť podľa potrieb klienta, čím sa dosiahnu efektívnejšie výsledky.

Využitie bez ohľadu na vek a fyzickú kondíciu – V závislosti od úrovne fyzickej kondície je možné vyvolať aj veľmi malé zaťaženie. Pomalým zvyšovaním záťaže napríklad u staršej osoby alebo u osoby s poškodeným alebo s ochabnutým svalstvom je možné dosiahnuť rýchly rozvoj v zlepšení stavu svalov.

Minimalizovanie kĺbovej záťaže – Posilňovanie sa uskutočňuje bez použitia dodatočného zaťaženia, čím sa zabraňuje preťažovaniu kĺbov a tiež poraneniam.

Vydaajte sa cestou

ZA ZDRAVŠÍM TELOM A ŠTÍHLEJŠOU SILUETOU



VRAVÍ SA, ŽE LÁSKA IDE CEZ ŽALÚDOK...AVŠAK OVEĽA DÔLEŽITEJŠIE AKO KOLKO JEME, ZÁLEŽÍ NA TOM, ČO JEME. DNEŠNÁ DOBA SA NESIE V ZNAMENÍ NESPOČETNÉHO MNOŽSTVA INFORMÁCIÍ TÝKAJÚCICH SA O TOM, ČO (NE)JESŤ, AKO SCHUDNÚŤ, KTORÁ DIÉTA ZARUČENE (NE)FUNGUJE A AKO ČO NAJRÝCHLEJŠIE DOSTAŤ TELO DO PLAVKOVEJ FORMY. AKO VŠADE INDE, AJ TU VŠAK PLATÍ, ŽE KAŽDÉMU VYHŒVUJE NIEČO INÉ, A ČO SA STRAVOVANIA TÝKA, PLATÍ TO DVOJNÁSOBNE.

PREČ S NEHCENÝMI KILEČKAMI!

Nekonečný boj s kilami, ktoré sa na vás nalepili a nechcú sa s vašim telom rozlúčiť, pozná nejedna z vás. Vyskúšali ste množstvo diét, kúpili permanentky do fitnes -centier, no ručička na váhe nie a nie kleznúť. Motivačné šaty, či džínsy zakúpené k príležitosti „keď schudnem“ stále visia v skrini aj s visačkou, pretože ani po roku sa cieľ nepodarilo splniť. Nepodliehajte depresii, demotivačným pocitom a beznádeji už vôbec nie! Choďte na to sofistikovane, stačí zaklopať na dvere Kliniky Envy, kde vám na mieru pripravia komplexný program na úpravu hmotnosti, a to pod pozorným dohľadom odborníkov.

DIAGNOSTIKA TEĽA A STANOVENIE METABOLICKÉHO TYPU VAŠA CESTA KU ZDRAVIU

A ŠTÍHLEJŠIEMU TELU
Komplexný program spájajúci internú medicínu a diagnostiku s poznatkami výživy, obezitológie, dietickej a cvičebných programov vám pomôže za pomoci odborníkov - MUDr. Daniely Balcovej a Andrei Kavuličovej úspešne zvládnuť boj s nadváhou, či neželanými kilami navyše. Jednotlivé programy v sebe zahŕňajú stretnutia spojené s edukáciou o správnej výžive a vypracovaním stravovacích a tréningových programov a kontroly. Komplexnosť jednotlivých programov garantuje úbytok hmotnosti. Diagnostiku teĽa a stanovenie metabolického typu je nutné vykonať pre vstup do každého z programov redukcie váhy - tvorí základ pre vypracovanie individuálnych stravovacích a cvičebných plánov s následným jednoduchším a efektívnejším úbytkom hmotnosti.

PROGRAMY ÚPRAVY STRAVY A CVIČENÍ

V ponuke Kliniky Envy sú v ponuke programy zahŕňajúce stretnutia s odborníčkou na zdravú výživu MUDr. Danielou Balcovou a uznávanou fitnes-trénerkou Andreou Kavuličovou. Na základe indi-

viduálnych výsledkov z diagnostiky teĽa sa vám prehodnotí pôvodný jedálniček a zároveň vypracuje nový na mieru ušitý jedálniček. Počas stretnutia sa vám ozrejmi zásady správnej životosprávy presne podľa potrieb vášho metabolizmu. Uznávaná trénerka Andrea Kavuličová vám počas jedného stretnutia/tréningu vypracuje individuálny tréningový plán a určí, aké druhy cvičení a pohybových aktivít sú pre vás najvhodnejšie. Podľa počtu sedení s odborníkmi sa programy delia na základný, intenzívny, super intenzívny.

Preto Vám odporúčame intenzívny a super intenzívny program, kde sa vám na základe individuálnych výsledkov z diagnostiky teĽa vypracuje už spomínaný na mieru pripravený jedálniček a preberiete aj témy ohľadom základných živín - tukov, cukrov a bielkovín a ich príjmu v správnom pomere ako aj edukáciu o iných zložkách potravy a samozrejme tréningový plán cvičení, aby cesta za zdravším a štíhlejším telom bola kompletná a komplexná.

Pokiaľ sa chcete do boja s nadváhou zahryznúť viac ako intenzívne, je pre vás vhodný Efektívny 4 týždňový redukčný program, ktorý zahŕňa:

komplexnú diagnostiku prístrojom IN BODY
stanovenie metabolického typu
vypracovanie individuálneho jedálnička

2 x kryolipolýza prístrojom Coax Med

2 x injekčnú lipolýzu a 2x cvičenie na prístroji Efit

Ak ste sa práve rozhodli začať úspešný boj proti nadváhe a chcete svojmu telu dopriať nielen zdravý a efektívny pohyb, ale aj tie správne živiny, máte najvyšší čas. A keď zo seba zhodíte neželané kilá, môže sa slniečko smelo oprieť do vašej štíhlejšej siluety teĽa a vy si môžete sebavedomo pochutnávať na nejakom zdravom sviežom nápoji, pretože vďaka odborníkom z Kliniky Envy budete presne vedieť, čo je pre vaše bruško to správne, aby už nikdy nemalo pocit nafúknutia a vy ste sa nemuseli schovávať za plážové uteráky.

OBJAVTE AKO FUNGUJE

REDUKCIA OBJEMU

INOVATÍVNOU DERMATOKOZMETIKOU



REN LIVE COSMECEUTICALS SA VYVINULI Z ROZSIAHLEHO VEDECKÉHO VÝSKUMU A KOOPERÁCIE TÍMOV DERMATOLÓGOV A KOZMETICKÝCH CHEMIKOV. FILOZOFIOU REN LIVE JE FAKT, ŽE KľÚČOVÚ ROLU PRI VÝVOJI KOZMECEUTICKÝCH PRÍPRAVKOV MÁ VEDECKÝ VÝSKUM. TIETO KOZMETICKO-FARMACEUTICKÉ PRODUKTY OBSAHUJÚ VYSOKÚ KONCENTRÁCIU AKTÍVNYCH LÁTKO A NEOBSAHUJÚ ŽIADNE PLETI ŠKODLIVÉ SUBSTANCIE AKO JE PARAFÍN, VAZELÍNA ČI MINERÁLNE OLEJE. BOH VYTVORENÉ ZA ÚČELOM SPOMALENIA PROCESU STARNUTIA POKOŽKY PODĽA JEJ VEKU (I.,II.,III. KATEGÓRIA) A ZÁROVEŇ RIEŠENIA JEJ PROBLÉMOV A POTRIEB NA ZÁKLADE TYPU PLETI. REN LIVE JE ANTI-AGING DERMATOKOZMETIKA PRE VŠETKY VEKOVÉ KATEGÓRIE A VŠETKY TYPY PLETI, BOJUJÚCA PROTI ČASU A NEDOSTATKOM ZÁROVEŇ, **CIELENE A EFEKTÍVNE.**

 **REN LIVE**
ANTI-AGING
R&F COSMECEUTICALS

WEB & E-SHOP:
www.renlive.sk

PRODUKTY REN LIVE NÁJDETE VÝHRADNE
V LEKÁRŇACH A U DERMATOLÓGOV.



AKTIVUJE TOK LYMFY
V LYMFATICKOM SYSTÉME,
KTORÝ JE VÝZNAMNOU
SÚČASŤOU IMUNITNÉHO
SYSTÉMU

LYMFODRENÁŽ

Liposnell

Moderný lymfodrenážny systém, 26 prednastavených protokolov, 100 užívateľských nastavení.

1. LYMFATICKÝ SYSTÉM

Stimuluje tok lymfy v periférnych oblastiach do hĺbky lymfatického systému. Tým sa odstraňuje metabolický odpad z medzibunkových priestorov a zlepšuje sa imunologická odozva organizmu.

2. PODPORA KRVNÉHO OBEHU

Zlepšuje krvný obeh pôsobením tlakových vln na periférne cievy. Pôsobí preventívne aj podporne v celom rade najrôznejších indikácií.

3. SVALY

Tlakové vlny prekrývajúcich sa komôr masírujú svaly, odplavujú produkty metabolizmu a zabraňujú svalovým kŕčom.

4. TRÁVIACI SYSTÉM

Masíruje a stláča brucho, čo vedie k jeho uvoľneniu a stimuluje tráviaci trakt.

5. KOŽA

Prednastavená terapia zlepšuje distribúciu okysličenej krvi. Zlepší sa atrofia kože, ktorá potom vyzerá zdravšie a pevnejšie.

POUŽÍVA SA NA MEDICÍNSKE, AKO AJ SKRÁŠŤOVACIE ÚČELY:

- detoxikácia,
- celulitída,
- lipedém,
- poúrazové stavy,
- regenerácia,
- syndróm ťažkých nôh,
- prevencia – varixy,
- DNA,
- diabetická angiopatia,
- ischemická choroba dolných končatín,
- lymfedém.

POSTUP PRI OŠETRENÍ

Pred samotnou lymfodrenážou sa na partie brucha, bokov, stehien a zadku nanáša koncentrát so špeciálnym zložením – NEOCELL, ktorý pomáha redukovať tukové zásoby a zmierňovať stupeň celulitídy. Následne sa nanáša jedinečný produkt LIPOSNELL s obsahom aktívnych zložiek, ktoré podporujú ešte efektívnejšie rozkladanie tukových zásob do hĺbky. Po nanosení týchto prípravkov nasleduje samotná lymfodrenáž, čím sa účinok maximalizuje.

Lymfodrenáž sa výborne kombinuje s rádiovýfrecvenciou, kavitáciou a E-Fit cvičením.

Formovanie tela

COAX CRF

Približne 80 percent žien má určitý stupeň celulitídy, ktorá je výsledkom koncentrovaných tukových buniek s vlnivým efektom na koži, ktorý sa často prirovnáva k pomarančovej kôre. Typicky je najzreteľnejšia v okolí stehien, bokov a zadku u žien. Nemusíte mať nadváhu alebo určitý vek, aby ste mali celulitídu. Aj niektoré veľmi mladé a chudé ženy sú postihnuté. Pomocou monopolárnej rádiovfrekvencie a kavitálnych nízkofrekvenčných ultrazvukových vln sa vzhľad celulitídy znižuje a problémové oblasti dostávajú nový tvar.

ČO SPÔSOBUJE CELULITÍDU?

Celulitída sa vytvorí v tele vtedy, keď sa tuk ukladá hneď pod kožnú vrstvu a je obťahnutý aj v tukových komorách, ktoré môžu opuchnúť. Ako tukové bunky zväčšujú svoju veľkosť, okolité tkanivo je stlačené a stvrdnuté, čo sťažuje cirkuláciu krvi a zachytávajú sa tekutiny. To spôsobuje zníženie elasticity tukového tkaniva, čím sa vytvára neželané pnutie medzi vrstvami. Tým vznikajúce tlačenie spojovacieho vlákna v kotviacich bodoch vytvára vzhľad celulitídy.

AKO SA CRF PROCEDÚRA ZBAVÍ TUKU?

Prístroj využíva kombináciu kavitáčného ultrazvuku a rádiovfrekvencie. Kavitačné nízkofrekvenčné ultrazvukové vlny sa šíria v koži, uvoľňujú rozpustený plyn vo forme malých bubliniek, čím spôsobujú bunkové narušenie a narušenie fibrózy.

Rádiovfrekvencia zohrieva tukové bunky, rozkladá ich a posieľa do lymfatických uzlín, kde sa ich telo zbaví prirodzenou cestou. Redukovaním počtu tukových buniek a ovplyvnením vnútornej tukovej štruktúry sa liečená oblasť stáva hladšou, elastickejšou a hlavne menej objemnejšou.

KOLKO PROCEDÚR JE POTREBNÝCH?

Počet procedúr je rôzny pre každého jednotlivca, ale zvyčajne séria od 4 do 12 procedúr vyko-


návaných raz za 10 dní, poskytuje merateľné a zároveň viditeľné zlepšenie. Každá procedúra trvá obyčajne 70 minút.

KAVITÁCIA A LYMFATICKÝ SYSTÉM

Podľa štúdií spoločnosti BIOTEC, ktorá sa roky venuje pôsobeniu energií a ich účinkov na ľudské telo, je dokázané, že kavitácia so silou 40 KHz rozbíja tukové bunky a skutočne dochádza k ich rozpadu. Veľmi dôležité je však to, že lymfatický systém ošetrovanej osoby musí byť pravidelne podporovaný, a to nielen zvýšeným príjmom tekutín, ale aj lymfatickou drenážou pred ošetrením a po ňom samostatnou kavitáčnou rádiovfrekvenciou. Ak sú postupy pri prevencii kavitácie – odstránení rozbitých tukových buniek – nedodržiavané, triglycerín a cholesterol, ktoré sa po uvoľnení z tukových zásob dostanú do obehu, budú kolovať v obehu pacienta a hrozí ich usadenie na iných miestach v tele. Náš protokol ošetrenia teda spočíva v úvodnej vákuovej masáži, následnom pôsobení kavitáčnej a rádiovfrekvencnej energie a procedúra sa ukončuje znovu vákuovou masážou. Tento typ ošetrenia sa môže opakovať po 10 dňoch, počas ktorých lymfa má za úlohu vyplaviť rozbité bunky z tela. Proces prečistenia je NUTNÉ podporovať dostatočným príjmom tekutín, ľahkou stravou a minimálne raz týždenne pohybom alebo ktoroukoľvek metódou lymfodrenáže.

ČÍM SA CRF PROCEDÚRA LÍŠI OD INÝCH LIEČENÍ TUKOVÝCH ADIPOV?

Iné typy prístrojov určených na redukciu celulitídy a tukových vankúšikov ponúkajú len masáž a odsávanie alebo ultrazvuk a rádiovfrekvenciu ako samostatné procedúry s oveľa nižšou efektívnosťou. V dôsledku simultánneho vysielania ultrazvuku a rádiovfrekvencie CRF procedúra skutočne odbúrava fibrózu a zahrieva tukové bunky, efektom je rozptýlenie a odstránenie buniek – a nie len jednoduché rozdelenie niektorých stvrdnutých tkanív.

A woman with long dark hair, wearing a teal strapless bikini, is leaning against the trunk of a palm tree. She has her eyes closed and her hands are behind her head, appearing to be in a state of relaxation or enjoying the sun. The background shows a tropical setting with other palm trees and a building in the distance.

.....
KAVITÁČNÁ
RÁDIOFREKVENCIA CRF
PROCEDÚRA SA POUŽÍVA
NA ROZPUSTENIE TUKOV
.....
A LIEČENIE CELULITÍDY.



REDUKCIA VÁHY
S LAHKOSŤOU
A POD DOHĽADOM
ODBORNÍKOV

Kompletný program ÚPRAVY HMOTNOSTI

Nadará sa vám schudnúť napriek správnej životospráve a cvičeniu? Komplexný program spájajúci internú medicínu a diagnostiku s poznatkami výživy, obezitológie, dietetiky a cvičebných programov vám zmení život za pomoci odborníkov, MUDr. Daniely Balcovej a Andrei Kavuličovej, úspešne zvládnuť boj proti nadváhe. Jednotlivé programy v sebe zahŕňajú stretnutia s top odborníkmi, edukáciu o správnej výžive, vypracovanie stravovacích a tréningových programov a kontroly. Komplexnosť jednotlivých programov garantuje úbytok hmotnosti.

DIAGNOSTIKA TEĽA A STANOVENIE METABOLICKÉHO TYPU

Diagnostiku teľa a stanovenie metabolického typu je nutné vykonať pre vstup do každého z programov redukcie váhy. Tvorí základ pre vypracovanie individuálnych stravovacích a cvičebných plánov s následným jednoduchším a efektívnejším úbytkom hmotnosti.

PROGRAMY

1. ZÁKLADNÝ PROGRAM

Základný program zahŕňa 1x stretnutie s odborníkom na zdravú výživu, MUDr. Balcovou, a 1x stretnutie/tréning s odborníkom na výživu a fitness, Andreou Kavuličovou

Na základe individuálnych výsledkov z diagnostiky teľa prehodnotíme váš pôvodný jedálniček a zároveň vypracujeme nový, na mieru šitý jedálniček na niekoľko dní. Počas stretnutia vám budú ozrejmene zásady správnej životosprávy, čo máte jesť, kedy máte jesť a ako sa správne stravovať.

Andrea Kavuličová vám počas jedného stretnutia/tréningu vypracuje individuálny tréningový plán. Tréningový plán určí, aké druhy cvičenia a pohybových aktivít sú pre vás najvhodnejšie a kolkokrát do týždňa by ste mali pohybové aktivity vykonávať.

2. INTENZÍVNY PROGRAM

Intenzívny program zahŕňa 2x stretnutie

s odborníkom na zdravú výživu, MUDr. Balcovou, a 8x tréning s odborníkom na výživu a fitness, Andreou Kavuličovou, na prístroji E-Fit v priestoroch kliniky.

Na základe individuálnych výsledkov z diagnostiky teľa s vami MUDr. Balcová počas 2 stretnutí okrem vypracovania individuálneho jedálnička preberie témy ohľadom základných živín, tukov, cukrov a bielkovín, a ich príjmu v správnom pomere, ako aj edukáciu o iných zložkách potravy. Na poslednom stretnutí sa klientovi odoberie krv a vykoná opätovná kontrola prístrojom InBody.

Andrea Kavuličová vám vypracuje individuálny tréningový plán a zároveň pod jej dohľadom absolvujete 8 tréningov.

3. SUPER INTENZÍVNY PROGRAM

Super intenzívny program zahŕňa 2 stretnutia s MUDr. Balcovou a 12 tréningov s Andreou Kavuličovou na prístroji E-Fit v priestoroch kliniky.

Na základe individuálnych výsledkov z diagnostiky teľa s vami MUDr. Balcová počas 2 stretnutí okrem vypracovania individuálneho jedálnička preberie témy ohľadom základných živín, tukov, cukrov a bielkovín, a ich príjmu v správnom pomere, ako aj edukáciu o iných zložkách potravy. Na záverečnom stretnutí sa klientovi odoberie krv a vykoná opätovná kontrola prístrojom InBody. Andrea Kavuličová vám vypracuje individuálny tréningový plán a zároveň pod jej dohľadom absolvujete 12 tréningov.

4. KOMPLEXNÉ CHUDNUTIE

Efektívny 4-týždňový redukčný program zahŕňa:

komplexnú diagnostiku IN BODY, stanovenie metabolického typu, vypracovanie individuálneho jedálnička,

2 x kryolipolýza prístrojom Coax Med, 2 x injekčnú lipolýzu a 2x cvičenie na prístroji E-Fit.

EFEKTÍVNEJŠÍ PROCES CHUDNUTIA

Okrem programov pre efektívnejší proces chudnutia si klient môže navoliť a vybrať iné odporúčané ošetrenia a doplnky:

- Kavitačnú rádiofrekvenciu prístrojom COAX CRF, ktorá pomôže rozpustiť tuky, odstrániť celulitídu.
- Výživové doplnky podporujúce redukciiu hmotnosti – Agely. AGEL BRN – špeciálne vyvinutý pre naštartovanie spalovania tukov.

AGEL FIT – regulátor chuti do jedla a kontrolór váhy.

AGEL GRN – detoxikácia zažívacieho traktu a stimulovanie

peristaltiky čriev.

- Testy potravinovej intolerancie.

Potravinová intolerancia odhalí potraviny alebo látky obsiahnuté v potravinách, s ktorými má vaše telo problém pri trávení a ktoré sa prejavujú v podobe nežiaducich intolerančných príznakov – problémy s váhou, obezita, nafúknuté brucho, opuchnuté nohy, migréna, nespavosť, akné...

2 x kryolipolýza prístrojom Coax Med,

2 x injekčnú lipolýzu a 2x cvičenie na prístroji E-Fit.



*Rozhodnutie
je len na Vás*

Vaše telo, Vaše sny, Vaše rozhodnutie!

Existuje veľa dôvodov, prečo sa ženy na celom svete rozhodli pre silikónové prsníkové implantáty: niektoré si priali mať opäť také prsia ako pred pôrodom, ďalšie potrebovali vyrovnať asymetriu prsníkov a mnohé z nich si jednoducho chceli dopriať krivky, po akých vždy túžili.

Jedným z popredných výrobcov silikónových prsníkových implantátov je anglická spoločnosť NAGOR, ktorá má v Európe najdlhšiu históriu výroby. Vďaka dlhoročným skúsenostiam sa ich výskumnému tímu podarilo vyvinúť dokonalý implantát: **NAGOR Impleo™**. Tento implantát obsahuje ako jediný unikátny silikónový gél, ktorý je vysoko kohezívny, ale zároveň aj veľmi príjemný na dotyk = prsia si tak držia krásny tvar a zároveň pôsobia maximálne prirodzene. Vďaka tomuto gélu je Impleo™ vhodné aj pre veľmi štíhle ženy a pre vloženie implantátu je potrebný kratší rez, teda ostane menšia jazva.



NAGOR®

Získajte viac informácií na:
www.nagor.sk

Problémy s pletou?

ODPOVEDALA ODBORNÍČKA

**JAZVY PO AKNÉ? ZVÝŠENÁ PIGMENTÁCIA ALEBO ŠKVRNY
NA PLETI? OPÝTAJTE SA NA NAJNOVŠIE TRENDY
V ICH ODSTRAŇOVANÍ**

Zuzana Kožuchová, odborníčka v oblasti dermatovenerológie, odpovie a poradí, ako sa zbaviť a účinne bojovať proti nedokonalostiam pleti.



NEPRÍJEMNÉ AKNÉ

Akné je častým ochorením najmä u mladých ľudí a je spôsobené kožným zápalom vo vývodoch mazových žliaz. Akné môže byť povrchové, keď vznikajú drobné vyrážky, ktoré po niekoľkých rokoch pubertálneho obdobia bez následkov spontánne ustúpia. V horšom prípade vzniká hlbšia forma akné s hlbokými zapálenými uzlami a cystami, ktoré sa hoja pomaly a zanechávajú viac alebo menej výrazné jazvy a obmedzujú pacienta nielen v spoločenskom, ale aj v osobnom živote.

V minulosti sa jazvy po akné liečili invazívnymi a doslova krvavými metódami, napríklad zbrusovaním pokožky brúsny kotúčom. Samotný zákrok bol však extrémne bolestivý a vyžadoval si aj celkovú anestéziu. Po zákroku pacient odchádzal obviazaný a dĺžka trvania hojenia bola aj dva mesiace.

DAR Z NEBIES FRAKČNÝ CO2 LASER

Frakčný laser pracuje na princípe frakcionovanej fototermolýzy, keď sa pomocou laserových lúčov odstraňuje vrchná vrstva pokožky. Systém privádza na pokožku tisíce tenkých lúčov, ktoré ju v mieste dopadu hlboko prehrievajú. Medzi miestami dopadu sú zanechávané ostrovčeky neporušenej kože, z ktorých sa následne poškodená pokožka rýchlo zregeneruje. Pôsobením laserového lúča sa dlhodobo stimuluje aj tvorba kolagénu, čo dodáva pleti mladistvý vzhľad.

Frakčný laser je okrem odstránenia a vyhladenia jaziev po akné prevratný aj pri zmierňovaní prejavov pórovitej a mastnej pokožky, pri odstraňovaní hyperpigmentácií a škvŕn, jemných povrchových vrások, odstraňovaní kruhov a vrások pod očami, ako aj dehydrovanej starnúcej pokožky. Dochádza k jej vypnutiu – vtedy hovorme o neinvazívnom resurfacingu, čo znamená om-ladenie kože bez použitia skalpela.





MUDr. ZUZANA KOŽUCHOVÁ, vyhl'adávaná odborníčka

Kožuchová sa venuje dermatológii od r. 1997. Je držiteľkou množstva zahraničných certifikátov z oblasti dermatológie, vrátane certifikátu počítačovej dermatoskopie, ako aj certifikátov a oprávnení na prácu s laserovými prístrojmi. Je vyhl'adávanou a uznávanou odborníčkou a tiež jednou iba z dvoch slovenských školiteľiek pre techniky a aplikácie botulotoxínu a kyseliny hyalurónovej najprestížnejšieho svetového výrobcu výplňových materiálov, značky Allergan.

K jej špecialitám okrem bežných aplikácií výplňových materiálov (kyseliny hyalurónovej, botulotoxínu, mezoterapie, mezobotoxu, Vital Injektoru) patria hlavne sofistikované metódy použitia kyseliny hyalurónovej, tzv. 3D metóda neinvazívneho liftingu kyselinou hyalurónovou, ako aj THREAD lift – niťový lifting, teda metódy, ktoré dokážu tvár nielen vyplniť a korigovať, ale tiež modelovať a navrátiť jej ideálne kontúry.

Pridanou hodnotou kliniky ENVY je aj kožná ambulancia, ktorá pod vedením MUDr. Kožuchovej pomáha klientom pri liečení samotných príčin širokého spektra kožných ochorení.

ENVY KLINIKA, ŠPIČKA V ESTETICKEJ MEDICÍNE

Klinika estetickej medicíny ENVY ponúka klientom širokú škálu ošetrovaní a zákrokov prostredníctvom najlepšieho prístrojového vybavenia a tímu špecialistov vo svojom odbore. Klinika je známa individuálnym prístupom a komplexnou ponukou služieb – od úvodnej bezplatnej konzultácie až po

pooperačnú starostlivosť. Patrí medzi vyhl'adávanú kliniku v rámci celého Slovenska.

Pri zakladaní kliniky bolo víziou vytvoriť na východnom Slovensku modernú kliniku estetickej medicíny na svetovej úrovni. Dnes sa klinika ENVY môže pochváliť centrárou kliniky v Košiciach a tiež dvomi pobočkami, v Prešove a Poprade.

V komfortnom a príjemnom prostredí kliniky klient nájde širokú ponuku služieb v starostlivosti o tvár a telo z oblasti lekárskej kozmetiky, estetickej dermatológie, laserovej medicíny, liposukcie, plastickej chirurgie a najnovšie aj z oblasti optimálnej výživy a regulácie hmotnosti.

TO NAJLEPŠIE Z ESTETICKEJ MEDICÍNY

Klinika sa snaží neustále napredovať a prinášať klientom z celého Slovenska to najlepšie z oblasti estetickej medicíny v podobe najmodernejšieho prístrojového a technického vybavenia, sledovania trendov a tiež najnovších lekárskech a estetických postupov.

Medzi absolútne svetové prístrojové novinky, ktoré nájdete vo vybavení kliniky, patrí napríklad revolučný prístroj VASER Lipo, ktorý dokáže odsáť tuk zo všetkých oblastí tela bez bolesti, opuchov a modrín, prístroj Ulthera, ktorý postupne obnovuje pamäť pokožky a podporného tkaniva do stavu spred niekoľkých rokov alebo laser Light Sheer Duet, ktorý dokáže bezbolestne až o 75 % rýchlejšie odstrániť nepríjemné ochlpenie.

OxyGeneo

OŠETRENIE PRE ŽIARIVÚ PLEŤ

OxyGeneo je inovatívne ošetrovanie pleti, ktoré prináša tri základné procedúry súčasne:

1. EXFOLIÁCIA VONKAJŠEJ VRSTVY KOŽE

OxyGeneo exfoliáciou vrchnej vrstvy pokožky odstraňuje odumreté bunky a pripravuje ju na príjem aktívnych látok. OxyGeneo je bezpečný pre všetky typy pleti a stará sa o citlivú pokožku bez podráždenia.

2. INFÚZIE ZÁKLADNÝCH REVI- TALIZAČNÝCH ŽIVÍN

Pomocou našej exkluzívnej kapsuly prístroj OxyGeneo čistí pleť a pri tom vpravuje do pleti aktívne zložky. Môžete si vybrať medzi NeoRevive pre omladenie a proti starnutiu pleti alebo NeoBright pre zosvetlenie pokožky a zlepšenie textúry pleti.

NeoRevive je exkluzívna formula, ktorá prináša vynikajúce omladenie pleti a je prevenciou proti starnutiu. NeoBright zaisťuje optimálne zosvetlenie pleti, výživu a omladenie.

3. OKYSLIČENIE POKOŽKY, KTORÉ VYCHÁDZA ZVNÚTRA

OxyGeneo produkuje bubliny CO₂, ktoré jemne praskajú na povrchu pleti, a vytvára fyziologickú reakciu, ktorá posiela kyslíčenie krvi do ošetrovanej oblasti, zvyšuje kapilárny prietok a metabolizmus pokožky. Výsledkom je okysličenie pleti a optimálna absorpcia aktívnych zložiek.

Táto exkluzívna kombinácia zlepšuje tón pleti, vyrovnáva štruktúru a vyživuje pleť. Dáva vám vyvážený zdravý vzhľad, zjemňuje jemné vrásky. Vaša pleť bude okamžite cítiť rozdiel.

VIDITEĽNÉ VÝSLEDKY
PO PRVOM OŠETRENÍ.
OMLADENIE A POSILNE-
NIE PLETI. OKYSLIČENIE
PRIAMO V OŠETRENÍ.
OPTIMÁLNA ABSORPCIA
ŽIVÍN, REVITALIZÁCIA.
VHODNÉ PRE VŠETKY
TYPY PLETI.

geneO⁺
by Pollogen

for the ultimate
SUPER FACIAL



OxyGeneo



TriPollar



Ultrasound

INFUSE

EXFOLIATE

TIGHTEN

OXYGENATE



Výhradní zastoupení: Beneficium Euro Ltd s.r.o.
www.beneficium.cz | +420 602 643 241 | th@beneficium.cz



Aquaclean

.....
DÔKLADNE
A HĽBKOVO
VYČISTENÁ PLEŤ
BEZ VYTLÁČANIA
A BOLESTI

Prístroj Aquaclean pomocou podtlaku a špeciálnych vodičiek vyplaví z pokožky nečistoty, mikroorganizmy, odumreté bunky a kožný maz. Výsledkom je jasnejšia, čistejšia a vyhladenejšia pleť bez podráždenia. Aplikovaný roztok sa určí presne podľa typu pleti.

KOMU JE OŠETRENIE URČENÉ?

- vhodné pre všetky typy pleti a v každom veku
- na vyčistenie pleti
- vyčistenie a zjemnenie upchatých pórov
- upokojenie akné, vyrážok

PRIEBEH OŠETRENIA

Pomocou vstrekaného roztoku špeciálnymi dýzami a podtlaku dochádza k hĺbkovému a kompletnému vyčisteniu pleti. Po dôkladnom vyčistení sa na tvár nanesie maska a krém.

Celková dĺžka ošetrenia: cca 40 minút.

Pre udržiavanie čistej pleti odporúčame absolvovať ošetrenie 1x do mesiaca.

KONTRAINDIKÁCIE

Žiadne.

AKNÓZNA PLEŤ

V prípade aknóznej a zapálenej pleti neriskujete ako pri bežnom čistení - vytláčaní - ďalšie podráždenie pokožky. Nečistoty a mikroorganizmy sa doslova vyplavia.

ŠPECIÁLNE „VODIČKY“

roztok č. 1 - pomocou kyseliny mliečnej odstraňuje z hlbších pórov maz a zoxidovaný „odpad“

roztok č. 2 - kyselina salicylová rozpúšťa zoxidovanú odumretú kožu, zároveň upokojuje akné, vyrážky a iné kožné problémy

roztok č. 3 - pridaný extrakt Poriiu-aca leracea dopĺňa do pokožky živiny a pleť hĺbkovo hydratuje

VORTEX DÝZY A PODTLAK

- Roztok je na tvár vstrekaný odstredivou silou smerom von, čím sa zabezpečí hlbšie preniknutie do pokožky.

- Rovnakým spôsobom odchádza z pokožky aj „odpad“ do odpadovej nádoby - kožný maz, odumretá koža, mikroorganizmy.

- Podtlak je možné nastaviť do 5 úrovní.

Ošetrenie Rádiomezolift

Rádiomezolift je zameraný hlavne na stimuláciu kolagénu. Pokožka sa spevní, vrásky sa zjemnia, pleť získava zdravú farbu a jas. Pred ošetrením je dôležité, aby bola pokožka dostatočne hydratovaná, čo sa zabezpečuje aplikáciou kyseliny hyalurónovej. Ošetrenie je bezbolestné, vysoko efektívne a vykonáva sa na tvári, krku, dekolte, poprípade na ramenách. Ošetrenie kombinuje silu bezihlovej mezoterapie a rádiotermodiftingu.

KOMU JE ZÁKROK URČENÝ?

- vo veku 20 – 35 rokov pomáha predchádzať prvým prejavom starnutia
- vo veku nad 35 rokov podporuje produkciu kolagénu a bojuje proti starnutiu pleti

PRIEBEH OŠETRENIA

Na začiatku sa odstráni zrohovatená pokožka podľa stavu pleti peelingom, ultrazvukom alebo mikrodermabráziou. Nasleduje mezoterapia, do pokožky sa aplikuje vitamín C - zvyšuje mikrocirkuláciu, kokteil vitamínov A, E, provitamín B, látky potrebné na podporu tvorby kolagénu a kyselina hyalurónová, ktorá zvyšuje hydratáciu pokožky. Následne sa uskutočňuje samotný rádiotermodifting.

Mezoterapia – elektroporácia, rádiová frekvencia a kozmetická masáž – do pokožky tváre sa aplikujú ďalšie výživné látky. Na záver sa aplikuje mentolová maska, ktorá potláča začervenanie pokožky. Celkové trvanie zákroku je cca 70 minút.

Celkovo je zákrok príjemný, klient pociťuje pri mezoterapii iba mierne štipkanie. Počas rádiotermodiftingu dochádza k miernemu páleniu pokožky, nakoľko sa pokožka zahrieva až do 42 °C. Zahriatie spôsobuje odbúranie starých kolagénových vlákien a vznik pevnejších nových a dochádza k prirodzenému napnutiu pleti.

Pre uspokojivý výsledok odporúčaný počet ošetrení je 6 – 10, v závislosti od stavu a veku pokožky. Prístroj rozoznáva 3 stavy pleti, na základe čoho je sta-

novený počet ošetrení na 6, 8 alebo 10, dĺžka a intenzita ošetrenia. Ošetrenie by sa malo opakovať v 2 – 3-týždňových intervaloch.

REKONVALESCENCIA A NEŽIADUCE ÚČINKY

Mierne začervenanie pokožky ako po opalovaní. Nie je potrebná žiadna rekonvalescencia. Na rozdiel od fotorejuvenizácie neplatí zákaz vystavovania sa slnku.

KONTRAINDIKÁCIE

- neodporúča sa po aplikácii kyseliny hyalurónovej a botulotoxínu
- ochorenia srdca, tehotenstvo, dojčenie

PREČO JE POTREBNÉ ZVÝŠIŤ HYDRATÁCIU POKOŽKY KYSELINOU HYALURÓNOVOU?

Pred samotným pôsobením rádiových frekvencií je dôležité mať optimálne hydratovanú pokožku z dôvodu, že rádiová frekvencia pracuje na princípe rozhybnia molekúl vlastnou energiou. Ak je pokožka slabo hydratovaná, efekt je slabší.

VYSOKÁ EFEKTIVITA OŠETRENIA RÁDIOMEZOLIFT

Vysoká efektivita systému spočíva v schopnosti dodávať vysokú energiu rýchlo, ktorá následne zvyšuje teplotu v strednej a hlbšej vrstve kože bez bolesti a bez nevyhnutnosti chladenia povrchu kože. Vplyvom tepla dochádza k pôsobeniu na fibroblasty, čím dochádza k podpore tvorby nového kolagénu – NEO-kolagenéza. Monopolárny aplikátor chráni pred rozptýlením energie a udržiava ju koncentrovanú na ošetrovanú oblasť.

Pri pôsobení na povrchové vrásky sa miestne zvyšuje teplota – hypertermia, ktorá spôsobuje zápalovú reakciu, sťahovanie fibroblastov, spevnenie spojivového tkaniva a neokolagenézu – tvorbu nového kolagénu. Zlepšenie kvality kože a redukcia vrások je výsledkom zvýšeného prekrvenia a stiahnutia pôvodného kolagénu, čo sa dosahuje bezihlovou mezoterapiou, keď sa aplikujú priamo do kože vitamíny, minerály, antioxidanty a kyselina hyalurónová.

VYSOKO ÚČINNÉ,
NEINVAZÍVNE OŠETRE-
NIE, KTORÉ STIMULU-
JE KOLAGÉN, SPEVŇUJE
KONTÚRY TVÁRE
A REDUKUJE VRÁSKY



DERMAOŠETRENIA RENLIVE ako unikátny koncept ošetrovni dermatologicky testovanej kozmetiky dávajú do rúk dermatológom, profesionálnym kozmetičkám a kozmetickým odborníkom možnosti ošetrovania zdravej pokožky v rámci jej kozmetologických problémov na úrovni dermatológie, a to:

- na základe vysokého množstva aktívnych látok vo všetkých produktoch,
- pomocou nanotechnológie využívané v produktoch na prenos aktívnych látok do dermy,
- bez použitia parafrínov, minerálnych olejov, vazelíny,
- s garanciou minimálneho množstva konzervantov.

DERMAOŠETRENIA RENLIVE zabezpečia profesionálom v oblasti kozmetológie možnosť poskytovať svojim klientkám a klientom reálne riešenia problémov spojené so starnutím pokožky a problémov vyplývajúcich z typu pleti na základe vysoko efektívnych kozmeceutík a profesionálnych postupových protokolov, ktorých efektívnosť vychádza z výskumu koncernu BIOTEC a pravidelného vzdelania v oblasti kozmetológie v spolupráci s poprednými dermatológmi.

Koncept DERMAOŠETRENÍ RENLIVE posúva hranice kozmetológie od voňavých, relaxačných kompletiek s minimálnym účinkom na pokožku k efektívnym postupom ošetrovania pokožky na úrovni dermatokozmetiky.

DERMAOŠETRENIA RENLIVE na základe presného protokolu ponúkajú 6 základných ošetrovni tváre, ktoré vznikli v súlade s filozofiou určenia 3 typov pleti a 3 kategórií veku pleti.

Normálna/zmiešaná - OŠETRENIE BIODINAMIC
Mastná - OŠETRENIE OILY SKIN

Suchá/Citlivá - OŠETRENIE SKIN DEFENCE

VEK I. prevencia, prvé vrásky - OŠETRENIE HYDRA

VEK II. vrásky, jemná laxita pokožky - OŠETRENIE NEOLIFT

VEK III. vrásky stredne hlboké až hlboké, postupná strata kontúr tváre - OŠETRENIE BOTO-WHITE

Okrem spomínaných základných typov komplexných ošetrovni RENLIVE Cosmeceutical zaradilo do procesu profesionálneho ošetrovania pleti aj doplnkové, tzv. INTERAKTÍVNE ošetrovni, ktoré je možné prevádzať ako súčasť základných ošetrovni alebo aj ako samostatné ciele ošetrovni.

CLEAR - hlbkové čistenie pleti

PIGMENTATION - riešenie nežiaducich pigmentácií

EYE CONTOUR - ošetrovni očného okolia

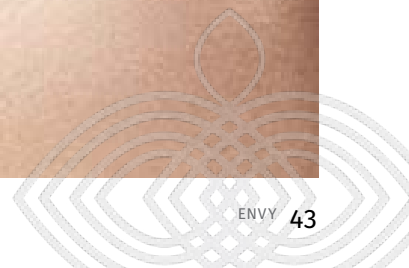
NEO HAIR - ošetrovni vlasovej pokožky

Séria telových ošetrovni ponúka 4 druhy programov na základe problému pokožky tela.

Ceny komplexných ošetrovni sa pohybujú od 35 € do 80 €.

Ceny všetkých interaktívnych ošetrovni je 20 €.

Renlive protokol



ROZJASNENIE
PLETI DOKONALÝM
ODSTRÁNENÍM
ODUMRETÝCH
BUNIEK A PREČISTENÍM
ZNEČISTENÝCH PÓROV

Ultrazvukové ČISTENIE PLETI

Prvým krokom k dokonalej pleti je pravidelné čistenie, ktoré u nás vykonávame medicínskym prístrojom. Prístroj precízne odstráni odumreté bunky a prečistí znečistené póry. Preniká do spodných vrstiev pokožky, kde lieči zápal a pôsobí ako prevencia proti ich vzniku. Zároveň zabezpečuje potrebnú hydratáciu a zvyšuje odolnosť pleti voči vonkajším vplyvom. Ultrazvukové čistenie pleti je neinvazívne a veľmi príjemné ošetrenie a malo by tvoriť ZÁKLAD v starostlivosti o pokožku tváre každej ženy.

Čistenie ultrazvukom je najzákladnejším a najbežnejším salónovým ošetrením v rámci prečistenia povrchu pleti. Dochádza k odstraňovaniu zrohovatej vrstvy keratinocytov a podpore bunkového metabolizmu pleti, čo prispieva k celkovému a viditeľnému rozjasneniu pokožky. Následne dochádza k lepšiemu vstrebávaniu používaných krémov a sér.

KOMU JE OŠETRENIE URČENÉ

Pre všetky typy pleti, v každom veku:

- pri mastnej pleti ultrazvukové čistenie navyše reguluje tvorbu mazu,
- pri aknóznej pleti zmierňuje zápal,
- pri citlivej pleti pleť upokojuje.

Vo všeobecnosti odporúčame akúkoľvek procedúru z našej ponuky lekárskej kozmetiky začať práve ultrazvukovým čistením pleti, čím sa docíli výraznejší efekt.

PRIEBEH OŠETRENIA

- odlícenie pleti
- povrchové čistenie pleti ultrazvu-

kovou špachtľou

- aplikácia antibakteriálneho modrého svetla pôsobí dezinfekčne do hĺbky pokožky a zabraňuje vzniku zápalových procesov v mazových žľazách

- aplikácia séra a krému

Ošetrenie je veľmi príjemné a celková doba ošetrenia je cca 35-45 minút.

Prvotný odporúčaný počet ošetrení je v závislosti od typu pokožky. Následne je dôležité pleť udržiavať dlhodobo v dobrej kondícii, čo docielite pravidelným ultrazvukovým čistením pleti 1x do mesiaca – vaša pleť bude žiariť.

REKONVALESCENCIA A NEŽIADUCE ÚČINKY

Žiadne.

KONTRAINDIKÁCIE

Žiadne.

DÔLEŽITOSŤ ČISTENIA PLETI

Pokožka je bezcievna a jej výživa sa zabezpečuje difúziou látok zo strednej vrstvy i z povrchu, za pomoci rôznych prípravkov. Má rôznu hrúbku závislú od miesta lokalizácie, v priemerne je to 0,2 mm. Pokožku tvorí 5 vrstiev buniek, ktoré sa nazývajú keratinocyty. V pokožke sa nachádzajú aj tzv. melanocyty, sú to bunky produkujúce kožný pigment melanín. Ten podmieňuje farbu kože, vlasov i očí a ochraňuje kožu pred škodlivými vplyvmi ultrafialového žiarenia. Jeho nadmernou tvorbou vznikajú nežiaduce pigmentácie, napr. pehy alebo tmavé škvrny. V epiderme prebieha neustále dele-

nie buniek – keratinocytov smerom od spodnej vrstvy k povrchu kože, čím dochádza k regenerácii a obnove pokožky. Na povrchu sa však hromadia staré a odumreté bunky. Tento proces trvá na tvári 14 a na tele 28 dní.

Povrch kože má kyslé pH, jeho hodnota je medzi 4,5 - 6,5. Kyslé pH je spôsobené rozkladajúcimi sa odumretými bunkami, potom a mazom. Povrchová vrstva tak ochraňuje kožu pred baktériami. Predstavuje akúsi bariéru pred škodlivými vplyvmi. Zároveň umožňuje vstrebávanie látok rozpustných v tukoch a vo vode. V koži prebiehajú špecifické metabolické, imunologické procesy. Koža má zároveň detoxikačnú schopnosť a je aj dôležitým zmyslovým orgánom pre vnímanie pocitov tepla, tlaku, chladu, dotyku a bolesti.

Pre udržanie zdravej a mladej pleti musí byť každodennou súčasťou dôkladná starostlivosť o pleť, ktorá by mala pozostávať z niekoľkokrokovej postupnosti. Najdôležitejšie je odlíčovanie a čistenie. Na povrchu kože sa hromadia okrem starých odumretých buniek – keratinocytov – aj baktérie, maz, pot, úbytky dekoratívnej kozmetiky a nečistoty z prostredia. Ak sa z povrchu kože tieto nečistoty pravidelne neodstraňujú – myslíme tým 2x denne, v dôsledku vzniknutej bariéry to môže viesť k upchávaniu pórov, vzniku zápalov v dôsledku prítomných baktérií, strate jasu pokožky, spomaleniu regenerácie pokožky a k zníženiu účinku používaných krémov a sér.



TEOXANE

THE EXCELLENCE OF SWISS SCIENCE



**REGENERUJE
PREKRÝVA
OCHRAŇUJE**

RE[COVER] COMPLEXION SPF 50



VYSOKO KRYCÍ KOREKČNÝ MAKE-UP
IDEÁLNY NA POUŽITIE
IHNEĎ PO ESTETICKOM OŠETRENÍ

www.teoxane.sk

Osobnosti v rukách Envy



POLEMIC NA KLINIKE ENVY V KOŠICIACH

Braňo „Bejzo“ Bajza, Michal Novácky a Peter Šandor zo skupiny Polemic navštívili medzi dvomi vystúpeniami na východe Slovenska Kliniku estetickej medicíny ENVY. Napriek tomu, že ani jeden z členov podľa vlastných slov netrpí žiadnym závažným nedostatkom svojho zovňajšku, radi prijali pozvanie a možnosť vyskúšať si niektoré zákroky. Najodvážnejší sa ukázal Bejzo, ktorý podstúpil fotorejuvenizáciu pleti. „Auuu“, bola síce prvá reakcia na kontakt s pokožkou, ale ďalej si ošetrovanie už len pochvaloval a absolvoval ho za nadšeného povzbudzovania spoluhráčov z kapely. Tí slúbili, že pri najbližšej návšteve príjemnej kliniky vyskúšajú podobné omladzovacie procedúry.

ZOLI ZO SKUPINY NO NAME SI DAL NA ODDELENÍ DERMATOLÓGIE SKONTROLOVAŤ ZNAMENKA



LINA MAYER S ENVY TÍMOM PRI NATAČANÍ VLOGU O OXYGENOTERAPII





Mojej tvári, ako aj telu, som po celý život venovala veľa pozornosti. Nieкто mi ako mladej povedal, že tvár má dobrú pamäť a vráti ti, čo do nej dáš. Na maľovanie som dosť skúpa, rada chodím absolútne natur, samozrejme, pokiaľ nejdem niekam, kde je mejkap nutnosťou. Od svojich 23 rokov chodím pravidelne na masáž a občas na klasické čistenie tváre. Myslím, že niet nad kvalitnú masáž. Mala som svoje vysnívané krémy, na ktoré som si vždy odkladala peniaze. Keď som bola mladšia, stanovila som si priority, jednoduché. Na nájomné a krém musím mať. Dbala som vždy na riadnu očistu tváre a jej hydratáciu.

Vlasy už nedostali toľko starostlivosti ako tvár, ale snažila som sa dať im olejov a masiek, koľko potrebovali. Dnes to nechávam na môjho kaderníka, ktorý mi vždy pripomenie, kedy ampulku a kedy masku. Keďže moja pokožka na tele je suchá, nie je možné, aby som sa po sprche nenatrela telovým mliekom. Tu mám radšej jemnejšiu formu mlieka ako hutný krém.

Ak by som mala opísať moje kozmetické rituály, boli by to iste masky, bez ktorých si život neviem predstaviť, a už spomínané masáže. Na masáž však idem raz za mesiac, no masky sú nutnosťou každý týždeň doma. Milujem ten čas strávený sama so sebou, keď si tie úžasné veci aplikujem na tvár, a potom zoberiem župan, na ktorý mám práve chuť, keďže som úchylná nie na topánky a kabelky, ale na župany, zapálím sviečky a rozmaznávam sa, koľko sa mi len chce. Lebo masku si môžete dať, aj keď varíte a žehlíte, no som presvedčená, že tá atmosféra, ktorú si vieme vytvoriť, to je ono.

Trik na krásu je, podľa môjho názoru, spokojnosť so samým sebou. Vnútorne rovnováha a vnútorné šťastie. Nasadím si úsmev aj vtedy, keď deň nie je iba ružový, ak náhodou nik nezomrel, som ochotná kútiky smerom hore prištipcovať.

Môj vzťah k doktorom a chirurgom je doslova obdivný. Presnosť a precíznosť, s akou musia pracovať napríklad pri plastickej chirurgii, to je o veľkej zodpovednosti. Majú v rukách šťastie svojich klientov. O tom to predsa je na úplnom konci, aby klient odchádzal šťastný. Ja som zatiaľ žiadnemu chirurgovi nedovolila dotknúť sa mojej tváre. Dôvod je jednoduchý, mám obdiv, ale veeelký rešpekt. No nevravím, že ho raz neprekonám, zemská príťažlivosť aj u mňa začína robiť divy.

Bára Basiková:

„V JEDNODUCHOSTI JE KRÁSA“

ŽIVOT BÁRY BASIKOVEJ BY SI ZASLŮŽIL NAJRÔZNEJŠIE PRÍVLASTKY. IBA JEDEN NIE – NUDNÝ. ŠARMANTNÁ SPEVÁČKA PREŽILA VRCHOLY I PÁDY. NABITÉ HALY FANÚŠIKOV I DVA ROZVODY, KTORÉ JU ZRAZILI AŽ NA KOLENÁ. NO NEOBRALI JU O VIERU V LÁSKU A CHUŤ ŽIŤ A PREŽIŤ EŠTE MNOHO KRÁSY. NESPORNE AJ VĎAKA POZITÍVNEMU NALADENIU, ODVAHE BOJOVAŤ A RISKOVAŤ SA DNES MÔŽE ZNÁMA SPEVÁČKA TEŠIŤ Z FUNGUJÚCEJ RODINY. DO TEJ OKREM DVOCH DOSPELÝCH DCÉR PATRÍ AJ SEDEMROČNÝ SYN TEODOR. „DETI SÚ TO NAJKRAJŠIE, ČO MI OSUD DOPRIAL,“ Povedala hviezda českého hudobného sveta. Vždy, keď sa s ňou bavíte na tému rodina, viete, že to nie sú iba prázdne frázy.

AUTOR: ANDREA TATARKOVÁ | FOTO: PROFIMEDIA

Dieťa po štyridsiatke však už dnes nie je zďaleka takou raritou ako kedysi.

Životný štýl sa v tomto značne zmenil. Štyridsiatničky predošlej generácie už boli myslením väčšinou babyčky. Dnes žijú aj staršie ženy plnohodnotný život, majú skvelé partnerstvá, zaujímavé funkcie, cestujú, športujú...

Len nedávno ste prežívali svoje druhé tehotenstvo...

Veru, bolo to krásne obdobie. Bolo mi dopriate užiť si ho v zdraví, pri plnej energii...

A dnes je z Tea hrdý prváčik.

Bola to preňho veľká udalosť! Zatiaľ si školu nesmierne užíva. Možno je to aj tým, že do nej šiel o rok neskôr – je veľmi šťastný, svedomitý, poctivo si robí úlohy. Mám z neho veľkú radosť.

Už sme tu otvorili tému neskoršieho tehotenstva. Ale čo neskoršie rodičovstvo? Prežívate ho inak ako pri dvojčikách?

V mojom prípade to má viacero odlišností. Jednak som si teraz mala možnosť vychutnať príchod iba jedného dieťaťa, jednak pre mňa bolo a je zaujímavé vidieť, že chlapci sú už od perinky iní ako dievčatá. Zmenila sa aj doba – dievčatá vyrastali v období, keď sme mali podstatne menej financií, keď nebolo toľko materiálnych ani iných možností. Teraz sa mi to zdá zábavnejšie, môžeme viac cestovať... Prirodzene, že sa s vekom zmenil aj môj prístup k výchove. Je mnoho vecí, na ktorých už nelipnem ako kedysi. Viac ako na poriadok hľadím na to, aby sme si spoločný čas so synom užili. Myslím, že mu dávam aj viac možností byť samým sebou, aby nebol zviazaný konvenciami. Aj keď dbám na slušné správanie. To by totiž malo byť základom každej výchovy!

Zdedili po vás deti hudobný talent?

Jedna z dcér krásne spieva, občas si spolu zaspievame na nejakej súkromnej akcii, no profesionálne sa tomu venovať nechce. Má veľmi dobrú prácu v jednom pražskom hoteli. Druhá dcéra študuje druhú vysokú školu, a aj keď ju to ťahá k umeniu, tak skôr k jeho teoretickej a literárnej oblasti. A Teo je všestranne nadaný – vynikajúco mu idú športy, skvele tancuje, má výborný hudobný sluch, myslím, že by z neho bol aj veľmi dobrý herec a komik. Ale ešte je malý. Uvidíme, ktorým smerom sa napokon vyberie.

Spievali ste svojim deťom uspávanky?

Veľmi zriedka. Keďže je spev mojou prácou a že ma deti počuli spievať stále, liezlo im to dosť na nervy. U nás bola a je tradícia večerného čítania a rozprávania rozprávok. To si užívame!

Vy však nie ste len speváčka.

Verejnosti ste sa predstavili dokonca aj ako modelka, keď ste predvádzali modely Jany Gavalcovej.

Ako ste sa cítili v tejto úlohe?

Veľmi dobre. Som zvyknutá pohybovať sa na javisku, mám v sebe istú dávku exhibicionizmu a jej modely boli nádherné. Pred prehliadkou sme boli v kontakte len telefonicky alebo prostredníctvom mailov, osobne sme sa stretli až priamo na mieste. No veci, ktoré pre mňa pripravila, mi padli ako uliate. Naozaj sa mi veľmi hodili.

Akú módu máte rada?

Myslím, že u mňa by sa dalo uplatniť heslo: „V jednoduchosti je krása.“ Mám rada minimalizmus, čiernu, bielu, béžovú a tmavomodrú farbu. Nemám rada pestré veci a ordinárne strihy.

Ako sa staráte o svoju líniu? Ste priaz-

nivcom diét?

Diéty nedržím, ale keď váha vybehne vyššie, snažím sa obmedziť prísun múky, cukru a vyprážených jedál.

Ako sa dívate na vymoženosti, ktoré vám ponúka súčasná kozmetika či plastická chirurgia?

V Čechách som tvárou istej kliniky plastickej chirurgie, pretože si myslím, že ak kozmetické a plastické zákroky pomôžu, je to v poriadku. Vo všetkom však treba zachovávať zdravú mieru a vždy treba myslieť aj na to, ako to bude vyzerať o 10, 20 či 30 rokov.

Médiá v ostatnom čase pretriasali vaše manželstvo. Vraj to medzi vami s vaším mužom škrípe.

Nás vzťah s Petrom je, našťastie, v poriadku. V každom partnerstve, samozrejme, rokmi dochádza ku konfrontáciám, ale myslím, že nás desať rokov spolužitia veľmi stmelilo a obaja si mimoriadne vážime, že nám osud doprial to najcenejšie – spoločného syna. Myslím, že náš vzťah môžeme naozaj označiť ako krásny.

Mnoho žien ostáva vo vzťahu s partnerom len kvôli deťom...

Túto verziu som si už vyskúšala a môžem povedať, že to nie je dobré riešenie. Ak je vo vzťahu napätie, plno stresu a nespokojnosti, je lepšie dať si s partnerom voľnosť a šancu na iný, lepší život. Práve kvôli deťom! Aj keď to, samozrejme, záleží na inteligencii a korektnosti partnerov, ako sa k danej situácii postavia, ako to deťom vysvetlia. Ale ak sa dokážu rozísť slušne a deťom sa striedavo naplno venovať, je to pre ne určite lepšie ako vyrastať v prostredí plnom hádok a trápenia.



„Deti som si pria-
la odjakživa. Už
ako celkom mladá
som ich plánovala,
no kvôli profe-
sii som tehoten-
stvo odkladala,
takže dvojčky som
porodila až ako
29-ročná a syna
ako 46-ročná. Ak
by mi niekto pred
15 rokmi povedal,
že ešte budem mať
dieťa, zaručene by
som to označila za
nemožné.“



Samuel Tomeček:

ROK 2016 JE PRAVDEPODOBNE NAJLEPŠÍM ROKOM V MOJEJ KARIÉRE

Patíš do slovenského šoubiznisu už 11 rokov. Za ten čas si prešiel výraznou zmenou imidžu. Kto stál za prerodom Sama Tomečka?

Samom či Samuelom Tomečkom som stále, len o tých 11 rokov starší. :). Samozrejme, väčšinou je za tým žena. V mojom prípade je to moja priateľka a zároveň manažérka Kristy.

Ako sa o svoj zovňajšok vlastne staráš?

Asi ako každému, pomáha mi najmä zrkadlo. :). Väčšinou každé ráno. :). Najviac sa starám o vlasy a o to, čo a kedy v rámci dňa jem. Záleží na tom, koľko stretnutí ma v ten deň čaká, a podľa toho sa aj obliekam.

Odohráš takmer sto koncertov ročne, preto zrejme musíš nejako makat' aj mimo pódia. Cvičíš alebo si nejako zvelaďuješ svoju postavu?

Je pravda, že hudba, ktorú momentálne robím a prezentujem, je prevažne tanečná, preto aj moje pódiové vystupovanie nie je o státi na jednom mieste pri stojane s mikrofónom, ale naopak o veľkom pohybe. Keď som si pred letom nedával pozor, váha mi išla trochu nahor. Mojm meradlom je aj televízia, ktorá skresluje a väčšinou pridáva, takže moji fanúšikovia alebo bežní diváci si rýchlo všimnú zmenu. :). Hrávam pravidelne futbal, som aj členom MUFUZY. Momentálne však do posilky nechodím, ale opäť sa chystám. Celé leto a každý voľný deň som trávil rekonštruovaním na chalupe, a keď je človek 12-14 hodín denne na nohách a maká, či už na streche, alebo inak, nemusí držať ani diétu, ani nič iné. Za dva mesiace som schudol 7 kíl, takže to malo aj takýto pozitívny efekt.

V šoubiznise nie je tajomstvom, že celebrity podstupujú rôzne plastické operácie. Viš si predstaviť, že si niekedy lahneš pod skalpel?

Zatiaľ verím, že plastiku nepotrebujem. Ale nikdy nehovor nikdy. :).

Čo by si na sebe chcel zmeniť, s čím si nespokojný?

Moja priateľka sa mi vždy smeje pre môj veľký nos. Mnoho úspešných mužov vo svete má veľký nos, takže je to možno aj výhoda. :).

Tvoj posledný album sa volá Nespím. Je pre teba spánok dôležitý? Koľko ho denne potrebuješ?

Musím povedať, že som si na seba ušil bič. Odkedy prišiel tento názov, spím relatívne málo. Potrebujem takých 7 hodín, ale stáva sa mi, že sa budím pred budíkom. Keď prídem o tretej-štvrtjej ráno z koncertu a budím sa už o ôsmej, je toho spánku potom dosť málo, ale nemôžem si pomôcť. Som nasťavený veľa pracovať vo všetkých smeroch a spánok musí ísť

preto niekedy bokom.

Rok 2016 bol pre teba určite úspešný. Si stálicou Milujem Slovensko, hodoval si v ankete OTO, neustále koncertuješ, nahral si cédečko... Čo plánuješ v ďalšom roku? Chceš obhájiť, prípadne zlepšiť umiestnenie v ankete OTO?

Ďakujem, musím si zaklopať, pretože naozaj rok 2016 je pravdepodobne najlepším rokom v mojej kariére. Či chcem zlepšiť umiestnenie v ankete OTO? Neskutočne si vážim dostať sa do spoločnosti legendy Mkyho Žbirku a momentálne najúspešnejšieho speváka Adama Ďuricu, s ktorým som začínal v prvej Superstar (2005). V ďalšom roku plánujem viacere single, verím, ak Boh dá, že aj nové CD. Dokončujem doktorandúru na FiF UK v Bratislave, takže musím dopísať prácu. Samozrejme, to najdôležitejšie, čo ma baví, sú koncerty, bez ktorých by som nemohol zabávať fanúšikov mojou muzikou. Preto ich bude, verím, čo najviac. :)

Si zadaný už niekoľko rokov, ale predsa... Páči sa ti momentálny trend preumelkovaných žien, ktoré to s návštevami kliniky krásy preženu, alebo si radšej za prirodzenú krásu?

Som šťastne zadaný už relatívne dlho. No klamal by som, keby som povedal, že sa po žiadnej inej žene ani nepozriem. :) Nevravím, že sa mi upravené ženy vyslovene nepáčia, pokiaľ nie sú tie zmeny prehnané. Všeobecne mám však radšej prirodzenosť a trend napríklad takej Alicie Keys.

Na ľudí pôsobíš ako veľmi pokojný človek. Dokáže aj teba niečo vytočiť úplne do vývrtky?

Ale áno. Práve môj vzťah s Kristy mi dokázal, že niekedy až taký pokojný nie som. Na druhej strane sa aspoň nenuďme a mám inšpiráciu pre tvorbu. :)

Keď nekonzertuješ, ako vyzerá 24 hodín Samuela Tomečka?

Každý deň inak. Nebudem hovoriť o bežných činnostiach, takže keď som doma v Bratislave, tak nahrávacie štúdio, kde mám v podstate aj kanceláriu, ďalej raz do týždňa chodím na spev k mojej skvelej hlasovej pedagogičke Lukrécii Bílkovej, ďalej študujem na FiF UK v BA ako doktorand a mojou náplňou je aj učiť prvákov sluchovú analýzu, občas sa mi podarí ešte aj učiť súkromne spev. Samozrejme, príprava na koncerty, žiaľ, aj účtovníctvo, ktoré ma neminie. Samozrejme, pracovné stretnutia a niekedy aj stretnutia s kamarátmi, keď vyjde čas. Cez leto a ďalšie teplé dni som veľa času trávil na spomínanej chalupe, ktorú aj vlastnoručne rekonštruujem. Takže sa nenuďím. :)



PAMÄTÁME SI HO ZO SPEVÁCKEJ ŠOU SUPERSTAR, NO V POSLEDNÝCH ROKOCH JE SPOJENÝ NAJMÄ S MEGAÚSPEŠNÝM PROJEKTOM MILUJEM SLOVENSKO. SPEVÁK SAMUEL TOMEČEK JE UŽ NEUVERITELNÝCH 11 ROKOV SPOJENÝ SO SLOVENSKÝM ŠOUBIZNISOM A PLÁVA V ŇOM ČORAZ ÚSPEŠNEJŠIE. AKO ZNÁMA OSOBNOSŤ JE NEUSTÁLE POD DROBNOHLADOM VEREJNOSTI ČI MÉDIÍ A AJ PRETO SA MUSÍ O SVOJ ZOVŇAJŠOK STARAŤ. PODPORUJE VŠAK PLASTICKÉ OPERÁCIE? A LAHOL BY SI ON SÁM POD SKALPEL PLASTICKÉHO CHIRURGA? TO VŠETKO NÁM PAVEDAL ÚSPEŠNÝ HUDBNÍK A SPEVÁK...

AUTOR: ŠTEFAN ŠPERKA | FOTO: TOMÁŠ THURZO

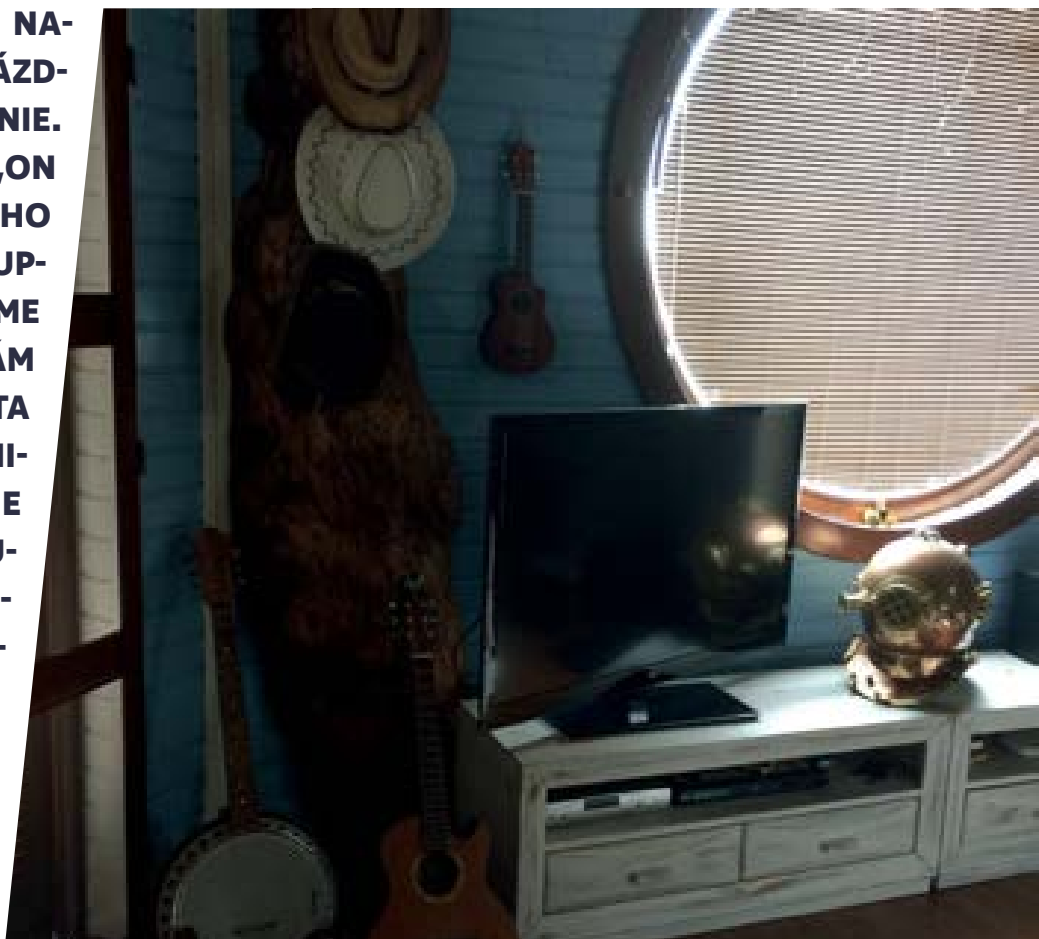


Hausboat



AUTOR, FOTO : MONIKA KASSAYOVÁ, FOCUS INTERIER / WWW.FOCUSINTERIER.SK

KEĎ MYSLÍME NA LETO, NAPADNE NÁM VODA... PRÁZD-
NINY A SLADKÉ NIČNEROBENIE.
A ČO TAK TEN POCIT ZAŽIŤ „ON
THE LINE“, POČAS CELÉHO
ROKA? BÝVANIE SI V NAŠEJ UP-
ONÁHLANEJ DOBE VYBERÁME
PODĽA KRITÉRIÍ, KTORÉ NÁM
V RÔZNYCH ETAPÁCH ŽIVOTA
URČUJÚ PRIRODZENE MENI-
ACE SA PRIORITY. BÝVANIE
NA VODE MÁ VIAC ARGU-
MENTOV: TÚŽBA PO DOBRO-
DRUŽSTVE, POHODE, ROB-
INSONOVSKOM ŽIVOTNOM
ŠTÝLE. ZANECHAŤ ZA SE-
BOU CHAOS VEĽKOMESTA
A ZA PÁR MINÚT SA OCIT-
NÚŤ VO VODNOM SVETE,
KDE NAJBLIŽŠÍ SUSED JE
LABUŤ A DIVOKÁ KAČ-
KA A NA BREHU JE BU-
JNÁ VEGETÁCIA. ČLOVEK
JE SÚČASŤOU TOHTO
VEĽKOLEPÉHO NATION-
AL GEOGRAPHIC FILMU.
PRÍRODA MÁ VLASTNÉ
PRAVIDLÁ, KTORÉ OBY-
VATELIA TOHTO SVETA
S RADOŠŤOU REŠPEK-
TUJÚ. HAUSBÓT NIE
JE IBA BÝVANIE, JE TO
ŽIVOTNÝ ŠTÝL, SPLY-
NUTIE S PRÍRODOU.



PRIBLÍŽIME VÁM HO Z NIEKOLKÝCH POHĽADOV.

Technické „tajomstvá“ o stavbe hausbótov zahrňajú pojmy ako plaváky, ocelové ramená, kotviace laná a sendvičová konštrukcia domov. Ako fungujú plávajúce vodné obydlia, ekologické odpady, čističky vody a vykurovanie?

Na zaslepených veľkých valcoch s výtlakom pár ton (okolo 35) plávajú vodné obydlia. Ocelové ramená a kotviace laná ich spájajú s brehom. Mólo ukotvené k brehu zabezpečuje prístup na plávajúci dom, takže na svoju loď prichádzate ako kapitán. Samotné plaváky sú ponorené vo vode do polovice, ich úlohou je uniesť nielen celkovú váhu samotnej ocelej konštrukcie, ale aj kompletne zariadenie a technické vybavenie celého domu. Plus, samozrejme, majiteľov domu s ich domácimi miláčikmi. Takže občas je dobre držať diétu.

V zimných mesiacoch, keď zamrzne voda, lad môže aj zovrieť a stahovať konštrukciu. Technické riešenia vznikli aj na základe každodenných skúseností, nielen na stole architekta a projektanta. Stavby na vode majú špeciálne pravidlá výstavby, na ktoré sú odborníci práve niektorí obyvatelia zátok. Vlastná skúsenosť je ten najlepší učiteľ.

Verejná sieť zabezpečuje elektrickú energiu, voda je k dispozícii cez vlastnú čističku z rieky. Obyvatelia majú individuálne vykurovanie, prevažne kombinované, a to krbové kachle, infra panely, eventuálne kotly. Odpad je riešený maximálne citlivo s ohľadom na životné prostredie. Biologický septik je technicky náročný a dobre izolovaný, aby neznečisťoval riekku.

Takýto rekreačný dom je navrhnutý na rekreačné účely, ale hravo spĺňa požiadavky aj na celoročné bývanie. Jeho nosná konštrukcia s drevenou výplňou a správnym vrstvením izolačných materiálov (Nobasil, sklenená vata, drevené rošty...) dosiahne teplotný komfort ako v dome na pevných základoch.

Tvorba interiéru je individuálna a každý majiteľ sám alebo v spolupráci s bytovým dizajnérom vytvorí ten najoriginálnejší vodný dom, ktorý ho naplní radosťou a stane sa jeho dokonalým útočiskom. Veľké terasy zabezpečujú harmonické spojenie interiéru s exteriérom a sú využité počas celého roka. Odraz plávajúcich domov vo vodnej hladine vytvára kompaktný dojem, bývanie a voda je jeden celok.

VÝKLAD BÝVANIA NA VODE PODĽA FENG ŠUEJ

Starobylý čínsky systém navrhovania priestorov slúžiacich na bývanie funguje už aj pri samotnom umiestnení domu. Táto tradičná múdrosť hovorí, že súhra síl jin a jang a vyváženosť elementov (drevo, oheň, kov, voda), ktoré máme k dispozícii, pomáhajú v naplnení nášho životného potenciálu.

Tieto prvky aj v jednotlivých priestoroch značne ovplyvňujú, ako sa nám darí v jednotlivých oblastiach nášho života.

Voda udržiava pri živote celú planétu. Prevaha tohto elementu však spôsobuje veľmi intenzívne a hlbšie

prežívanie emócií a stálu premenu v živote. Keďže dom nemá pevné základy, tak aj život v ňom je ako na palube lode, plávate s prúdom (sem-tam aj proti :). Jej uzdravujúca vlastnosť sa dá využiť pri tichom posezení, prípadne meditovaní a kontempletovaní pri čistej vodnej hladine posilňuje vitalitu a energiu. V otvorených priestoroch voľne prúdi energia čchi, preto veľké sklenené plochy nad vodnou hladinou zabezpečia zdravý domov plný života. Silou tohto výrazného elementu sa treba naučiť žiť. Je prirodzené, že rieka ovplyvňuje život svojich obyvateľov.

ZÁŽITKOVÁ STRÁNKA BÝVANIA

Každodenný život na vode a splynutie s rytmom rieky. Člny ako dopravné prostriedky na rieke, rybačka z „obývačky“, plávanie a gril ako každodenná rutina obyvateľov rieky, vodné športy a psí život na vode. :)

Veľké lode premávajú na hlavnom toku Dunaja, vodná hladina sa dvíha a klesá, ako keď more má svoj príliv a odliv. Aj člny rozkývajú vodné domčeky, vlny narážajú do konštrukcie ako na lodi, chce to kormidlo pevne držať v ruke.

Bývaním na vode plne využívate to, čo vám tento životný priestor núka. V horúcich letných dňoch chodíte o bufetu na pramici. Namiesto návštevy preplnených fitnesscentier si dáte tenisky a idete si zabehať so psom alebo na kolieskové korčule na hrádzu. Na kajaku môžete mať denný tréning alebo iba tak ležošť na pontóne. Keď ste rybár, na gril môžete nachytať plody rieky a večer prevoňať pečenou rybou celú zátoku. Plachtiť a plávať do sýtosti aj so štvornohými členmi na palube. Prázdninové dni sú tým pravým obdobím na vychutnávanie si bývania na vode, viete tu zažiť najbláznivejšie leto svojho života.

Že aj vy chcete tak bývať? No nič netrvá večne, tú letnú idylku vystriedajú upršané a sychravé dni a ideálnym bývaním sa stávajú opäť domy s pevnými základmi a mestské apartmány, kde máte svoj maximálny komfort bez studenej vodnej hladiny.



Lina Mayer: TALENTOVANÁ KRÁSKA Z KOŠÍC

URČITE MNOHÍ POZNÁTE HIT PERSONAL SKY
A ANI NETUŠÍTE, ŽE HO SPIEVA SLOVENKA
KAROLÍNA MAJERNÍKOVÁ, UMELECKÝM MENOM LINA MAYER.

KAROLÍNU SI ISTE PAMÄTÁTE ZO SÚŤAŽE ČESKO-SLOVENSKO HLADÁ SUPERSTAR, KDE SA PREBOJOVALA TESNE PRED BRÁNY FINÁLE, NESKÔR SPIEVALA TANEČNÍKOM A CELEBRITÁM V TANEČNEJ SÚŤAŽI LET'S DANCE. V ROKU 2012 NA SEBA UPÚTALA POZORNOSŤ DEBUTOVÝM SINGLOM DREAM, NESKÔR VYDALA ĎALŠÍ – PERSONAL SKY. TEN OBLETEL SLOVENSKO A STAL SA HITOM. V SÚČASNOSTI PRACUJE NA DEBUTOVOM ALBUME, KTORÉHO PREDZVEŠŤOU JE AJ JEJ NAJNOVŠÍ SINGEL NOTHING.

AUTOR: ANDREA TATARKOVÁ | FOTO: ARCHÍV LINA MAYER



Aký je to pocit, počuť hrať v rádiách svoj hit?

Je to skvelé, že rádiá a ľudia takto pozitívne zareagovali na moju skladbu Personal sky, a v prvom rade som za to veľmi vďačná. Dúfam, že aj môj aktuálny singel Nothing ľudia prijímú. No aj tak to vnímam skôr tak, že je to taký pomyselný začiatok, taký prvý krok. Beriem to ako dobré znamenie do budúcnosti, aby som pokračovala v tom, čo ma baví a naplňa.

Ako si sa dostala k hudbe?

Najprv skrze tanec, ktorému som sa venovala naplno už od detstva. Sny o speváckej kariére mala paradoxne skôr moja staršia sestra, ktorá ma zatahla prvýkrát do nahrávacieho štúdia. Najprv to boli skôr vokály pre iných interpretov, až potom došlo na vlastné skladby. Dlhšie mi trvalo, kým som našla svoj výraz a spôsob, ako by som chcela tvoriť, a v neposlednom rade, kým som našla tých správnych ľudí na spoluprácu.

Mala si spevácke vzory?

Keď som bola mladšia, ako mnohým dievčatám aj mne sa páčili speváčky ako Whitney Houston, Mariah Carey alebo Christina Aguilera, neboli však mojimi vzormi, ktoré by som chcela do bodky napodobniť, skôr ma inšpirovali. Myslim si, že každý spevák by mal byť osobitý, dať do toho niečo svoje. Robím síce popovú hudbu, ale inšpirujú ma aj iné hudobné žánre. V poslednej dobe počúvam zhodou okolností viac mužských kapiel a spevákov.

Karolína, úspešne si účinkovala aj v českej tanečnej súťaži Star dance, kde bol tvojím tanečným partnerom obľúbený herec Saša Rašilov.

Musím povedať, že to bol jeden z najlepších rokov v mojom doterajšom živote... Robila som od rána do večera to, čo ma bavilo, navyše, stretla sa tam výborná partia kolegov. Saša bol v Čechách mimoriadne populárny, tak mi

mnohé ženy trošku aj závideli, že s ním môžem tancovať. /smiech/

Spoznávajú ťa ľudia na ulici, máš pocit, že si populárna?

Myslím, že na Slovensku ľudia takéto veci až tak veľmi neprežívajú. Žijem si svoj klasický súkromný život a som s tým úplne v pohode :). Pieseň Personal sky je hrávaná v rádiách, takže si k nej ľudia zatiaľ nepriradujú moju tvár. Ale po koncertoch zvyknú požiadať o spoločnú fotku a prehodíme aj pár slov, čo je milé :).

Na Slovensku sa ti darí, ale zmenila si si meno... Chystáš sa preraziť aj v zahraničí?

Áno, zmenila, chcela som kariéru oddeliť od svojho súkromia a chcelo to aj trošku kreativity. Je to vlastne presný stred môjho mena. A tak chcem aj tvoriť, znútra, zo srdca. Často sa stretávam s údivom, keď ľudia zistia, že som vlastne Slovenka, pretože moja angličtina a tvorba znejú vraj „neslovensky“. Nikto nie je prorokom, ale bola by som rada, ak by to „vypálilo“ aj za hranicami... To však ukáže čas. Zatiaľ na sebe budem pracovať.

Si úspešná speváčka, rozcestovaná, ako sa staráš o svoju pleť a telo?

V prvom rade si myslím, že je dôležité dobre sa o seba starať. Uprednostňujem prevenciu, a preto dbám na to, aby som bola zdravá a spokojná. Veď telo a duch sú spojené nádoby. Takže moja starostlivosť o telo sa začína stravovaním: uprednostňujem zdravé a ľahšie jedlá a dostatok vody. Voda je podľa mňa základ. To už je pol cesty k zdravej pleti.

Športuješ?

Odmala som sa venovala tancu, takže pohyb je pre mňa dôležitý. Aj keď sa tancu už nevenujem natolko intenzívne, pohyb potrebujem, lebo robí dobre nielen postavu, ale ma aj neskutočne dobre naladí. Poslednú dobu som podľahla fitboxu, a ak potrebujem vypnúť poko-

jnejším spôsobom, rada si vyjdem do prírody.

Máš nejaké kozmetické vychytávky, na ktoré nedáš dopustiť?

Spev je spojený s koncertovaním a vystúpeniami a k tomu, pravdaže, patrí make-up. Základ pre mňa je potom dobre pleť odlíčiť a takou tou mojou vychytávkou, na ktorú nedám dopustiť, je určite dobrý hydratačný pleťový krém. V dnešnej dobe je toho na výber množstvo, ale ja rada siahnem po prípravkoch, ktoré majú v sebe čo najväčší podiel prírodných látok, ak nie 100%. Používam ho denne, a preto mi nie je jedno, čo obsahuje.

Tvoj názor na umenie plastickej chirurgie?

V zásade si myslím, že nie je zlá. Veď najskôr asi vznikla so zámerom napraviť, čo život alebo osud napáchal na človeku (rôzne nedokonalosti, nepríjemné znamienka, škody po nehode a pod.). Problém však je, ak si z toho robí človek rozmar. Vtedy môže toto umenie napáchať viac škody ako úžitku. Mnohé ženy majú pocit, že nie sú kompletne a krásne, až kým si nedajú spraviť ten alebo tamten zákrok. A to je škoda, lebo každá z nás je iná, nemôžeme predsa všetky vyzerat rovnako. Na tom majú, žiaľ, veľký podiel médiá, lebo predostierajú často len jeden typ "krásy". A pritom každá žena je krásna taká, aká je, ak sa o seba stará a hľadá v živote rovnováhu.

Absolvovala si už nejaký skrášovací zákrok?

Nie, ani sa nechystám. Neodsudzujem ženy, ktoré sa na niečo také dajú. Mali by si to ale zvážiť, keďže im to naozaj pomôže žiť lepší život.

Triky pre krásu?

Ak smiem poradiť, treba piť dostatok vody, zdravo jesť, usmievať sa a nepodliehať zbytočne stresom. Starajme sa o seba s láskou. :)

PRINAVRÁŤTE
OČIAM PRIRODZENÝ
A SVIEŽI VZHĽAD

CHIRURGICKO-ESTETICKÁ ÚPRAVA OČNÝCH VIEČOK (Blefaroplastika)

Operácia očných viečok je v estetickej a plastickej chirurgii jednou z najčastejších operácií. Horné viečka začínajú obyčajne ovísať v tretej dekáde života a spôsobujú starší a smutnejší výraz tváre. Blefaroplastika je odstránenie nadbytku kože horných alebo dolných viečok, v niektorých prípadoch spolu s tukovými vankúšikmi a uvoľneným svalom. Efekt operácie je dlhotrvajúci, v mnohých prípadoch až trvalý. Blefaroplastika prinavráti očiam prirodzený a svieži vzhľad. Ide o zákrok neinvazívny, vykonávaný v lokálnej anestézii.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Predoperačná príprava spočíva vo vysadení liekov riediacich krv. Ide o Acylpyrin, Anopyrin alebo Warfarin. Pred samotnou operáciou sa musí klientka odlíčiť a umyť si tvár mydlom a vodou. Je vhodné si so sebou priniesť slnečné okuliare.

PRIEBEH OPERÁCIE

Operácia sa vykonáva v lokálnej anestézii, klient počas nej leží na chrbte. Operácie v celkovej anestézii sú zriedkavé. Na výslovnú žiadosť klienta sú však možné. Pri operácii sa odstraňuje vopred vyznačený nadbytok kože a tuku. Operácia sa ukončuje zošitím kože viečok a naložením fixačnej náplasti Steri-strip.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ

Prvé dni musí pacient dodržiavať prísny odpočinkový režim. Najideálnejšia poloha je polosed. Pacient by sa nemal predkláňať, dvíhať ťažšie predmety a nemal by vykonávať činnosti, ktoré výrazne zvyšujú krvný tlak. Neodporúča sa ani

pozeranie televízie. Niekoľko nocí po výkone je vhodné spať na chrbte, so zvýšenou polohou hlavy, s použitím dvoch vankúšov. Ak pacient leží na boku, na danej strane môže dôjsť k zvýšenému opuchu. Do vybratia stehov je zakázané kúpanie a saunovanie. Odpočinkovým režimom a dodržiavaním stanovených zásad sa zníži riziko pooperačného krvácania, vznik modrín a opuchov.

Podávanie liekov od bolesti vo väčšine prípadov nie je potrebné. Podávajú sa lieky, ktoré odstraňujú opuchy: Aescin 3 x 2 tablety denne. Ranku je nutné potierať ráno a večer gélom Stratamed. Klient si môže prikladať po operácii na ranu na 2 minúty 3 x denne chladný repíkový obklad. Urýchli sa tým priebeh hojenia.

K uzatvoreniu rán dochádza v priebehu 48 hodín. Stehy sa odstraňujú na 5. – 7. deň po operácii. Následne je možné si naniesť jemný mejkap. Jazvy sú zo začiatku ružové. Časom blednú, mäknú a stávajú sa menej viditeľné.

Bežné denné aktivity môže klient začať vykonávať do 2 týždňov od operácie. S cvičením môže začať na 3.-4. týždeň. Veľmi dôležitá je ochrana pred slnečným žiarením počas obdobia 3 mesiacov krémami s UV filtrom 50.

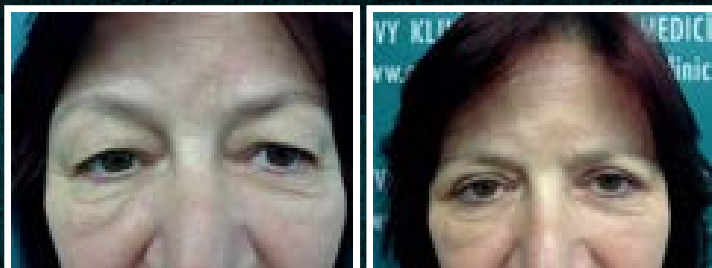
REKONVALESCENCIA

Proces hojenia a rekonvalescencie je individuálny. V niektorých prípadoch sa môže odlišovať od štandardného horeuvedeného procesu hojenia. Veľkú úlohu zohráva individuálna schopnosť hojenia a prístup pacienta k dodržiavaniu odporúčenej pooperačnej liečby. Na očných viečkach a v okolí očí môžu vzniknúť modriny a opuchy.

EVA:

ZÍSKAJTE SPÄŤ SVOJ POHĽAD PLNÝ RADOSTI A OČARUJÚCEJ ISKRY

IDE O KOZMETICKÉ OŠETRENIE HORNÝCH
ALEBO DOLNÝCH VIEČOK, PRI KTOROM VÁM
ODSTRÁNIA NADBYTOK KOŽE, TUKU, NIEKEDY
AJ KRHOVÉHO SVALU Z TEJTO LOKALITY.
VIEČKO JE POTOM NAPNUTEJŠIE, ČO, SAMOZ-
REJME, SPÔSOBUJE UVOLNENEJŠÍ A VIAC ROZ-
JASNENÝ VÝRAZ TVÁRE, KTORÝ PÔSOBÍ VEĽMI
OMLADZUJÚCO.



BLEFAROPLASTIKA ZMENÍ POHĽAD

„Každý človek je individualita, každý má iný výzor a iný problém na riešenie, a preto aj typ operácie musí byť „ušíty na mieru“ pre každého pacienta. Dolné viečka je možné operovať kožným rezom, popod riasy dolného viečka, pričom sa odstraňuje ochabnutá koža a podľa potreby aj tuk. Niekedy však koža nie je až taká ochabnutá, skôr je prítomný nadbytok tuku v oblasti dolného viečka. V takom prípade sa môže tuk odstrániť z vnútornej strany viečka cez spojivku. Pani Eva chcela odstrániť nadbytočnú kožu horných viečok, ktoré jej posledné 4 roky prekážali vo videní, ale i celkovom výzore tváre. K tomu sa pridružil aj zápal tvárového nervu a jedna polovička tváre i oko poklesli viac. To bolo rozhodujúce,“ hovorí plastický chirurg Kliniky ENVIY MUDr. Mahdi Nasab.

JAZVA SA STRATÍ V ZÁHYBE

Operácia prebehla v lokálnej anestézii, v ľahu na chrbte. Pri operácii sme odstránili vopred vyznačený nadbytok kože i nadbytok tuku.

„Po dôkladnom meraní previsu kože sme skorigovali obidve očné viečka. Počas operácie sme s pacientkou komunikovali, cítila len nejaký ťah, ale nie bolesť. Operácia bola ukončená zastavením krvácania drobných

cievok a zošitím kože viečok intradermálnym stehom. Rana sa nešila, takže jazva v neskoršom období stratí v očnom záhybe. Na operačnú ranu sme aplikovali špeciálny gél, ktorý slúži ako náhrada náplaste alebo obväzu. Okraje zošitej kože sme ešte fixovali náplastovými stehmi Steri-strip. Pacientka po operácii nemala prelepené oči krycím obväzom, ale sterilnou náplastou. Po operácii sme jej odporučili použiť slnečné okuliare. Pod okom môžu byť modriny i opuchy. Bezprostredne po operácii prikladáme na oči studené obklady, ktoré tlmia bolesť. Zároveň pôsobia aj proti opuchom,“ vysvetľuje priebeh operácie MUDr. Mahdi Nasab.

Dĺžka operácie závisí od použitej techniky a skúseností chirurga. Horné viečka sa operujú približne 40-50 minút, dolné viečka 50-60 minút. Blefaroplastika môže prebiehať aj v celkovej anestézii. Vtedy sa často kombinuje s operáciou poklesnutého obočia a čela (brow-liftingu) a poklesu tváre (face-liftingu). Blefaroplastika (operácia viečok) je vhodná pre ženy aj pre mužov, podstupujú ju všetky vekové kategórie. Pri dodržaní správneho technického postupu a detailnom prevedení táto operácia osvieži a omladí celú tvár.

PO OPERÁCII ODDYCH

Pani Eva mala prvé dni po operácii

dodržiavať prísny odpočinkový režim, po výkone oddychovať v polosedě, nemala by sa predkláňať, ani dvíhať žiadne ťažšie predmety, nemala by vykonávať činnosti, ktoré výrazne zvyšujú krvný tlak. Tým sa totiž zvyšuje riziko pooperačného krvácania s následným vznikom rozsiahlych modrín a opuchov. Veľmi dobré je prikladanie studených obkladov na operovanú časť oka. Neodporúča sa ani pozeranie televízie. Niekoľko nocí po výkone je vhodné spať so zvýšenou polohou hlavy na chrbte, obvyčajne stačia 2 vankúše. Ak pacient leží na boku, viečko zvyčajne na tej strane viac opuchne. Lieky od bolesti väčšinou nie sú potrebné. Skôr je potrebné užívať lieky, ktoré odstraňujú opuchy. „Pacienti môžu vykonávať bežné denné činnosti už po niekoľkých dňoch. Stehy sme odstránili na 5. - 7. deň. Potom už môže mať dáma nanosený jemný mejkap. Rany sa uzatvoria v priebehu 48 hodín. Jazvy sú spočiatku ružové, ale časom blednú, mäknu a sú menej viditeľné,“ dodáva MUDr. Mahdi Nasab.

EVA: Výsledok je neopísateľný

„Odporúčam každej žene, ktorá čílen trochu váha. Výsledok a pocit je neopísateľný, moje sebavedomie narástlo. Teraz som hrdá a šťastná, že sa to podarilo a splnilo moje veľké očakávania.“

Chirurgická úprava nosa predstavuje riešenie týchto problémov a patrí medzi najčastejšie estetické operácie. Korekcia nosa nie je len estetickým zákrokom, ale často zlepšuje aj jednu z funkcií tohto orgánu – dýchanie. Estetický, ako aj funkčný význam operácie výrazne zlepšuje psychický stav pacienta, zbavuje ho komplexov a prispieva k jeho telesnej aj duševnej harmónii.

Nos môže zmeniť svoj tvar aj následkom úrazu. Korrigujeme aj poúrazové deformity, vždy so snahou detailne posúdiť odchýlky a navrhnúť najvhodnejšie riešenie za účelom dosiahnutia maximálneho výsledku.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Operácii predchádza konzultácia s lekárom. Pri plánovaní zákroku musí byť nos vyšetrený detailne, pričom lekár zhodnotí tvar či prípadné deformácie nosa, dýchanie, typ tkaniva, kostru nosa, charakter kože a podobne. Lekár vysvetlí klientovi problematiku operácie a jej plán.

PRIEBEH OPERÁCIE

Pri jednoduchých rino-plastikách, pri ktorých sa upravujú mäkké časti, sa zákrok vykonáva v lokálnej anestézii. Pri zložitejších zákrokoch sa preferuje celková anestézia klienta.

Operácia trvá 60 – 90 minút, podľa náročnosti výkonu. Po dezinfekcii a zarúškovaní operačného poľa sa uskutočňuje samotný výkon, pri ktorom sa nos zmenšuje alebo zväčšuje, odstráni sa hrboľ, zmení sa tvar špičky alebo chrbta nosa, zúži sa priemer a uhol medzi nosom a hornou perou. Tento výkon sa môže kombinovať s operáciou nosovej priehradky. Všetko sa robí na základe predoperačnej konzultácie lekára a klienta.

Nekomplikovaná jednoduchá rinoplastika je

ambulantný zákrok, čiže klient odchádza po krátkom čase od operácie v sprievode blízkeho do domáceho liečenia. Po rozsiahlejších zákrokoch je vhodná hospitalizácia aspoň na jednu noc a klient odchádza domov na ďalší deň od operácie.

Počas hospitalizácie sa klientovi podáva infúzna, analgetická liečba a odborný personál sleduje všetky fyziologické funkcie. Na druhý deň sa vykonáva preväz rany. Klient je následne v sprievode blízkeho prepustený do domáceho liečenia.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ A REKONVALESCENCIA

Po operácii je možné pozorovať dočasný opuch, hematómy okolo očí a nosa, drobné krvácanie z nosa bezprostredne po zákroku a pocit upchania nosa. Po operácii je nutné nos dať do dlahy.

Pooperačné kontroly sú vykonávané vždy po dohovore s operatórom. V súrnych prípadoch je možné kontrolu vykonať ihneď. Prvá kontrola sa vykonáva najneskôr po 7 dňoch od operácie, keď sa odstraňujú stehy. Definitívny výsledok zákroku môžeme posúdiť až po pol roku, keď sa ukončí formovanie mäkkých tkanív operovaného nosa.

Klient sa môže vrátiť do práce po 2 týždňoch. Počas týchto 2 týždňov odporúčame PN-ku. Namáhavejšie aktivity sa môžu vykonávať po 2 až 3 týždňoch. Klient by sa mal vyhýbať akejkoľvek aktivite, ktorá by mohla poškodiť nos najmenej počas 8 týždňov. Neodporúča sa opalovanie operovanej oblasti minimálne 2 mesiace po operácii a aj po uplynutí tohto času je vhodné použiť krémy s ochranným filtrom proti UVA a UVB slnečnému žiareniu.



KOREKČIE nosa

VYVÁŽENOSŤ ČRŤ TVÁRE JE KLÚČOM K ATRAKTÍVNEMU VZHĽADU. NOS PODSTATNE OVPLYVŇUJE VÝZOR ČLOVEKA, A PRETO AJ MALÉ ODCHÝLKY TVARU, UHLA A ŠPIČKY NOSA MÔŽU HRAŤ KLÚČOVÚ ÚLOHU A NARÚŠAŤ SYMETRIU TVÁRE.



MUDr. ZUZANA HOJSTŘIČOVÁ plastický a estetický chirurg

Skončila 1. lékařskou fakultu v Praze r. 2005 a od roku 2006 pracujem na KPRCHE v UNLP, tam sa zamerala hlavne na vývojové chyby tváre.



NOS JE CENTRÁLNA ŠTRUKTÚRA TVÁRE, ČÍM ZNAČNE PRISPIEVA K JEJ VÝRAZU A ESTETIKE. PRI KOZMETICKEJ KOREKЦИИ NOSA JE NEVYHNUTNÉ, ABY KLIENT ROZUMEL TOMU, ŽE IDEÁLNE VEĽKÝ A DOKONALE SYMETRICKÝ NOS, EŠTE NEMUSÍ PRE JEHO TVAR ZNAMENAŤ ESTETICKÝ PRÍNOS.

ROZHODNUTIU PRE SPRÁVNY TYP OPERÁCIE BY MALA PREDCHÁDZAŤ OTÁZKA, ČI JE KLIENT VÔBEC VHODNÝ NA ABSOLVOVANIE VÝKONU. TÁTO PROBLEMATIKA VYŽADUJE PRETO SCHOPNÝCH ODBORNÍKOV, SKÚSENÝCH V TEJTO OBLASTI.

Pani doktorka, v rámci plastickej chirurgie sa venujete aj korekciám nosa. Považujete to z pohľadu operatéra za náročný zákrok?

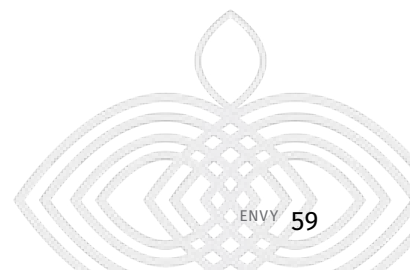
Áno, je to jeden z technicky najnáročnejších výkonov v estetickej chirurgii s najneistejším výsledkom.

Chodí k vám veľa pacientov s obrázkom celebrit ako predlohou na ideálny nos? Dajú sa takéto konkrétne predstavy naplniť?

Občas sa to stáva, no podľa obrázka sa riadiť nedá. Každá tvár je jedinečná, a čo jednému pristane, inému môže celkový vzhľad zhoršiť. Najlepšie je, ak príde klient s jasnou predstavou, čo mu na jeho nose prekáža.

Aká dlhá je rekonvalescencia po operácii a po akej dobe bude mať upravený nos svoju finálnu podobu?

Je to individuálne a závisí to aj od rozsahu výkonu, ak ide o kompletnú rekonštrukciu nosa (tvrdých aj mäkkých častí), trvá to cca 2 týždne. Definitívnu podobu má až po roku, keď dozrejú podkožné jazvy.



ABDOMINOPLASTIKA JE INVAZÍVNY CHIRURGICKÝ ZÁKROK, PRI KTOROM SA ODSTRAŇUJE NADBYTOK KOŽE A TUKU ZO STREDNEJ A DOLNEJ ČASTI BRUCHA A DOCHÁDZA K NAPÍNANIU SVALOV BRUŠNEJ STENY

Procedúra môže dramaticky zmeniť vzhľad „previsajúceho brucha“ a v oblasti drieku vytvoriť esteticky krajšiu siluetu. Výsledok bude dlhodobý v prípade pravidelného cvičenia a vyváženej stravy. Zárok je vykonávaný v celkovej anestézii.

Ak je rozloženie tuku limitované len na oblasť v okolí pupka, bude postačovať menej náročná operácia, ktorú nazývame parciálna abdominoplastika. Inokedy môže byť pre vás väčším prínosom kombinácia parciálnej/kompletnej abdominoplastiky a liposukcie, keď dôjde k odstráneniu tukov z oblasti bokov, čím sa zlepšia kontúry tela. Niekedy je možné dosiahnuť ten najlepší výsledok iba samotnou liposukciou.

Náš odborný plastický chirurg vám vždy odporučí takú procedúru, ktorá bude pre vás najvhodnejšia a ktorou je možné dosiahnuť výsledok čo najbližší k želanému tvaru tela.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

Najvhodnejší kandidát na abdominoplastiku je žena alebo muž, ktorý má relatívne dobrú postavu, ale je nespokojný s veľkým množstvom tuku a voľnou kožou brucha, pričom diéta alebo cvičenia nezaberajú. Operačný zárok dokáže čiastočne vyriešiť aj natiahnuté svaly a kožu u žien po tehotenstve.

KEDY ZÁKROK NIE JE VHODNÝ?

- V prípade, ak plánujete radikálne znížiť svoju hmotnosť, operáciu treba odložiť.
- Ženy, ktoré plánujú v tehotenstvo, by mali s operáciou počkať – počas operácie dochádza k spevneniu vertikálnych svalov a tie sa môžu počas tehotenstva rozostúpiť.
- V prípade jaziev po predchádzajúcej brušnej operácii – jazvy sa môžu po abdominoplastike neobvykle zvýrazniť.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Pri úvodnej konzultácii plastický chirurg vyhodnotí váš zdravotný stav, určí množstvo tuku v oblasti brucha a starostlivo zhodnotí tonus kože. S chirurgom sa tiež otvorene porozprávate o vašich očakávaniach.

Ak fajčíte, pred operáciou je potrebné prerušiť fajčenie na obdobie jedného až dvoch týždňov. Fajčenie je tiež potrebné vynechať aspoň dva týždne po operácii. Dôležité je nevystavovať pokožku nadmernému slnku a vyhnúť sa prehnaným diétam. Oba tieto faktory môžu znížiť schopnosť hojenia. Ak vám pred operáciou vznikne opar alebo iná infekcia, operácia môže byť odložená. Pred operáciou je nutné kompletne predoperačné vyšetrenie, ktoré môžete absolvovať aj u nášho internistu.

PRIEBEH OPERÁCIE

Kompletná abdominoplastika väčšinou trvá od dvoch do štyroch hodín v závislosti od rozsahu operácie. Parciálna abdominoplastika trvá hodinu až dve.

Vo väčšine prípadov rez siaha od jedného boku po druhý bok tesne nad pubickou oblasťou, nad genitálnym ochlpením. Druhý rez sa robí na uvoľnenie pupka od okolitého tkaniva. Pri parciálnej abdominoplastike je rez kratší a pupok nie je nutné posunúť. Nasleduje uvoľnenie kože od brušnej steny po rebrové oblúky a zdvihnutie kožného laloka, čím sa odkryjú vertikálne svaly brušnej steny. Svaly sa napnú vzájomným priblížením a zafixujú do novej polohy, zabezpečí sa tak priamejší tvar brušnej steny a zúži oblasť drieku. Kožný lalok sa natiahne smerom nadol a odstráni sa nadbytočná koža. Vytvorí sa nový otvor pre pupok, ktorý sa prišije na nové miesto. Na záver sa koža v mieste rezu zošije a prekryje sterilným krytím. Pooperačne môžu byť z brucha dočasne vyvedené drény, ktorých úlohou je odsávať nadbytok tekutín z operačného pola.

Pri parciálnej abdominoplastike sa koža uvoľňuje len medzi miestom rezu a pupkom. Kožný lalok sa natiahne smerom nadol, nadbytok kože sa odstráni a lalok sa prišije späť.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ

Po skončení operácie a následnom zbudnutí z celkovej anestézie klient zostáva počas najbližších 24 – 48 hodín v lôžkovej časti kliniky na pozorovanie. Zdravotná sestra je klientovi kedykoľvek k dispozícii. Ukončuje sa podávanie in-

fúznej a analgetickej liečby a sledujú sa všetky fyziologické funkcie. Na druhý deň po operácii je vykonaný preväz rany, ak boli použité drény, odstraňujú sa. Klient je podľa ordinácií lekára prepustený v sprievode blízkeho do domáceho ošetrovania. Pooperačné kontroly sú vykonávané po dohovore s operatárom. V súrnych prípadoch je kontrola vykonaná ihneď. Po 14 dňoch od operácie sa odstraňujú stehy. Počas tejto doby odporúčame práceneschopnosť klienta. Niekoľko dní po operácii môže byť brucho opuchnuté a klient môže pociťovať bolesť. Bolesť sa zmierňuje liekmi. Aj keď sa niekoľko dní po operácii nebudete môcť vystrieť, chodiť by ste mali začať čo najskôr. Po operácii vzniká trvalá jazva, ktorá v závislosti od rozsahu problému, ako aj rozsahu operácie môže siahať od jedného boku, na bok druhý.

REKONVALESCENCIA

Rekonvalescencia môže trvať týždne až mesiace. Ak sa operácia uskutoční v čase, keď bol pacient v dobrej fyzickej kondícii a mal pevné brušné svaly, rekonvalescencia bude rýchlejšia. Niektorí pacienti sa vrátia do práce po dvoch týždňoch, iným to trvá 3 až 4 týždne. Lahké brušné cvičenie po 2 až 4 týždňoch vám pomôže k lepšiemu hojeniu – (dvíhanie nôh, robenie osmičiek so zdvihnutými nohami). Treba sa však vyhnúť nadmernému cvičeniu, kým sa necítite komfortne.

Jazvy budú určité obdobie po operácii viditeľné. V priebehu prvých 3-6 mesiacov, dokým zrejú, môže dôjsť dokonca aj k ich zhoršeniu. Po 9 mesiacoch až roku jazvy vyblednú a stanú sa plochými.

KOMPLIKÁCIE

Ako každá operácia aj abdominoplastika je spojená s určitým rizikom. Pooperačné komplikácie, ako sú infekcia a tvorba krvných zrazenín, sú zriedkavé. Vyskytnúť sa však môžu. Ďalšiu operáciu si môže vyžiadať prípadné nedokonalé hojenie jazvy.

Fajčiari by mali prestať fajčiť, keďže fajčenie môže zvýšiť riziko vzniku komplikácií a predĺžiť hojenie pooperačnej rany.



ODSTRÁNENIE
BRUŠNÉHO PREVISU
(Abdominoplastika)



ZNAMIENKO
SA ODSTRÁNUJE
CHIRURGICKY ALEBO
ŠPIČKOVÝM LASEROM

Odstránenie ZNAMIENKA, BRADAVICE ALEBO VÝRASTKU

K CHIRURGICKÉMU ODSTRÁNENIU ZNAMIENKA SA PRISTUJUJE JEDINE V PRÍPADE, AK IDE O SKUTOČNÉ ZNAMIENKO – PIGMENTOVÝ NÉVUS. V PRÍPADE, ŽE IDE LEN O OBYČAJNÝ VÝRASTOK, PRÍPADNE STARECKÚ BRADAVICU, PRISTUJUJE SA K LASEROVÉMU ODSTRÁNENIU. JE TO RÝCHLY A NENÁROČNÝ ZÁKROK. NAJVHODNEJŠÍM OBDOBÍM NA ODSTRÁŇOVANIE ZNAMIENOK NA TVÁRI, KRKU, DEKOLTE ALEBO TELE JE JESEŇ.

Veľakrát sa v našej ambulancii stretávame s pacientmi, ktorí si prídu dať vyšetriť „znamienka“. Pri samotnom vyšetrení prideme na to, že to, čo pacient považuje za znamienko, je len obyčajný výrastok, prípadne starecká bradavica. Po dermatoskopickom vyšetrení následne rozhodneme, či treba léziu odstrániť zo zdravotného hľadiska, prípadne si ju pacient želá odstrániť z hľadiska estetického.

PRIEBEH ZÁKROKU

Klasické materské znamienka – pigmentové névy sa laserom neodstraňujú, pretože vieme, ako dokážu byť nebezpečné. Vyberajú sa zásadne chirurgicky, s následným histologickým vyšetrením. Pred chirurgickým vybratím znamienka sa daná oblasť znecitliví lokálnou anestéziou, následne sa chirurgickým rezom odstráni znamienko a aplikujú sa intradermálne stehy. Pokiaľ ide o neškodnú léziu, ktorá nevykazuje známky klasického znamienka, najideálnejšie je odstrániť

léziu laserom. Zárok sa zvyčajne vykonáva bez lokálnej anestézie. Pre lepší komfort pacienta je možné ošetrované miesto lokálne znecitlivieť. Po znecitlivení sa priloží na léziu hlavica lasera, ktorý svojím lúčom léziu rýchlo a jednoducho vypáli.

REKONVALESCENCIA

Po laserovom zákroku vznikne jemný povrchový defekt – popálenina. Špičkový laser zabezpečuje, že rana nebude krváčať. Následne vznikne chrasta. Po odlúčení chrasty, pokožka ostane hladká a bez jazvičky. Celý tento proces hojenia trvá cca 5-7 dní. Pacient bezprostredne po zákroku môže bez problémov športovať, chodiť do práce a sprchovať sa. Po chirurgickom zákroku sa stehy vyberajú na 7. – 14. deň. Počas tohto obdobia musí byť pacient obozretný, aby nedošlo k porušeniu stehov.

..... NAPNUTIE POKOŽKY TVÁRE - FACELIFTING,
..... MINI FACELIFTING; NAPNUTIE POKOŽKY
..... ČELA - FOREHEAD LIFTING; ZDHNUTIE
..... OBOČIA - EYEBROW LIFTING; LIFTING KRKU;
..... LIFTING PERY

Facelifting

Facelifting sa zaraďuje medzi invazívne operačné zákroky. Pri faceliftingu sa odstraňuje časť kože, prípadne sa odsáva nadbytočný tuk. Pokožka sa napína a hlboké vrásky sa vyhladzujú. Facelifting výrazne zlepšuje vzhľad a dochádza k celkovému omladeniu. Textúra kože sa však po zákroku nemení, drobné vrásky ostávajú, a preto je vhodné facelifting doplniť fotorejuvenizáciou, blefaroplastikou, aplikáciou botulotoxínu alebo injektovateľnými výplňovými materiálmi.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Predstavu o vašom vzhľade je potrebné dôkladne odkonzultovať. Pred zákrokom je nutné uskutočniť všetky predoperačné vyšetrenia a minimálne 10-14 dní pred operáciou prestať užívať lieky znižujúce zrážanlivosť krvi - Acylpyrin, Anopyrin, Ticlin, Agrenox. Lieky typu Warfarin, Orfarin je potrebné nahradiť inými liekmi. Pacient by sa mal zdržať fajčenia a 10-14 dní pred operáciou by mal byť vo výbornej zdravotnej kondícii.

PRIEBEH OPERÁCIE

Facelifting sa zvyčajne vykonáva v celkovej anestézii. Trvanie zákroku je do 3 hodín. Operačný rez sa štandardne robí vo vlasovej časti spánkovej oblasti,

pokračuje pred ušnicu pod ušný lalôčik a dookola ušnice. Rez končí v dolnej tretine vlasovej časti hlavy. Následne je v závislosti od zvolenej techniky oddelená koža a podkožie od svalovoväzivovej vrstvy - SMAS, ktorá sa neskôr natahuje, redukuje a zošiva alebo spevňuje stehmi. Nadbytočná koža sa odstraňuje v požadovanom rozsahu. Rana je zošitá a operácia sa končí podľa potreby vložением drérov na odvádzanie možného krvácania. Hlava a prilahlá časť tváre je následne zabandážovaná elastickým obvazom.

Klinika ENVY vykonáva aj zákrok menšieho rozsahu - mini facelifting. Jeho výsledky však nie sú dlhodobé, tak ako to je pri klasickom faceliftingu. Mini facelifting prebieha v lokálnej anestézii, čím sa radí medzi neinvazívne zákroky.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ

Po operácii zostáva pacient 24 hodín pod lekársym i sesterským dozorom na lôžkovej časti kliniky. V ojedinelých prípadoch môže dozor trvať 1 - 3 dni. Preväz rany sa uskutočňuje prvý alebo druhý deň po operácii. Odstráni sa elastická bandáž a drény. Pacientovi je nasadený elastický tvárový návlek, elastická kukla, ktorú nosí 24 hodín denne

počas 2 týždňov. Účelom je formovanie a podpora tkanív uvoľnených počas operácie, čím je dosiahnutý žiadaný pooperačný efekt.

V pooperačnom období treba počítať s opuchmi a zmenami farby kože. Tie sú dôsledkom hematomov a krvných podliatín, vzniknutých pri manipulácii s tkanivami počas operačného zákroku. Maximálny opuch nastáva prvých 24-48 hodín. Opuch však môže pretrvávajúť aj niekoľko týždňov. Modriny sa vstrebávajú do 2 týždňov. Sprievodným pooperačným javom je pocit „stírnutia“ tváre. Stírnutie ustúpi v priebehu niekoľkých týždňov, niekedy mesiacov. Stehy sa vyberajú o 7 - 14 dní. Zvýšená poloha hlavy v pooperačnom období napomáha v redukcii opuchu. Po chirurgickom zákroku klient musí ostať v pokoji niekoľko dní a musí sa vyhýbať všetkým aktivitám, vrátane domácich prác. Za štandardných okolností sa ďalší preväz robí na piaty deň. Od tohto dňa si môže klient umývať vlasy. Farbenie vlasov je možné až po 6 týždňoch po operácii. Pacient po operácii nesmie fajčiť ani sa nachádzať v zafajčených miestnostiach! Fajčenie môže výrazne skomplikovať pooperačný stav.

REKONVALESCENCIA

Bežné denné aktivity môže klient začať vykonávať do 2 týždňov od operácie a s cvičením môže začať na 3.- 4. týždeň. Veľmi dôležitá je ochrana pred slnečným žiarením počas obdobia 3 mesiacov krémami s UV filtrom 50. Proces hojenia a rekonvalescencia je individuálny. V niektorých prípadoch sa môže odlišovať od štandardného procesu hojenia. Veľkú úlohu zohráva individuálna schopnosť hojenia a prístup pacienta k dodržiavaniu odporúčenej pooperačnej liečby.

KOMPLIKÁCIE

Modriny, opuchy.

ZVÄČŠENIE penisu

IDE O ABSOLÚTNU NOVINKU NA TRHU ESTETICKEJ MEDICÍNY. VYLEPŠENÁ KYSELINA HYALURÓNOVÁ – CRISTAL BODY, KTORÁ SA POUŽÍVA NA DOPĽŇANIE OBJEMU RÔZNYCH ČASTÍ TELA, SA IHLOU JEDNODUCHO APLIKUJE DO PENISU. ZÁKROK JE NEINVAZÍVNY A BEZBOLESTNÝ.

Efekt je okamžitý a dlhodobý – až po dobu 2 rokov, s možnosťou opakovaného doplnenia malého množstva látky pre zachovanie efektu. Zárok zväčší nielen penis, ale pomôže zvýšiť aj sebavedomie.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

- pre mužov, ktorí nie sú so svojou „výbavou“ spokojní

CRISTAL BODY VYLEPŠENÁ KYSELINA HYALURÓNOVÁ

Prednosťou tejto kyseliny hyalurónovej je, že je tekutá a až pod kožou získava konzistenciu gélu. Jej aplikácia je tým jednoduchšia. CRISTAL BODY má aj dlhobohjší efekt ako štandardná kyselina hyalurónová, a to po dobu 2 rokov.

PRÍPRAVA PRED ZÁKROKOM

Samotnému zároku predchádza vstupná konzultácia, ktorej súčasťou je zdravotná anamnéza, odbery krvi a vyšetrenie. Klient musí byť zdravý. Preventívne pred zákrokom a nejaký čas po zákroku klient užíva anti-

tiká.

PRIEBEH ZÁKROKU

Ide o neinvazívny a pomerne jednoduchý zárok, vykonávaný ambulantne a v lokálnej anestézii. Do prednej časti penisu sa dookola napichá vylepšená kyselina hyalurónová – CRISTAL BODY, čím dôjde k zhrubnutiu orgánu. Materiál sa dá poprípade tvarovať, nie je to však nutné. Množstvo aplikovaného materiálu sa pohybuje od 20 až po 40 ml, v závislosti od požadovaného výsledného efektu. Dĺžka trvania zákroku: 30 až 100 minút

KONTRAINDIKÁCIE

Interné ochorenia: ischemická choroba srdca, cukrovka.

RIZIKÁ

Infekcia, napichnutie cievy, krvácanie, hematóm. Zápal sa vyskytovať nezvyknú.

STAROSTLIVOSŤ PO ZÁKROKU

Tri až štyri týždne po operačnom zákroku sa odporúča sexuálna abstinencia. Klient preventívne užíva antibiotiká.

DLHODOBÉ
ZVÄČŠENIE PENISU
DO POŽADOVANÉHO
OBJEMU

ZMENŠENIE PRSNÍKOV U MUŽOV (Gynekomastia)

Gynekomastia je zväčšenie prsných žliaz u mužov ako dôsledok hormonálnej nerovnováhy. Zväčšená žľaza sa odstraňuje buď chirurgicky, alebo v prípade zmnoženia iba tukového tkaniva – pseudogynekomastie – sa tukové tkanivo odstraňuje liposukciou. V oboch prípadoch je výsledkom zmenšená prsná žľaza a zlepšená psychická pohoda pacienta. V prípade gynekomastie ide o invazívny zákrok, vykonávaný v celkovej anestézii.

Drobné zväčšenie prsnej žľazy u chlapcov v puberte je normálny jav, ktorý nevyžaduje liečbu a časom sa stratí. Niekedy sa ale stav neupravuje a pretrváva až do dospelosti. Gynekomastia môže postihovať jeden alebo oba prsníky. Môže mať niekoľko foriem, od čoho závisí aj typ korekčnej operácie. Ak ide o zväčšenie prsnej žľazy – ide o pravú gynekomastiu. Ak však ide iba o zmnoženie tukového tkaniva, je to tzv. pseudogynekomastia. Prípadne ide o kombináciu oboch typov. K zväčšeniu prsnej žľazy môže dôjsť aj v dospelosti, najčastejšie v súvislosti s užívaním steroidných anabolík. Podľa typu gynekomastie sa rozhodujeme o forme operačného zákroku.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Závisí od spôsobu vykonania zákroku. V prípade lokálnej anestézie je potrebné vyšetrenie krvi na zrážanlivosť. V prípade celkovej anestézie je potrebné vykonať interné predoperačné vyšetrenia. Pacient by 48 hodín pred oboma zákrokmi nemal fajčiť a piť alkohol.

OPERAČNÝ VÝKON

Pravá gynekomastia vyžaduje celkovú anestéziu. Počas pomerne jednoduchého zákroku dochádza k odstráneniu prebytočnej žľazy. Rez je malý (3-4 cm) a je vedený na hranici pigmentovanejšieho dvorca a kože v dolnej polovici cirkumferencie dvorca. Do rany sú zavedené dočasné drény.

Pri pseudogynekomastii sa vykonáva iba odsatie tukového tkaniva v lokálnej anestézii, obdobne ako pri liposukcii. Obidve metódy sa môžu prípadne kombinovať. Ak ide o väčší zákrok, dochádza k odstráneniu prebytočnej kože a estetickému zašitiu rany. Výsledná jazva je nenápadná.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ A REKONVALESCENCIA

Drény sa odstraňujú zvyčajne hneď na druhý deň, zároveň sa urobí prvý preväz. Stehy sa nenachádzajú na povrchu kože a sú vstrebateľné. Po dobu 6 – 8 týždňov je nutné nosiť na hrudníku špeciálny kompresívny návlék. Prvé štyri týždne sa neodporúča vykonávať väčšiu fyzickú aktivitu. Návrat do práce je možný po 2 – 4 dňoch. Plné fyzické zaťaženie je možné po 6 – 8 týždňoch.



MEDZI KORUNU KRÁSY NA ŽENSKOM TELE PATRIA
JEDNOZNAČNE OD NEPAMÄTI PRSIA. VEĽKOSŤ, TVAR
A CELKOVÝ VZHĽAD PRSNÍKOV JE PRE SEBAVEDOMIE
ŽENY DÔLEŽITÝM ASPEKTOM

ZVÄČŠENIE PRSNÍKOV IMPLANTÁTMI (Augmentácia)

Práve augmentáciou je možné dosiahnuť požadovanú veľkosť, plnosť a tvar prsníkov. Zväčšenie prsníkov je možné vykonať v každom veku dospelaj ženy. Ide o invazívny zákrok v celkovej anestézii. V súčasnosti je to veľmi bežný zákrok, ktorý skvalitní život ženy v mnohých smeroch.

V AKÝCH PRÍPADOCH VÁM ZÁKROK POMÔŽE?

- Estetické a psychické dôvody – malý objem prsníkov.
- Zmenšenie prs v spojitosti s redukciou hmotnosti.
- Strata objemu prsníkov po dojčení.
- Asymetria prsníkov – rozdielna veľkosť a tvar prsníkov.

VÝBER IMPLANTÁTU

Pri výbere implantátu treba brať ohľad najmä na jeho veľkosť – musí byť úmerný veľkosti prsnej žľazy. Pri operácii sa implantát vkladá pod prsný sval alebo nad prsný sval – pod prsnú žľazu. Implantáty môžu byť okrúhle alebo anatomicky tvarované a môžu mať hladký alebo textúrovaný povrch. Typ

a rozmery implantátov, ktoré si vyberiete, sú dané predovšetkým vašou predstavou o výslednom tvare prsníka.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Operačnému výkonu predchádza podrobná konzultácia s odborným plastickým chirurgom. Konzultácia je dôležitou súčasťou celého procesu. Na úvod klientka opíše lekárovi svoju predstavu o vzhľade a veľkosti poprsia. Lekár klientku vyšetrí, premeria a následne jej poradí pri výbere vhodného implantátu a pooperačnej podprsenky.

Pred operáciou vykonávanou v celkovej anestézii je nevyhnutné absolvovať doplňujúce vyšetrenia: interné predoperačné vyšetrenie, odbery krvi a USG prsníkov. Predoperačné vyšetrenia vieme zrealizovať aj my na internom oddelení našej kliniky.

Pred samotným operačným zákrokom je nutné aspoň 6 hodín nejesť, nepiť. Zákaz fajčenia platí minimálne 14 dní pred zákrokom. Pred zákrokom je vhodné aspoň na 1 až 3 mesiace vynechať hormonálnu antikoncepciu. Od posledného dojčenia by mala uplynúť pol- až ročná pauza.

OPERAČNÝ PRIEBEH

Klientka prichádza na kliniku ENVY v deň operácie, asi 1 hodinu pred plánovaným zákrokom. Klientka sa prezlečie a lekár jej urobí predoperačné merania.

Operácia sa vykonáva v celkovej anestézii a trvá 60 – 90 minút. Po dezinfekcii a zarúškovaní operačného poľa sa uskutočňuje samotný výkon. Operačný rez sa vedie buď axilárne – v podpazuší, submamárne – v záhybe pod prsníkom, alebo periareorálne – okolo prsnej bradavky. Následne chirurg z krátkeho rezu vypreparuje dutinu pre vloženie prsného implantátu. Po vložení implantátu sa rany zašívajú v anatomických vrstvách. Dĺžka jazvy je zvyčajne 4–5 cm. Na záver operácie sa operačná rana v prípade potreby drénuje. Rany sú zakryté sterilným krytím a klientke sa oblečie fixačná podprsenka, prípadne elastická bandáž.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ

Po skončení operácie zostáva klientka počas jednej noci v lôžkovej časti kliniky. Klientke sa podáva infúzna a analgetická liečba a odborný personál sleduje všetky fyziologické funkcie. Na druhý deň sa po operácii vykonáva preväz rany a odstraňujú sa drény. Klientka je následne v sprievode blízkeho prepustená do domáceho ošetrovania.

Pooperačné kontroly sú vykonávané vždy po dohovore s operatárom. V súrnych prípadoch je možné kontrolu vykonať ihneď. Prvá kontrola sa vykonáva najneskôr po 14 dňoch od operácie, keď sa odstraňujú stehy. Počas týchto 14 dní odporúčame PN-ku klientky. Do prvej kontroly by klientka mala nosiť pooperačnú podprsenku počas dňa i cez noc. Na osobnú hygienu v hornej časti tela počas prvých 2–3 pooperačných dní odporúčame používať mokré uterák alebo navlhčené utierky.

REKONVALESCENCIA

Odporúčame nosenie špeciálnej podprsenky, ktorá udrží implantáty v správnej polohe po dobu minimálne 4 týždňov od operácie. Je dôležité vyhnúť sa akejkoľvek namáhavej aktivite a záťaži horných končatín počas doby 6 – 8 týždňov od operácie, pretože by to v opačnom prípade mohlo viesť k zlému hojeniu a nechcenej zmene polohy implantátov. Konečný výsledok bude viditeľný až po úplnom zahojení a odpuchnutí tkaniva, čo predstavuje obdobie dvoch až troch mesiacov od operácie.

KOMPLIKÁCIE

- opuchy
- bolesť
- kapsulárna kontraktúra

Fajčenie nepriaznivo ovplyvňuje hojenie a môže viesť ku vzniku komplikácií!



ZDVIHNUTIE, MODELÁCIA PRSNÍKOV

(Mastopexia, breastlift)

MODELÁCIA, ZDVIHNUTIE PRSNÍKOV JE OPERÁCIOU, KTORÁ SA VYKONÁVA ZA ÚČELOM ZLEPŠENIA TVARU, POLOHY A PEVNOSTI PRSNÍKOV



TENTO INVAZÍVNY ZÁKROK V CELKOVEJ ANESTÉZII ODSTRÁNUJE NADBYTOK KOŽE NA PRSNÍKU A JEHO OKOLÍ A MODELUJE TKANIVO – ŽLÁZU PRSNÍKA TAK, ABY SA KOMPLEX BRADAVKY A DVORCA PRESUNUL DO VYHOVUJÚCEHO POSTAVENIA A ZLEPŠILA SA CELKOVÁ PROJEKCIA PRSNÍKA. ZÁKROK SA REALIZUJE POD DOHLADOM SKÚSENÉHO ODBORNÍKA A HLAVNE K VÝSLEDNEJ SPOKOJNOSTI KLIENTKY.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

Zárok je vhodný pre klientky, ktoré stratili objem prsnej žľazy pri výraznej redukcii telesnej hmotnosti, pri ochabnutí pokožky prsníkov a pri atrofii – zmenšení tkaniva prsnej žľazy.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Operačnému výkonu predchádza podrobná konzultácia s odborným plastickým chirurgom. Konzultácia je dôležitou súčasťou celého procesu. Klientka opíše svoje predstavy o konečnom výzore poprsia a lekár po dôkladnej prehliadke zistí možnosti úpravy a zhodnotí, či sú očakávania klientky reálne.

Pred operáciou vykonávanou v celkovej anestézii sú nevyhnutné doplňujúce vyšetrenia. Potrebné je interné predoperačné vyšetrenie, ktorého záver povie, či môže alebo nemôže byť klientka operovaná. K internému vyšetreniu

sú nevyhnutné odbery krvi na hematologické vyšetrenie a biochemické vyšetrenie vnútorného prostredia. Je potrebné mať urobené USG prsníkov. Predoperačné vyšetrenia klientke vieme ponúknuť aj my, prostredníctvom nášho internistu.

Pred samotným operačným zákrokom je nutné aspoň 6 hodín nejest, nepiť. Zákaz fajčenia platí minimálne 14 dní pred zákrokom.

OPERAČNÝ PRIEBEH

Klientka prichádza do kliniky ENVY v deň operácie, asi 1 hodinu pred plánovaným zákrokom. Po prezlečení sú klientke podané lieky za účelom premedikácie. Operatér následne na koži klientky fixkou vyznačí miesto posunutia bradavko-dvorcového komplexu. Zároveň sa zhotovuje predoperačná fotodokumentácia. Po dezinfekcii a zarúškovaní operačného poľa sa uskutočňuje samotný výkon. Na záver operácie sa operačná rana v prípade potre-

by drénuje. Rany sú zakryté sterilným krytím a klientke sa oblečie fixačná podprsenka, prípadne elastická bandáž.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ A REKONVALESCENCIA

Po skončení operácie zostáva klientka počas jednej noci v lôžkovej časti kliniky. Klientke sa podáva infúzna a analgetická liečba. Odborný personál je počas pobytu pacientovi k dispozícii. Na druhý deň sa po operácii vykonáva previaz rany a odstraňujú sa drény. Klientka je následne v sprievode blízkeho prepustená do domáceho ošetrovania. V pooperačnom období po 48 hodinách je umožnené klientke prsia sprchovať, ranu však netreba rozmáčať. Pooperačné kontroly sú vykonávané vždy po dohovore s operatérom. V súrnych prípadoch je možné kontrolu vykonať ihneď. Prvá kontrola sa vykonáva najneskôr

po 14 dňoch od operácie, keď dochádza k odstráneniu stehov. Počas týchto 14 dní odporúčame práceneschopnosť klientky. Namáhavejšie aktivity je možné vykonávať až po 6-8 týždňoch. Počas obdobia 8 týždňov je nutné po celý čas nosiť fixačnú podprsenku.

KOMPLIKÁCIE

Bežným sprievodným javom je pooperačný opuch. Známky opuchu môžu byť viditeľné i mesiac po operácii. Inými komplikáciami sú krvácanie, bolesťivosť, keloidná jazva, zvýšená citlivosť v oblasti jazvy, asymetria uloženia dvorcov a bradaviek – v tomto prípade však ani za normálnych okolností nie je možné rátať s absolútnou symetriou. V prípade výraznejšej asymetrie je možné korigovanie prsníkov ďalším operačným zákrokom. Možnou komplikáciou je aj okrajová nekróza kože alebo dvorca, tá je riešiteľná dotetovaním.

ZMENŠENIE PRSNÍKOV U ŽIEN

(Redukčná Mamoplastika)

ZÁKROKOM SA ODSTRÁNI NADBYTOČNÉ TKANIVO PRSNÍKOV – TUK, ŽLAZOVÉ TKANIVO A KOŽA. ZÁROVEŇ SA MODELUJE ZOSTÁVAJÚCE TKANIVO PRSNÍKA DO POŽADOVANÉHO TVARU. IDE O INVAZÍVNY ZÁKROK VYKONÁVANÝ V CELKOVEJ ANESTÉZII. PRIORITOU KLINIKY ENVY JE INDIVIDUÁLNY PRÍSTUP KU KLIENTKINÝM POŽIADAVKÁM NA VZHĽAD PRSNÍKOV.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

- Ženám s neproporcionálne veľkými prsníkmi v porovnaní so zvyškom tela,
- s pocitom ťažkých prsníkov s bradavkami smerujúcimi nadol,
- s bolesťami krku, chrbta, ramien, ktoré sú zapríčinené nadmernou váhou prsníkov.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Operačnému výkonu predchádza podrobná osobná konzultácia s odborným plastickým chirurgom. Konzultácia je dôležitou súčasťou celého procesu. Klientka opíše svoje predstavy o konečnom výzore poprsia a lekár po dôkladnej prehliadke zistí možnosti úpravy a zhodnotí, či sú očakávania klientky realistické alebo nie. Pred operáciou vykonávanou v celkovej anestézii sú nevyhnutné doplňujúce vyšetrenia. Potrebne je interné predoperačné vyšetrenie, ktorého záver povie, či môže, alebo nemôže byť klientka operovaná. K internému vyšetreniu sú nevyhnutné odbery krvi na hematologické vyšetrenie a biochemické vyšetrenie vnútorného prostredia. Je potrebné mať urobené USG prsníkov. Pri poruchách cyklu je potrebné vykonať aj gynekologické vyšetrenie. Predoperačné vyšetrenia klientke vieme ponúknuť aj my, prostredníctvom nášho

internistu.

Pred samotným operačným zákrokom je nutné aspoň 6 hodín nejest a nepiť. Zákaz fajčenia platí minimálne 14 dní pred zákrokom. Pred zákrokom je vhodné aspoň na 1–3 mesiace vynechať hormonálnu antikoncepciu. Od posledného kojenia by mala uplynúť pol- až 1-ročná pauza.

OPERAČNÝ PRIEBEH

Klientka prichádza do kliniky ENVY v deň operácie, asi 1 hodinu pred plánovaným zákrokom. Po prezlečení sú klientke podané lieky za účelom premedikácie. Operatér následne na koži klientky fixkou vyznačí miesto posunutia bradavko-dvorcového komplexu. Zároveň sa zhotovuje predoperačná fotodokumentácia. Po dezinfekcii a zarúskovaní operačného poľa sa uskutočňuje samotný výkon. Na záver operácie sa operačná rana v prípade potreby drénuje. Rany sú zakryté sterilným krytím a klientke sa oblečie fixačná podprsenka, prípadne elastická bandáž.

POOPERAČNÁ STABILNOSŤ A REKONVALESCENCIA

Po skončení operácie zostáva klientka počas jednej noci v lôžkovej časti kliniky. Klientke sa podáva infúzna a analgetická liečba a odborný

personál sleduje všetky fyziologické funkcie. Na druhý deň sa po operácii vykonáva preväz rany a odstraňujú sa drény. Klientka je následne v sprievode prepustená do domáceho ošetrovania. V pooperačnom období po 48 hodinách je umožnené klientke prsia sprchovať, ranu však netreba rozmáčať. Pooperačné kontroly sú vykonávané vždy po dohovore s operatérom. V súrnych prípadoch je možné kontrolu vykonať ihneď. Prvá kontrola sa vykonáva najneskôr po 14 dňoch od operácie, keď dochádza k odstráneniu stehov. Počas týchto 14 dní odporúčame práceneschopnosť klientky. Namáhavejšie

aktivity je možné vykonávať až po 6–8 týždňoch. Počas obdobia 8 týždňov je nutné po celý čas nosiť fixačnú podprsenku.

KOMPLIKÁCIE

Bežným sprievodným javom je pooperačný opuch. Známky opuchu môžu byť viditeľné i mesiac po operácii. Inými komplikáciami sú krvácanie, bolestivosť, keloidná jazva a zvýšená citlivosť v oblasti jazvy. Niekedy môže vzniknúť asymetria alebo zmena pigmentácie bradavky a dvorca. Pri zmenšení prsníkov je štandardným javom porušenie mliekovodov.



KRÁSNE PRSIA SÚ KRÁSNE PRSIA. ZVÄČŠOVANIE PRS PATRÍ V SÚČASNOSTI MEDZI NAJŽIADANEJŠIE PLASTICKÉ OPERÁCIE. ZVÄČŠENIE POPRSIA SILIKÓNOVÝMI IMPLANTÁTMI SA STALO POMERNE BEŽNÝM ZÁKROKOM.

ZVÄČŠENIE PRSNÍKOV VLASTNÝM TUKOM (Autoaugmentácia)

Naša klinika vám však ponúka aj iný, menej bežný a neinvazívny spôsob zväčšenia prsníkov, a to vlastným tukom. Pomocou tejto novej metódy sa poprsie dá zväčšiť o jednu veľkosť. Výsledok ale stojí za to – úplne prirodzené a mäkké prsia. Nezanedbateľnou výhodou je, že sa jedným zákrokom môžete zbaviť aj tuku z miest, na ktorých ho mať nechcete. Zárok sa vykonáva v lokálnej anestézii, pričom na tele nevznikajú žiadne jazvy.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

- pre klientky, ktoré si chcú zväčšiť prsia, avšak odmietajú silikónové implantáty
- pre klientky, ktoré preferujú prirodzené zväčšenie prsníkov
- pre klientky, ktoré už majú silikónové implantáty, avšak zaznamenali pokles prsníkov
- pre klientky, ktoré majú asymetriu prsníkov

POZDVIHNUTIE PRS SO SILIKÓNOVÝMI IMPLANTÁTMI

Zárok je vhodný aj pre klientky, ktoré majú silikónové implantáty a pozorujú určitý pokles prsníkov. Aplikáciou vlastného tuku do hornej časti prsníkov sa prsia vyzdvihnú a navyše získajú väčší objem a prirodzenejší vzhľad. V prípade, ak sú vaše prsníky s implantátmi od seba ďaleko, aplikáciou vlastného

tuku do konkrétnych oblastí je možné ich tvar a vzhľad takisto vylepšiť.

PRIEBEH ZÁKROKU

Autoaugmentácia je ambulatným zákrokom. Podmienkou úspešného zväčšenia prsníkov vlastným tukom je mať k odberu dostatočné množstvo tuku, dostatočne elastickejšiu kožu a pevné prsné svaly. Zárok je bezbolestný vďaka kombinácii lokálneho znecitlivenia a analgosedácie. Prvým krokom je liposukcia, pri ktorej sa odoberie dostatočné množstvo tukového tkaniva. Druhý krok predstavuje spracovanie tuku a jeho následná aplikácia. Tuk sa aplikuje v niekoľkých bodoch jemnou kanylou do požadovaných oblastí. O niekoľko týždňov vpichy po kanyle vymiznú. Rovnako to je aj na miestach odoberania tuku.

Výsledok je viditeľný bezprostredne po zákroku. Konečný efekt sa dostaví po troch mesiacoch, keď sa tuk v prsiach stabilizuje. Časť tuku telo vstrebe, avšak naše dokonalé prístrojové vybavenie, ktoré umožňuje spracovanie a čistenie tuku, toto množstvo minimalizuje.

STABILNEJŠÍ VÝSLEDOK

Hlavným cieľom pri prenose tuku je, aby nedošlo k jeho celkovému vstrebaniu a aby sa požadovaný efekt udržal. Pri každom prenose tukových buniek sú prenášané aj významné kmeňové bunky, ktoré tuk obsahuje. Dobre spracovaný a aplikovaný tuk sa dostáva pri-

amo do kontaktu s okolitým tkanivom a cievami, ktoré do tukových buniek prerastajú a zároveň ich vyživujú.

Zárok sa stáva čoraz viac vyhladávaným, aj vďaka výsledku, ktorý je v porovnaní s minulosťou stabilnejší. Môže za to pokrok v podobe vylepšených technológií, spôsobe aplikácie tuku, ako aj postupov pri odbere a spracovaní tuku (čistení, stabilizovaní). Pri odbere tuku sa využíva revolučný americký prístroj Vaser 2.0 (technológia VASERLipo) a pri spracovaní tuku metóda Puregraft, keď sa tuk obsahujúci kmeňové bunky čistí od prímеси krvi a oleja. Boli vykonané štúdie, ktoré porovnávali metódy spracovania tukov pred autoaplikáciou. Pri metóde Puregraft predstavoval žiadaný efekt 41,2 %, centrifugáciou to bolo iba 31,8%. Výsledný efekt je tak výrazne väčší a stabilnejší, keďže telo vstrebe iba minimálne množstvo aplikovaného tuku.

REKONVALESCENCIA

Zárok je celkovo veľmi šetrný s minimálnou záťažou na ľudský organizmus. Rekonvalescencia je takmer nebolestivá a na tele nevznikajú žiadne jazvy. Zárok trvá niekoľko hodín a klientka odchádza po zákroku domov.

Je nutné nosiť dva až štyri týždne elastickú pooperačnú bielizeň. Samozrejmosťou po zákroku je odpočinkový režim. Pokiaľ sa vyskytne potreba tuk doplniť, zárok je možné zopakovať po šiestich mesiacoch.

ÚPRAVA, ZMENŠENIE MALÝCH PYSKOV OHANBIA (labioplastika)

..... V SPOJENÝCH ŠTÁTOCH
..... AMERICKÝCH PATRÍ
..... LABIOPLASTIKA K ÚPLNE
..... BEŽNÝM ZÁKROKOM

Na Slovensku začína byť tento zákrok tiež postupne čoraz viac vyhľadávaný. Zákrok sa radí medzi neinvazívne, je vykonávaný v lokálnej anestézii a je vhodný pre ženy s výraznejšími, väčšími malými pyskami ohanbia, ktoré im spôsobujú ťažkosti pri nosení bielizne, pri športe alebo pri pohlavnom styku. Určený je tiež pre ženy, ktoré majú pocit, že väčšie malé pysky ohanbia by mohli prekážať ich partnerovi. Pacientky sa po operácii cítia omnoho lepšie, zákrok prispieva k psychickému uvoľneniu a zlepšeniu nielen sexuálneho života.

PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Pred operáciou je nutná osobná hygiena, s čím súvisí aj holenie intímnych partií.

VÝKON

Samotnej úprave genitálií predchádza konzultácia u plastického chirurga. Úprava, zmenšenie malých pyskov ohanbia je ambulantný výkon. Cieľom operácie je odstránenie nadbytočného tkaniva z oblasti malých pyskov ohanbia. Zákrok je vhodné vykonať tesne po skončení menštruácie, do ďalšej

menštruácie sa rany zahoja. Zákrok sa vykonáva v lokálnej anestézii, prípadne na žiadosť pacientky aj v celkovej krátkodobej anestézii. Dĺžka zákroku je približne 45 minút. Efekt zákroku je trvalý. Úprava malých pyskov ohanbia sa nezvykne vykonávať u pacientok mladších ako 18 rokov.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ A REKONVALESCENCIA

V skorom pooperačnom období sú malé pysky opuchnuté niekoľko dní. V tomto období môže pacientka pri sedení pociťovať bolesť. Pacientka je poučená o tom, ako sa starať o rany a ako dbať o zvýšenú hygienu v oblasti genitálií. Stehy sa odstraňujú cca 14 dní po operácii. V prípade, ak sú použité vstrebateľné stehy, nie je nutné ich vyberať. Pohlavný styk je možný po cca 3 -4 týždňoch od zákroku.

KOMPLIKÁCIE

Pooperačné krvácanie, pooperačná infekcia, hojenie rany hrubšími jazvami.

NAJNOVŠIA METÓDA
ZVÄČŠENIA
A FORMOVANIA ZADOČKA
POMOCOU ŠPECIÁLNEHO
INJEKTOVANÉHO
MATERIÁLU

Brazílsky ZADOČEK

Špeciálna injektovateľná výplň radu Bodyline je objemová výplň, ktorá zabezpečuje prirodzený tvar zadku bez vkladania implantátov. Tvarovanie pozadia je vhodné takisto pre ženy aj mužov, podľa vašich požiadaviek. Injektovaný gél sa skladá prevažne z vody. Voda hrá zásadnú úlohu v ľudskom živote, pretože tvorí dve tretiny ľudského tela. Vďaka svojmu zloženiu poskytuje prirodzenosť a jemnosť mäkkých tkanív, ktoré zachovávajú ich citlivosť. Svojimi vlastnosťami a štruktúrou je optimálny pre vnútorné prostredie ľudského tela, čo prakticky eliminuje pooperačné komplikácie a vedľajšie účinky.

AKO PREBIEHA ZÁKROK?

Málo invazívny zákrok vykonávaný s lokálnou anestéziou, ktorá má minimálny traumatický dopad na pacienta. Zákrok prebieha bez skalpela, nevznikajú žiadne stehy a nevyžaduje sa nosenie pooperačnej bielizne. Je pravidlom, že pacient sa vracia domov po vykonaní zákroku ešte v ten istý deň. Na druhý deň sa môže vrátiť k svojmu bežnému životu.

ZÁKROK JE VHODNÝ PRE KLIENTOV V PRÍPADE NASLEDUJÚCICH INDIKÁCIÍ:

- na korekciu tvaru a objemu mäkkých tkanív zadku,
- rôzne nerovnomernosti zadku, pooperačné deformácie,
- vrodené disproporcie, asymetria zadku,
- „plochý“ zadok,
- na odstránenie celulitídy.

Konečný estetický efekt sa prejaví hneď, naplno sa rozvinie na siedmy deň po zákroku (po odpuchnutí malého traumatického edému a po úplnom absorbovaní lokálneho anestetika). Zákrok je možné opakovať po 3 mesiacoch od aplikácie, pričom množstvo injektovaného materiálu sa stanoví po konzultácii s lekárom. Estetický efekt trvá cca 3 roky.

KVALITA JE NEVYHNUTNOSŤ, NIE LUXUS

Silikónové prsníkové implantáty MENTOR®

- Pre augmentáciu i rekonštrukciu prsníkov
- Atestácia FDA - osvedčenie amerického Úradu pre kontrolu potravín a liečiv
- Guľatý alebo anatomický tvar
- Pozostávajú z drsného alebo hladkého plášťa zo silikónového elastomeru
- Plnené kohéznym silikónovým gélom, ktorý po narušení obalu implantátu nevytečie, navyše poprsie pôsobí na dotyk i pohľad prirodzene.



 **MENTOR**®
MAKE LIFE MORE *beautiful*™

PULI *medical*

Exkluzívny distribútor pre SR
je spoločnosť PULImedical, spol. s r. o.

Pre viac informácií navštívte stránku: www.mentorimplantaty.sk

Lôžková časť



• NADŠTANDARDNE VYBAVENÁ
• POOPERAČNÁ IZBA A ODBORNÁ
• PRIVÁTNÁ STAROSTLIVOSŤ.

Vážení klienti,

v prípade plánovania operácie, ktorá si bude vyžadovať pooperačný pobyt na lôžku spolu s odbornou starostlivosťou, klinika ENVY pre vás pripravila pooperačné oddelenie s nadštandardnými izbami. Izbu si je možné objednať aj pre vašich blízkych a tiež v prípade menších zákrokov, ktoré si nevyhnutne nevyžadujú pobyt na pooperačnej časti lôžkovej kliniky, ale VY si to napriek všetkému želáte. Izby sú klimatizované, s elektricky ovládateľným polohovateľným lôžkom, kúpeľňou a sprchovacím kútom, špeciálne prispôbeným pre pooperačnú starostlivosť, priestorom na stravovanie, chladničkou, satelitnou televíziou a WiFi.

Počas pobytu v lôžkovej časti kliniky máte zároveň zabezpečenú 24-hodinovú odbornú privátnu starostlivosť. Stravu vám zabezpečíme z partnerskej reštaurácie podľa vlastného výberu.



Contouring tváre

APLIKÁCIU Kyseliny HA – TEOSYAL®PEN



TEOSYAL®PEN JE INOVATÍVNY PRÍSTROJ, KTORÝ SLUŽI NA PRECÍZNU A BEZBOLESTNÚ APLIKÁCIU KYSELINY HYALURÓNOVEJ A TZV. CONTOURING TVÁRE, METÓDU, KTOREJ PODĽAHLI VIACERÉ SVETOVÉ CELEBRITY. JEHO UVEDENIE NA TRH VZBUDILO ZÁUJEM POPREDNÝCH ESTETICKÝCH LEKÁROV NA CELOM SVETE.

V ČOM SPOČÍVA JEDINEČNOSŤ TEOSYAL®PEN?

Vďaka elektronicky riadenej aplikácii je inžektovanie veľmi šetrné, maximálne bezpečné a absolútne precízne. Lekár iba nastaví rýchlosť inžektovania a môže sa 100 % sústrediť na precízne ošetrovanie. Veľmi praktické inžekčné pero, ktoré váži iba 40 g, zabezpečí hladkú a rovnomernú aplikáciu. Práca vášho lekára sa tak stáva umením a pre vás je procedúra ešte pohodlnejšou.

TEOSYAL®PEN je možné využiť na vyhladenie všetkých druhov vrások, ale najviac ho oceníte na citlivých miestach, ako sú pery či jemné povrchové vrásky. Počas klasického inžektovania striekačkou býva totiž aplikácia pri týchto ošetrovaniach mierne bolestivá a aj tie najmenšie nerovnosti je vidieť či cítiť. TEOSYAL®PEN umožňuje vášmu lekárovi rovnomerne aplikovať aj tie najmenšie množstvá ky-

seliny hyalurónovej, ktoré dokáže precízne umiestniť pre dosiahnutie dokonalého a prirodzeného výsledku. Multiaplikáciou výplňových materiálov na zvýraznenie lícných kostí, vyplnenie kruhov pod očami, vyplnenie prepádov v oblasti nosovoústnej ryhy a volumizáciou pier dosiahneme tzv. CONTOURING – zvýraznenie kontúr tváre a potlačenie nedostatkov. Azda najznámejšie „tváre“ tejto metódy sú slávne Kim Kardashian a jej sestra Kylie Jenner, ktorých výrazné líčne kosti a nadobudnuté súmerné proporcie už dlho vyvolávali špekulácie o tom, aký zázračný zákrok im k tejto premene dopomohol. Odpoveďou je práve CONTOURING, ktorým lekár precízne a detailne formuje proporcie tváre k dokonalosti.

„Ide o krásnu a prepracovanú metódu, pri ktorej sa pomocou kyseliny hyalurónovej zvýraznia línie lícných kostí, sánky a brady, zamaskujú sa kruhy pod očami. Táto metóda

je jedinečná, no absolútne prirodzená, nezmení vzhľad tváre ako takej.“ hovorí MUDr. Zuzana Kožuchová.

BEZBOLESTNÁ MEZOTERAPIA!

Ak ste už vyskúšali obľúbenú metódu na dosiahnutie hydratovanej, pevnej a žiarivej pleti, určite si pamätáte na množstvo vpichov, pomocou ktorých boli účinné látky aplikované do vášho podkožia. Vďaka TEOSYAL®PEN je aj toto účinné ošetrovanie prechádzka ružovou záhradou. Jednoducho si sadnete do aplikačného kresla, zavriete oči a ani sa nenazdáte, bude po ošetrovaní. Účinné látky budú aplikované veľmi jemne a šetrne, no zároveň rovnomerne a takmer bezbolestne! TEOSYAL®PEN je k vašej pokožke také šetrné a jemné, že sa môžete z aplikačného kresla vybrať rovno do práce či za kamarátkami do mesta. Dôkazom vysokej kvality a jedinečnosti TEOSYAL®PEN je aj odborná klinická štúdia, ktorej výsledky sú naozaj presvedčivé: 9 z 10 žien,

ktoré vyskúšali inžektovanie pomocou klasickej inžekčnej striekačky aj inžekčného pera TEOSYAL®PEN, by sa pri ďalšej aplikácii rozhodlo pre omladenie s TEOSYAL®PEN a 91,7 % by odporučilo túto metódu aj svojim kamarátkam.

Okrem spokojných klientok je z TEOSYAL®PEN nadšená aj odborná verejnosť: TEOSYAL®PEN získalo prestížne ocenenie udeľované na parížskom kongrese AMEC: Anti-Aging & Beauty Trophy za najlepší estetický prístroj.

VÝHODY PRE KLIENTOV:

- výrazne nižšia bolesť
- precízne inžektovanie pre lepší výsledok
- redukované vedľajšie účinky

VHODNÉ NA APLIKÁCIU:

- kruhy pod očami
- korekcia pier
- výplň vrások
- mezoterapia
- omladenie

ALENA:

Z UNAVENEJ A PRÍSNEJ TVÁRE MÔŽE BYŤ ODPOČINUTÁ A SVIEŽA

AJ NAPRIEK TOMU, ŽE VÁŠ VEK VÁS EŠTE NEPREDURČUJE K UNAVENÉMU VZHĽADU, MÔŽE SA STAŤ, ŽE KVÔLI NEPRÍJEMNE HLBOKÝM A VÝRAZNÝM KRUIHOM POD OČAMI JE TO PRÁVE NAOPAK. TO BOL DÔVOD, KTORÝ PRIVIEDOL 29-ROČNÚ SLEČNU ALENKU NA KLINIKU PLASTICKEJ A ESTETICKEJ CHIRURGIE ENVY.



Pokožka v oblasti očí je veľmi citlivá, jemná a ľahko odhalí známky únavy či starnutia. Kruhy pod očami sa objavujú najprv v kútikoch očí a neskôr sa rozširujú, čo spôsobuje, že oči pôsobia smutne a unavene. V takom prípade nám nepomôže ani dekoratívna kozmetika.

S KRUIHMÍ POD OČAMI SI PORADÍ NOVINKA

Vhodný a zároveň neinvazívny spôsob riešenia tohto problému je aplikácia TEOSYAL Redensity II Eyes. Kruhy pod očami môžu vznikáť z rôznych dôvodov, ako sú únava, nedostatočné prekrvenie pokožky, nezdravý životný štýl, ale veľmi často, ako u slečny Alenky, sú aj dedičné. Teosyal Redensity II Eyes je injektovateľný gél na báze kyseliny hyalurónovej, ktorý je ako prvý na trhu špeciálne určený na ošetrovanie jemnej a citlivej oblasti okolia očí.

„Je to okamžité riešenie na odstránenie kruhov pod očami ako u žien, tak aj u mužov. Prirodzené, bezpečné a až 12 mesiacov trvajúce výsledky zaručia vašu výraznú zmenu k lepšiemu. Obsahuje lidokaín, anestetikum, ktoré zabezpečuje optimálny komfort po celú dobu aplikácie,“ povedala o ošetrovaní uznávaná odborníčka na estetické zákroky MUDr. Zuzana Kožuchová. Prípravok je taký účinný, pretože obsahuje výnimočné zloženie 3 v 1: kyselinu hyalurónovú, ktorá

odáva pokožke hydratáciu, elasticitu a pevnosť, dermo-reštrukturalizačný komplex látok (8 aminokyselín, 3 antioxidanty, 2 minerály a vitamín B6), ktorý obnovuje štruktúru pokožky a lidokaín. Tento gél bol vyvinutý vďaka odborným znalostiam a poznatkom oddelenia výskumu a vývoja TEOXANE Laboratories.

„Obrovskou výhodou tohto ošetrovania je, že môžete takmer okamžite normálne fungovať v spoločnosti bez toho, aby si na vás okolie všimlo okrem vášho výrazného rozjasnenia tváre akékoľvek iné invazívne zmeny. V mieste aplikácie sa môže objaviť začervenanie a drobné modrinky, ktoré zjemníte prikladaním chladiaceho vankúšika po injektovaní,“ doplnila MUDr. Kožuchová.

ÚZKE PERY VZBUDZUJÚ PRÍSNY DOJEM

Ako druhý zákrok zvolila pre Alenu zväčšenie hornej a dolnej pery pomocou kyseliny hyalurónovej, konkrétne 1 ml Princess voluma. Alenu trápil jej prísny výraz tváre, ktorý spôsobovala práve absencia objemu v spomínanej hornej a dolnej časti pier.

V dnešnej dobe už mnohí poznáme výraz „kačacie“ pery. Toho sa u odborníkov nemusíte obávať vďaka materiálu, ktorý používajú. Na zväčšovanie pier na ENVY klinike sa aplikuje vstrebateľná kyselina hyalurónová.

„Je to najlepšie riešenie, pretože iné druhy materiálov, ako je napríklad kolagén, majú množstvo nežiaducich účinkov. Deformácia pier, vytváranie granulómov (uzlíkov), ktoré môžu pretrvávajúť roky. Často vyžadujú aj operačné riešenie či spôsobujú vážne alergie. Aplikácia kyseliny je absolútne bezpečná, pretože kyselina hyalurónová sa prirodzene nachádza aj v našej koži. Bolesť je minimálna, pretože používame len materiály s obsahom lokálneho anestetika, ktoré okamžite po aplikácii znecitliví na niekoľko minút ošetrovanú časť pery. V prípade zvlášť citlivej klientky aplikujeme na peru krém s obsahom lokálneho anestetika, po ktorom je pera stípnutá a úplne necitlivá. Po zákroku je pera minimálne opuchnutá, takže klientka môže pokračovať v bežnej činnosti, dokonca si pokojne môže naniesť na pery aj rúž,“ vysvetlila MUDr. Kožuchová.

Alena: Som veľmi spokojná

„Cítim sa oveľa lepšie než kedykoľvek predtým. Moje oči konečne nevyzerajú unavene. Vždy pri pohľade do zrkadla ma poteší, ako som sa zmenila. Odporúčam to každej žene, ktorú zlostia krátery pod očami a prísny výraz pier,“ hovorí spokojná Alena.

Odstránenie KRUHOV POD OČAMI

ZBAVTE SA KRUIHOU POD OČAMI NA POČKANIE S PREVRATNÝM TEOSYAL® REDENSITY II EYES

OD 30. ROKU ŽIVOTA SA U VIAC AKO 50 % ŽIEN VYSKYTUJÚ KRUIHY POD OČAMI. ODSTRÁNENIE KRUIHOU POD OČAMI JE VEĽMI JEDNODUCHÝM ZÁKROKOM, KEĎ SA DO MIEST POD OČAMI VPICHUJE ŠPECIÁLNY PRÍPRAVOK. NA KLINIKE ENVY SA POUŽÍVA JEDINEČNÝ TEOSYAL® REDENSITY II EYES. IDE O INJEKTOVATEĽNÝ GÉL NA BÁZE KYSELINY HYALURÓNOVEJ, KTORÝ JE ŠPECIÁLNE URČENÝ NA OŠETRENIE JEMNEJ A CITLIVEJ OBLASTI OKOLIA OČÍ. OKREM KYSELINY HYALURÓNOVEJ OBSAHUJE AJ 8 AMINOKYSELÍN, 3 ANTIOXIDANTY, 2 MINERÁLY A VITAMÍN B6. VÝSLEDOK JE VIDITEĽNÝ OKAMŽITE, OKOLIE OČÍ SA OPÄŤ ROZŽIARI.

AKO VZNIKAJÚ KRUIHY POD OČAMI?

Pokožka okolo očí je veľmi citlivá, jemná a ľahko prezradí známky únavy či starnutia. Kruhy pod očami môžu vznikáť z rôznych dôvodov: únava, nedostatočné prekrvenie pokožky alebo nezdravý životný štýl. Často môžu byť kruhy aj dedičné. Najprv sa objavujú v kútikoch očí, neskôr sa rozširujú, čo spôsobuje, že oči pôsobia smutne a unavene.

EXISTUJE ÚČINNÉ OŠETRENIE?

Ponúkame vám najnovšiu inováciu v ošetrovaniach kruhov pod očami: TEOSYAL® Redensity II Eyes.

PREČO JE PRODUKT TEOSYAL® REDENSITY II EYES JEDINEČNÝ?

Obsahuje výnimočné zloženie 3 v 1: kyselinu hyalurónovú, ktorá dodáva pokožke hydratáciu, elasticitu a pevnosť, dermo-reštrukturalizačný komplex látok (8 aminokyselín, 3 antioxidanty, 2 minerály a vitamín B6), ktorý obnovuje štruktúru pokožky, a lidokaín. Tento gél bol vyvinutý vďaka odborným znalostiam a poznatkom oddelenia výskumu a vývoja TEOXANE Laboratories.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

Pre ženy a mužov s kruhmi pod očami.
Produkt Teosyal® Redensity II EYES nie je vhodný na tmavé pigmentové kruhy a príliš veľké vačky pod očami, ktoré si vyžadujú už chirurgický zákrok.

PRIEBEH ZÁKROKU

Oblasť kruhov pod očami sa najprv vydezinfikuje. Následne prichádza samotná aplikácia Teosyalu v oblasti kruhov jemnou inzulínovou striekačkou. Zákrok je iba mierne bolestivý – produkt Teosyal® Redensity II EYES obsahuje lidokaín – anestetikum, ktoré znižuje bolestivosť a zabezpečuje optimálny komfort po celú dobu aplikácie. Výsledky sú viditeľné okamžite po aplikácii a vydržia v priemere 12 mesiacov (výsledky klinickej štúdie).

REKONVALESCENCIA

V oblasti aplikácie sa môžu vyskytnúť modrinky, mierny opuch alebo malé chrastičky po vpichoch, ktoré sa úplne vytratia do 2 týždňov. Prechodné nedostatky sa dajú jednoducho zakryť mejkapom.

SKINBOOSTERS BY Sharon Stone

ZÁZRAK HLĚBKOVEJ HYDRATÁCIE KOŽE

Prípravky Restylane Skinboosters prinášajú úplne nový prístup k výžive kože. Sú vyvinuté špeciálne tak, aby bola zabezpečená jej hĺbková hydratácia. To znamená, že zvýšenie úrovne hydratácie vnútri kože sa prejaví dlhotrvajúcim zvlhčením a pozitívnymi zmenami na jej povrchu.

Ošetrovanie spočíva v podaní hydratujúcich mikroinjekcií mäkkej gélovitej látky nazývanej kyselina hyalurónová (HA) do kože na zvýšenie jej pevnosti, pružnosti a žiarivosti.

Kyselina hyalurónová sa prirodzene vyskytuje v tele a udržiava v koži vlhkosť. S vekom sa kvalita našej HA postupne zhoršuje. Teraz máte možnosť obnoviť a udržať si prirodzenú úroveň hydratácie zvnútra vďaka stabilizovanej HA v prípravkoch Restylane Skinboosters, ktorá pôsobí niekoľko mesiacov. Doprajte svojej koži nádherne prirodzený jas.

AKO NA ROZJASNENIE

Prípravky Restylane Skinboosters umožňujú postupnú zmenu kvality a pružnosti kože. Dodávajú jej prirodzený, ale viditeľne oživený vzhľad, ktorý vám budú všetci závidieť.

RESTYLANE
SKINBOOSTERS

MOŽNO VŠESTRANNE VYUŽIŤ NA OŠETRENIA, KTORÉ SÚ VHODNÉ:

- pre mužov a ženy s akýmkoľvek typom kože,
- pre ľudí s mladšou aj zrejšou kožou,
- na tvár, krk, ruky a dekolt,
- pre tých, ktorí si chcú zlepšiť štruktúru kože, napr. kožu s jazvami po akné alebo s fotopoškodením.

AKO PRÍPRAVKY RESTYLANE SKINBOOSTERS ZABEZPEČUJÚ HLĚBKOVÚ HYDRATÁCIU?

Tak ako kvet čerpá vodu svojimi koreňmi, prípravky Restylane Skinboosters hydratujú hlboké vrstvy kože, aby sa účinok prejavil na povrchu, kde si ho každý všimne.

JEDNODUCHÝMI KROKMI K NÁDHERNEJ KOŽI

Ošetrovanie s Restylane Skinboosters spočíva v podaní viacerých veľmi tenkých injekcií do vybranej oblasti kože s cieľom postupne zlepšiť jej kvalitu a dopriať jej zdravý jas. Výsledky môžu byť viditeľné už po jedinom ošetrovaní, na dosiahnutie optimálnych výsledkov vám však odporúčame absolvovať počiatočný „štartovací“ cyklus, ktorý sa obvykle skladá z troch sedení s odstupom 2 až 4 týždňov.

Kyselinu hyalurónovú z Restylane Skinboosters vaše telo postupne v priebehu niekoľkých mesiacov rozloží. Na udržanie nádhernej kože sa odporúča absolvovať pravidelné udržiavacie ošetrovanie približne každých šesť mesiacov.

VÁŠ VZHEAD VAŠA VOĽBA

Prípravky Restylane Skinboosters existujú v rôznych typoch, aby čo najlepšie zodpovedali individuálnym potrebám a typu kože.

Restylane Skinboosters sa môžu používať ako samostatné ošetrovanie, ale aj v kombinácii s inými požadovanými estetickými procedúrami, napríklad výplňami. Porozprávajte sa so svojim lekárom, ktorý vám odporučí najvhodnejší prípravok a harmonogram ošetrovaní na dosiahnutie želaného výsledku.

Ešte niekoľko informácií o tom, čo vás čaká na ceste k hydratovanej, nádhernej koži. Na podrobnosti alebo rady, ktoré sa týkajú váš konkrétne, sa opýtajte svojho lekára.

PRED OŠETRENÍM

Informujte svojho lekára:

- o liekoch, ktoré teraz užívate (napríklad aspirín alebo antikoagulantmi),
- o poruchách imunity,
- o alergiách,
- o predchádzajúcich estetických ošetrovaniach,
- o tehotenstve alebo do-

jeň.

POČAS OŠETRENIA

Pri každej návšteve vám lekár podá sériu malinkých tenkých injekcií s malým objemom do strednej až hlbkej dermis (podkladovej vrstvy) kože.

Pri tomto výkone môžete pociťovať určité nepohodlie. Aby bolo ošetrovanie pohodlnejšie, môže injekčný roztok obsahovať mierne anestetikum alebo vám lekár môže pred ošetrovaním podať lokálne anestetikum.

Každé sedenie s ošetrovaním trvá obvykle 15 – 20 minút.

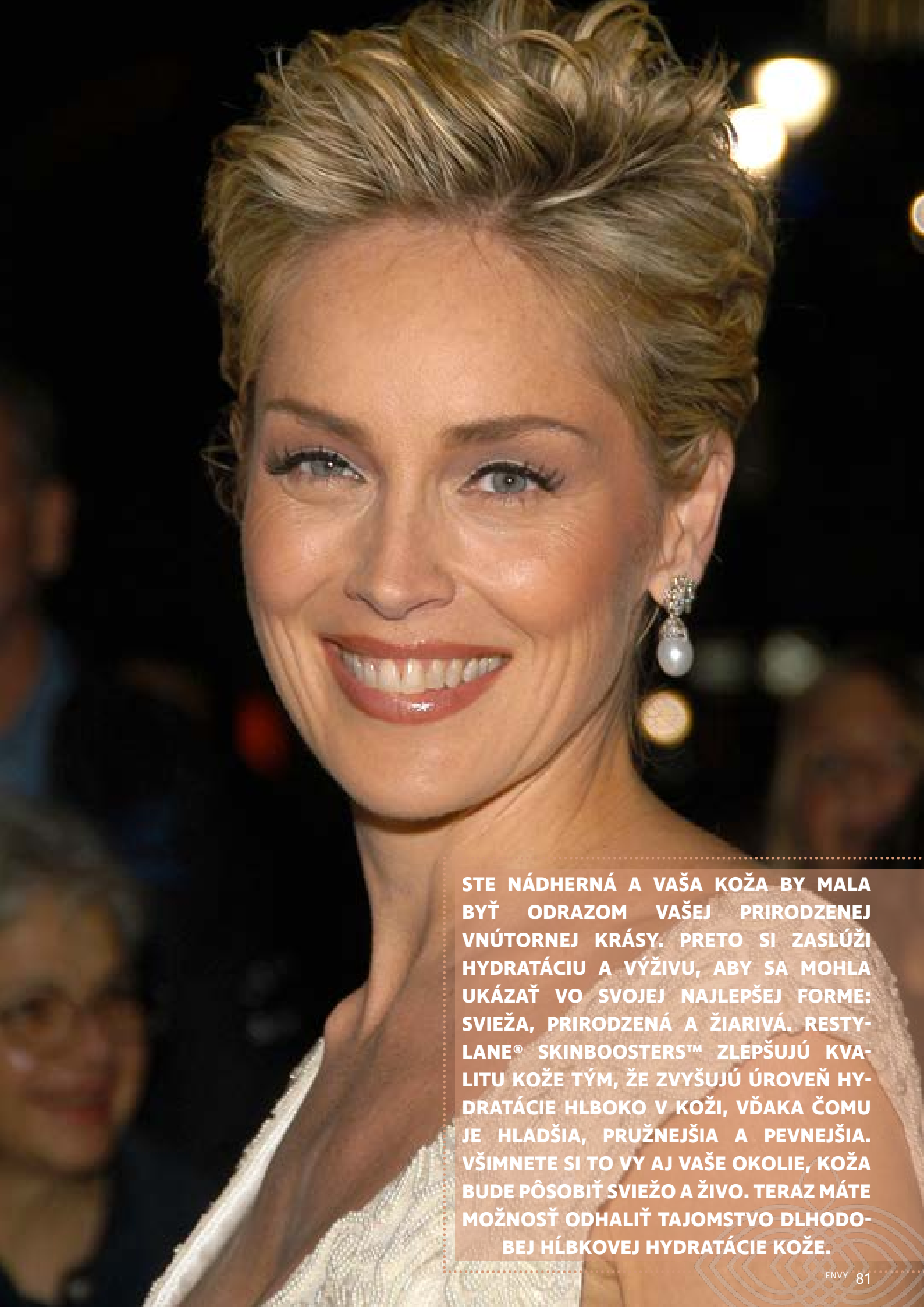
PO OŠETRENÍ

Okolo ošetrovanej oblasti sa môže následne objaviť mierne sčervenanie alebo drobné modriny, ktoré by mali po niekoľkých dňoch vymiznúť, v niektorých prípadoch však môžu modriny pretrvávajúť až 2 týždne.

Lekár vám môže odporučiť použitie čistej chladivej podušky, ktorá pomáha zmierniť opuch.

Bezprostredne po ošetrovaní nenanášajte na kožu mejkap. Po asi 24-hodinovom odpočinku môžete podľa potreby použiť ľahký mejkap na prekrytie prípadného sčervenania či modrín.

Vyhýbajte sa nadmernému pobytu na slnku alebo extrémnemu chladu aspoň dovtedy, kým nevyzmizne počiatočný opuch/sčervenanie.



STE NÁDHERNÁ A VAŠA KOŽA BY MALA BYŤ ODRAZOM VAŠEJ PRIRODZENEJ VNÚTORNEJ KRÁSY. PRETO SI ZASLÚŽI HYDRATÁCIU A VÝŽIVU, ABY SA MOHLA UKÁZAŤ VO SVOJEJ NAJLEPŠEJ FORME: SVIEŽA, PRIRODZENÁ A ŽIARIVÁ. RESTYLANE® SKINBOOSTERS™ ZLEPŠUJÚ KVALITU KOŽE TÝM, ŽE ZVYŠUJÚ ÚROVEŇ HYDRATÁCIE HLBOKO V KOŽI, VĎAKA ČOMU JE HLADŠIA, PRUŽNEJŠIA A PEVNEJŠIA. VŠIMNETE SI TO VY AJ VAŠE OKOLIE, KOŽA BUDE PÔSOBIŤ SVIEŽO A ŽIVO. TERAZ MÁTE MOŽNOSŤ ODHALIŤ TAJOMSTVO DLHODOBEJ HĽBKOVEJ HYDRATÁCIE KOŽE.

ODSTRÁNENIE MIMICKÝCH VRÁSOK *botulotoxínom*

PREVENCIA VZNIKU MIMICKÝCH VRÁSOK A RÝCHLE ODSTRÁNENIE UŽ VZNIKNUTÝCH VRÁSOK

DROBNÉ VRÁSKY, KTORÉ KAZIA CELKOVÝ DOJEM TVÁRE? RIEŠENÍM JE APLIKÁCIA BOTULOTOXÍNU. APLIKÁCIA BOTULOTOXÍNU PATRÍ SPOLU S KYSELINOU HYALURÓNOVOU K NAJČASTEJŠIE POUŽÍVANÝM METÓDAM OMLADZOVANIA. BOTULOTOXÍN VRÁSKY NIELEN VYHLADZUJE, ALE JE AJ VYNIKAJÚCOU PREVENCIOU PROTI VZNIKU VRÁSOK. EFEKT JE OKAMŽITÝ A DLHODOBÝ. VYHLADENÍM MIMICKÝCH VRÁSOK SA ZJEMNIA ČRTY VAŠEJ TVÁRE.

KDE SA NA TVÁRI APLIKUJE BOTULOTOXÍN?

- Do oblasti glabely – vráska medzi obočím, tzv. vráska hnevu.
 - Do oblasti čela – horizontálne vrásky na čele, tzv. vrásky údivu. Pozitívnym efektom pri aplikácii do hornej časti čela je nadvihnutie vonkajších strán obočia.
 - Do vrások pri vonkajších kútikoch očí, tzv. stračie nôžky.
 - Do vrások vzniknutých po stranách nosa, ktoré vznikajú pri krčení nosa.
 - Odstránenie vrások na hornej pere. Naša klinika sa však snaží aplikáciu do tejto oblasti nerealizovať často, z dôvodu vzniku úplného znehybnenia hornej pery, čoho následkom je znemožnenie špúlenia pery pri bežných úkonoch, akými sú pitie nápojov z pohára alebo bozkávanie. Účinne sa dajú tieto vrásky odstrániť kyselinou hyalurónovou.
- V poslednom období sa botulotoxín využíva aj vo forme mezobotoxu – čo je trojnásobne zriedený botulotoxín. Pri tejto metóde sa roztok aplikuje do jemných povrchových vrások, napríklad na lícach, brade a krku. Výsledkom je zrelaxovaná koža bez vrások.

KEDY JE TEN SPRÁVNY VEK ZAČAŤ S APLIKÁCIOU BOTULOTOXÍNU?

Neexistuje presná veková hranica. Botulotoxín sa dá aplikovať už od 17-tich rokov. V tomto veku môže vzniknúť u mladých ľudí zlozvyk – krčenie čela medzi obočím, čím dochádza k vzniku prvých vrások. Horná veková hranica, keď botulotoxín ešte má efekt, je cca 50 rokov. Vo vyššom veku sú už vrásky fixované, pozorujeme tzv. polámanú kožu, ktorá sa už aplikáciou botulotoxínu nedá odstrániť.

AKO PREBIEHA APLIKÁCIA BOTULOTOXÍNU?

Samotný zákrok je veľmi jednoduchý a prebieha rýchlo. Botulotoxín sa aplikuje tenkou ihlou – inzulínkou, preto vpichy takmer necítite. Počet vpichov závisí od lokality, do ktorej je botox aplikovaný, pohybuje medzi 3 – 7 vpichmi. Po vpichoch môže niekoľko minút pretrvávajúť mierne zdurenie či začervenanie, prípadne drobná modrina, ktorá sa dá prekryť korektorom a do niekoľkých dní vymizne. Samotný efekt nastupuje

po 48 – 72 hodinách a plne sa rozvinie do 2–3 týždňov.

Po prvej aplikácii efekt pretrváva cca 3–4 mesiace, pri opakovaných aplikáciách sa efekt botulotoxínu predlžuje až na 9 – 12 mesiacov. Dĺžka trvania zákroku je približne 10 minút.

ČO MÔŽEM A ČO NEMÔŽEM ROBIŤ PO APLIKÁCII BOTULOTOXÍNU?

Po zákroku by ste si nemali 4–6 hodín lahnúť do vodorovnej polohy a predkláňať sa, neodporúča sa dva dni piť alkohol, vykonávať nadmernú fyzickú aktivitu – napríklad cvičiť a ísť do sauny. Dôležité je aj nedotýkať sa ošetrenej oblasti. Zároveň sa odporúča čo najviac pohybovať ošetrovanými svalmi – krčiť čelo, mračiť sa a usmievať sa. Tým bude efekt účinnejší.

KEDY SA NEODPORUČA REALIZOVAŤ TENTO ZÁKROK?

Kontraindikáciou je predovšetkým tehotenstvo, ktoré musí byť absolútne vylúčené, tiež dojčenie a autoimúnne ochorenia.

BOTULOTOXÍN V DERMATOLÓGI

Napriek dlhoročným skúsenostiam s danou látkou sa často stretávame s negatívnym postojom k tejto metóde, klientky majú strach a obavy, že ide o jed.

BOTULOTOXÍN POUŽÍVANÝ V MEDICÍNE JE ABSOLÚTNE BEZ- PEČNÝ A MÁ MINIMUM NEŽIADUCICH ÚČINKOV

Kozmetický efekt botulotoxínu bol prvýkrát popísaný americkým plastickým chirurgom Dr. Clarekom. V roku 1992 bol prvýkrát opísaný aj jeho efekt na vrásky v oblasti očí. V očné lekárske sa totiž botulotoxín používal už dávnejšie na odstránenie tikov a ako vedľajší efekt popisovali pacienti aj vymiznutie vrások v mieste aplikácie tejto látky.

V roku 2002 bol botulotoxín typu A (BOTOX) schválený americkým úradom na kontrolu liečiv FDA na dočasné vylepšenie vzhľadu bez použitia skalpela a operačných prístupov.

Vampire facial

PLEŤ ZAŽIARI
A ROZKVITNE
VLASTNOU KRVOU

METÓDA VAMPIRE FACIAL JE DOSLOVA ŽIVOU VODOU PRE UNAVENÚ PLEŤ, KTORÁ POTREBUJE „VRÁTIŤ ČAS“. PLEŤ VĎAKA METÓDE VAMPIRE FACIAL DOSLOVA ROZKVITNE. METÓDA JE IDEÁLNA PRE DEHYDRATOVANÚ POKOŽKU, KTOREJ CHÝBA ELASTICITA. VAMPIRE FACIAL VYUŽÍVA PRI APLIKÁCII ŠPECIÁLNY INJEKTOR, MEDZIPIŠTOĽ. APLIKOVANÉ VLASTNÉ SÉRUM JE NAVYŠE OBOHATENÉ O KMEŇOVÉ BUNKY A KYSELINU HYALURÓNOVÚ, ČÍM SA EFEKT METÓDY MNOHONÁSOBNE ZOSILŇUJE. VÝSLEDKOM JE VYHLADENÁ A PRIRODZENE ROZKVITNUTÁ POKOŽKA.

Aplikácia obohatenej krvnej plazmy sa teší čoraz väčšiemu záujmu aj medzi poprednými svetovými odborníkmi a celebritami, ktoré jej dávajú absolútnu prednosť pred niektorými agresívnejšími metódami omladzovania.

PRE KOHO JE OŠETRENIE URČENÉ?

- Ak máte dehydratovanú pokožku,
- pokožku, ktorej chýba jas a je „zvädnutá“,
- pokožku, ktorá má vrásky a stráca elasticitu.

Ošetrovanie sa môže aplikovať na oblasť jaziev, vtedy dochádza k zmierneniu jazvy.

PRIEBEH ZÁKROKU

Lekár klientovi injekčne odoberie určité množstvo krvi. Následne krv prostredníctvom centrifúgy separuje na červené krvinky, krvné doštičky a čistú krvnú plazmu. Do získanej krvnej plazmy

pridá aktívator, spomínané kmeňové bunky, prípadne vitamíny a kyselinu hyalurónovú. Takáto obohatená zmes (približne 3 ml) sa metódou injektora – mezoterapeutickej pištole, vstrekuje do požadovaných lokalít. Pred samotnou aplikáciou sa na tvár, krk či dekolt nanáša lokálne anestetikum. Bolesť je tým maximálne potlačená.

Medzipišťoľ dokáže v priebehu niekoľkých minút ošetriť dôkladne celú pokožku tváre, krku alebo dekoltu prostredníctvom niekoľko stoviek vpichov (v priemere 600 - 700). Vpichy sú minimálne až takmer úplne nebolestivé, keďže prístroj vpichy vykonáva v podtlaku. Medzipišťoľ je riadená počítačom. Lekár si sám navolí hĺbku vpichu, ktorá závisí od ošetrovanej lokality.

Po zákroku sa na oblasť aplikuje špeciálny krém, ktorý zmiernuje opuch a prípadné malé modrinky. Opuch a modrinky je možné prekryť mejkapom. Výsledný efekt sa dostaví do 2 - 3 týždňov. Efekt pretrváva približne 6

mesiacov.

Dĺžka celého zákroku je 1 hod. a 30 minút. Prvých 30-45 minút sa tvár znečistivuje pomocou krému a zároveň sa odoberá krv, ktorá sa centrifuguje. Následne v priebehu ďalších 30 minút prebieha samotný zákrok.

VAMPIRE FACIAL KLASIK

Ošetrovanie pozostáva z aplikovania krvnej plazmy bez prídania kyseliny hyalurónovej. Krvná plazma sa aplikuje ručne, klasickou mezoterapiou.

Priebeh zákroku: Klientovi sa odoberie malé množstvo krvi a pomocou centrifúgy sa získa krvná plazma, ktorá sa aplikuje do oblasti tváre. Samotná krvná plazma má blahodarné, omladzujúce účinky na pleť, naštartuje tvorbu kolagénu a vyhladí vrásky.

REKONVALESCENCIA

Po zákroku nie je potrebná žiadna špeciálna rekonvalescencia. Dôležité je piť dostatok vody.

ULTHERAPIA (Ulthera)

REVOLUČNÁ NOVINKA
V OMLADZOVANÍ – NEINVAZÍVNA ALTERNATÍVA CHIRURGICKÉHO FACELIFTINGU

ULTHERAPIA VYUŽÍVA PRIRODZENÚ REGENERAČNÚ SCHOPNOŠŤ ORGANIZMU JEMNE A POSTUPNE OBNOVIŤ PAMÄŤ POKOŽKY A PODPORNÉHO TKANIVA DO STAVU SPRED NIEKOĽKÝCH ROKOV. PRIRODZENÁ MIMIKA TVÁRE OSTÁVA ZACHOVANÁ. LIFTINGOVÝ EFEKT MÔŽE PRETRVÁVAŤ AŽ 5 ROKOV. ULTHERAPIA PREDSTAVUJE NOVÚ AMERICKÚ TECHNOLOGIU, PRÁVE PRICHÁDZAJÚCU NA EURÓPSKY TRH. PRÍSTROJ ULTHERA EFEKTÍVNE BOJUJE PROTI ZNÁMKAM STARNUTIA A PREJAVOM ZEMSKÉJ GRAVITÁCIE NECHIRURGICKÝM OŠETRENÍM, KTORÉHO ZÁKLADOM JE VYSOKO ÚČINNÝ ULTRAZVUK.

PRE KOHO JE OŠETRENIE VHODNÉ?

Vhodným kandidátom je každý, koho pokožka je ochabnutá a menej pevná. Ovisnuté obočie je často znakom „zrelej“ pokožky. Zároveň je to vítaná a účinná alternatíva pre všetkých klientov, ktorí chirurgický liftingový zákrok odmietajú.

KTORÉ OBLASTI SÚ VHODNÉ NA OŠETRENIE?

Vhodnými oblasťami je celá tvár, t. j. oblasť líc, okolie ušnic, krku, okolie očí a čelo, ruky a nohy. Pri ošetrovaní tváre a krku sa dosiahne:

1. browlift (zdvihnutie obočia) a aj zdvihnutie poklesnutých viečok,
2. lifting a spevnenie ochabnutých líc,
3. spevnenie krku, podbradku a vyrysovanie okraja sánky.

PRIEBEH ZÁKROKU

Podobne ako pri iných ultrazvukových aplikáciách sa na pokožku priloží hladká ultrazvuková hlavica, pomocou ktorej sa na obrazovke prístroja zobrazí detailný obraz vašej pokožky, ktorý pomôže presne naplánovať priebeh ošetrovania. Ultrazvukovou hlavicom následne lekár vysielá presne ciele impulzy intenzívneho ultrazvuku do hĺbky 4-5 mm podporného tkaniva – dosahujú sa tu najlepšie liftingové výsledky. Pokožka reaguje na dodanú energiu tvorbou nového kolagénu, vďaka ktorému sa postupne spevní a vypne. Ultherapia sa môže vykonávať počas celého roka. V lete po ošetrení je možné opalovať sa. Dĺžka ošetrovania celej tváre trvá 60 minút.

KONTRAINDIKÁCIE

Žiadne.

KOLKO OŠETRENÍ JE NUTNÉ ABSOLVOVAŤ A AKÉ VÝSLEDKY MÔŽEM OČAKÁVAŤ?

Už jediné ošetrenie naštartuje celkový regeneračný proces. Finálny výsledok sa progresívne vyvíja po dobu nasledujúcich 2 – 3 mesiacov. Viditeľné výsledky sú lifting a spevnenie ochabnutej pokožky. Finálny výsledok je viditeľný po 90 dňoch. Klienti uvádzajú, že ich pokožka na tvári a krku je už bezprostredne po ošetrení pevnejšia a vypnutá. Ďalšou výhodou Ultherapie je, že okrem viditeľných výsledkov vytvára Ulthera i na prvý pohľad neviditeľné progresívne výsledky: tvorba nového kolagénu, ktorý spomaľuje celkový proces starnutia. Benefit z ošetrovania môže pretrvávajúť po dobu až 5 rokov.

ČO MÔŽEM OČAKÁVAŤ PO OŠETRENÍ?

Po ošetrení nie je nutná žiadna špeciálna rekonvalescencia. Pokožka môže byť po zákroku dočasne jemne červená. Začervenanie však ustupuje v priebehu nasledujúcich pár hodín. Typické sú niekoľko dní po zákroku pocity pnutia kože, citlivosť na dotyk, možné modrinky, prípadne mierny opuch. Tieto prejavy však vymiznú počas 3-4 dní. Po zákroku klient necíti žiadnu bolesť.

JE ZÁKROK BOLESTIVÝ?

Je možné, že pocítite relatívne neprijemný pocit počas tepelného pôsobenia ultrazvuku. Tento pocit je len dočasný a signalizuje, že došlo k ovplyvneniu správnych vrstiev kože a že sa začal proces tvorby nového kolagénu. Bolesť je možné zmierniť podaním tabletky proti bolesti.



ČÍM SA ULTHERAPIA ODLIŠUJE OD OSTATNÝCH METÓD?

Ultherapia je jediné omladzujúce nechirurgické ošetrenie, ktoré umožňuje neinvazívne pomocou ultrazvuku „vidieť“ pod úroveň kože a špeciálne sa zamerat na hlboké podporné tkanivo. Má schopnosť ošetriť precízne nielen povrch pokožky, ale aj jej hlbšie vrstvy a zabezpečuje tým bezpečné, prirodzené a vynikajúce výsledky bez nutnosti rekonvalescencie.

JE ULTHERA LEPŠIA AKO NEINVAZÍVNE PRÍSTROJE PRACUJÚCE NA BÁZE RÁDIOFREKVENČNEJ ENERGIE?

Sú rôzne typy rádiových prístrojov (monopolárne, bipolárne, multipolárne). Niektoré pracujú len povrchovo, iné hlbšie, ale aj tie najlepšie (Thermage) dostanú tepelnú energiu maximálne do spodnej vrstvy kože. Ulthera ide asi o 50 % hlbšie ako Thermage a pracuje na úrovni SMAS-u, čo nedokáže žiadny iný prístroj na trhu.

ULTHERA – FDA SCHVÁLENÁ NEINVAZÍVNA LIFTINGOVÁ PROCEDÚRA

- Jediná FDA schválená neinvazívna liftingová procedúra – 9 z 10 pacientov dosiahlo signifikantný lifting; potvrdený vysoký stupeň bezpečnosti tohto ošetrovania.
- Maximálna bezpečnosť – klinické štúdie a desiatky tisíc ošetrení.
- Najvyhľadávanejšie neinvazívne ošetrenie s najvyšším ratingom spokojnosti klientov i lekárov.
- Najpublikovanejšia procedúra v médiách v uplynulom období.

Plné symetrické pery dokážu s celkovým dojomom tváre urobiť zázraky a zvýšiť vašu príťažlivosť. Kyselina hyalurónová sa na našej klinike aplikuje buď za účelom zväčšenia objemu pier – u klientok, ktoré nie sú spokojné s tvarom a veľkosťou pier, alebo za účelom odstránenia vrások z okolia pier – zvyčajne u starších klientok. Ako výplňový materiál sa používa kyselina hyalurónová určená priamo na pery, ktorá na rozdiel od iných kyselín minimalizuje vznik opuchov a uzlíkov. Pery budú mäkké, jemné a prirodzené.

SPÔSOB APLIKÁCIE A VÝPLŇOVÝ MA- TERIÁL

V prípade zväčšenia objemu pier sa pery jednoducho vyplnia kyselinou hyalurónovou, čím zmenia svoj objem a tvar. Ak sa odstraňujú vrásky z okolia pier, vykresľujú sa kontúry pier, čím sa docielu vyrovnanie vrások a zároveň dôjde k zvýrazneniu okrajov pier.

Na zväčšovanie a korekciu okolia pier sa na našej klinike používa vstrebateľný materiál – kyselina hyalurónová. Iné druhy materiálov, akým je napríklad kolagén, majú množstvo nežiaducich efektov: deformácia pier, alergie, vytváranie granulómov – uzlíkov, ktorých odstránenie si vyžaduje operačné riešenie. Aplikácia kyseliny hyalurónovej je absolútne bezpečná, pretože kyselina hyalurónová sa v našej koži nachádza prirodzene.

Materiál EMERVEL LIPS – NOVINKA: Volumizácia pier. Najnovšia metóda korekcie pier, ktorej výsledkom je prirodzený vzhľad pier. Vyrovná asymetriu, zväčší objem a dokonale vytvaruje pery. Pery si zároveň zachovávajú svoju mäkkosť.

PRIEBEH ZÁKROKU

Samotnému zákroku predchádza bezplatná konzultácia, pri ktorej sa s klientkou dohodneme na požiadavkách pre výsledný efekt pier.

Zárok zvyčajne delíme na dve aplikácie. Pri prvej aplikácii aplikujeme polovicu alebo až 2/3 ampulky. Druhá aplikácia sa uskutočňuje väčšinou po dvoch týždňoch, keď sa dopichuje zvyšok materiálu. U niektorých stálych klientok sa materiál zvyčajne aplikuje počas jedného sedenia. Klientky už vedia, aký efekt očakávajú. Dĺžka trvania samotného zákroku je 5-7 minút.

Tesne po zákroku je pera opuchnutá minimálne. Klientka môže pokračovať v bežnej dennej činnosti. Na pery si je možné ihneď naniest aj rúž. Zvýšený opuch pier je ale možné očakávať hlavne ráno niekoľko prvých dní po zákroku, nie je to však žiadny extrém, ktorý by znemožňoval vykonávanie štandardných denných činností. Ranný opuch však v priebehu pár hodín ustupuje. Úplné vymiznutie opuchu a „usadenie“ materiálu je možné očakávať cca do 2 týždňov.

Oficiálne uvádzaná dĺžka efektu zväčšenia pier výplňovým materiálom je 12 mesiacov. Z našich skúseností však vieme, že efekt sa predlžuje aj o niekoľko mesiacov, v niektorých prípadoch aj na dva roky.

MINIMÁLNA BOLESTIVOSŤ ZÁKROKU

Boleť zákroku je minimálna. Materiály EMERVEL obsahujú lokálne anestetikum, ktoré okamžite po vpichu znecitliví ošetrovanú časť pier na niekoľko minút. V prípade zvlášť citlivých klientok je možné aplikovať na peru krém s obsahom lokálneho anestetika, nech pera znecitlivie a stúpne.

KONTRAINDIKÁCIE

Akútna vírusová či bakteriálna infekcia – herpes alebo iná infekcia vyskytujúca sa priamo na pere. V týchto prípadoch je nutné zákrok odložiť o niekoľko dní.

Zväčšenie pier,

KOREKCIA OKOLIA PIER

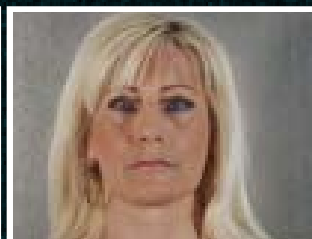
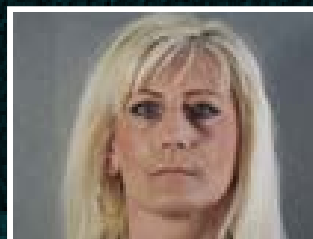
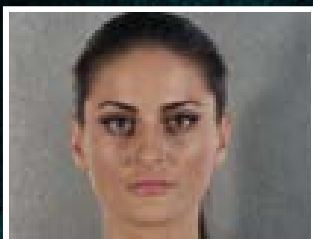
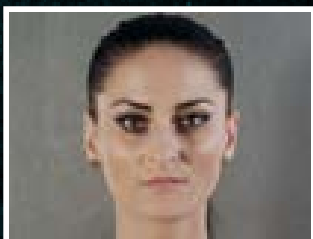


KRÁSNE PERY V KAŽDOM VEKU – ZVÄČŠENIE OBJEMU PIER A ODSTRÁNENIE VRÁSOK Z OKOLIA PIER



Pokiaľ sa každý deň obzeráte v zrkadle a túžite po krásnych perách, nemusíte sa tohto zákroku vôbec obávať. Na našej klinike uprednostňujeme prirodzený vzhľad. Výsledkom určite nebudú nafúknuté klobasovité pery (ako u niektorých našich nemenovaných "celebrít"), ale plné pery absolútne prirodzeného vzhľadu.

DOKONALÉ PERY POTEŠILI MARTINU A ANNU



ENNY – Klinika estetickej medicíny potešila ďalšie dve výherkyne pravidelnej súťaže – ENNY PREMENY. Obidve premeny sa týkali pier. V prvom prípade klinika urobila radosť slečne Martine, ktorú trápila asymetria pier, a v druhom prípade potešila pani Annu, ku ktorej bola príroda skúpa a pery jej prakticky „nenadelila“. Materiál, ktorý bol použitý, je horúca novinka na trhu estetickej medicíny – Emervel Lips. Výsledkom jeho aplikácie je absolútne prirodzený vzhľad pier so zachovaním ich mäkkosti.

TÚŽBA PO SÚMERNEJŠÍCH PERÁCH

Slečna Martina je študentkou a do súťaže sa prihlásila pre splnenie svojho malého sna. Jej túžbou je mať pery súmernejšie a plnšie. „Na perách bolo vidieť miernu asymetriu – na pravej strane bola pera dlhšia, viacej vykrojená a na ľavej strane bola pera zase o niečo kratšia a trochu hrubšia. Propozíčne k ostatným črtám tváre si pery žiadali jednoznačne pridať aj na objeme,“ opisuje MUDr. Zuzana Kožuchová. Na pery tesne pred zákrokom Martine naniesli špeciálny krém s lidokaínom, čím pery a aj oblasť okolo nich znecitliveli. Za pomoci materiálu Emervel Lips, ktorý je určený špeciálne na aplikáciu do pier, sa Martine pery najprv vykontúrovali, vyrovnali sa asymetrie a následne sa dodal perám objem najnovšou metódou – tzv. volumizáciou pier. Metóda zaručí dokonalý výsledok v podobe prirodzeného vzhľadu pier, bez umelého efektu. Pery si zároveň zachovávajú svoju mäkkosť, čo v prípade

iných, menej kvalitných materiálov, nie je zaručené.

NOVÉ PERY SPLNILI OČAKÁVANIA

K celkovej veľkosti a črtám Martinej tváre dostali pery presne taký objem a tvar, aký majú mať. Po zákroku Martina badala na perách mierny opuch. Ten sa však vytratil do 3 dní. „Po odpuchnutí sa pery trochu stiahnu a až následne začnú zväčšovať svoj objem. Za 2-3 týždne získajú pery ideálnu veľkosť a tvar. Je to spôsobené tým, že kyselina hyalurónová na seba viaže vodu postupne. Preto je dôležité piť v tomto období veľa tekutín. Čím viac vody, tým krajší a dlhodobejší výsledok,“ vysvetľuje MUDr. Kožuchová a dodáva, že po zákroku sú pery akoby „surové“. Materiál je pre nich svojím spôsobom cudzí a až po 3 týždňoch sa stane prirodzenou súčasťou pier. A čo na to Martina? „Moje pery boli veľmi dobré. Bola som prekvapená, ale zákrok bolestivý vôbec nebol. Moje nové pery splnili moje očakávania – konečne sú súmerné a plnšie. Možno to bude vyznievať ako klišé, ale páčilo sa mi na klinike všetko – prostredie, pani doktorka, personál a aj to, ako prebiehal samotný zákrok.“

PERY PODĽA PANI ANNY

Sympatickú pani Annu príroda neobdarila plnými perami, a preto sa neváhala zapojiť do súťaže o premenu. Vždy túžila po plných perách. A ako sama hovorí: Ak by si pery „nenakreslila“, nemala by ich. Podľa nej plnšie pery dodajú tvári na atraktivite. MUDr. Kožuchová použila pre

zväčšenie pier rovnako ako u pani Martiny 1 ml materiálu Emervel Lips. „Výrobcom materiálu je farmaceutická spoločnosť, francúzske laboratórium Galderma. Ide o gél na báze kyseliny hyalurónovej, ktorý okrem prirodzeného efektu zabezpečí aj dlhotrvajúci výsledok po dobu najmenej jedného roka. Materiál je klinicky testovaný a klientkami je znášaný veľmi dobre. Štatistiky hovoria, že ak sa klientky rozhodnú pre Emervel Lips, v 86 % sa pre ten istý materiál v budúcnosti rozhodnú znovu,“ opisuje MUDr. Kožuchová, skúsená špecialistka aplikácií výplňových materiálov.

SUPER VÝSLEDOK A SPOKOJNOSŤ

Pre lepšie pohodlie aj pani Anna naniesla pred zákrokom na pery lokálne anestetikum v podobe krému. MUDr. Kožuchová urobila najprv kontúru hornej pery, čím sa pokožka v jej okolí napla a vykorigovala vzniknuté vrásky. Následne sa hornej pere dodal objem, „dokreslila“ sa aj spodná pera, ktorej veľkosť sa pekne prispôbila veľkosti hornej pery. Došlo k decentnému zväčšeniu objemu pier. Doktorka dodáva, že veľké pery sa v žiadnom prípade nedajú urobiť na prvýkrát. Nezabudla zdôrazniť, že s vodou by mala byť pani Anna v najbližších týždňoch najväčší kamarát. A pocity pani Anny? „Moje pery sú po zákroku úplne super, konečne mám pery! Veľmi sa teším a som nadmieru spokojná, nielen s výsledkom, ale rovnako aj s prístupom pani doktorky a tiež celého tímu kliniky. Ďakujem klinike ENNY za premenu.“

UNIKÁTNA ENVY METÓDA
ODSTRÁNENIA VRÁSOK
ALEBO „POZDVIHNUTIA“
TVÁRE METÓDOU
KANYLOVEJ TECHNIKY

Aplikácia kyseliny hyalurónovej

ENVY 3D LIFT

ENVY LIFT JE UNIKÁTNA 3D METÓDA APLIKÁCIE KYSELINY HYALURÓNOVEJ V OBLASTI TVÁRE, ALE AJ KRKU A DEKOLTU. POMOCOU TEJTO METÓDY SA DAJÚ VYMODELOVAŤ NAPRÍKLAD KRÁSNE LÍCNE KOSTI, VYPLNIŤ KRUHÝ POD OČAMI ALEBO ODSTRÁNIŤ NOSOÚSTNE RYHY A TIEŽ „POZDVIHNÚŤ A VYMODELOVAŤ“ CELÚ TVÁR VRÁTANE ODSTRÁNENIA VRÁSOK IBA DVOMI VPICHMI. ENVY LIFT PATRÍ NA NAŠEJ KLINIKE MEDZI NAJOBĽÚBENEJŠIE A NAJVYHLADÁVANEJŠIE PROCEDÚRY A ČASTO SA KOMBINUJE AJ S INÝMI METÓDAMI, NAPRÍKLAD S ULTHEROU ALEBO MEZOTERAPIOU.

ENVY Lift bol vyvinutý dermatologičkou a školiteľkou aplikácie kyseliny hyalurónovej a botulotoxínu MUDr. Zuzanou Kožuchovou. Metóda vychádza z jej dlhoročných skúseností aplikácie kyseliny hyalurónovej u množstva klientov. Metóda kanylovej techniky je síce jedna z najpopulárnejších vďaka svojmu úžasnému efektu, ale ide zároveň o jednu z najnáročnejších techník omladzovania tváre, ktorá patrí do rúk iba dermatológom s dostatočnými skúsenosťami.

V ČOM SPOČÍVA VÝNIMOČNOSŤ TEJTO APLIKÁCIE?

ENVY Lift je zákrok, pri ktorom sa aplikujú rôzne typy kyseliny hyalurónovej – určená na zväčšenie objemu tváre v oblasti lícnych kostí, do okolia pier a na kruhy pod očami alebo kyselina s výplňovo-liftingovým efektom.

PRE KOHO JE OŠETRENIE ENVY 3D LIFT URČENÉ?

Ošetrovanie je určené klientom, u ktorých dochádza vekom k podmienenej deštrukcii kože, podkožia a k ochabnutiu kontúr tváre, avšak na radikálne riešenie plastickým chirurgom je ešte skoro. Je vhodnou alternatívou aj u klientov, ktorí z určitých dôvodov chirurgický zákrok nechcú alebo nemôžu absolvovať.

AKO PREBIEHA ZÁKROK?

Zákroku predchádza dôkladná konzultácia. Pred samotným zákrokom sa zakreslia oblasti tváre, ktoré potrebujú modeláž alebo výplň. Následne sa na dané lokality pripraví správne typy kyseliny hyalurónovej. Aplikácia prebieha pomocou špeciálne upravených kanýl – tenučká dlhá dutá ihla s tupým koncom, pričom len pomocou jedného vpichu je možné ošetriť veľkú časť problémovej oblasti.

Takýmto spôsobom doslova modelujeme kontúry tváre, vytvárame okrúhle dvíhnuté líčka tam, kde v mladosti boli a starnutím povädli, dokážeme vymodelovať okrúhlejšiu bradu, prípadne skorigovať a vyrovnať krivý nos.

Metóda je absolútne nebolestivá, samotná kyselina hyalurónová už obsahuje anestetikum. Miesto vpichu sa môže ešte navyše znecitlivieť aj lokálnym anestetikom. Použitie kanylovej techniky tiež významne skracuje dobu zákroku na cca 10 minút.

Trvácnosť jednotlivých materiálov je približne 12-15 mesiacov.

POZÁKROKOVÁ REKONVALESCENCIA

Použitie kanyly výrazne minimalizuje riziko vzniku modrín, keďže je tupá a nespôsobuje poškodenie cievok. Zároveň umožňuje rovnomernú aplikáciu kyseliny do tých miest, kde je to potrebné. Klient sa môže okamžite zaradiť do bežného spoločenského a pracovného procesu.

Zúženie tváre V-SHAPE

NOVÝ NEINVAZÍVNY
SPÔSOB, AKO ZÍSKAŤ
UŽŠIU TVÁR
A VÝRAZNEJŠIE
LÍCNE KOSTI

MNOHO ŽIEN S OKRÚHLEJŠOU TVÁROU TÚŽI PO TVÁRI UŽŠEJ. DOPOSIAL BOLO MOŽNÉ ZJEMNIŤ PROPORCIE TVÁRE IBA ZA POMOCI ČELUSTNEJ CHIRURGIE, KTORÁ SI VYŽADOVALA DLHÚ REKONVALESCENCIU. KLINIKA ENVY PRINÁŠA NOVÚ NEINVAZÍVNU TECHNIKU BEZ POUŽITIA SKALPELA, V-SHAPE. APLIKÁCIU MATERIÁLU DO ŽUVACIEHO SVALU TVÁRE (LAT. MASSETER) DOCHÁDZA K JEHO ATROFII, VÝSLEDKOM ČOHO JE UŽŠIA TVÁR SO ZVÝRAZENÝMI LÍCNymi KOSTAMI (TVAR PÍSMENA V). V PRAXI TO ZNAMENÁ OSLABENIE A ZMENU OBJEMU SVALU, ČO MÁ ZA NÁSLEDOK DLHODOBÉ ZÚŽENIE ŠÍRKY ČELUSTE. TVÁR ZÍSKAVA UŽŠÍ A SRDCOVITEJŠÍ TVAR.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

- Ak máte neprirodzené širokú tvár, na ktorej dominuje mohutnejší žuvací sval daný geneticky,
- ak trpíte bruxizmom, škripaním zubov, keď komplikáciu predstavuje poškodenie chrupu, ktoré sa prejaví v podobe zväčšenia žuvacieho svalu a neprirodzeného zhrubnutia črt tváre,
- pre klientky s „okrúhlejšou/tučnejšou“ tvárou.

PRIEBEH ZÁKROKU

Jemnou ihlou sa aplikuje potrebné množstvo jednotiek materiálu do žuvacieho svalu. Po jednom týždni odo dňa aplikácie dochádza k zmäknutiu žuvacieho svalu. Do ďalších 6-tich týždňov dochádza k zmäknutiu črt a zúženiu tváre. V prípade jedného ošetrenia sú výsledky dočasné.

Pre dlhodobejšiu zmenu je potrebné absolvovať 2-3 ošetrenia v dvoj- až 4-mesačných odstupoch. Zárok je bezbolestný.

REKONVALESCENCIA

Po zákroku nevznikajú žiadne modriny a klientky nepocitujú žiadnu bolesť. Bezprostredne po zákroku je potrebné obmedziť „nadmerné žuvanie“ v podobe žuvania žuvacích cukríkov, tvrdších mäsových výrobkov a sépiových rýb. Všetky funkcie žuvacieho svalu ostávajú zachované.

KONTRAINDIKÁCIE

Nervovo-svalové ochorenia: Myasthenia Gravis, Lambert-Eatonov syndróm. Zárok nie je vhodný pre tehotné a dojčiacie ženy a tiež pre klientky, ktoré majú akútnu zubnú infekciu.

TVÁRE VAŠICH KLIENTOV HOVORIA ZA VŠETKO

REÁLNE POSTREHY. REÁLNI ĽUDIA. REÁLNE VÝRAZY.



SKRÁTENÁ INFORMÁCIA O LIEKU VISTABEL

Kvalitatívne a kvantitatívne zloženie: Botulotoxín typ A1, 4 Allergan jednotky 0,1 ml prípravenej injekčnej roztoku. Jednotky Allergan nemožno zamieňať s inými prípravkami botulotoxínu. Injekčná liekovka s 50 jednotkami. **Lieková forma:** Prášok na injekčný roztok. Biely prášok. **Farmakoterapeutická skupina:** Myorelaxanciá, periférne pôsobiace látky. **ATC kód:** M03AX01. **Terapeutické indikácie:** Ak má závažnosť nasledujúcich vrások na tvári vážny psychologický dopad u dospelých pacientov, VISTABEL je indikovaný na dočasné zlepšenie vzáňžu: miernych až hlbokých vertikálnych línií pozorovaných pri maximálnom mračení sa medzi obojmi (glabellárne línie), miernych až hlbokých laterálnych línií očného kútika (línie v tvare stopy vrany) pozorovaných pri maximálnom úsmevе, miernych až hlbokých línií v tvare stopy vrany pozorovaných pri maximálnom úsmevе a glabellárných línií pozorovaných pri maximálnom mračení sa pri simultánnej ľečbe. **Dávkovanie a spôsob podávania:** Pacienti botulotoxínu nemožno navzájom zamieňať medzi inými produktmi. Dávky odporúčané v jednotkách Allergan sú odlišné od iných prípravkov botulotoxínu. VISTABEL sa po príprave roztoku musí použiť len na jedno podanie injekcie(í) pacientovi. Odporúčaný injekčný objem je 0,1 ml na jedno svalové miesto. **Pokyny týkajúce sa podávania do glabellárných línií (pozorované pri maximálnom mračení sa):** Pripravte roztok VISTABELU (50 U/1,25 ml) sa podá injekčne s použitím sterilnej ihly s veľkosťou 30, 0,1 ml (4 jednotky) sa podá v každom z 5 injekčných miest: 2 injekcie do každého svalu corrugator (vrášťaváč-občích) a 1 injekcia do svalu procerus (štrýly sval) s celkovou dávkou 20 jednotiek. Zlepšenie hĺbky glabellárných línií pozorovaných pri maximálnom mračení sa sa obvyčajne objaví do jedného týždňa po ľečbe. **Pokyny týkajúce sa podávania do línií v tvare stopy vrany (pozorované pri maximálnom úsmevе):** Pripravte roztok VISTABELU (50 jednotiek/1,25 ml) sa podá injekčne použitím sterilnej ihly veľkosti 30, 0,1 ml (4 jednotky) sa podá do každého z 3 miest vpichu na každej strane do laterálneho svalu orbicularis oculi v celkovej dávke 24 jednotiek v celkovom objeme 0,6 ml (12 jednotiek na jednej strane). Liečebné intervaly nesmú byť častejšie ako raz za 3 mesiace. **Kontraindikácie:** U pacientov so známou precitlivosťou na botulínium toxinu typ A, v prítomnosti myastenie gravis alebo Eatonovho-Lambertovho syndrómu, v prítomnosti infekcie v navrhovaných miestach injekcie. **Osobitné upozornenia a opatrenia pri používaní:** Neodporúča sa pokračovať odporúčané dávkovanie a frekvenciu podávania. Po podaní injekcie botulotoxínu sa veľmi zriedkavo môže objaviť anafylaktická reakcia. Musia byť prítomné k dispozícii epištrín (adrenalin) alebo akékoľvek iné antianafylaktické opatrenia. Pacienti alebo ich ošetrovatelia musia byť poučení tak, aby vyhľadali lekársku pomoc okamžite, keď sa objavia poruchy prehĺtania, reči alebo dýchania. Príliš časté alebo nadmerné dávkovanie môže zvýšiť riziko tvorby protilátok. Ako pri akomkoľvek injekčnom podaní, lokalizovaná bolesť, zápal, parestézia, znížená citlivosť, bolesťovosť, opuch/edém, erytém, lokalizovaná infekcia, kváčanie a/alebo modriny sú spojované s podaním injekcie. Bolesť súvisiaca s ihlou a/alebo úzkosťou viedla k vzájomnejnej reakcii vrátane prechodnej symptomatickej hypotenzie a synkopy. Je potrebné dbať, aby sa VISTABEL nepodal do očí. Existuje riziko vzniku poklesu viečka po ľečbe. Použitie VISTABELU sa neodporúča u osôb mladších ako 18. **Liekové a iné interakcie:** Teoreticky môže byť účinnosť botulotoxínu umocňovaná aminoglykozidovými antibiotikami, spakínimycinom, alebo inými liekmi, ktoré ovplyvňujú nervosvalový prenos (napr. nervosvalové blokátory). **Fertilita, gravidita a laktácia:** Neodporúča sa používať liek VISTABEL počas gravidity a u žien vo fertílном veku nepoužívajúcich antikoncepciu. Použitie VISTABELU počas doňania sa neodporúča. Štúdie u potkaních samcov a samíc preukázali redukciu fertílity. **Ovplyvnenie schopnosti viesť vozidlá a obsluhovať stroje:** Neboli vykonané žiadne štúdie týkajúce sa vplyvu na schopnosť viesť motorové vozidlá a obsluhovať stroje. Avšak, VISTABEL môže spôsobiť asténiu, svalovú slabosť, závraty a poruchy videnia, ktoré môžu mať vplyv na vedenie motorových vozidiel a obsluhu strojov. **Nežiaduce účinky:** Časté – bolesť hlavy, parestézia, pľoža očného viečka, nauzea, erytém, napätosť kože, lokalizovaná slabosť svalov, bolesť tváre, opuch v mieste vpichu, ekchymóza, bolesť v mieste vpichu, podráždenie v mieste vpichu, opuch očných viečok, kváčanie v mieste vpichu*, hematóm v mieste vpichu*, hematóm v mieste vpichu; menej časté – infekcia, stlač, závraty, blefaritída, bolesť oka, porucha videnia (vrátane rozmazaného videnia), sucho v ústach, edém tváre, očných viečok, periorbitálny, reakcie fotosenzitvity, svrbenie, suchá koža, šklbanie svalov, syndróm podobný chripke, asténiu, horúčka, bolesť v mieste vpichu*, parestézia v mieste vpichu, kváčanie v mieste vpichu*, bolesť v mieste vpichu*, nežiaduce reakcie súvisiace s procedúrou. **Zoznam pomocných látok:** ľudský albumín, chlórid sodný. Čas použiteľnosti: 3 roky. Špeciálne upozornenia na uchovávanie: Uchovávať v chladničke pri teplote (2°C - 8°C). **Druh obalu a obsah balenia:** Prášok v injekčnej liekovke (sklo typu I) so zátkou (chrtou) gumu a vieškom (filín); Injekčná liekovka s 50 jednotkami Allerganu botulotoxínu typu A - balenie s počtom jeden alebo balenie s počtom dva kusy. Na tri nemusia byť uvedené všetky veľkosti balenia. **Držiteľ rozhodnutia o registrácii:** ALLERGAN PHARMACEUTICALS IRELAND, Westport, County Mayo, Írsko. **Registračné číslo:** B3/0400/07-S. **Dátum revízie textu:** April 2015. **Určené pre odbornú verejnosť. Liek je väzovaný na lekársky predpis.**

Dalšie informácie sú uvedené v súhrne charakteristických vlastností lieku. Podrobné informácie o tomto lieku sú dostupné na internetovej stránke Štátneho ústavu pre kontrolu liečiv <http://www.sluk.sk>.

Juvéderm[®]
VYXCROSS™ Collection

ALLERGAN
MEDICAL Aesthetics

Silhouette Soft Lift

DOKONALÉ VYPNUTIE TVÁRE POMOCOU NITÍ

Silhouette Soft Lift je technologická inovácia ponúkajúca ženám a mužom to, čo ešte žiadne ošetrenie nikdy neposkytlo takým jednoduchým a minimálne invazívnym spôsobom: preformovaná tvár a obnovený objem prostredníctvom 30-minútovej liečby u svojho lekára. Silhouette Soft predstavuje stav umenia zavesenia nití a mimoriadne pravdivú technologickú inováciu, ktorá otvára novú éru v oblasti estetickej medicíny. Táto technika nezanecháva jazvy a môže byť úspešne použitá na všetky oblasti tváre a krku, čo vedie k čerstvejšiemu a mladistvejšiemu vzhľadu. Doba zotavenia je minimálna a pacient sa môže rýchlo vrátiť do svojho spoločenského života. Silhouette Soft prichádza v podobe plne vstrebateľných nití so vstrebateľnými obojsmernými kuželmi. Bola vytvorená v Spojených štátoch a jej vývoj bol založený na šesťročnej skúsenosti v oblasti zavesenia nití s kuželmi používaných pri rekonštrukčnej a kozmetickej chirurgii.

V priebehu 3 rokov bolo vykonaných viac ako 130 000 ošetrení na celom svete.

TECHNOLOGICKÉ INOVÁCIE SLUŽIACE K OMLADENIU

Keď sa žien opýtate, čo považujú za dve hlavné známky starnutia tváre, odpoveď je vždy strata tónu pleti spôsobujúca ovisnuté kontúry tváre a objavenie vrások, jemné linky a skrčená pleť. Tento jav, ktorý sa zhoršuje s vekom a v menopauze, je dôsledkom straty kolagénu, ktorý je vo všetkých štruktúrach tela, najmä v koži, a ktorý zaisťuje súdržnosť, pružnosť a regeneráciu tkaniva. S vekom sa kolagén znižuje a pokožka ochabuje a je menej pevná. Tvár tiež stratí tuk (vyzerá viac kostnatá), prehĺbuje sa na stranách, ťarcha sa hromadí pod bradou a znižuje líca.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

Silhouette Soft je metóda odporúčaná mužom a ženám od 30 rokov, ktorí chcú viesť účinný boj proti príznakom starnutia a neprajú si podstúpiť žiadnu ťažkú a invazívnu liečbu, ale hľadajú skutočné a prirodzene vyzerajúce výsledky. Váš lekár vám potvrdí, že máte správne charakteristiky pre ošetrenie Silhouette Soft.

SILHOUETTE SOFT KOMBINUJE DVA EFEKTY:

Lifting a regenerácia

Efekt liftingu je okamžitý a diskretný, pretože je výsledkom stlačania tkaniva a zvyšovania pokožky v momente implantovania nití. Po aplikovaní nití lekár vytvorí mierny tlak na ošetrovanú oblasť. Lekár týmto spôsobom pretvaruje povrch pokožky a robí ju viditeľne hladšou.

Regeneračný účinok je postupný: hlavná zložka Silhouette Soft, kyselina polymliečna (PLLA) je známy polymér, ktorý sa používa už mnoho rokov v mnohých biomedicínskych a farmaceutických aplikáciách: šijacie nite, ortopedické čapy, tyče, skrutky a klince na zlomeniny. Takéto aplikácie mohli byť vyvinuté hlavne vďaka faktu, že tento polymér je obzvlášť bio kompatibilný s ľuďmi a tiež úplne bio odbúrateľný.

Vstrebávaním sa pôsobí polymliečna kyselina v hlbších vrstvách pokožky a stimuluje telo tak, že produkuje vlastný kolagén. Takýto krok, ktorý pokračuje v priebehu času, pomáha zvyšovať objem ovisnutých oblastí a obnovuje súmernosť tváre.

AKO PREBIEHA ZÁKROK?

Ide o neinvazívny ambulantný zákrok, ktorý sa vykonáva pri miestnom zne-

citlivení. Vykonajú sa malé, 2 cm rezy v spánkovej časti, kde sa na každú polovicu tváre zavedú 4 vlákna, ktoré sa vpichnú vo vopred označených bodoch v blízkosti nosovoústnej ryhy, ústneho kútika a hrany dolnej čeluste.

Niť je vyrobená z absorbovateľného vlákna, na ktorom sú v pravidelných intervaloch vytvorené uzlíky a medzi nimi pohyblivé poháriky zo vstrebateľného materiálu. Tieto uzlíky umožňujú vláknu lepšie sa uchýtiť v tkanive, a tým udržať jeho napätie. Poháriky sa počas niekoľkých mesiacov vstrebú, netreba sa preto obávať ich viditeľnosti na tvári. Napnutím vlákien sa dosiahne požadovaný liftingový efekt.

REKONVALESCENCIA

Môžu sa objaviť modriny, mierny opuch či drobné priehlbiny alebo hrčky na koži, ktoré zmiznú počas jedného týždňa. Pri správnom zavedení nití je efekt viditeľný okamžite a počas prvých dvoch týždňov sa zlepšuje. Efekt liftingu možno po pár rokoch obnoviť potiahnutím vlákna.

OŠETROVANÉ OBLASTI:

- kontúry tváre
- línia brady
- líca a centrálné oblasti tváre
- obočie
- krk

SÚHRN INFORMÁCIÍ O ZÁKROKU:

- vykonáva sa v lokálnej anestézii
- krátke rezy sú skryté vo vlasoch
- rieši pokles kože dolnej čeluste a hlboké nazolabiálne ryhy
- zavedené vlákna pod kožou nie sú viditeľné ani hmatateľné
- rekonvalescencia trvá len niekoľko dní



LIFTING
STOROČIA BEZ
CHIRURGICKÉHO
ZÁKROKU

MUDr. Zuzana Kožuchová:

SPLNILA SOM SI HOLLYWOODSKÝ SEN

Pani doktorka, čo by ste nám povedali o novinke vašej kliniky "Silhouette Lift"?

Silhouette Lift je nová prepracovaná metóda nitového liftingu, ktorá spĺňa podmienky novej éry estetickej medicíny, a to aby bol zákrok čo najmenej invazívny, nevyžadoval si dlhú rekonvalescenciu a zároveň má výrazný a dlhotrvajúci efekt.

Nitový lifting má pomerne dlhú tradíciu, už pred vyše desaťročím sa začali na Slovensku aplikovať Aptos nite, ktoré mali jedno negatívum, a to nevstrebateľnosť a z toho vyplývajúce nežiaduce účinky a komplikácie. V súčasnosti sú veľmi využívané hlavne v Rusku.

Pred niekoľkými rokmi sa začali používať vstrebateľné Mezonite (velmi obľúbené hlavne v Ázii), ktoré poskytujú silný mezoterapeutický efekt, čiže vypnutie povrchovej kože, no liftingový efekt je už menej výrazný.

Silhouette Lift je veľmi sofistikovanou kombináciou týchto typov nití. Pomocou špeciálnych uzlov a kónusov sa nite po zavedení zachytia o podkožného tkanivo a ich povytiahnutím vzniká liftingový efekt. Zároveň sú plne vstrebateľné (do 9 mesiacov), čiže eliminujeme

riziko neskorých komplikácií, ako je napríklad vycestovanie nite. Každá zavedená niť zároveň svojím "dráždením" podporuje tvorbu nového kolagénu, ktorý postupne nahrádza samotnú niť.

Aké sú momentálne trendy v omladzovaní?

V rámci modernej estetickej medicíny sú vyhľadávané hlavne metódy, ktoré kladú dôraz na výrazný efekt a minimálnu rekonvalescenciu. Málokterá žena si totiž môže dovoliť vyradenie z pracovného a spoločenského života na niekoľko týždňov, preto sa upúšťa od komplikovaných chirurgických zásahov a uprednostňujeme skôr kombináciu neinvazívnych či málo invazívnych zákrokov, ako sú výplňové materiály, botulotoxín, mezolift, Ultheraterapia a, samozrejme, aj už spomínaný nitový lifting.

Veľmi ma teší hlavne fakt, že na našu kliniku prichádzajú už dámy a pani okolo tridsiatky, pretože pokiaľ podchytíme už na začiatku prvé prejavy starnutia, naša tvár sa nám o niekoľko rokov odvdáči, a to nehovorím o finančne náročných zákrokoch. Zo začiatku stačí napríklad len mezoterapia, prípadne znehybnenie vrások na

čele.

Ako najradšej relaxujete a trávíte voľný čas?

Veľmi veľa ho nemám a každý deň mám od rána do večera naplánovaný do detailov, aby som všetko stihala. V práci trávim väčšinou aj 10 hodín denne a mnohokrát pokračujem aj doma.

Ale víkendy patria len a len mojej rodine. Dokonca aj pracovné cesty a konferencie, ktoré pripadajú na soboty a nedele, sa snažím naplánovať tak, aby aspoň jeden z mojich blízkych bol so mnou.

A ako vyzerá váš ideálny víkend?

Ideálnym víkendom je ten, keď sme všetci spolu, je krásne počasie a my si plníme sny. V jeden takýto septembrový víkend som si splnila aj ja taký malý sen, a to jazdu v kabriolette (čo ma vždy fascinovalo hlavne pri pozeraní starých hollywoodskych filmov). Keďže moji chlapi sú typickí chlapi a zaujímajú ich výkonné autá a my s deérou sme skôr estétky, spojením našich požiadaviek vyšlo jednoznačne na Cabriolet BMW radu 6.

Modrá obloha, vietor vo vlasoch a červený kabriolet plne obsadený ľuďmi, ktorých milujem... Nezabudnuteľný zážitok



FRAKČNÝ RESURFACING pleti

Frakčný laserový resurfacing je posledným trendom v nechirurgických omladzovacích ošetrovaniach. Frakčná technológia spôsobuje len čiastočnú abláciu – odstránenie kožného povrchu, čím je zabezpečené rýchlejšie hojenie z okolitej nepoškodenej časti kože.

Na rozdiel od ostatných laserov sa frakčným CO₂ laserom môže ošetriť nielen tvár, ale aj pokožka krku, dekoltu, ramien, rúk či dokonca prsníkov.

Zárok je možné realizovať vo forme *mikropeelu – refreshu tváre alebo klasického resurfacingu*.

NA AKÉ PROBLÉMY JE FRAKČNÝ RESURFACING VHODNÝ?

- jazvy po akné
- hyperpigmentácia pokožky
- jemné povrchové vrásky
- nepekná pórovitá a mastná pokožka
- kruhy a vrásky pod očami
- omladenie dehydrovanej (pokrčenej) starnúcej pokožky, keď hovoríme o neinvazívnom resurfacingu – omladenie kože bez použitia skalpela

AKO PREBIEHA OŠETRENIE?

Na cieleňú oblasť sa približne na 60 minút naniesie anestetický krém, ktorý znecitliví pokožku na krátky čas. Pri citlivejších osobách sa môžu použiť aj lieky proti bolesti, prípadne lieky na upokojenie. Po znecitlivení kože sa postupne ošetruje plocha po ploche.

Dĺžka ošetrenia: Kompletné ošetrenie trvá cca 20–30 minút, pričom dĺžka zákroku závisí od veľkosti ošetrovanej plochy, od hustoty laserových lúčov a hĺbky prieniku lúča do pokožky.

OBNOVA POKOŽKY ZBRUSOVANÍM POMOCOU ŠPIČKOVÉHO LASERA

FRAKČNÝ RESURFACING PREDSTAVUJE MODERNÚ LASEROVÚ TECHNOLOGIU DERMABRÁZIE, ČIŽE ZBRUSOVANIA KOŽNÉHO POVRCHU. KOŽA PO RESURFACINGU JE OMLADENÁ, PEVNEJŠIA, ZDRAVŠIA, MÁ ZJEDNOTENÝ FAREBNÝ KOLORIT A TEXTÚRU A ZÁROVEŇ DOCHÁDZA K STIMULÁCII TVORBY NOVÉHO KOLAGÉNU – ČÍM POKOŽKA OMLADNE. OŠETRENIE JE MAXIMÁLNE ÚČINNÉ V PRÍPADE ODSTRÁNENIA JAZIEV PO AKNÉ, HYPERPIGMENTÁCIÍ, PÓROVITEJ POKOŽKY, KRUIHOV POD OČAMI A JEMNÝCH POVRCHOVÝCH VRÁSOK.

VÝSLEDNÝ EFEKT PREBIEHA V DVOCH FÁZACH

1. fáza: Bezprostredne po zákroku, keď sa vytvára nová pokožka.
2. fáza: Nastupuje o 3–6 mesiacov, keď sa začína vytvárať nový kolagén, čím vzniká efekt tzv. liftingu, vypnutia pokožky.

KOLKO OŠETRENÍ JE NUTNÉ ABSOLVOVAŤ?
Počet ošetrení je individuálny a závisí od „štartovacieho“ vzhľadu pokožky, od hĺbky jaziev, prípadne vrások, od množstva a hĺbky pigmentácií, veku klienta a, samozrejme, od efektu, ktorý chce klient docieľiť. Väčšinou stačí absolvovať iba jedno ošetrenie, avšak pre lepší a výraznejší efekt je niekedy potrebné absolvovať 2 alebo 3 ošetrenia.

REKONVALESCENCIA

Bezprostredne po zákroku pokožka sčervenie, pacient cíti pálenie ako po spálení na slnku. Po zákroku pacient odchádza do domáceho ošetrovania, kde sa ošetruje odporúčanými prípravkami. Deň až dva po zákroku môže vzniknúť mierny opuch pokožky, hlavne v oblasti očí, o dva dni začínajú vznikať tmavé chrastičky, ktoré sa postupne olupujú. Tento proces trvá cca 7 dní a pacient by mal ostať v tomto čase v domácom ošetrovaní. Po týždni od zákroku je pokožka ešte jemne ružová a je citlivejšia na dotyk. Ideálne je používať ochranné krémy s UV faktorom. V tomto období sa už môže aplikovať na tvár aj mejkap.

ČO JE TO VLASTNE FRAKČNÝ LASER?

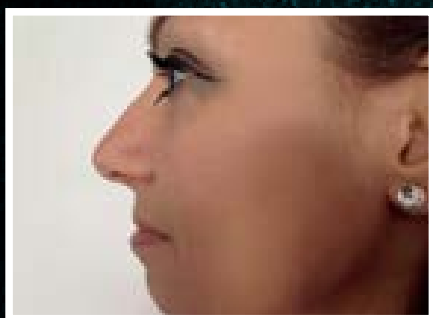
Frakčný laser pracuje na princípe frakcionovanej fototermolýzy, keď systém privádza na kožu tisíce tenkých laserových lúčov, ktoré v mieste dopadu hĺbkovo prehrievajú kožu. Medzi miestami dopadu ostávajú ostrovčeky neporušenej kože, z ktorej sa poškodená pokožka následne rýchlo regeneruje.

JANKA A ANDREA:

FRAKČNÝ LASER PORAZÍ AKNÉ A INÉ POŠKODENIA PLETI

AKNÉ NÁS SPREVÁDZA V MLADOSTI, NIEKTORÝCH VŠAK, BOHUŽIAL, NÁSLEDNE AJ PO ZVYŠOK ŽIVOTA. NEPEKNÉ SILNÉ JAZVY NA POKOŽKE SA NEDAJÚ PREKRYŤ ANI MEJKAPOM A SEBAVEDOMIE DOSTANÚ NA BOD MRAZU. DOTERAZ BOLI MOŽNOSTI LIEČENIA MINIMÁLNE A NESMIERNE BOLESTIVÉ. VĎAKA FRAKČNÉMU LASERU JE NAŠTASTIE VŠETKO INAK A MÔŽETE ZAČAŤ VÁŠ NOVÝ ŽIVOT S MLADISTVOU POKOŽKOU.

Frakčný laserový resurfacing je posledným trendom v nechirurgických omladzovacích, avšak invazívnych ošetreniach. Koža po resurfacingu je pevnejšia a zdravšia so zjednotením farebného koloritu, textúry, za súčasnej stimulácie novotvorby kolagénu.



VÝBORNÝ AJ NA DEKOLT A RAMENÁ

„Je to vynikajúca a prevratná metóda na odstránenie hyperpigmentácií, jemných povrchových vrások, zmiernenie nepeknej pórovitej a mastnej pokožky. Odstraňuje kruhy, vrásky pod očami a omladzuje kožu bez použitia skalpela. Na rozdiel od ostatných laserov sa týmto typom prístroja môže ošetriť nielen tvár, ale aj pokož-

ka krku, dekoltu, ramien, chrbtov rúk či dokonca prsníkov,“ vysvetľuje dermatologička MUDr. Zuzana Kožuchová z kliniky ENNVY.

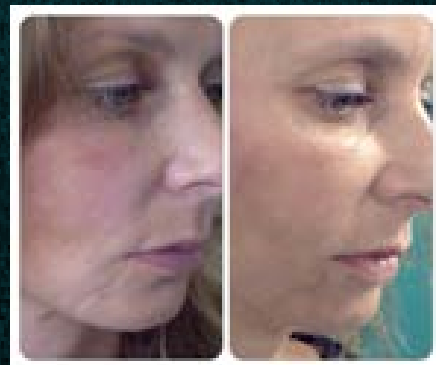
Pani Andrea mala výrazne poškodenú pleť po akné. Vo svojich 31 rokoch si splnila sen o mlado vyzerajúcej sviežej pokožke.

„Od puberty som trpela komplexmi kvôli nepekným jazvám, ktoré akné ponechalo na mojej tvári. Bez líčenia som sa cítila zle a mala som pocit, že všetky pohľady sa upierajú práve na jazvy. Teraz sa konečne cítim slobodná a krásna,“ hovorí, šťastná po zákroku.

Ošetroenie vyzerá nasledujúco. Na cieleňú oblasť sa na 60 minút nanesie anestetický krém, ktorý znecitliví pokožku. Kompletné ošetroenie trvá cca 20-30 minút, pričom dĺžka zákroku závisí od veľkosti ošetrovanej plochy. Bezprostredne po zákroku pokožka sčervenie, pacient cíti pálenie ako po spálení na slnku. Klient sa doma ošetruje odporučenými prípravkami. Deň až dva po zákroku môže vzniknúť mierny opuch pokožky. O dva dni začínajú vznikať tmavé chraštičky, ktoré sa postupne olupujú. Tento proces trvá cca 7 dní. Výsledný efekt prebieha v dvoch fázach, bezprostredne po zákroku, čo súvisí s vytvorením novej pokožky, a o 3-6 mesiacov, keď sa začína vytvárať nový kolagén, vzniká efekt tzv. liftingu. Väčšinou je potrebné absolvovať len jedno sedenie.

POMÁHA PRI PIGMENTOVÝCH ŠKVRNÁCH

Ďalšia spokojná klientka Janka sa



rozhodla pomocou frakčného laseru riešiť jazvu na brade a rozsiahle pigmentové škvrny na pleti.

„Na jeseň je najvhodnejšie obdobie podstúpiť tento zákrok, aby sme zabránili zbytočnému vystavovaniu pleti na slnku, čo by mohlo účinky laseru radikálne znížiť.“ Frakčný CO2 laser je pre klientov s aknóznou pleťou „darom z nebies“. V minulosti sa totiž jazvy po akné liečili invazívnymi a doslova krvavými metódami, ako je zbrusovanie pokožky brúsny kotúčom, elektrokauterom, prípadne klasickým zbrusovacím laserom. Samotný zákrok bol extrémne bolestivý. Niekedy si vyžadoval celkovú anestéziu. Po zákroku pacient odchádzal obviazaný, vyžadoval si špeciálne ošetroenie a dĺžka trvania hojenia po zákroku bola aj dva mesiace. A to nehovorím o výslednom efekte, ten bol len minimálne uspokojivý nielen pre pacienta, ale často aj pre mňa,“ hovorí primárka estetického oddelenia kliniky ENNVY MUDr. Zuzana Kožuchová o zákroku s CO2 laserom.

epilácia laserom

LIGHTSHEER DUET

PRE KOHO JE OŠETRENIE URČENÉ?

- pre ženy aj mužov
- pre tých, čo majú problémy s nežiaducim ochlpením kdekoľvek na tvári a tele: chrbát, nohy, predlaktia, brada, horná pera, líca, obočie, podpažšie, oblasť bikín...

Laser LightSheer DUET dokáže pracovať so všetkými typmi pleti. **Ošetrovanie je možné vykonávať aj počas slnečného obdobia.**

PRÍPRAVA PRED ZÁKROKOM

- ošetrovanú lokalitu je potrebné oholiť
- obmedziť opalovanie 2 týždne pred zákrokom a po zákroku

DĹŽKA ZÁKROKU

- závisí od plochy ošetrovanej lokality
- podpažšie je vydepilované za 5 minút, celé nohy za 45 minút

PO ZÁKROKU

Pokožka môže byť jemne začervenaná. Je potrebné obmedziť opalovanie na 2 týždne.

VÝSLEDNÝ EFEKT

Laserová epilácia zabezpečí želaný efekt po 5-10 opakovaných ošetreniach. Chĺpky na tele sa nachádzajú v rôznej fáze rastu, pričom laser ničí chĺpky len v rastovej fáze.

Výsledný efekt je dlhodobý, chĺpkov sa zbavíte natrvalo. Odporúčame absolvovať udržiavacie ošetrovanie približne raz ročne.

ŠIRŠÍ LASEROVÝ LÚČ LIGHTSHEER DUET

LightSheer Duet má približne 10x väčší priemer laserového lúča ako jeho predchodcovia. Z počítačových simulácií vyplýva, a prax to v plnej miere potvrdzuje, že čím väčší je priemer laserového lúča, tým je hlbšie preniknutie väčšieho percenta laserovej energie. V širšom laserovom lúči je rozptýlen svetlo do strán menší ako pri užšom laserovom lúči.

BEZPEČNOSŤ LASERA

Laser LightSheer Duet je v súčasnosti považovaný za najúčinnjší laser v odstraňovaní ochlpenia na trhu. Je vyrobený v USA renomovanou spoločnosťou LUMENIS, overený, certifikovaný spol. FDA a patrí k najbezpečnejším laserovým prístrojom.

NAJMODERNEJŠIA TRVALÁ METÓDA ODSTRAŇOVANIA NEŽIADUCEHO OCHLPENIA

NOVÝ, JEDINEČNÝ DIÓDOVÝ LASER LIGHTSHEER DUET EFEKTÍVNE ODSTRÁNI NEŽIADUCE OCHLPENIE KDEKOL'VEK NA TELE. VÝSLEDKOM JE TRVALO HLADKÁ POKOŽKA BEZ OCHLPENIA. VĎAKA VEĽKOSTI OŠETROVACEJ HLAVICE ZÍSKAL LASER PRÍVLASTOK „NAJRÝCHLEJŠÍ EPILAČNÝ LASER“ ČAS OŠETRENIA SA SKRACUJE V PRIEMERE O 75 %. ZNÍŽENÁ BOLESTIVOSŤ ZÁKROKU OPROTI INÝM EPILAČNÝM PRÍSTROJOM JE PODMIENENÁ VÁKUOVÝM SYSTÉMOM HLAVICE SO ŠPECIÁLNYM CHLADENÍM. PRÍSTROJ SA POVAŽUJE ZA ZLATÝ ŠTANDARD V ODSTRAŇOVANÍ CHĽPKOV.





HIGH SPEED

LightSheer[®] DUET[™]

Trvalá laserová epilace nové generace

Výhradní zastoupení: Beneficium Euro Ltd s.r.o.
www.beneficium.cz | +420 602 643 241 | th@beneficium.cz

ZJEDNOTENÁ POKOŽKA BEZ ŠKVŔN, FLAKOV A ROZŠÍRENÝCH CIEVOK S PODPOROU TVORBY KOLAGÉNU

FOTOREJUVENIZÁCIA PREDSTAVUJE KOMPLEXNÝ SPÔSOB ODSTRÁNENIA ŠKVŔN, ROZŠÍRENÝCH CIEVOK, FLAKOV PO AKNÉ A ZJEDNOTENIA FAREBNÉHO TÓNU POKOŽKY NA TVÁRI, DEKOLTE ALEBO INÝCH ČASŤACH TELA ZA POMOCI VYSOKO ÚČINNÉHO INTENZÍVNEHO PULZNÉHO SVETLA.

FOTOREJUVENIZÁCIA (laserové fotoomladenie)

Ide o omladenie pokožky neinvazívnou terapeutickou metódou, ktorá pracuje na báze intenzívneho pulzného svetla a využíva princíp selektívnej fototermolýzy, t. j. zničenia vybraných buniek teplom. Svetlom sa cielene prehrievajú len farebné zmeny pokožky, t. j. cievy, pigmentové flaky a kozmetické alebo kožné chyby, ktoré sa následne odstránia. Hlbšie vrásky sa po opakovanom zákroku zredukujú asi na polovicu, pigmentové škvŕny sa vybielia, stiahnu sa rozšírené póry a zjemnia sa jazvy, pleť sa rozžiari, farebne zjednotí a vypne.

Prístroj Xlase CPL sa nazýva aj intenzívnym pulzným svetlom najnovšej generácie. Je šetrný voči pokožke, nepoškodzuje okolité tkanivá a nepáli kožu vda-

ka modernému systému kryoochladzovania.

AKÝ ÚČINOK MÁ OŠETRENIE?

- odstraňuje škvŕny
- odstraňuje flaky po akné
- odstraňuje rozšírené cievy
- odstraňuje popraskané kapiláry a začervenanie pokožky
- zjednocuje farebný tón pokožky
- redukuje veľkosť pórov
- zlepšuje pružnosť kože
- vyhladzuje jemné vrásky
- podporuje tvorbu kolagénu

KDE VŠADE SA MÔŽE VYKONÁVAŤ FOTOREJUVENIZÁCIA?

- v oblasti tváre
- v oblasti dekoltu
- na hornej časti rúk až po predlaktie

KONTRAINDIKÁCIE

- pokožka, ktorá je vystavená slnečnému žiareniu
- epilepsia
- cukrovka
- horúčkovité ochorenia
- onkologické ochorenia
- tehotenstvo
- dojčenie

PRIEBEH OŠETRENIA

Počas aplikácie intenzívneho pulzného svetla si pacient chráni oči tmavými okuliarmi. Na aplikovanú oblasť sa naniesie studený gél a na pokožku sa priloží kryštál, cez ktorý prechádza svetelný impulz presne definovanej vlnovej dĺžky, ktorý ničí pigmentové bunky alebo hemoglobín v rozšírených cievkach. Počas zákroku dochádza k výraznému prehriatiu ošetrovanej oblasti a klient môže cítiť veľmi mierne štipnutia. Prístroj je ale oproti

klasickým IPL prístrojom vybavený najmodernejším systémom chladenia, čím sa prehriatie znižuje a zvyšuje sa tak komfort počas ošetrovania.

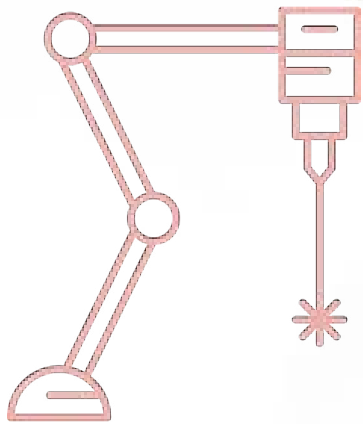
Dĺžka zákroku: Pár minút.

Počet potrebných ošetrení: Približne 4 ošetrenia v odstupe 3-4 týždňov. Počet zákrokov sa určí na základe intenzity a hĺbky pigmentácie alebo rozšírených žiliek.

STAROSTLIVOSŤ PO ZÁKROKU A REKONVALESCENCIA

Pokožka bezprostredne po zákroku jemne začervenie ako po slnení. Začervenanie a pocit tepla ustupuje v priebehu 6 hodín.

Neodporúča sa vystavovanie pokožky slnku počas zákroku a tiež 2 týždne po zákroku.



(LASEROVÉ OMLADENIE
Q-SWITCHED LASER)

LASEROVÝ PEELING PLETI

FOTOREJUVENIZÁCIA
A ZJEDNOTENIE PLETI
LASEROM Q-SWITCHED

REVOLUČNÉ OŠETRENIE POMOCOU INTENZITY LASERA Q-SWITCHED XLASE PLUS A KARBÓNOVÉHO PRÍPRAVKU "GUMUJE" A TONIZUJE PLEŤ. JE TO RÝCHLA A EFEKTÍVNA METÓDA, VĎAKA KTOREJ PLEŤ VYZERÁ SVIEŽO A ZJEDNOTENE HNEĎ PO PRVOM OŠETRENÍ.

Dochádza k viditeľnému zlepšeniu tónu pleti, textúry, jasnosti, a zároveň sa redukuje výskyt pórov, liniek a vrások. Obnovuje sa tiež pevnosť pleti.

Laser produkuje krátke záblesky, ktoré prechádzajú cez vrchnú vrstvu kože bez toho, aby ju porušili. Svetlo rôznych vlnových dĺžok je vstrebávané vďaka karbónovému prípravku, ktorý sa pred ošetrením naniesie na pokožku. Dochádza k stimulácii kolagénu, ktorý sa stiahne a zosilnie, pokožka získava mladistvý vzhľad a znovu obnovuje svoju pevnosť a pružnosť.

ČO EŠTE LASER DOKÁŽE?

- Eliminuje známky starnutia,
- výrazne redukuje jemné linky a vrásky,
- znižuje celkové začervenanie,
- redukuje póry,
- vyrovnáva tón kože a zlepšuje jej textúru,
- znižuje viditeľné množstvo jaziev na koži,
- eliminuje hyperpigmentácie, nerovnosti, škvrny v dôsledku pôsobenia slnečného žiarenia, starecké škvrny a melazmu,
- stimuluje kolagén a elastín pokožky.

Vo väčšine prípadov je ošetrenie sprevádzané miernou reakciou pokožky po zákroku. Mierne podráždenie pokožky však rýchlo vybledne a len v ojedinelých prípadoch môže pretrvávajúť niekoľko hodín. Po ošetrení je pleť žiarivejšia, tonizovaná, zjednotená a póry sú zredukované.

Odporúčame 3-4 sedení v rozpätí 3 týždňov. Po ukončení kúry môže klient ošetrenie opakovať raz štvrťročne na trvalé udržanie výsledkov a prevenciu starnutia pleti.

Odstránenie tetovania

ODSTRÁNENIE TETOVANIA LASEROM Q-SWITCHED

Horúca novinka na trhu, inovátny laser Q-Switched, ktorý je špeciálne určený na odstraňovanie tetovaní, dokonca aj tých farebných! Na ich odstránenie je však potrebných viac sedení. Iba tak dosiahnete dokonalé a perfektné odstránenie farby z pokožky.

Tetovanie sa odstraňuje postupne. Podľa intenzity pigmentu je potrebných 1–6 procedúr. Tetovanie postupne bledne, a to bez povrchového poškodenia kože, ako to býva zvykom pri iných laseroch. Laser Q-Switched totiž „rozbíja“ iba farbu preniknutím lúča priamo do nej, čím sa farba pomaly rozpúšťa, bledne, tetovanie sa akoby rozpadáva.

Sedenia sa aplikujú v 6–týždňových intervaloch až do úplného „vygumovania“ nechceného tetovania. Počas tohto obdobia medzi jednotlivými sedeniami nastáva prirodzený filtrujúci proces, ktorý rozbité čiastočky farby z tela odstráni.

Po ošetrení môžete na mieste zákroku pozorovať začervenanie a slabý opuch. V niektorých prípadoch sa môžu objaviť aj menšie pluzgieriky. Bolestivosť, ktorá je podobná ako pri tetovaní, sa dá zmierniť lokálne aplikovaným anestetikom.

Kedže ide o postupný proces blednutia farby, ktorá je vďaka modernému špecializovanému laseru rozpúšťaná bez povrchového poškodenia kože, na konci procedúr nevidíte takmer žiaden rozdiel medzi pokožkou po laserovom zákroku a kožou, ktorá ošetrovaná nebola. Farba vašej pokožky bude kompaktná bez akýchkoľvek farebných odtieňov, škvrn a predovšetkým bez neželaného tetovania!

Špičkový laser Nd: YAG vlnovej dĺžky 1 060 mm efektívne odstraňuje rozšírené a popraskané cievy a cievne ložiská na tvári, nohách a tele. Žiarenie je pri odstraňovaní žiliek zachytávané v krvnom farbive, hemoglobíne. Energia lúča sa premení na teplo, čo následne vedie k deštrukcii cievy a jej odstráneniu. Laserový lúč prechádza cez kožu, vychytá sa v červenom farbive a cievu priamo spáli. Hojenie je rýchlejšie ako po sklerotizácii a následné bandážovanie v tomto prípade nie je potrebné. Cievky sa laserom zničia, ale zostávajú v pokožke v ošetrovanom mieste a postupne sa z pokožky resorbujú, čo trvá u každého jednotlivca rôzne. Jednoduchšie stavy sa výrazne zlepšia už v priebehu mesiaca. Na zlepšenie, resp. odstránenie bežných cievok na lícach sú potrebné 2-3 sedenia v asi mesačnom odstupe. Komplikovanejšie cievky si vyžadujú viac opakovaní. Bezprostredne po výkone nastane mierne začervenanie, niekedy sa cievky zvýraznia a rozšíria, ale asi po 2-3 týždňoch postupne blednú a odchádzajú.

PRE KOHO JE ZÁKROK URČENÝ?

Pre tých, ktorí majú záujem o odstránenie rozšírených a popraskaných cievok na tvári, nohách a tele.

PRIEBEH ZÁKROKU

Laserové svetlo sa dostane pod povrch kože a zataví cievkou pôsobením na krvné farbivo. Zárok sa vykonáva bez potreby anestézie.

REKONVALESCENCIA

Hojenie trvá cca 10-15 dní a nevyžaduje práceneschopnosť.

ODSTRAŇOVANIE CIEVOK

*Odstránenie rozšírených cievok
pomocou špičkového lasera*

ODSTRAŇOVANIE PIGMENTOVÝCH ŠKVRŇ

Zjednotená pleť bez škvŕn

Pomocou laserového lúča typu Q-Switched, ktorý zasahuje v škvŕnách melanín, dochádza k odstráneniu škvŕn. V priebehu niekoľkých tisícín sekund sa melanín zohreje a zničí. Na našej klinike používame medicínsky laser najnovšej generácie. Je šetrný voči pokožke a nepoškodzuje okolité tkanivá.

NA AKÉ PROBLÉMY JE ZÁKROK URČENÝ?

- pigmentové škvŕny
- nejednotná pleť

OŠETROVANÉ OBLASTI:

- oblasť tváre,
- oblasť dekoltu,
- horná časť rúk až po predlaktie.

KONTRAINDIKÁ- CIE:

- pokožka, ktorá je vystavená slnečnému žiareniu,
- epilepsia,

- cukrovka,
- horúčkavité ochorenia,
- onkologické ochorenia,
- tehotenstvo,
- dojčenie.

AKO PREBIEHA ZÁKROK?

Je potrebné, aby si klient počas ošetrovania chránil oči tmavými okuliarmi. Na aplikovanú oblasť sa naniesie studený gél, na pokožku sa priloží filter optického vlnovodu a aplikuje sa intenzívne pulzné svetlo. Počas zákroku dochádza k výraznému prehriatiu ošetrovanej oblasti a klient môže cítiť veľmi mierne štipnutia.

Dĺžka trvania zákroku: pár minút.

Počet ošetrení: 8-10.

STAROSTLIVOSŤ PO ZÁKROKU

Dva týždne po zákroku sa neodporúča vystavovanie pokožky slnečnému žiareniu.

Odstránenie ZNAMIENKA, BRADAVICE ALEBO VÝRASTKU

ZNAMIENKO SA ODSTRÁŇUJE CHIRURGICKY ALEBO ŠPIČKOVÝM LASEROM

K CHIRURGICKÉMU ODSTRÁNENIU ZNAMIENKA SA PRISTUJUJE JEDINE V PRÍPADE, AK IDE O SKUTOČNÉ ZNAMIENKO – PIGMENTOVÝ NÉVUS. V PRÍPADE, AK IDE LEN O OBYČAJNÝ VÝRASTOK, PRÍPADNE STARECKÚ BRADAVICU, PRISTUJUJE SA K LASEROVÉMU ODSTRÁNENIU. JE TO RÝCHLY A NENÁROČNÝ ZÁKROK. NAJVHODNEJŠÍM OBDOBÍM NA ODSTRÁŇOVANIE ZNAMIENOK NA TVÁRI, KRKU, DEKOLTE ALEBO TELE JE JESEŇ.

Veľakrát sa v našej ambulancii stretávame s pacientmi, ktorí si prídu dať vyšetriť „znamienka“. Pri samotnom vyšetrení prídeme na to, že to, čo pacient považuje za znamienko, je len obyčajný výrastok, prípadne starecká bradavica. Po dermatoskopickom vyšetrení následne rozhodneme, či treba léziu odstrániť zo zdravotného hľadiska, prípadne si ju pacient želá odstrániť z hľadiska estetického.

PRIEBEH ZÁKROKU

Klasické materské znamienka – pigmentové névy, sa laserom neodstraňujú, pretože vieme, ako dokážu byť nebezpečné. Vyberajú sa zásadne iba chirurgicky, s následným histologickým vyšetrením. Pred chirurgickým vybratím znamienka sa daná oblasť znecitliví lokálnou anestéziou, následne sa chirurgickým rezom odstráni znamienko a aplikujú sa intradermálne stehy. Pokiaľ však ide o neškodnú léziu, ktorá nevykazuje známky klasického znamienka, najideálnejšie je odstrániť léziu laserom. Zárok sa zvyčajne vykonáva bez lokálnej anestézie. Pre lepší komfort pacienta je možné ošetrované miesto lokálne znecitlivieť. Po znecitlivení sa priloží na léziu hlavica lasera, ktorý svojím lúčom léziu rýchlo a jednoducho vypáli.

REKONVALESCENCIA

Po laserovom zákroku vznikne jemný povrchový defekt – popálenina. Špičkový laser zabezpečuje, že rana nebude krváčať. Následne vznikne chrasta. Po odlúčení chrasty pokožka ostane hladká a bez jazvičky. Celý tento proces hojenia trvá cca 5-7 dní. Pacient bezprostredne po zákroku môže bez problémov športovať, chodiť do práce a sprchovať sa. Po chirurgickom zákroku sa stehy vyberajú na 7.-14. deň. Počas tohto obdobia musí byť pacient obozretný, aby nedošlo k porušeniu stehov.

MÔJ ELIXÍR MLADOSTI

INOVATÍVNA DERMATOKOZMETIKA



LICENOVANÁ FORMULÁCIA
LABORATÓRIÍ RENLIVE,
IN VITRO TEST POTVRDIL
REDUKCIU VRÁSK
A ZVÝŠENIE ELASTICITY
PLETI O 16 PERCENT
PO 2 TÝŽDŇOCH POUŽÍVANIA

KONCENTRÁT
SKIN DEEP FILLER OBSAHUJE
LÁTKU HYACARE®,
PATENTOVANÚ ODĽAHČENÚ
KYSELINU HYALURÓNOVÚ

ODPORÚČANÉ POUŽÍVANIE:
KAŽDÝ DRUHÝ DEŇ NANIEST
NA OČISTENÚ POKOŽKU
A NÁSLEDNE APLIKOVAŤ KRÉM

RENLIVE COSMECEUTICALS SA VYVINULI Z ROZSAHLEHO VEDECKÉHO VÝSKUMU A KOOPERÁCIE TÍMOV DERMATOLÓGOV A KOZMETICKÝCH CHEMIKOV. FILOZOFIOU RENLIVE JE FAKT, ŽE KLÚČOVÚ ROLU PRI VÝVOJI KOZMECEUTICKÝCH PRÍPRAVKOV MÁ VEDECKÝ VÝSKUM. TIETO KOZMETICKO-FARMACEUTICKÉ PRODUKTY OBSAHUJÚ VYSOKÚ KONCENTRÁCIU AKTÍVNYCH LÁTKOV A NEOBSAHUJÚ ŽIADNE PLETI ŠKODLIVÉ SUBSTANCIE AKO JE PARAFÍN, VAZELÍNA ČI MINERÁLNE OLEJE. BOLI VYTVORENÉ ZA ÚČELOM SPOMALENIA PROCESU STARNUTIA POKOŽKY PODĽA JEJ VEKU (I.,II.,III. KATEGÓRIA) A ZÁROVEŇ RIEŠENIA JEJ PROBLÉMOV A POTRIEB NA ZÁKLADE TYPU PLETI. RENLIVE JE ANTI-AGING DERMATOKOZMETIKA PRE VŠETKY VEKOVÉ KATEGÓRIE A VŠETKY TYPY PLETI, BOJUJÚCA PROTI ČASU A NEDOSTATKOM ZÁROVEŇ, **CIELENE A EFEKTÍVNE.**

RENLIVE
ANTI-AGING
F&F COSMECEUTICALS

WEB & E-SHOP:

www.renlive.sk

PRODUKTY RENLIVE NÁJDETE VÝHRADNE
V LEKÁRŇACH A U DERMATOLÓGOV.

Na Slovensku sme jediná klinika s touto FDA schválenou metódou transplantácie vlasov poslednej, štvrtej generácie. S.A.F.E.R./NeoGraft používa patentované pneumatické ovládacie prvky, pre presné extrahovanie jednotlivých vlasových folikulov, ktoré môžu byť okamžite transplantované do vybraných oblastí na pokožke hlavy. Ponúka absolútne presný zber a umiestnenie vlasov, ktorý prináša vytúžené výsledky. S technológiou od S.A.F.E.R. je každý folikul odstránený individuálne, pričom sa pacient cíti pohodlne.

Výsledok? Prirodzene vyzerajúce vlasy, ktoré si môžete upravovať podľa vášho vkusu. Sú to vaše vlasy!

Automatizácia F.U.E. techniky vlasovej transplantácie je založená na použití patentovaného elektropneumatického zariadenia, jeho použitie optimalizuje jednak extrakciu štepu pomocou cirkulárneho mikrovpichu na maximálne 0.8 až 1.40 mm diameter (diameter je vybraný lekárom s ohľadom na rôzne kritériá, ako je napríklad vek pacienta, typ pokožky, kvalita vlasov v darcovej oblasti a pod.) a aj reimplantácia do oblasti príjemcu.

S.A.F.E.R.® automatizovaná technika poslednej generácie, ponúka určitý počet výhod, vysvetľujúci rastúci dopyt mužských a ženských pacientov:

- Neinvazívna: je to jediná technika transplantácie vlasov, ktorá môže byť vykonaná v súkromnej ordinácii.
- Bezbolestná: jednoduchá lokálna anestézia je dostačujúca.
- Spôsobuje malé krvácanie, bez hlbokých stehov.
- Nevyžaduje obvazy po zákroku.
- Žiadne riziko infekcie či komplikácie.
- Veľmi rýchle a prakticky neviditeľné liečenie počas nasledujúcich dní po procedúre.
- Umožňuje niekoľko procedúr bez poškodenia darcovej oblasti.
- Poskytuje možnosť krátkeho "a la carte" sedenia.

S.A.F.E.R.® automatizovaná technika transplantácie vlasov je rýchla a bezbolestná.

AUTOMATIZOVANÝ VLASOVÝ TRANSPLANTÁT

Autológne mikroštep

Princíp mikroštepu je jednoduchý: zahrňa odobratie vlasov z darcovej oblasti na hlave (zvyčajne zadná časť hlavy), o ktorých vieme, že sú geneticky

nastavené tak, aby zaistili normálny životný cyklus vlasov a nikdy nevypadli, za účelom reimplantácie do „holej“ oblasti príjemcu (zvyčajne plešatá oblasť nad chrámami a temenom hlavy, nazývaným „vrchol“, kde si vlasy udržia schopnosť rásť po celý život). Táto oblasť si udrží rovnaké charakteristiky životnosti tejto oblasti, ako boli u darcu.

Autológne vlasový štep

Darca a príjemca sú rovnaká osoba, neexistuje žiaden risk odmietnutia. Vlasový štep od inej osoby alebo od heterogénneho štepu je možný za podmienok nájdania perfektne kompatibilného darcu a za postúpenia imunosupresívnej liečby, aby sa vylúčilo odmietnutie, ktoré sa zdá veľmi zložité a nadmerné s ohľadom na risk vedľajších účinkov.

Pokrok vo vlasových štepoch počas posledných piatich rokov podstatne zlepšil kvalitu transplantovaných vlasov: hustota, prirodzený vzhľad a homogenita štepu v súčasnej dobe predstavujú skutočné riešenie ponúkané mužom a ženám, ktorí bojujú proti vypadávaniu a rednutiu vlasov.

PREČO SAFER®:

Perfektné výsledky: Prirodzene vyzerajúce výsledky umožňujú nosenie vlasov mužom či ženám.

Pokročilá technológia: Automatizovaná technológia, minimálne invazívny proces transplantácie vlasov.

Jemne: Jemný zákrok, aby ste sa necítili nepohodlne. Bez použitia skalpela. Žiadne sponky.

Rýchle zotavenie: Minimálny čas na zahojenie, veľa pacientov sa vrátilo k bežným denným aktivitám už po pár dňoch.

Efektívne: Po čase budú vaše vlastné vlasy ďalej rásť a výsledok bude vyzerat zdravo a prirodzene.

VÝHODY S.A.F.E.R.®

AUTOMATIZOVANEJ TECHNIKY

Ponúka niekoľko výhod pre pacientov aj pre lekárov v porovnaní s rovnakou technikou vykonávanou tradičným spôsobom.

Pre pacienta:

- Procedúra pod jednoduchou lokálnou anestéziou je rýchlejšia (čas operácie je zmenšený o polovicu), a preto je menej bolavá pre pacienta, ktorý si počas fázy reimplantácie môže čítať, počúvať hudbu alebo pozerat film.

- Automatické fázy extrakcie štepu a reimplantácie použitím elektropneumatickej procedúry Punch Hair Matic

SAFER® sú optimalizované v porovnaní s manuálnou metódou: menšie percento preťatia, menšie poškodenie štepu počas fázy extrahovania, uloženie a reimplantovanie, zaistenie perfektného spätného rastu vlasov a optimálne estetický výsledok.

FÁZA EXTRAKCIE VLASOVÉHO ŠTEPU

- Tvar extrakcie nazývaný „kontra uhol“ uľahčuje opakovanie pohybu, ktorý sa vykonáva pri extrakcii štepu, a tak je extrakcia precíznejšia a rýchlejšia, pričom sa eliminuje risk preťatia (časť na vlasovej cibulke, vedúca k usmrteniu štepu).

- Otáčajúce sa vpichy zaistujú ostrý a rýchly rez štepu. Polyetylénový rukáv, ktorého dĺžka je prispôbena a v každom jednotlivom prípade závisí na vlastnostiach pokožky hlavy pacienta, je navlečený cez vpich, aby bol použitý pre zastavenie, a tým uľahčuje presnosť a rýchlosť pohybu extrakcie.

- Podtlak umožňuje presnú extrakciu štepu, rýchlo a bez traumy, pretože vpichy sú vykonávané iba na povrchu pokožky.

- Čakacia doba štepu pred implantáciou je skrátená, čo obmedzuje, že dôjde k ich poškodeniu a zvyšuje ich šancu na prežitie.

FÁZA REIMPLANTÁCIE VLASOVÉHO ŠTEPU

- Vďaka podtlaku môžu byť štepy vytiahnuté bez traumy.

- Prítlak štepu do každého mikrорезу pomocou pôsobenia piestu je menej traumatizujúci a vylučuje akýkoľvek efekt „praskania“.

- Implantácia je precíznejšia a rýchlejšia.

- Nástroj ponúka možnosť vykonávať implantáciu dvomi ľuďmi (dvojručná rukoväť na jeden nástroj, preto sa skracuje čas).

Transplantácia vyžaduje holenie alebo strihanie veľmi krátkeho pruhu vlasov na zadnej strane hlavy (darcova oblasť). Počas reimplantácie štepu budete ležať pohodlne a môžete hovoriť s lekárom, počúvať hudbu, čítať si alebo sledovať film na obrazovke. Ide o bezstresovú operáciu.

Počas nasledujúcich dní po operácii všetky alebo časť transplantovaných vlasov môže vypadnúť, čo je úplne normálne. Vzhľadom na to, že vlasy rastú len asi 1 cm za mesiac, ako všetky vlasy, estetický výsledok môže byť skutočne uspokojivý až po 5 až 6 mesiacoch.

TRANSPLANTÁCIA VLASOV

S.A.F.E.R/NEOGRAFT JE PRVÝ ZBERNÝ A IMPLANTUJÚCI SYSTÉM ČISTEJ FOLIKULÁRNEJ JEDNOTKY, KTORÝ PRINÁŠA EXCELENTNÉ VÝSLEDKY TRANSPLANTÁCIE VLASOV. INOVATÍVNY SYSTÉM PRINÁŠA AUTOMATIZÁCIU FUE TECHNIKY, NAJPOKROČILEJŠEJ TECHNICKY V PRIEMYSELE ZAOBERAJÚCOM SA TRANSPLANTÁCIOU VLASOV.

VASER[®] Lipo

LIPOSUKCIA NOVEJ GENERÁCIE

ENVY KLINIKA VÁM
AKO PRVÁ NA SLOVEN-
SKU PREDSTAVUJE
JEDINEČNÚ NOVINKU,
INVAZÍVNU ULTRAZVU-
KOVÚ LIPOSUKCIU
VASER LIPO[®].

VASER Lipo[®] predstavuje revolučnú technológiu, ktorá dokáže odsáť tuk zo všetkých oblastí tela s minimalizáciou opuchov, modrín a traumatizácie tkaniva. Metóda Vaser HiDef zároveň dokáže vytvarovať telo a definovať svaly.

Velkou výhodou oproti iným metódam je rýchlejšia rekonvalescencia po zákroku, vytvarované telo a spevnená koža v operovanej oblasti. Výsledkom tejto ultrazvukovej liposukcie je pevné, štíhle a krásne tvarované telo. Dôkazom kvality a výhod metódy VASER Lipo[®] je jej schválenie americkou inštitúciou FDA. Podľa skúseností odborníkov a taktiež pacientov, ktorí už tento druh liposukcie vyskúšali, sú výsledky okamžite viditeľné, pacienti si chvália najmä krátku dobu rekonvalescencie a takmer žiadnu bolesť, zvlášť v porovnaní s klasickou liposukciou.

VÝHODY:

- najšetrnejšia a najúčinnnejšia metóda liposukcie modernej chirurgie
- spevňuje a vypína kožu v operovanej oblasti

- poskytuje možnosť odsatia viacerých oblastí naraz
- vďaka špeciálnej technológii je možný transfer nepoškodených tukových buniek do iných oblastí tela
- vykonáva sa v lokálnej anestézii
- inovatívna a šetrná metóda výrazne skraca rekonvalescenciu
- pacient vidí okamžitý výsledok hneď po zákroku

KOŽA VIDITEĽNE PEVNEJŠIA

Mimoriadna účinnosť ultrazvukovej liposukcie VASER Lipo[®] spočíva nielen v zoštíhlení ošetrenej oblasti, ale aj v jej spevnení. Pôsobením ultrazvuku sa koža v odsávanej oblasti po zákroku rýchlo stiahne, takže nie je uvoľnená a ochabnutá, ako to zvykne byť pri iných typoch liposukcie. Tento efekt preukázali lekárske štúdie vykonané vo Francúzsku. Dobrovoľníci si pri nej nechali ošetriť jednu nohu tradičnou tumescenčnou liposukciou a druhú ultrazvukovým prístrojom VASER Lipo[®]. V druhom prípade bola koža viditeľne

hladšia a pevnejšia, a to dokonca aj vtedy, keď predtým takú kvalitu nemala. Zbavte sa aj vy tuku z problematických oblastí ľahko a rýchlo pomocou ultrazvukovej liposukcie VASER Lipo[®]. Kontaktujte nás a objednajte sa na nezáväznú bezplatnú konzultáciu.

PRE KOHO JE METÓDA VASER LIPO[®] VHODNÁ?

Ultrazvuková liposukcia VASER Lipo[®] pomáha ženám i mužom zbaviť sa nadbytočného tuku v problematických oblastiach, ktorého sa nemôžu zbaviť ani diétami, ani cvičením. Je však dôležité si uvedomiť, že žiadny druh liposukcie nie je riešením obezity. V ideálnom prípade by teda postava mala byť celkovo štíhla, s tukom usadeným iba v určitých oblastiach. Nevyhnutnou podmienkou pre podstúpenie ultrazvukovej liposukcie je tiež dobrý zdravotný stav a predchádzajúce vyšetrenia. Každý takýto zákrok je preto veľmi dobré zvážiť. Neváhajte nás kontaktovať a dohodnúť si nezáväznú konzultáciu, v priebehu ktorej sa dozviete všetko, čo vás zaujíma.



NECHAJTE VAŠU KRÁSU ZAŽIARIŤ

Je vaša pleť oslabená, dehydrovaná a tvoria sa vám vrásky? Radi by ste si ju udržali hladkú, sviežu a krásnu čo najdlhšie? Chráňte a rozžiarite vašu pleť s TEOSYAL Redensity [I].

Exkluzívna kombinácia kyseliny hyalurónovej, antioxidantov, aminokyselín, minerálov a vitamínu B6 dodá vašej pleti potrebné živiny, aby opäť žiarila mladosťou a sviežosťou. Výsledky sú viditeľné ihneď po prvom ošetrení. Pleť je na pohľad zdravšia, menej vráskavá, lepšie hydratovaná a pružnejšia.

REDENSITY [I]

BEAUTY BOOSTER



TEOXANE

THE EXCELLENCE OF SWISS SCIENCE

www.teosyal.sk

VASERSMOOTH 2.0 TM

NAJNOVŠIA METÓDA ODSTRÁNENIA CELULITÍDY

VaserSmooth 2.0 TM umožňuje rýchle, efektívne a permanentné odstránenie celulitídy. V porovnaní s inými metódami VaserSmooth 2.0 TM nelieči celulitídu na jej povrchu, ale odstraňuje ju priamo pod kožou. Pomocou ultrazvukovej energie sa nežiaduce väzivové zhluky a tukové bunky, ktoré sú príčinou celulitídy, rozbijú a odplavia lymfou z tela von. Okrem odstránenia celulitídy dochádza aj k miernemu zoštíhleniu ošetrovanej oblasti. Výsledkom je trvalo hladká pokožka bez celulitídy. Naša klinika ponúka túto metódu na Slovensku zatiaľ ako jediná. Metódu VaserSmooth 2.0 TM je možné kombinovať s metódou VASER Lipo 2.0 TM. V tomto prípade sa väzivové zhluky a tukové bunky neodplavujú samy lymfou z tela von, ale sa kanylou odsajú.

PRE KOHO JE METÓDA VASERSMOOTH 2.0 TM URČENÁ?

- Pre ženy, ktoré trápí celulitída na zadku, stehnách alebo bruchu.

PRIEBEH ZÁKROKU

Zárok sa vykonáva v lokálnej anestézii. Do ošetrovanej oblasti sa urobia tenúčkou kanylou malé vpichy. Kanyla sa dostáva pod kožu a pomocou dostatočnej ultrazvukovej energie rozbíja väzivové zhluky a tukové bunky v ošetrovanej oblasti. Pokožka sa doslova „uvolní“. Ošetrovaná oblasť sa zároveň napúšťa špeciálnym roztokom, ktorý vyplavuje nežiaduce bunky a zhluky lymfou z tela von (oblasť sa neodsáva). Vpichy, ktoré po kanyle vzniknú, sa nešijú. Zahoja sa samy a bez jaziev.

EFEKT METÓDY

VaserSmooth 2.0 TM predstavuje permanentné riešenie pre celulitídu. Pri štandardných ošetrovaniach dochádza iba k dočasnému vyhladeniu pokožky. VaserSmooth 2.0 TM ničí väzivové zhluky a tuk, ktoré sú príčinou celulitídy, natrvalo. Výsledky sú viditeľné okamžite, avšak finálny výsledok je viditeľný po 3 – 6 mesiacoch.

REKONVALESCENCIA

Po ošetrovaní sa ošetrovaná oblasť zabandážuje a klient odchádza ihneď domov. Odporúčame nosiť kompresívnu bielizeň po dobu 2 týždňov. Väčšina pacientov nepocituje takmer žiadnu bolesť a zvyčajne do 24 hodín od zákroku je možné vykonávať opätovne všetky bežné činnosti. Cvičenie je možné do niekoľkých dní odo dňa zákroku.

NA AKOM PRINCÍPE PRACUJE VASERSMOOTH 2.0 TM?

Metóda VaserSmooth 2.0 TM pochádza z Chicaga a za jej vznikom stojí svetoznámy chirurg Dr. L. F. Techeupdjian.

Ak ste skúšali rôzne liečebné postupy na celulitídu alebo ste skúšali schudnúť, aby ste celulitídu porazili, pravdepodobne ste zistili, že tieto metódy sú málo účinné, keďže nedokážu mať vplyv na väzivové zhluky, ktoré sú hlavnou príčinou celulitídy. Bežné ošetrovacie postupy riešia problém celulitídy iba na jej povrchu. VaserSmooth 2.0 TM odstraňuje príčinu celulitídy pod kožou. Príčinou celulitídy sú väzivové zhluky, ktoré sa napájajú k spodnej strane kože, tkaniva a svalov. Keď sa tieto vlákna stlačia, vidíte jamky a nechcenú pomarančovú kožu – celulitídu. Technológia VaserSmooth 2.0 TM a jej ultrazvuková energia zasahuje a rozbíja práve tieto väzivové zhluky, spolu s nežiaducimi tukovými bunkami. Pokožka sa vyslovene uvoľní zo zovretia.





ENVY *premena*

PREMENA LIBORA KOMOSNÉHO:

VASER LIPO ZATOČÍ S TUKOM ÚČINNE A RÝCHLO



VASER LIPO PREDSTAVUJE V SÚČASNOSTI TECHNOLOGICKY NAJVYSPELEJŠÍ A NAJEFEKTÍVNEJŠÍ SPÔSOB LIPOSUKCIE. ULTRAZVUKOVÉ VLNY JEMNE NARUŠIA NADBYTOČNÉ TUKOVÉ BUNKY, S NÁSLEDNÝM PRESNÝM A ŠETRNÝM ODSATÍM. DOBA REKONVALESCENCIE JE VÝRAZNE KRÁTKA. ZNÁMY ČESKÝ MÓDNY NÁVRHÁR LIBOR KOMOSNÝ SA ROZHODOL ZATOČIŤ S PREBYTOČNÝM TUKOM NA BRUCHU A BOKOCH.



VASER LIPO VERZUS ŠTANDARDNÁ LIPOSUKCIA
VASER Lipo predstavuje revolučnú technológiu a v súčasnosti tú najšetrnejšiu formu liposukcie, ktorá využíva ultrazvukové vlny pre dokonalé, šetrné a bezpečné vytvarovanie tela. Výnimočnosť VASER Lipo spočíva v lokálnom a presnom zasiahnutí nežiaducich tukových buniek, pričom okolité nervové bunky a tkanivá ostávajú nepoškodené. Štandardná liposukcia toto neumožňuje. Výsledkom je okamžite viditeľný efekt zoštíhlenia, minimálny výskyt modrín, opuchov, minimálna bolesťivosť zákroku, vytvarovanie tela a spevnenie pokožky.

PREČO PRÁVE VASER LIPO?
VASER Lipo je vďaka týmto výhodám momentálne najpopulárnejšia a najefektívnejšia liposukčná metóda na celom svete a bola voľbou aj u Libora Komosného, známeho českého módného návrhára. „Rozhodol som sa odstrániť tuk z bokov a brucha práve pomocou tejto metódy. Hoci žijem zdravým životným štýlom a pravidelne športujem, partie brucha a bokov boli u mňa stále problematické a nedali sa

nijakým spôsobom zhodiť. Väčšinou prevládajú domnienky, že na liposukciu musí ísť práve človek, ktorý ma silnú nadváhu, ale to je omyl. Potreboval som sa zbaviť efektívne dlhodobého problému – tuku na bokoch a bruchu a zároveň dotvarovať tieto problémové partie,“ opisuje Libor Komosný.

KRÁTKA DOBA REKONVALESCENCIE

Jednou z dominantných výhod metódy VASER Lipo je krátka doba rekonvalescencie. „Oproti klasickej liposukcii sa bolestivosť, ako aj doba celkovej rekonvalescencie výrazne znižuje. Klient odchádza domov v deň zákroku a po dvoch dňoch je možný návrat do zamestnania. Libor na zákrok pricestoval ráno vlakom a večer už odchádzal späť domov,“ vysvetľuje MUDr. Mahdi Nasab, plastický a estetický chirurg, špecialista na VASER Lipo a tukový transfer ENVY – Kliniky estetickej medicíny v Košiciach, ktorý ako prvý priniesol túto metódu na Slovensko. Klient sa nemusí báť, že stráví dlhé dni prípravou a následnou liečbou. Štandardne je to proces jedného dňa, ktorému predchádzala konzultácia. V prípade Libora Komosného, ktorý žije

v Prahe, prebehla konzultácia prostredníctvom Skype a odoslania fotografií e-mailom.

BEŽNÁ METÓDA

BEZ CELKOVEJ ANESTÉZIE

„Táto metóda liposukcie je na našej klinike veľmi obľúbená a vykonávame ju bežne. Nie je nutná celková anestézia. Technologická výhoda ultrazvukovej liposukcie je, že dokáže byť silná tam, kde je to potrebné, a zároveň dostatočne jemná pre citlivejšie oblasti – to sme naplno využili aj u tohto klienta,“ dodáva MUDr. Nasab. Tuk je možné odsáť nielen z oblasti bokov, brucha, stehien alebo chrbta, ale tiež z podbradku, paží, kolien a lýtok.

A spokojnosť Libora?

„Samotný zákrok prebehol bez problémov a v pohode, moje bezprostredné pocity boli úplne super. Slovo liposukcia mi naháňalo strach. Keby som bol vedel, o aký jednoduchý zákrok ide, podstúpil by som ho už dávno. Efekt bol viditeľný ihneď a s odstupom času sa ešte viac zvýraznil. Rád by som povzbudil aj ďalších mužov. Krása je totižto nielen ženská, ale aj mužská záležitosť,“ dodáva Libor.

Magazín TRENDY BÝVANIE

TRENDY BÝVANIE

BÝVANIE DIZAJN

75

DIZAJN
STAVEBNÉ
ZÁHRADA
ARCHITEKTÚRA

BETÓN

AKO GENIUS LOCI

TRENDY
DESIGN
DAYS 2016

14. - 16. OKTÓBER
AUPARK BRATISLAVA

6 ELEMENTOV
INTERIÉROVEHO
DIZAJNU

FASÁDA
S TVÁROU
MESTA

INTERIÉRY NALADENÉ
NA INDUSTRIÁLNY ŠTYL

LOFT
BÝVANIE S POCITOM
SLOBODY



URBAN DESIGN

www.trendybyvanie.sk





... ZÍSKAJTE KRÁSNY
... BRAZÍLSKY ZADOČEK



Formovanie POZADIA V SPOJENÍ S LIPOSUKCIOU

REVOLUČNÁ ULTRAZVUKOVÁ METÓDA VASER LIPO VÁM UMOŽNÍ ZÍSKAŤ KRÁSNY BRAZÍLSKY ZADOČEK POMOCOU VLASTNÉHO TUKU. VYSNÍVANÝ ZADOČEK ZÍSKATE ODSATÍM TUKU Z PROBLÉMOVÝCH PARTIÍ BOKOV A BRUCHA, ČÍM DÔJDE K VYFORMOVANIU PÁSA, ALEBO ODSATÍM PREBYTKU TUKU Z INEJ ČASTI TELA, NAPRÍKLAD STEHIEN. ODSATÝ TUK SA NÁSLEDNE UPRAVÍ A APLIKUJE DO OBLASTÍ POZADIA TAM, KDE JE TO POTREBNÉ. VAŠE POZADIE TAK ZÍSKAVA NOVÝ OBJEM A TVAR. VÝHODOU METÓDY JE VYUŽITIE VLASTNÝCH TUKOVÝCH BUNIEK A NIE SILIKÓNOVÝCH IMPLANTÁTOV.

KEDY JE VHODNÉ ABSOLVOVAŤ ZÁKROK?

- ak si chcete vyformovať pozadie
- ak si chcete pozdvihnúť pozadie
- pomoc pri celulitíde na pozadí

PRÍPRAVA PRED ZÁKROKOM

Deň pred zákrokom sa neodporúča jesť ťažké jedlá alebo jedlá s veľkým obsahom vlákniny (ovocie, zelenina, oriešky...). Je potrebné vypíť aspoň 2-3 litre tekutín. Konzumácia alkoholu a tabakových výrobkov sa neodporúča.

PRIEBEH ZÁKROKU

Zárok sa vykonáva v lokálnej anestézii. Zadoček sa vyformuje/zväčší transferom tukových buniek z inej časti tela – odsatých pri liposukcii. Najčastejšie je to oblasť stehien,

brucha alebo bokov. Ide o samostatný zákrok. Ošetrovaná oblasť sa najprv napustí špeciálnym roztokom, ktorý spôsobuje znecitlivenie kože a podkožia. Tuk sa následne cez malý rez pomocou ultrazvukovej kanyly uvoľní a pomocou tenkej kanyly sa poodšáva. V ďalšej fáze sa tuk upraví a aplikuje sa do tých oblastí zadočka, kde je to potrebné. Zadoček sa pozdvihne a stane sa obľejším.

STAROSTLIVOSŤ PO ZÁKROKU

V prvých dňoch je zvýšená bolestivosť, hlavne pri sedení. Vyskytnúť sa môže mierny opuch. Po výkone je nutné nosiť elastickú bielizeň. Bielizeň sa nesmie vyzliecť 24 hodín od ukončenia zákroku. Po 24 hodinách je možné sa osprchovať. Po sprchovaní je potrebné si opäť obliecť elastickú bielizeň.

EURÓPSKA AUTORSKÁ ZNAČKA JITKA KLETT MÁ ZA SEBOU 22 ROKOV SKÚSENOSTÍ V MÓDNOM ODVETVÍ. CHARAKTERISTICKÝMI PRVKAMI PRÁCE JITKY KLETT JE KLADENIE DÔRAZU NA UMENIE, ELEGANCIU A ŽENSKOSŤ V KOLEKCIÁCH HAUTE COUTURE A READY TO WEAR. MODEL Y JITKY KLETT SÚ TVORENÉ Z LÁTOK, KOMPONENTOV A VÝŠIVIEK Z NAJVIŠŠEJ KVALITY ZO VŠETKÝCH KÚTOV SVETA, KTORÉ SÚ PRIAMO VYTVÁRANÉ EXKLUZÍVNE PRE ŇU. NÁVRHÁRKA JE VEĽMI ZNÁMA SVOJÍM VÝRAZNÝM PODPISOM PREPRACOVANOSTI A KVALITY. JITKA KLETT PRAVIDELNE PREDSTAVUJE SVOJE KOLEKcie NA INDIVIDUÁLNYCH AUTORSKÝCH MÓDNYCH PREHLIADKACH A HLAVNÝCH TÝŽDŇOCH MÓDY PO CELOM SVETE.

AKTUÁLNA READY TO WEAR KOLEKcia ESPIRITI PRE OBDOBIE JESEŇ/ZIMA 2016 2017

Prvotná myšlienka módnej návrhárky JITKY KLETT pri tvorbe kolekcie pre obdobie Jeseň/Zima 2016 – 2017 bolo poukázanie na chaotickú atmosféru dnešnej doby a dôležitosť pozastavenia sa nad vlastnou existenciou. Nová módna kolekcia JITKY KLETT Espiriti so sebou prináša emócie, energiu a harmóniu, ktoré sa vzájomne prelínajú.

Návrhárka JITKA KLETT je celosvetovo známa jedinečným štýlom, akým prepojuje módu s umením, ktoré prenáša do svojich autorských limitovaných potlačí látok. V kolekcii Espiriti sa inšpirovala umeleckými dielami maliara z Blízkeho východu Irfana Haidera Mirzy, ktorý ju uchvátil jedinečnou farebnosťou a technikou použitou vo svojich malbách.

Názov Espiriti v sebe nesie kontrast harmónie s chaosom, emóciou z vlastnej existencie spojenú so sebazpoznaním.

Prvýkrát v kolekcii Ready to wear módna návrhárka JITKA KLETT predstavuje vlastnú líniu riflí/džínsov. Súčasťou kolekcie sú tiež štýlové kabelky, topánky, doplnky, kožušiny.

Žena v modeli JITKY KLETT má jedinečný štýl plný energie, elegancie, ženskosti a sofistikovanosti.

MEDZINÁRODNÝ CHARITATÍVNY MÓDNY PROJEKT JITKA KLETT FOR FASHION REVOLUTION

Myšlienkou projektu JITKA KLETT for FASHION REVOLUTION je osveta na Slovensku a v Českej republike na tému zneužívanie detí pre prácu v módnom odvetví v krajinách Stredného a Ďalekého východu a taktiež priama pomoc týmto a ostatným deťom v uliciach spomínaných krajín a podpora tuzemských výrobcov na Slovensku a v Čechách v odevnom odvetví. Kampaň poukazuje na to, že výrobok vyrobený v našej krajine dáva garanciu produktu vytvoreného za ľudských podmienok a jeho kúpou podporujeme dospelých ľudí, ktorí za svoje mzdy zodpovedne vychovávajú novú generáciu. V neposlednom rade cieľom charitatívneho projektu je podpora mladých talentovaných umelcov, módných návrhárov zo Slovenska a z Českej republiky v podobe podnecovania ich kreativity formou financovania ich projektov, výstav a pod. Symbolom JITKA KLETT for FASHION REVOLUTION je exkluzívny parfum a dizajnérske tričko Fashion Revolution. Výťažok z ich predaja je venovaný spomínaným charitatívnym cieľom. Výrobky je možné kúpiť na projektoch organizovaných Občianskym združením Jitky Klett, prípadne Nadačným fondom Jitky Klett, v predajných miestach módnej značky JITKA KLETT po celom svete a v módných salónoch Jitky Klett v Košiciach a v Prahe.

Ste zaneprázdnená úspešná žena. Ako stihate starostlivosť o seba? (Kozmetika, vlasy...)

Okrem vysokého pracovného nasadenia musím zvládať tiež rodinu a dve deti, a tak venujem starostlivosti o seba toľko času, koľko mi život umožní. Vlasy si nefarbím, mám to šťastie, že zmena ročných období mi prirodzene mení farbu vlasov. Na kozmetiku chodím pravidelne, kaderníka navštevujem v nadväznosti na moje spoločenské aktivity. Ranný mejkap mi zaberie nanajvyš desať minút. Líčim sa minimálne, preferujem prirodzený vzhľad. Dbám však na kvalitnú vlasovú a

telovú kozmetiku, do ktorej investujem veľa. Pravidelne chodím tiež na manikúru a pedikúru. Niečo iné je, samozrejme, moja vizáž na módných prehliadkach a spoločenských akciách. Vtedy si vždy doprajem celkovú starostlivosť vizážistov a nechám sa profesionálne namaľovať a učesať.

Kozmetické rituály

Mám obľúbené miesta na pracovných cestách v zahraničí, kde si rada doprajem rôzne kozmetické rituály inšpirované kultúrou danej krajiny. Keďže žijem už dlhší čas v Prahe, zahraničnou cestou sú pre mňa aj Košice.

Keď si nájdem trochu času, veľmi rada si zájdem na kozmetiku na kliniku ENVY.

Máte trik pre krásu?

Dobrá nálada a optimizmus. Riadim sa heslom, že nič nie je nemožné, a snažím sa rozdávať úsmev a pozitívnu energiu.

Aký je váš názor na „využívanie“ umenia plastického chirurga?

Starnem prirodzene. Raz mi jeden uznávaný česky plastický chirurg povedal na môj komentár, že zatiaľ nevyužívam plastickú chirurgiu: "Jitka, dozrejte?" Tak čakám, kedy dozrejem.

Môžete odporučiť nejaké zákroky?

Napríklad masáže, ktoré milujem. Chodím pravidelne na masáže olejové, relaxačné. Doprajem si tiež masáž lávovými kameňmi, prípadne čokoládovú masáž a iné.

Aký je váš obľúbený krém?

Kozmetické značky striedam po 1-2 rokoch, výber prispôbujem najmä môjmu veku a pracovnému nasadeniu. Vždy využívam v danom čase celú kompletnú škálu z konkrétnej kozmetickej značky. Momentálne som prepadla kúzlu kozmetiky RENLIVE.



Jitka Klett

FASHION DESIGN

FERO MIKLOŠKO

Moje vychytávky

KRÁSA NA POČKANIE

Pocit dokonalosti ma fascinuje od nepamäti a je súčasťou môjho každodenného života. Skvelý vzhľad je otázkou kvality a disciplíny. Tieto dva faktory zúročujem niekoľko rokov aj vďaka účinným beauty produktom. Multifunkčný sprej na tvár Pure Hyaluronate Water značky Renlive je okamžité a zázračné riešenie na "X" požiadaviek pleti kedykoľvek a kdekoľvek.

www.renlive.sk



VELMI OSOBNÉ VYZNANIE

Múza, kamarátka, skvelá osoba, to je Adela Banášová, ktorej som vzdal hold potlačou jej podobizne na mojich tričkách zo stále úspešnej kolekcie POP-UP. Adela je mi sympatická najmä preto, že ako aj ja, aj ona si rada robí žarty zo seba samej, čo v súčasnosti už asi málokto dokáže. :-)

www.mikloskofashiondesign.sk

Foto: Jena Šimková

RETRO SPOMIENKY

Od detstva milujem hudbu a moje prvé obľúbené speváčky a hudobné skupiny som počúval na platniach. Keďže doba pokročila a všetko je dnes na CD alebo v digitálnom formáte, prestal som sa nimi ďalej zaoberať. Keď som ale objavil tento retrom inšpirovaný, plne modernizovaný kúsok od značky PHILIPS, okamžite som oprášil moje vinylové srdcovky a s chuťou si ich znova prehrávam.

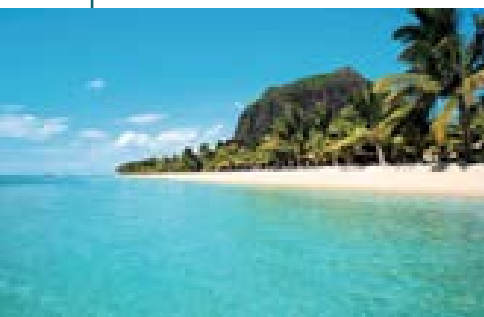
www.philips.sk



ČARO OSOBNÉJ VÔNE

Mám rád svoje súkromie, a keď prídem domov, mojím mini rituálom je zapálenie sviečky. Keďže milujem aj originálne parfumy, nechal som si vytvoriť vonnú sviečku podľa vlastných predstáv. FASHION DESIGN je podmanivá kompozícia čierneho korenia, pačuli, kvetu ylang-ylang a cédrového dreva v krištáľovom pohári pod logom LUMINIA exclusively for MIKLOSKO, určená pre skutočne osobné chvíle.

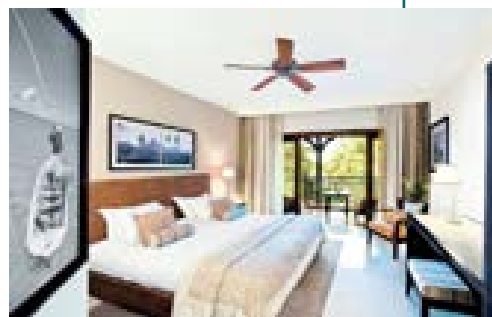
www.mikloskofashiondesign.sk



KOMFORTNÁ EXOTIKA

Cestovanie je mojím hobby. Pokiaľ mám čas a klientky mi to dovoľia. :-). Najradšej sa vždy spoľahnem na služby renomovanej cestovky, napríklad Tui Reiscenter, pretože na dobrodružstvá s „batohom na pleciach“ som nedorástol a už asi ani nechcem. Vyhovuje mi poriadok a vlastný priestor v hoteloch, rezortoch či vilách. Najbližší plán? Pravdepodobne hotel Lux* Le Morne na ostrove Maurícius.

www.tui-reiscenter.sk



VZHĽAD JE DÔLEŽITÝ

Rád vytváram pekné veci a ešte radšej sa nimi obklopujem. Medzi moje najnovšie úlovy patrí tento, ako ho ja nazývam, notebook nočná obloha! ASUS Zenbook 3 je jemný, ultra ľahký, skladný a hlavne vysoko elegantný, takže sa dokonale hodí k môjmu štýlu aj tvorbe.

www.asus.com/sk/



FARBY, FARBY, FARBIČKY!

Milujem pohľad na paletu farebných ceruziek Faber-Castell dôkladne uložených podľa odtieňov v krásnom drevenom puzdre. Ihneď sa mi ľahšie vymýšľajú kombinácie pri navrhovaní modelov. Radosť skicovať!

www.amazon.co.uk alebo www.faber-castell.sk

POHYB A ZÁBAVA V JEDNOM

Naša vtipná facebooková skupina vyznávačov nie úplne vážnych športov je o rekreačnom korčuľovaní na štyroch klasických kolieskach. Je to moja najnovšia vášeň a hlavne mám pocit, že niečo robím pre svoje telo. Alebo zábavu s priateľmi? Skvelý výber klasických kolieskových korčúl nájdete na www.rioroller.com.





KEĎ SA
V KOŠICIACH
POVIE *sushi...*



JAPONSKO JE AZDA JEDINÁ KRAJINA NA SVETE, KTORÁ MÁ TAK JASNE IDENTIFIKOVATELNÚ GURMÁNSKU POCHÚTKU, AKOU JE SUSHI. SUSHI. SLOVO, PRI KTOROM SA KAŽDÉMU VYBAVÍ TO ISTÉ. MODERNÉ JEDLO Z RYŽE PODÁVANÉ SO SUROVOU RYBOU. LENŽE... KEĎ SA TOTO SLOVO VYSLOVÍ V KOŠICIACH, KOŠIČANOM SA VYBAVIA DVE SLOVÁ. A TO MAIKO SUSHI.

Oslava narodenín, svadba, dôležité pracovné stretnutie, to všetko sú príležitosti, pri ktorých sa môžete vymknúť z priemernosti a pochutnať si s priateľmi na Maiko Sushi cateringu, ktorý vám pripravíme na mieru podľa vašich predstáv. Pripravíme a, samozrejme, aj doručíme. V prípade, že vás pochytil doma hlad a vy dostanete chuť na zdravý obed či večeru vo forme sushi, Maiko je tu pre vás. Donášková služba vám doručí jedlo priamo na váš stôl. A prečo práve názov Maiko? Toto slovo označuje začínajúcu mladú gejšu, teda dievča vo veku 15-20 rokov, ktoré sa snaží stať gejšou. A čo si máte predstaviť pod pojmom gejša? Typickým znakom je biely make-up a prepracované kimono.

Ak sushi obľubujete natoľko, že by ste sa ho chceli naučiť pripravovať, naša reštaurácia vám s tým rada pomôže. Ponuka školy varenia vedená naším šéfkuchárom je určená pre všetkých. Dokonca aj pre tých, ktorí variť vôbec nevedia. Šéfkuchár vás zasväti do tajov prípravy sushi a naučíte sa pripravovať toto chutné a zdravé jedlo. Chceli by ste školu varenia pre deti? Alebo by ste sa chceli zúčastniť na kurze vo dvo-

ji? Žiadny problém. Na konci každého kurzu od nás dostanete certifikát, ktorý vám bude pripomínať tento jedinečný zážitok.

A čo dodať na záver? Maiko Sushi sa teší z čoraz väčšej návštevnosti a obľube, ktorú si za tých pár rokov na trhu získalo. Veríme, že plníme a naďalej aj budeme plniť všetky vaše očakávania, pretože pre to robíme naozaj všetko. Vaša spokojnosť a pochvala je pre nás tou najväčšou odmenou. Tím Maiko Sushi pod taktovkou majiteľky reštaurácie Evy Rezešovej je vyskladaný z ľudí, ktorí robia svoju prácu so srdcom. A aj to je jedna z našich tajných ingrediencií...



Štýlový sushi bar v centre mesta, ktorý ponúka nezabudnuteľný gurmánsky zážitok. Vízia reštaurácie bola od začiatku jasná. Priniesť Košiciam miesto, kde sa snúbia exotické chute v spojení s jedinečným prostredím, ktoré ulahodí nielen každému oku, ale najmä aj tomu najnáročnejšiemu konzumentovi. Devízou Maiko Sushi sú vždy čerstvé suroviny, nevyhnutné pre kvalitnú ázijskú kuchyňu. V ponuke reštaurácie sa okrem sushi nachádza aj široká paleta hlavných jedál, rôznych druhov cestovín a nechýbajú ani typické ázijské polievky, akou je napríklad Tom Yum, ktorá sa nielen v Thajsku, ale aj u nás teší vysokej obľube. Povestnou čerešničkou na záver je výber z ponuky dezertov. Môžete si ju prelistovať rovnako ako zvyšok menu v štýlovom iPade. Maiko Sushi chutí nielen laickej verejnosti, ale aj odbornej, ktorá ju ocenila niekoľkými významnými.



Zdravé a chutné recepty

MIRKY LUBERDOVEJ

VITAMÍN A JE NAZÝVANÝ AJ VITAMÍNOM PEKNEJ PLETI. DOSTATOK TOHTO VITAMÍNU PÔSOBÍ PRIAZNIVO NA STAV NAŠEJ POKOŽKY. PODPORUJE OBNOVU BUNKOVEJ ŠTRUKTÚRY A ZABRAŇUJE PREDČASNÉMU STARNUTIU. KRÁSNE OŽIVUJE PLEŤ A PRIAMO JEHO NEDOSTATOK MÔŽE SPÔSOBIŤ SUCHÚ ČI HRUBÚ PLEŤ. PRI OPAĽOVANÍ CHRÁNI

NEBEZPEČENSTVOM ZHUBNÝCH BINÁCIA VITAMÍNU PREVENTÍVNE STARECKÝCH NA EKZÉMY, LUDOVÉ OCHORENIA TE PRÁVE VY NA VITAMÍNU A. PODRÁNČI POPÁLENÍN.



POKOŽKU PRED

NÁDOROV. KOMA A ZINKU PÔSOBÍ PROTI VZNIKU ŠKVRŇN. AK TRPÍTE PIENKU A VREPOKOŽKY, DBAJ ZVÝŠENÝ PRÍJEM PORUJE HOJENIE VSTREBÁVANIE

PRIJATÉHO VITAMÍNU A ZNIŽUJE DLHOTRVAJÚCE SLEDOVANIE TELEVÍZIE ALEBO SEDENIE PRI POČÍTAČI. PRETO JE DOSŤ MOŽNÉ, ŽE STE SA PRÁVE AJ VY NAŠLI V TEJTO CHARAKTERISTIKE. PRIJÍMANIE ALKOHOLU A UŽÍVANIE ANTIKONCEPČNÝCH TABLETIEK TAKTIEŽ ZNIŽUJE JEHO HLADINU. AK STE SA TEDA ROZHODLI ZVÝŠIŤ SI JEHO HLADINU, DBAJTE O TO, ABY STE PRI KONZUMÁCII ČI UŽ SUPLEMEN TU, ALEBO V STRAVE MALI ZÁROVEŇ AJ PRÍJEM ZDRAVÝCH TUKOV, NA KTORÉ SA VITAMÍN A VIAŽE. V PRÍRODNÝCH ZDROJOCH NÁJDEME TENTO VITAMÍN V RYBÁCH, V RYBOM TUKU, ŽŤLKOCH, MRKVE, ŠPENÁTE, BROKOLICI, PETRŽLENOVEJ VŇATI, MANGU A MARHULIACH. INŠPIRUJTE SA AJ NASLEDOVNÝMI RECEPTAMI, KTORÉ VÁM POMÔŽU DOCIELIŤ POTREBNÚ HLADINU VITAMÍNU A.

TRESKA MARINOVANÁ V MISO PASTE S DUSENÝM ČERSTVÝM ŠPENÁTOM

- ❖ 1 veľký plát očistenej tresky
- ❖ 3 lyžice sladkej miso pasty
- ❖ 2 vetvičky čerstvého rozmarínu
- ❖ morská soľ

Na špenát potrebujeme:

- ❖ dusený mladý špenát s tofu
- ❖ 1000 g listov mladého špenátu
- ❖ 1 cibuľku
- ❖ 1/2 cesnaku
- ❖ ume ocot
- ❖ píniové jadierka
- ❖ hrozňový olej na varenie
- ❖ 1/2 malej lyžičky morskej soli
- ❖ citrónová šťava



Ako prvú si pripravujeme tresku, ktorá potrebuje dlhší čas na prípravu. Tresku dôkladne umyjeme, necháme odkvapkať a položíme na plech vystlaný alobalom. Zľahka ju posolíme hrubozrnnou morskou soľou a dôkladne po nej lyžicou rozotrieme sladkú miso pastu. Položíme 2 vetvičky rozmarínu. Rybu zabalíme do alobalu a necháme aspoň hodinku v chlade odstať, aby sa rybička spojila s miso. Potom dáme grilovať na 25 minút. Kým sa pečie, začneme pripravovať špenát. Na oleji osmažíme cibuľku do zlatista a potom pridáme dobre umyté špenátové listy. Pri dusení ich nechávam v celku, ale kto nemá rád dlhé listy, môže si ich natrhať. Do zmesi pridáme prelisovaný cesnak a soľ a prikryjeme. Špenát dusíme na miernom ohni domäkka. Hotovú zmes dochutíme ume octom alebo citrónovou šťavou. Posypeme píniovými jadierkami a ozdobíme physalisom.

PŠENOVO-BROSKYŇOVÝ KOLÁČ

- ❖ 250 g pšena
- ❖ 8-10 broskýň
- ❖ ryžový slad
- ❖ kakaový bio prášok
- ❖ hrst sušených hrozienok
- ❖ ghee maslo
- ❖ 1 polievková
- ❖ lyžica mletej škorice
- ❖ 1 malá lyžička vanilkového prášku



Pšeno opláchneme a v sitku jeden- až dvakrát sparíme prevarenou vriacou vodou. 4-5 broskýň odšťavíme v odšťavovači a šťavou zalejeme pšeno. Necháme variť prikryté v hrnci zhruba 10 minút. Medzitým namočíme hrozienka do pohárika so studenou vodou. Necháme jednu surovú broskyňu, zvyšné pokrájame a na teflónovej panvici ich mierne rozvaríme, trochu podliate vodou, s trochou ryžového sladu a hrozienok na mäkkú kašu. Uvarené pšeno rozdelíme na dve časti. Spodnú dochutíme škoricou, vanilkou, sladom alebo medom. Prisypeme zvyšné hrozienka. Všetko spolu dôkladne premiešame a vysypeme ako prvú vrstvu koláča do ghee maslom vymastenej tortovej misy. Na ňu dáme broskyňovú kašu. Poslednú broskyňu si pokrájame na malé kúsky a dáme na vrch už spomínanej broskyňovej zmesi. Zvyšné pšeno zmiešame s kakaovým práškom podľa chuti a podľa chuti aj dochutíme zvoleným sladom. Kakao-pšenovú zmes dáme na vrch ako poslednú a ešte zvrchu zľahka pokvapkáme sladom. Koláč dáme zapiecť do vyhriatej rúry na 180 stupňov na 10-15 minút. Podávať ho môžete aj jemne zohriaty ako ryžový nákypl alebo studený. Komu sa nechce vyrábať broskyňovú kašu, môže použiť domáci džem a kompót.

Postaráme sa o Vaše zuby:

DR. MARTIN, KLINIKA S VYŠE 70 ROČNOU HISTÓRIOU



Primár Tvrdoň má takmer 50 ročné stomatologické skúsenosti a pôsobí ako garant kliniky.

PRIATEĽSKÝ PRÍSTUP A NEOCENITEĽNÉ SKÚSENOSTI. PO VSTUPE DO KLINIKY DR. MARTIN ZUBNÁ KLINIKA V BRATISLAVSKEJ PETRŽALKE VÔBEC NEBUDETE MAŤ POCIT, ŽE STE U OBÁVANÉHO ZUBÁRA. SVEDČÍ O TOM FAKT, ŽE KAŽDOROČNE JU NAVŠTÍVIA TISÍCKY SPOKOJNÝCH PACIENTOV. VEĎ VIAC AKO 70 ROČNÉ ODBORNÉ SKÚSENOSTI V STOMATOLÓGII SÚ DOSTATOČNOU ZÁRUKOU KVALITY.

Moderná klinika Dr. Martin čerpá z odbornosti a skúseností primára Doc. MUDr. Martina Tvrdoňa CSc, ktorý sa stomatológii venuje vyše 47 rokov. Rovnakej profesii sa už v roku 1942 venoval jeho otec Ladislav, ktorý bol jedným z prvých dentitov na Slovensku. Primár Tvrdoň je držiteľom viacerých patentov, desiatky rokov vyučoval na vysokej škole a venoval sa aj súkromnej praxi. Klinika však za posledné tri roky nabrala iný rozmer. „Rozrástli sme sa, začínali sme s dvoma kreslami, dnes máme 15 ambulancií a vlastné laboratórium. *Nesmierne nás teší, že pacienti sa u nás cítia dobre a s dôverou sa vracajú. Za tri roky sme ošetrili niekoľko tisíc ľudí. Úspech nás posúva dopredu a chceme sa neustále zlepšovať.*“ netajil spokojnosť MUDr. doc. Martin Tvrdoň CSc., ktorý

onedlho vydá ďalšiu knižnú publikáciu o stomatológii.

Úspech rodinnej firmy stojí nielen na tradícii, ale najmä na priateľskej atmosfére a profesionálnom prístupe. Ten je mimoriadne dôležitý, preto na klinike pôsobí pod jednou strechou okrem odborníka na protektiku doc. Tvrdoňa aj implantológ, stomatológovia, chirurg, či skupina dentálnych hygienikov.

ZUBNÝ IMPLANTÁT UŽ OD 450 EUR
Klinika ponúka svojim pacientom širokú škálu služieb a samozrejme sa špecializuje aj na zubné implantáty. Implantát je vlastne náhradou koreňa zuby. Celý zákrok trvá menej ako hodinu a počas neho je pacient pod anestéziou, takže nič necíti. V stomatológii sa používajú len osvedčené materiály implantátov, najčastejšie však titán a keramika. Po realizácii zákroku musí pacient absolvovať niekoľko kontrol a približne po troch mesiacoch mu lekár na implantát nasadí korunku. Cenu zákroku ovplyvňuje najmä výrobca implantátov, ktorého si pacient zvolí. Na trhu existujú tisíce rôznych druhov od neznámych, cez napodobeniny, až po špičkovú kvalitu. Suma sa pohybuje od 450 €. Dôležité je že takáto náhrada vydrží vyše 10 rokov.

BENEFITY PRE FIRMY, AJ ZUBY NA SPLÁTKY

V snahe poskytnúť svoje služby čo najširšej skupine pacientov a firiem ponúka klinika Dr. Martin rôzne benefity a možnosti. Jed-

Recepcia kliniky zaujme hneď na prvý pohľad. Je zariadená moderne a štýlovo.



ným zo spôsobom ako môže zamestnávateľ odmeniť pracovníkov je, že im preplatí zákrok u stomatológa. Táto služba je vhodná pre akúkoľvek veľkú firmu, bez ohľadu na jej počet zamestnancov.

Ďalšou zaujímavou službou sú aj zuby na splátky. „Je to pre pacientov veľkým prínosom. Ľudia to často nevyužívajú, ale máme aj také prípady. *Niekedy príde pacient, ktorý zanedbal starostlivosť a chce to riešiť. Vďaka tejto službe si ju môže dovoliť.* Lepšie je splácať, ako ju vôbec neabsolvovať,“ priblížil aktivity spoločnosti marketingový riaditeľ Dr. Martin Zubná klinika Daniel Kodaj. Filozofia firmy je jednoduchá, disponuje odborným garantom doc. Tvrdoňom, zákazníkom ponúka 2 až 5 ročnú záruku na všetky svoje služby, parkovanie zadarmo, bezplatné vstupné vyšetrenie a férové ceny. Obrovskou výhodou je, že klinika má vlastné laboratórium. Vďaka nemu odborníci okamžite konzultujú situáciu priamo v kresle a dokážu lepšie posúdiť sklon, či tvar zuby, čím sa zvyšuje kvalita celkovej práce.



www.radiokosice.sk

RÁDIO[®] KEŠICE



NAJBLIŽŠIE K VÁM

TV[®] KEŠICE

www.tvkosice.sk



Projekt ENVY for DebRA SR je spoluprácou ENVY Kliniky estetickej medicíny v Košiciach a organizácie DebRA SR, ktorá podporuje ľudí so zriedkavou nevyliciteľnou chorobou motýľích krídel, Epidermolysis bullosa.

Od roku 2009 sa DebRA SR venuje rozširovaniu všeobecného povedomia o tejto zriedkavej chorobe a zapája sa do národných, ale aj do medzinárodných aktivít spojených s EB. Je nositeľkou myšlienky a založená Slovenskej aliancie zriedkavých chorôb na Slovensku a jej víziou do budúcnosti je zlepšenie kvality zdravotnej starostlivosti o pacientov so všetkými zriedkavými chorobami na Slovensku.

To všetko prostredníctvom práce na Národnom pláne pre zriedkavé choroby na Slovensku a každoročnou kampaňou ku Dňu zriedkavých chorôb, ktorý si pripomína celý svet v posledný februárový deň. Aj dátum je symbolický a zriedkavý – 29. 2. raz za 4 roky. Preto, ak nie je práve priestupný rok, je to každoročne posledný februárový deň 28. 2.

V tomto roku prebieha kampaň rozširovania povedomia o ZCH (zriedkavých chorobách) nepretržite od februára tohto roka, a to Putovnou výstavou ZRIEDKAVÉ CHOROBY SÚ MENEJ ZRIEDKAVÉ, AKO SA ZDÁ. NA SLOVENSKU NIMI TRPÍ PRIBLIŽNE 300 000 LUDÍ. Je prezentáciou konkrétnych ZCH na 6 kappa plagátoch, ktoré sú výpoveďami jednotlivých pacientov so ZCH. Zároveň je informačnou kampaňou vďaka dostatočne veľkému ihlanu, na ktorom sú prezentované organizácie na Slovensku, ktoré sa venujú pacientom s jednotlivými ZCH.

Klinika estetickej medicíny ENVY si vybrala DebRU SR, aby prostredníctvom nafotenia kalendára, ktorého sa zúčastnili a zúčastnia známe tváre spoločenského života na Slovensku, podporila ľudí žijúcich s EB a upozornila tak na jednu zo zriedkavých chorôb, Epidermolysis bullosa. Výťažok z predaja tohto kalendára bude použitý na pomoc pacientom a rodinám, kde niektorý člen trpí chorobou motýľích krídel, v rámci štatútu a stanov organizácie DebRA SR.

Zároveň je spolupráca, foteň, krst a uvedenie kalendára do predaja príležitosťou pripomenúť si svetový týždeň povedomia o EB (EB awareness week), ktorý sa koná posledný októbrový týždeň.

Dobročinný projekt ENVY for DEBRA, vznikol vďaka spolupráci ENVY Kliniky estetickej medicíny a neziskovej organizácie DebRA SR. Výťažok poputuje tým, ktorí húževnato bojujú proti tejto krutej chorobe.

Na foteň a krste kalendára sa zúčastnilo mnoho známych osobností. Projekt bez nároku na honorár podporili módni tvorcovia Jitka Klett, Fero Mikloško, zo sveta modelingu Miss Universe Silvia Prochádková, Miroslava Luberdová, Romana Škamlová, Eva Rezešová Džodlová a Adam Bárdy, z hudobného priemyslu Martin Valihora, Samuel Tomeček, zo športového sveta brankár HC Slovan Jaroslav Janus a tiež hovorkyňa nitrianskeho hokejbalového klubu Kristína Kormúthová.

Dobročinný večer spríjemnila módna prehliadka Jitky Klett a tiež vystúpenia Anity Soul, Sama Tomečka, Martina Valihoru, klaviristu Eugena Vizváryho a DJ Spina. Počas večera prebehla dražba klobúka moderátorky a modelky Jany Mutňanskej z FTV, večere s Kristínou Kormúthovou, súkromného koncertu Sama

KRST KALENDÁRA



DOBROČINNÝ PROJEKT PRE ĽUDÍ S CHOROBU MOTÝĽÍCH KRÍDEL



Tomečka a tiež troch obrazov akademického maliara Petra Cvika.

„Radi by sme týmto dobročinným projektom podporili nielen samotných pacientov, ale aj ich rodiny, ktoré túto pomoc rozhodne potrebujú. Taktiež osвета o tejto, žiaľ, zatiaľ nevyliciteľnej a závažnej chorobe je na Slovensku minimálna. Veríme, že projekt a tiež táto udalosť prispejú svojou trochou k väčšej informovanosti a šíreniu osvetu o tejto závažnej chorobe,“ hovorí riaditeľka kliniky ENVY Natália Selcková.

„DebRA SR si od svojho vzniku v roku 2009 kladie za hlavný cieľ šírenie povedomia o chorobe motýľích krídel (Epidermolysis bullosa) medzi širokou laickou, ale aj odbornou verejnosťou a predovšetkým skvalitnenie každodenného života pacientov a ich rodín. Víziou DebRA SR do budúcnosti je kvalitná zdravotná starostlivosť pre všetkých pacientov so zriedkavými chorobami. Ďakujeme všetkým, ktorí sa na projekte ENVY FOR DEBRA podieľali,“ dopĺňa predsedníčka správnej rady DebRA SR Beáta Ramljaková.

Choroba motýľích krídel je zriedkavé pluzgiernaté ochorenie kože, ktoré postihuje 2 – 4 osoby na 100 000 obyvateľov. Príčina choroby je genetická a ochorieť môže každý. Počas vývoja plodu v tele matky dôjde zvyčajne náhodne k zmene jedného z génov, ktorý je zodpovedný za štruktúru a pevnosť kože. Zmeny v géne môžu byť rozdielne a aj preto rozoznávame viaceré formy EB: od veľmi závažných, ťažko zlučiteľných so životom až po jej mierne formy, keď je koža poškodená na namáhaných miestach, akými sú najmä chodidlá a dlane. EB je neliečiteľná.

Pacienti s chorobou motýľích krídel potrebujú nielen odbornú zdravotnú starostlivosť, ale aj podporu v podobe informovanej spoločnosti, spolužiakov, kolegov a priateľov. Výťažok z dražby a predaja kalendára zabezpečí pre chorých dostatok špeciálneho obväzového materiálu, krémov, bezšvíkového oblečenia, umožní rodinám rekondičné pobyty a prispeje tiež na zorganizovanie pravidelných stretnutí, kde majú pacienti možnosť nielen vzájomnej výmeny skúseností, ale predovšetkým možnosť odborných konzultácií.

Rok sa s rokom stretol a opäť je tu výnimočná udalosť v podobe dobročinného projektu na podporu ľudí trpiacich chorobou motýľích krídel ENVY 4 DebRA.

Už 15. decembra 2015 sa v Košiciach uskutočnila exkluzívna módna prehliadka kolekcie plesových šiat.

Modely na budúcu sezónu pochádzajú z dielne úspešného návrhára Fera Mikloška. A to nie je všetko, jeden z týchto modelov môže byť váš. Počas večera budete môcť vydražiť

tri z originálnych šiat navrhnutých práve pre túto príležitosť. MIKLOŠKO FASHION DESIGN predstaví tiež limitovanú kolekciu doplnkov, ktoré vznikli v rámci projektu ENVY 4 DebRA. Svoje práce odprezentujú aj študenti stredných odborných škôl. Večerným programom MIKLOŠKO FASHION NIGHT 2016 v Košiciach sprevádzala moderátorka Adela Banášová.

Výťažok z podujatia poputuje organizácii DebRA SR, ktorá pomáha pacientom s chorobou motýľích krídel a ich rodinám. Po minulom, viac ako úspešnom prvom ročníku, keď sa vyzbieralo 5 000 eur, sa tešíme, že opäť aj vďaka vám pomôžeme. Druhý ročník projektu ENVY 4 DebRA vznikol spoluprácou ENVY, Kliniky estetickej medicíny, a neziskovej organizácie DebRA SR. Nebol by tu však bez nadšenia pre dobrú vec a kreativity renomovaného slovenského návrhára Fera Mikloška.

„Radi by sme týmto dobročinným projektom podporili nielen samotných pacientov, ale aj ich rodiny, ktoré túto pomoc rozhodne potrebujú. Krásny nápad: krehká koža pacientov s chorobou motýľích krídel, ktorej pomáhajú nápadité modely

z rovnako jemných materiálov od Fera Mikloška. Veríme, že projekt ENVY 4 DebRA, ako aj MIKLOŠKO FASHION NIGHT 2016 prispievajú k väčšej informovanosti a šíreniu osvedčenej o tety závažnej chorobe,“ hovorí riaditeľka kliniky ENVY Natália Selveková.

„DebRA SR si od svojho vzniku v roku 2009 kladie za hlavný cieľ šírenie povedomia o chorobe motýľích krídel – Epidermolysis bullosa medzi širokou laickou, ale aj odbornou verejnosťou. Svojimi aktivitami prispievame k skvalitneniu každodenného života pacientov a ich rodín. Víziou DebRA SR do budúcnosti je kvalitná zdravotná starostlivosť pre všetkých pacientov so zriedkavými chorobami. Ďakujeme všetkým, ktorí sa na projekte ENVY 4 DebRA podieľajú,“ doplnia

predsedníčka správnej rady DebRA SR Beáta Ramljaková.

Epidermolysis bullosa (EB), nazývaná tiež choroba motýľích krídel, je ochorenie, ktoré celosvetovo patrí práve do skupiny zriedkavých chorôb. Za také choroby považujeme chronické, závažné, život ohrozujúce choroby, ktoré postihujú nie viac ako 5 z 10 000 obyvateľov EÚ. Ani v prípade EB to nie je ináč. EB je vrodená pluzgiernatá choroba kože genetického pôvodu. Postihuje 2 – 4 osoby zo 100 000 obyvateľov. Pacienti so závažnými formami sa nedožijú dospelého veku, postihnutí sú najmä deti. Koža, ale aj sliznice pacientov s chorobou motýľích krídel sú extrémne zraniteľné. Vyžadujú si sústavnú odbornú starostlivosť (dezinfekčné roztoky, špeciálne sterilné krytia, masti, krémy).

DRUHÝ ROČNÍK

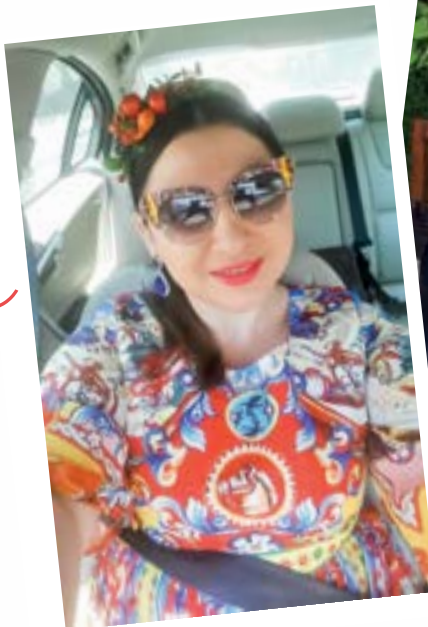
ENVY 4 debra
Slovakia.

MIKLOŠKO FASHION NIGHT 2016



„By“ EL

AUTOR: EL | FOTO: LÍVIA KAMINSKÁ, ARCHÍV



OSOBNÁ
STYLISTKA NICOLE MCCLLOUD /
AMERICAN XFACTOR STAR W

Ahoj, ty.

Áno, ty, zrodená nakupovať a nútená pracovať. Presne ty, zložená z kúska Carrie Bradshaw a kúska Monka. Oslovenie ťa zrejme zaujalo. Výborne, to je znak toho, že moje riadky aj dočítaš. Teraz všetko nechaj tak, vylož ubolené nohy, pusti nákupy z ruky, uprac deti a uži si pár múdrostí so mnou. Veď pán tvorstva si užíva s nohami na stole a novinkami denne.

Dnes o biznise, móde, tipoch, ako byť in/á, a popritom aj o vzťahoch a o tom, že „sme také, aké sme“ (pusti si k tomu Dubasku), a môžeme byť už len lepšie a viac hrdé manželky.

Blíži sa obdobie húsok, kačíc, kapúst, nestrávených „knedlíkov“ a pankreolanov :). Opálenie pomaly bledne a ty máš pocit, že vyzeráš biedne... Čo si?! Buď pozitívna! Pigmentové škvrny sa, chvalabohu, strácajú a love handles, tučnota po okraji brucha, tzv. kľučky lásky, odjedené v all inclusive móde pozakrývaš kardigánom, aj to len do pondelka, veď vtedy všetky chudneme :) (Ak nie, prihrejem si „gaspačo“, volajte kliniku Envy :)). Jednoducho – nastupuje jeseň a ty môžeš vyniknúť i hrať farbami, colourblockingovať. Ahaaa, TY nemôžeš? Lebo nemáš toľko odvahy ako ja a ešte si aj stará, z tvojho pohľadu proste na okraji spoločnosti? A už sa dostávam in medias res.

Stretávam množstvo žien, skvelých, silných, ktoré raz alebo dokonca viackrát vytlačili mangá cez čerešňu :). Veď hovorím, úžasné bytosti. Chodia bagetky, špagetky, naozaj rôzne vzorky z rôznych vrstiev, s plnými aj prázdnejšími peňaženkami, radostami aj starosťami. Za štyri roky som toho zažila už vo Wanyfer fashion dosť. Vieš, som také ucho, ktoré počúva, ale ústa, ktoré nemajú potrebu všetko vytrubiť. Mám ten dar „to make people talk“, inými slovami, ľudia sa radi zdôveria. A ja nesklamem...

Ak robíte módu a chcete ju robiť dobre, resp. celkovo biznis, pozor na prvoplánovosť. V tomto fachu je to niečo podobné ako syndróm vyhorenia. Nesmiete vidieť klienta len ako zdroj vášho benzínu do jachty, na ktorú ne/zarobíte od večera do rána... Takto to nefunguje. A ak, tak len na istý čas. Hovorím o bežnej podnikateľskej štartovacej čiare, nie zdedenej línii už hotového impéria.

Vždy sa snažím priblížiť klientke a vytvoriť kalokagatiu. Robím anamnézu. Niekedy je to veľmi náročné. Ľudia sú rôzni, chovajú sa často tak, ako vlastne vôbec nechcú. Neviem prečo... Vlastne viem, niektoré sa nalakáte nášho barokového kresla. Hneď vás upokojím, je to len replika :), ale drahá. Info pre tie, ktoré nakupujete výhradne v Dubaji: aj tam sa dajú vychytať pekné bludy. Bo ne šicko, čo je drahé, je aj kvalitné a trendy. Hold, aj diamant sa dá zabiť, keď sa nedoladí. Je to podobné, ako keď sa bojíte, že v červenej budete vulgárna. „Vyfarbiť“ sa ale môžete aj v čiernobielej. Samci vždy vycítia inštinktom hĺbku, hm, povedzme, vašich očí :). Netreba na to zabúdať. A keď sa už chtiac-nechtiac doriadiš, minimálne sa tvár, že je to nový trend.

Ženy, to, čo predvádzate v kabínkach, je hrúza. Prvé dva roky som chodila domov zúfalá, ako sa nemáte rady a nevidíte na sebe nič pekné. Nerobila som nič iné, len vám láskyplne vysvetlovala, že manželské trojuholníky sa množia viac ako škodná a žiadna nie sme v bezpečnej zóne. To na vás celkom zaberalo. Pri ďalšej návšteve ste už boli vyliečené (tzv. Wanyfer systém rýchleho prebudenia šokom, funguje zaručene).

Mnohokrát sa vlastne bojíte toho, čím by ste mohli a zároveň chceli byť, keby ste len vyšli z ulity a neriadili sa tým, čo povie kolegýňa, suseda alebo svokra. Paradox je, že ani jedna z nich vám váš nákup nepreplatí.

Lúčim sa s vami slovami:

„Vždy si daj svoju cenu, buď sama sebou a LSN – Líč sa, styluj sa, nos sa!“

Vaša Svetlana EL Halawany,

 Wanyfer fashion

Look, who's talking about...

Ultherapy®



Výhradní zastoupení: Beneficium Euro Ltd s.r.o.
www.beneficium.cz | +420 602 643 241 | th@beneficium.cz

Julienne Schubert

MAJITELKA ELITNÉHO NECHTOVÉHO ŠTÚDIA. AKO NECHTOVÁ DIZAJNÉRKA PRACUJE UŽ 12 ROKOV. CERTIFIKÁTY NECHTOVEJ A NAIL ART DIZAJNÉRKY ZÍSKALA V PRAHE. VYŠTUDOVALA UMELECKÚ PRIEMYSLOVSKU V KOŠICIACH V ODBORE DIZAJN A VÝSTAVNÍCTVO.

„KRÁSA JE CESTA K ÚSPECHU
A PEKNÉ NECHTY SÚ VIZIT-
KOU KAŽDEJ ÚSPEŠNEJ ŽENY.“

Kedy v histórii sa ženy začali zaujímať o svoje nechty?

Samotná manikúra je stará už takmer 4 000 rokov. V Číne sa už pred 3 000 rokmi podľa farby laku určovalo spoločenské postavenie. Nechty cisárov sa farbili načierno a načerveno, vyššie spoločenské vrstvy v Egypte ich nosili červené. V tom čase skrášľovanie nechtov nebolo iba výsadou žien. Čínske ženy zmiešavali arabskú gumu s vaječnými bielkami, želatínou a včelím voskom. Touto zmesou si potierali nechty a zdobili ich lupienkami rôznych kvetov. Aj dnes sa nechty zdobia rôznymi sušenými vyliisovanými kvetmi, ktoré sa zatavia do gélu.

Aká je história gélových nechtov?

UV gél sa najskôr používal na zubné plomby. Pre svoje vlastnosti, akými sú prirodzený vzhľad, flexibilita, neutrálny pach a dobrá prilnavosť bez poškodenia nechta, sa začal používať aj v nechtovom dizajne. Predchodcom umelých, či už akrylátových, alebo gélových nechtov boli ľudské nechty, získané prevažne od černošiek. Tie však nebolo možné dobre skladovať, keďže sa prirodzene deformovali. Bolo nutné ich vyrovnávať, najskôr pomocou čajových vrecúšok, neskôr sa vyvinuli iné techniky spevňovania.

Tecnológie odvtedy výrazne pokročili. Dokážeme vytvoriť dokonalé napodobeniny prírodných materiálov, ktoré vyzerajú prirodzene. S ktorými materiálmi pracujete?

Používame patentované gélové technológie, ktoré sa vyznačujú dobrou prilnavosťou k prírodným nechtom a chránia nechty pred negatívnym pôsobením umelých materiálov. Nechty predlžujeme na šablóny. Nepoužívame žiadne umelé nechty ani lepidlá. Je to najšetrnejšia a najprirodzenejšia modelácia.

Navštevujú váš salón aj muži?

Je ich málo, ale aj súčasní moderní muži dbajú o svoj výzor a nechty. Nelakujú si ich ako muži v staroveku. Hoci vo svete sa nájdu aj výnimky. Priekopníkmi sú David Beckham, Brad Pitt alebo Johnny Depp, ktorí sa na verejnosti objavili s nalakovanými nechtami.

Aké sú súčasné trendy v nechtovom dizajnerstve?

Na toto je veľmi ťažké odpovedať. Rozdiel je aj v krajinách. Rusky majú rady kvietky, trblietky, perleť, kamienky a výrazné dlhé špicaté nechty. Aj Maďarky obľubujú dlhé špicaté nechty, ale nie až také prezdobené ako Rusky. Nemky majú rady krátke, prirodzene vyzerajúce nechty a volia neutrálné telové odtiene. U Slovieniek to závisí od vekovej kategórie a profesie. Mladšie ročníčky uprednostňujú dlhšie a farebne výraznejšie nechty, zrelé ženy volia prirodzenosť. Farebnosť sa líši aj od ročného obdobia. Na jar prevládajú jemné kvetinkové motívy, ružové a broskyňové farby. V lete sú žiadané rôzne letné plážové motívy, prevažujú pestré až krikľavé farby, na jeseň zemité a vínočervené. V zime máme obľúbené vianočné motívy so striebornými a zlatými odleskami. Akýkoľvek nail art z nášho salóna je ako šperk, ktorý každého upúta.

Chystáte aj nejaké novinky?

Do ponuky by mali prísť nové zrkadlové fólie, ktoré sa vyznačujú vysokým leskom. V médiách je táto novinka prezentovaná ako farba, ktorá „zletela z vesmíru“.

Aké služby ponúkate svojim zákazníkam?

Predlžovanie nechtov na šablónu, spevňovanie prírodných nechtov, permanentné lakovanie nechtov na rukách a nohách, kreatívny nail art, kozmetickú suchú pe-

dikúru, celkovú starostlivosť o nechty a pokožku rúk a nôh. Pre naše elitné štúdio je samozrejmosťou hygienicky ošetrené a vyčistené pracovisko. A nie len to. Verím, že naše zákazníčky si počas skrášľovania nechtov u nás oddýchnu pri dobrej káve s chutným koláčikom a v príjemnom priateľskom prostredí.

Aká je filozofia vášho salóna?

Krása je cesta k úspechu a pekné nechty sú vizitkou každej úspešnej ženy.

Čo vás v práci najviac naplňuje?

Pocit, keď som nechty urobila pekne a dobre. A vidím, že sa to zákazníčkam páči a sú spokojné.

Aká je v súkromí Julienne Schubert?

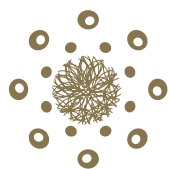
Milujem svoju rodinu a svoju prácu. A ako každá žena, aj ja chcem byť krásna. Krása je pre mňa dôležitá. Preto som si vybrala to, čo robím.

Je nejaké motto, ktorým sa v živote riadíte?

Všetko zlé je na niečo dobré. Nič nie je ani biele, ani čierne.

Čo sa vám v živote najviac vydarilo, na čo ste hrdá?

Na deti a na rodinu. To určite povie každá matka. Určite som hrdá aj na salón, ktorý som postupne vybudovala. Nie je to však iba moja zásluha. K úspechu prispeli aj moje kolegyně Zuzka a Danka a, samozrejme, môj manžel. Som šťastná, že ich mám. Najviac hrdá na seba som však bola, keď som už ako dospelá žena zahrála pred veľkým davom klavírnu etudu. Mala som obrovskú trému, ale zvládla som to. Bol to úžasný pocit, keď som prekonala samu seba.



CELLULAR MATRIX[®]

HYDRATION & REGENERATION

The Patient's Platelet Rich Plasma
combined with Hyaluronic Acid
for Skin Regeneration

One Step
Closed
System!



SLOVENKA SILVIA ŽIJE SVOJ
AMERICKÝ SEN NA MIAMI:

*Musíš plávať,
inak neprežiješ!*

SILVIA SLOBODOVÁ JE MLADÁ ŽENA, KTORÁ JE PROTOTYPOM ÚSPEŠNEJ SLOVENKY. JEJ ZAČIATKY VŠAK NEBOLI LAHKÉ, NO NAKONIEC SA JEJ PODARILO UCHYTIŤ TAM, KDE SA PLNIA SNY – ZA VEĽKOU MLÁKOU V USA. PODNIKÁ NIEKOĽKO ROKOV A POMÁHA SLOVÁKOM PLNIŤ SI TIE ICH SNY. ŽIVOT V MIAMI JE ÚCHVATNÝ A SILVIA NÁM POROZPRÁVALA O TOM, AKÉ BOLI JEJ ZAČIATKY, KTORÉ PREKÁŽKY MUSELA PREKONAŤ A PREČO SA ROZHODLA SPUSTIŤ PROGRAM WWW.PODDOSVETA.SK.

AUTOR: ŠTEFAN ŠPERKA | FOTO: ARCHÍV

Si mladá, pekná a úspešná žena a už niekoľko rokov žiješ svoj americký sen za veľkou mláku. Čo ťa prinútilo odísť zo Slovenska?

Prvýkrát som do Ameriky išla ešte počas prvého ročníka vysokej školy na výmenný pobyt Work & Travel. Veľmi sa mi leto v San Franciscu páčilo, avšak hovorila som si, že by som v USA žiť nemohla. To leto som si ale uvedomila veľmi veľa súvislostí v živote, naučilo ma byť sama na opačnom konci sveta a postarať sa o seba. Zrazu za mňa nikto nič neurobil, nikoho som nemala na dosah. Viac-menej som išla na blind, keďže robotu som mala až od druhej polovice leta, no nakoniec som tam ani nenastúpila, lebo som si našla pomerne rýchlo prácu v slávnej čokoládovni, a tam sa mi veľmi páčilo. Následne som ešte tri letá na tento program išla, raz naspäť do San Francisca, znovu na blind, a potom ešte dvakrát na Miami.

Začínať niekde od nuly asi nie je ľahké. Aké boli tvoje začiatky v Amerike bez rodiny, priateľov a toho, na čo si bola dennodenne zvyknutá?

Keď si spomínam na to prvé leto v San Franciscu, tak to buď môžem porovnať k studenej sprche, alebo tomu, keď ťa niekto hodí do hlbokvej vody a musíš plávať, inak neprežiješ. :-) Zrazu som si uvedomila, čo všetko mi bolo rodičmi dané, ako si vážim, že má človek dôstojný domov, lásku blízkych a v neposlednom rade som si musela všetko kupovať a postarať sa o seba. Každý rok ale bol iný, páčilo sa mi v Amerike viac a viac, už som rozumela americkej mentalite lepšie a všetko mi akosi išlo ľahšie. Potom ale môžeme hovoriť o novej etape – keď som už do USA išla kvôli podnikaniu, to, samozrejme, bola zas úplne iná skúsenosť. Znovu som začínala od nuly a musela si všetko vybudovať. Systém, klientelu, podnikateľský plán, kontakty, bolo toho veľa. Ale keďže som si tým všetkým prešla, viem teraz pomáhať iným ľuďom, aby to mali oveľa ľahšie.

Samozrejme, že začiatky sú ťažké, ale bez nejakej pomoci sa to asi nezaobíde. Mala si aj ty nejakého svojho anjela strážneho, ktorý ťi pomohol?

Našťastie som človek, čo si všade vytvára kontakty a dbá o svoju reputáciu, čiže som už po tých dvoch letách na Miami mala vybudované základné známosti, ľudí, na ktorých som sa mohla obrátiť a pomohli mi. Taktiež som sa počas tých štyroch programov Work&Travel výhradne stretávala s Američanmi, aby som ich kultúre a mentalite rozumela čo najlepšie. Čiže nešla som do neznáma, podchytil si ma jeden známy a stal sa mojim mentorom, hlavne mi pomohol zastrešiť ten online backend biznisu, tvorbu databáz, formulárov, súvislostí v biznise. Veľmi veľa mi pomohol, za čo som mu vďačná.

Žiješ v Miami, no USA ponúka množstvo štátov, kde by si mohla byť a budovať svoj biznis. Prečo práve tento smečný štát?

Miami je výnimočné preto, lebo je jedno z mála miest s tropickým podnebí, kde je vyspelá kultúra. Taktiež sa sem dá dostať priamym letom z každého väčšieho letiska na svete. Ja žijem v Miami Beach, čo je mestečko pozdĺž pláže, kde sa dá na bicykli dostať z jedného konca na druhý v priebehu 15–20 min., pričom ale má všetky vymoženosti globálneho centra. Svetové mesto Miami je iba 10 min. autom cez jeden z troch mostov, je epicentrom obchodu

s Latinskou Amerikou, má druhé najrušnejšie letisko v USA. Miami je nielen z pohľadu medzinárodného, ale aj vnútroštátneho turizmu na top miestach. Ročne sa v uliciach Miami pohybuje 14,2 miliónov turistov, ktorí tu minú vyše 23 miliárd USD. Je to turistická destinácia, kde sa nikto neponáhla a kde ľudia idú so zámerom míňať peniaze. Mám pokračovať?

Nemusíš, tvoje rozhodnutie chápeme. Máš však aj nejaké iné miesta v USA, ktoré sú ti blízke?

San Francisco mi veľmi prirástlo k srdcu kvôli svojej kráse a všade prítomným milým ľuďom, čo je pre Kaliforniu typické. Na Havaji som cítila neopísateľnú atmosféru, ktorú človek musí zažiť, aby pochopil, o čom hovorím. Grand Canyon mi priam vyrazil dych a v Chicagu som sa cítila skoro ako doma. Nemôžem vynechať New York, aj keď nie som fanúšikom uponáhlaného a stresujúceho prostredia, ale je to bez pochyb nádherné mesto. V NYC máme aj sesterskú firmu a druhú pobočku.

Rodina je ale iba jedna a určite chýba aj tebe. Cestuješ domov často?

Domov chodím raz, dvakrát za rok, vždy sa teším na svoju rodinu a blízkych. Zostávam vždy minimálne mesiac, aby som stihla všetko vybaviť.

Je Miami miesto, kde si predstavuješ svoju budúcnosť?

Hm, ťažko povedať. Záleží od veľa okolností. Som človek so zameraním na biznis, a preto moje pôsobenie bude vždy v značnej miere závisieť aj od toho, kde sa sústreďujú moje biznisové aktivity. Aktuálne je to Miami, kto vie, kde budem budúci rok? Mám rozrobených viacero projektov. :)

Amerika je krajina neobmedzených možností, ale ani ty zrejme nežiješ zo vzduchu. Dá sa takýmto podnikaním, ktorému sa venuješ ty, užiť?

Myslím si, že sa v USA vie užiť každý šikovný podnikavý človek, ktorý vie makať. Koláč, ktorý si tu delíme, je obrovský. Hlavne si myslím, že my sme zo Slovenska naučení drieť, keďže máme doma veľmi vysoko konkurenčné prostredie. Na každú pracovnú pozíciu sa hlási ďalší človek, každý biznis má niekoľko súperov a súťažia o klientov. Čiže keď skúsenejší človek príde na americký trh, zrazu pochopí, že má pred sebou masu ľudí, ktorí sú naučení využívať všetky možné služby sveta, ktorí sú systematicky zvyknutí míňať peniaze, ktoré aj nemajú, a ktorí nemajú odmietavý postoj k reklamám. Úplný sen. A keď vezmeme do úvahy tie zastarané weby, ktoré tu má mnoho úspešných firiem, alebo staré reklamné materiály, vždy mám pocit, že sú tu príležitosti na každom kroku.

Čo by si poradila ľuďom, ktorí chcú začať v Amerike podobne od nuly ako ty?

V prvom rade, aby si každý zaobstaral relevantné víza. Pre šikovných ľudí je možnosť ísť na platenú stáž, potom môžu vycestovať pomocou bezvízového styku ESTA, alebo biznis víz, aby si spravili potrebný prieskum trhu. A následne je ideálne na podnikanie vybaviť si investor víza E2. Tieto víza ponúkajú flexibilitu a dajú sa dostať už aj pri menších investíciách, od 30 tis. USD. Pomohli sme už stovkám klientom splniť si ich americké sny.

DNI ZDRAVIA





POISŤOVŇA UNION KAŽDOROČNE USPORADÚVA DNI ZDRAVIA PRE ZAMESTNANCOV JEDNOTLIVÝCH SPOLOČNOSTÍ. TÝM, ŽE MÁME AJ MY PRIATEĽSKÚ SPO-LUPRÁCU S POISŤOVŇOU UNION NA POSKYTNUTIE ČI-ASTOČNÉHO PRÍSPEVKU NA TESTY POTRAVINOVEJ IN-TOLERANCIE, VEĽMI RADI SME PRIJALI POZVANIE NA AKCIU, KDE SME MALI MOŽNOSŤ PREZENTOVAŤ SLUŽ-BY, POSKYTNÚŤ PORADENSTVO A ODPOVEDE NA OTÁZ-KY, KTORÉ ZAUJÍMALI ZAMESTNANCOV SPOLOČNOS-TI SIEMENS, T-SYSTEMS A PREŠOVSKÉJ UNIVERZITY V PREŠOVE.

A čo všetko ich zaujímalo?

Mnohí ľudia majú chronické problémy, s ktorým si nevedia dlhodobo poradiť, a tak sme poskytli poradenstvo v oblasti testovania potravinových intolerancií, ktoré súvisia nielen s problémami netrávenia určitého druhu potravín, ale aj so zdanlivo nesúvisiacimi niektorými kožnými ochoreniami ako ekzémy, akné, prípadne s rôznymi akútnymi bolesťami, ako sú bolesti hlavy, migrény a mnohé ďalšie.

Ďalšou oblasťou záujmu bola infúzna liečba vitamínom C, keďže naše telo má limi-tovaný počet receptorov k prenosu plnej dávky z tablet, nestačí zvýšený jednorazový prísun v strave. Vtedy je potrebné doplniť liečbu podaním infúzie, býva to pri zvýšenej záťaži – fyzickej, psychickej, pri niektorých chronických ochoreniach ako napr. alergie, zápal.

Tieto informácie zaujali klientov natolko, že niektorí využili aj možnosť okamžitého objednania sa počas konzultácie na túto liečbu. Zároveň sme priniesli aj „živé“ vita-míny a ponúkali všetkých záujemcov ovocím.

Vzhľadom na to, že sa venujeme aj optimalizácii hmotnosti a výžive, odpovedali sme aj na individuálne otázky z tejto oblasti.

Naša klinika je známa ako klinika estetickej a plastickej chirurgie, teda sme poskytli odpovede aj na tieto témy.







Restylane®

JE MOŽNÉ DNES JEŠTĚ VERIT FOTOGRAFII?

SHARON STONE, HEREČKA

Průmysl krásy je známý tím, že ukazuje extrémní vzhled a upravované fotografie. Může být těžké uvěřit výsledkům estetických ošetření jenom na základě fotografie. V společnosti Galderma jsme se rozhodli podrobit výplně Restylane® a Restylane Skinboosters™ zkoušce a předvést jejich přirozený výsledný vzhled naživo.

Navštivte ProofIRL.com nebo požádejte svého lékaře o podrobnější informace.

 GALDERMA



Sun Care 30 Spray - High Protection

Slnčný rad Renlive rešpektuje pokožku, chráni ju pred poškodením UVA a UVB a zároveň bojuje proti starnutiu pomocou obsahu kyseliny hyaluronovej, bambuckého masla, kakaa a vitamínov A a E. Sun Care s technológiou na ochranu DNA je bohatá na aktívne látky, ktoré dodávajú pokožke pružnosť a hebkosť. Mlieko je ľahko natierateľné vďaka technológii EASY ON SKIN a zabezpečí ideálne rozloženie minerálnych filtrov na povrchu pokožky.



25 Herbs Tea Tisana

Tento bylinkový čaj (sirup) obsahuje výťažok z 25 za studena spracovaných bylín. Neobsahuje alkohol, cukor ani glycerol. Účelom čaju je prečistenie organizmu a obnovenie rovnováhy gastroenterologického traktu. Má schopnosť zbaviť telo jedov a zabrániť zadržiavaniu vody. Eliminuje toxíny, stimuluje cirkuláciu, podporuje správne vyprázdňovanie a proces chudnutia.



Pure Hyaluronate Water

PURE je extrémne hydratujúci prípravok na tvár vo forme tzv. hmly, ktorá zvlhčuje pleť a navracia jej pôvodné pH. Prípravok obsahuje solný roztok s neutrálnym pH, obohatený o upokojujúce oligo-prvky s účinkami balzamov – napr. sodík, vápnik, magnézium, draslík a bór, ako aj kyselinu hyaluronovú. Táto kyselina zabezpečuje pružnosť a vyplnenie pleti tým, že funguje ako bariéra brániaca vyparovaniu vlhkosti z pokožky. Prípravok Pure Hyaluronate Water je určený pre všetky typy pleti, ktoré potrebujú hydratáciu z dôvodu začervenania, podráždenia, matného a suchého povrchu či citlivosti. Prípravok je možné použiť kedykoľvek cez deň na akýkoľvek druh pleti, ktorá potrebuje oživenie, osvieženie a upokojenie. Taktiež ju je možné použiť ako náhradu obvyčajnej vody pri jemnom oplachovaní čistiacieho prostriedku či ako náhradu pleťovej vody.



Lipo Slender

Profesionálne zloženie ideálne pre formovanie kontúr tela. Jedinečné komponenty Lipo Slender pomáhajú redukovať známky celulitídy a nerovnej pokožky. Obrisy postavy sa tvarujú a zvyrazňujú a pokožka vyzerá pevnejšia a napnutejšia. Za pomoci jedinečnej kombinácie aktívnych látok testovaných na efektívnosť dochádza k reaktivite tukových buniek. Nanáša sa na tukom obalené oblasti, najmä v oblasti stehien, bokov a brucha.



Gentle Cleanser

Revolučný prostriedok na čistenie pleti, neobsahuje žiadne agresívne mydlá, čistiace zložky alebo penivé prísady, iba zmäkčujúce prísady a základné tukové zložky určené pre revitalizáciu pleti. Po aplikácii je pleť jemná a vyživená. Zároveň zabezpečuje základnú hydratačnú prípravok.



Derma Light

Toto sérum obsahuje vitamíny a prírodný bieliaci prostriedok. Efektívne pomáha redukovať starecké škvrny, flaky a iné pigmentové znaky súvisiace s vekom, sĺnením alebo tehotenstvom, ale pomáha aj ako prevencia proti tvorbe takýchto nepravidelností.



Epi Peel

Epi Peel je zložený z ultrajemných vyhladzovacích zrníčok, ktoré majú schopnosť odstraňovať odumreté bunky, odkryť folikuly blokované bunkovými nánosmi a odstraňovať komedóny – tzv. čierne uhry. Tým, že spôsobuje rýchlejšiu výmenu buniek na povrchu pleti, je ideálny pre redukovanie aknózneho vzhľadu i jaziev na pleti spôsobených akné a tiež jemných vrások.



EMERVEL.
IT'S ON EVERYONE'S LIPS.

GALDERMA
Committed to the future
of dermatology

Emervel®

The natural choice for lips





CHLOÉ

BOHO CHIC MAXI

FASHION TRENDS



VALENTINO



ALEXANDER MCQUEEN



ALEXANDER MCQUEEN

GOTHIC



WILD

TRENDS 2017



... INŠTITÚT KRÁSY CENTRUM IN...

**INŠTITÚT KRÁSY CENTRUM IN JE V MESTE POPRAD UŽ 13 ROKOV ,
JE TO JEDINÝ INŠTITÚT, KTORÝ MÁ POD JEDNOU STRECHOU VŠETKY TIETO
SLUŽBY :**

- **BIO KADERNÍCTVO**
- **BIO KOZMETIKU**
- **AJURVÉDA**
- **GÉLOVÉ NECHTY**
- **PEDIKÚRU**
- **MASÁŽE**
- **VIZÁŽ**
- **3D TETOVANIE OBOČIA**
- **PREDLŽOVANIE VLASOV**
- **PREDLŽOVANIE RIAS - 6 AŽ 9 D**
- **SOLÁRIUM**
- **A AKO EXKLUZÍVNU NOVÚ SLUŽBU VÁM MÔŽEME PONÚKNUŤ:**
 - **KLINIKU ESTETICKEJ MEDICÍNY ENVY**

**Ponúkame výnimočnú starostlivosť, profesionálny prístup
ku každému jednému klientovi v príjemnom prostredí.**

**Pracujeme s týmito značkami: Payot, Macadamia, Ayurvéda, Malu Wilz
Privíta vás príjemná atmosféra, láskavý a ľudský prístup personálu.**

NÁJDETE NÁS :

NÁM. SV. EGÍDIA 64/26 POPRAD
PO – PIA: 8:00 – 18:00
SO:8:00 – 12:00
TF.:0949 560 183

OC MAX, DLHÉ HONY 1, POPRAD
PO – SO: 9:00 – 20:00
NE: 9:00 – 20:00
TF.:0944 070 700

*Tešíme sa na
Vašu návštevu..*

EAU THERMALE
Avène

PhysioLift

Čas je teraz pevne
vo Vašich rukách

NOVINKA
HLBOKÉ VRÁSKY
STRATA PEVNOSTI

Inšpirovala nás architektúra...

Hlboké vrásky, strata pevnosti a jasú: postupom času sa architektúra Vašej pleti mení.

PHYSIOLIFT je jedinečný produktový rad, ktorý ponúka kompletnú starostlivosť architektúry pleti tak, aby čas bol znovu pevne vo Vašich rukách. Trio exkluzívnych aktívnych látok dodáva pleti kolagén, kyselinu hyalurónovú a vitamín A, teda základné zložky štruktúry kože.

Prípravky radu PHYSIOLIFT vynikajú aj jedinečnými textúrami, ktoré pôsobia na všetky zmysly a dodávajú pocit komfortu aj tej najcitlivejšej pleti.



Sledujte nás na:



Požiadajte o radu vo svojej obľúbenej lekární.

www.avenes.cz



Laboratoires dermatologiques
Avène
PARIS

Zdravé tajomstvo ukryté v knihách

OSOBNOSTI NIELEN DOMÁCEJ, ALE AJ ZAHRANIČNEJ SCÉNY MAJÚ OPROTI NOVÝM AUTOROM OBROVSKÚ VÝHODU. POPULARITU. PRINÁŠAME VÁM TO NAJLEPŠIE Z KNÍH ZNÁMYCH OSOBNOSTÍ, KTORÉ SVOJ ŽIVOT OKREM SPIEVANIA, HRANIA ČI MODEROVANIA ZASVÄTILI ZDRAVÉMU ŽIVOTNÉMU ŠTÝLU.



Jedlo

GWYNETH PALTROW IT'S ALL EASY

Slávna herečka vydala tri knihy o jedle. Popularitu si získala najmä knihou *It's all easy*. Nájdete v nej viac ako 125 obľúbených zdravých receptov. Vhodné sú najmä pre tie z vás, ktoré nemajú čas v kuchyni tráviť celý deň. Jednoduché a chutné jedlá od raňajok až po večeru – s malým alebo žiadnym obsahom cukru, tuku alebo lepku. Nechýbajú ani tipy na výživnú desiatu či olovrant. Mňam!

MARTIN PYCO RAUSCH MOJE JEDLO 1 A 2

Milujeme Pyca! Aj vy? Kúsok svojej tajnej receptúry, ako sa cítiť dobre a fit, ukryl nie do jednej, ale do dvoch úspešných kníh! Moderátor vyštudoval hotelovú akadémiu, ktorá sa vo forme varenia stala súčasťou jeho života. Recepty v jeho knižkách sú zdravé, chutné a vegetariánske. Všetky recepty pripravil a nafotil sám. Pre gurmánov pripravuje tretí titul s názvom „Štyri ročné obdobia“. Už teraz sa veľmi tešíme!



SLOVENSKÉ BLOGERKY NA ZJEDENIE

Poznáte slovenský blog www.biteme.sk? Že nie? Tak šup-šup kliknúť! Barбора a Mimi sú kamarátky, ktoré založili vegetariánsky blog. Všetko sa začalo online a pokračovalo k vydaniu prvej (a my dúfame, že nie poslednej :)) knihy „Zdravé raňajky“, ktorá uzrela svetlo sveta v máji 2016. Nájdete v nej 60 zdravých a lahodných raňajkových receptov. Dozviete sa, ako sa naučíte doma vyrobiť rastlinné mlieko alebo ako si vypestovať kľíčky nabité energiou. Čo dodať? Raňajky = základ dňa!

Šport

CAMERON DIAZ MILUJ SVOJE TELO

Cameron poznáme všetci. Zbožňujeme, keď nás zabáva z plátna kina, a obdivujeme, ako úžasne vyzerá. Ako hovorí, všetky svoje tajomstvá skryla do svojej knihy, prostredníctvom ktorej nás učí, ako milovať samu seba a čo preto spraviť. Kniha s výstižným názvom v sebe ukrýva nielen tipy na stravu, ale aj na cvičenie a životný štýl. Cameron je vzorom pre mnohé ženy a sme radi, že sa jej podarilo kultúrne prispieť ako autorke. :)



MICHAL KYSELICA PREKONAJ SVOJ LIMIT

Michal Kyselica je mladý tréner, pod ktorého rukami prešiel zmenou napríklad aj rapper Rytmus. O svojej životnej ceste sa rozhodol napísať knihu s názvom *Prekonaj svoj limit*. V knihe sa dozviete, ako prekonať limitujúce presvedčenia, kvôli ktorým žije väčšina ľudí životy iných, a začať konečne žiť život podľa svojich predstáv vďaka online biznisu. Michal precestoval celý svet, aby sa stretol s tými najúspešnejšími ľuďmi na svete a získal od nich stratégie ich úspechu. Táto kniha vám prinesie nielen pohľad do hláv týchto miliónových mentorov. Michal vám v tejto knihe odhalí návod, vďaka ktorému sa mu podarilo vytvoriť niekoľko úspešných online produktov úplne od nuly. Je preto vhodná pre každého, kto chce prežiť svoj osobný príbeh v 21. storočí.



 **REN LIVE**

www.renlive.sk





ENVY

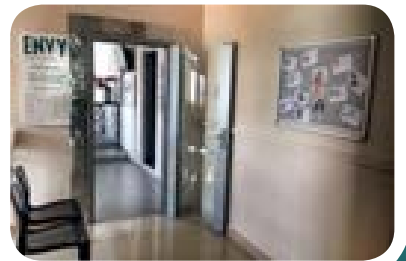
KLINIKA ESTETICKEJ MEDICÍNY

ENVY KLINIKA KOŠICE

recepacia@envyclinic.sk

+41 911 671 666

Nerudova 14 • 040 01 • Košice

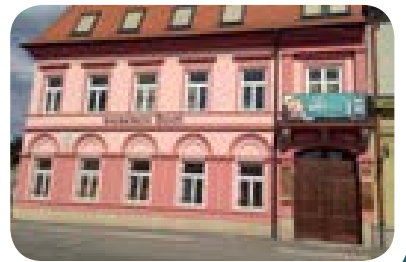


ENVY KLINIKA PREŠOV

recepacia@envyclinic.sk

+41 911 671 333

Konštantínova 1 • 9080 01 • Prešov



ENVY KLINIKA POPRAD

recepacia@envyclinic.sk

+41 911 671 333

OC Max Poprad • Dlhé hony 1 • 058 01 • Poprad



www.envyclinic.sk



Photo: Jena Šimková

MIKLOSKO

Ateliér MIKLOSKO, Podjavorínskej 11, Bratislava +421 2 5441 4147

www.mikloskofashiondesign.sk

 Miklosko Fashion Design

 mikloskofashiondesign

 Miklosko Atelier

BMW radu 7: spotreba paliva, mesto: 5,3–11,9 l/100 km, mimo mesta: 4,0–6,5 l/100 km, kombinovaná: 4,5–8,5 l/100 km. Pri výkone 195kW (265k) – 330kW (450k), krútiacom momente 620 Nm pri 2000–2500 ot./min. – 680 Nm / 1750–2250 ot./min. a CO₂ kombinovaných emisiách 119–197 g/km.

BMW EFFICIENTDYNAMICS.
NIŽŠIA SPOTREBA. VIAC RADOSTI Z JAZDY.

Úplne nové
BMW radu 7



www.regnum-bavaria.sk

Radost z jazdy



ÚPLNE NOVÉ BMW RADU 7. BUDÚCNOSŤ LUXUSU.

Regnum Bavaria s.r.o.
Petrovanská 54, Prešov
Tel.: + 421 51 758 12 36
www.regnum-bavaria.sk

Regnum Košice s.r.o.
Ostrovského 3, Košice
Tel.: + 421 55 304 64 20
www.regnum-kosice.sk