

Krásne vlasy ako nikdy predtým



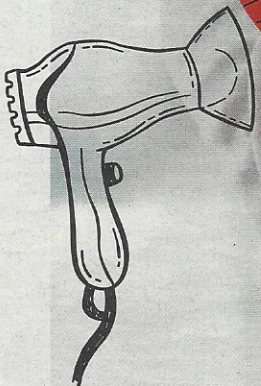
Máte pocit, že vaša hriva
je po zime ako bez života?

Alebo vám vlasy vo
zvýšenej miere vypadávajú?

O svoju korunu krásy
sa oplatí zabojovať
na viacerých frontoch.

Pripravili
sme pre vás prehľad
účinných riešení.

S NAŠIMI
RADAMI
BUDÚ HUSTÉ
A LESKLÉ



➔ Vlasové vodičky, doplnky výživy alebo špeciálne ošetrovanie na regeneráciu vlasových korieňkov? Vyberte si metódu, ktorá vám bude vyhovovať, prípadne ich skombinujte na dosiahnutie čo najlepšieho efektu. Stratíť denne 50 až 100 vlasov je celkom normálne. Pri umývaní sa ich počet môže dokonca aj zdvojnásobiť.

biť. Ak ich vypadáva viac, treba pátrať po príčine. U žien ide väčšinou o reakčné vypadávanie, ktoré je podmienené stresom a vyčerpaním organizmu, diétou, rozkolísanou hladinou hormónov vplyvom pôrodu alebo prechodu. Dobrá správa je, že po náprave týchto okolností sa rast vlasov dostane opäť do normálu.

Voda živá

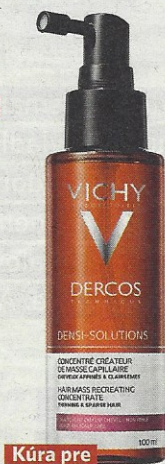
Vlasové toniká, vody a posilňujúce šampóny sa podľa zloženia účinných látok hodia pri ľahkom sezónnom vypadávaní vlasov, ale pomocť môžu aj pri ťažších formách. Na oslabené korieňky pôsobia ako životobudič. Dôležitá je pravidelnosť aplikácie, ktorá má byť spojená s krúživou masážou. Pri ľahších formách vypadávania sa toniká nanášajú 2- až 3-krát do týždňa, pri ťažších je dôležité aplikovať ich denne. Masáž stimuluje vlasovú pokožku, dochádza k dôležitému prekrveniu a prieniku účinných látok do korieňkov.

Vlasová regeneračná voda pre lesklé vlasy so šalviou, s prasičkou a mäťou, For Life & Madaga, 9,50 €



Posilňujúci šampón s kórejským ženšenom a kmeňovými bunkami kostihoja lekárskeho, Naomi Biosmetics, 21 €

Vlasové tonikum 10 rastlín na problematickú pokožku hlavy, Havlíkova aptéka, 12,50 €



Kúra pre husté vlasy s resveratrolom, Vichy, 36,70 €

Papajte „dobré“ oleje

Ak držíte diétu, môže vás prekvapiť, že okrem kíl začnete strácať aj vlasy. Jednostranné stravovanie a s tým súvisiaci nedostatok výživných látok predstavuje pre vlasové korieňky čistý stres. V tomto prípade treba zakročiť zvnútra, doplniť zásoby zinku a omega-3 mastných kyselín, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu pri dodávaní esenciálnych vitamínov a minerálov k vlasovým folikulom. Ich fantastickým zdrojom je rybí olej. V prípade vypadávania vlasov sú obzvlášť účinné oleje z čiernych ríbezlí, pupalky a tekvice. Na vonkajšiu aplikáciu sa hodí napríklad hroznový olej – pred umývaním vlasov ho vmasírujte do vlasovej pokožky, nasadte si sprchovaciu čiapku a nechajte pôsobiť aspoň 30 minút. Potom vlasy umyte, ako ste zvyknuté.

sové korieňky čistý stres. V tomto prípade treba zakročiť zvnútra, doplniť zásoby zinku a omega-3 mastných kyselín, ktoré zohrávajú dôležitú úlohu pri dodávaní esenciálnych vitamínov a minerálov k vlasovým folikulom. Ich fantastickým zdrojom je rybí olej. V prípade vypadávania vlasov sú obzvlášť účinné oleje z čiernych ríbezlí, pupalky a tekvice. Na vonkajšiu aplikáciu sa hodí napríklad hroznový olej – pred umývaním vlasov ho vmasírujte do vlasovej pokožky, nasadte si sprchovaciu čiapku a nechajte pôsobiť aspoň 30 minút. Potom vlasy umyte, ako ste zvyknuté.



Kapsuly omega-3 - rybí olej vysokej kvality, Oriflame, 19,90 €



Pupalkový olej BIO, Nobilis Tilia, 11,56 €

Dôležité je aj správne česanie vlasov čistým hrebeňom či kefou, ktoré začíname od končekov.



Čo môžete urobiť navyše?

Vlasy často vypadávajú aj vplyvom ochorenia vlasovej pokožky, ktorú treba preliečiť. Aké sú možnosti?

Fotónová terapia

Pri nedostatočnej mikrocirkulácii krvi v pokožke hlavy vzniká mikrozápal, ktorý spolu s toxínmi a oslabenou schopnosťou regenerácie zapríčiňuje zápalové zmeny. Následkom je vypadávanie vlasov, ale aj ochorenia typu psoriáza a seborea. Tieto procesy najskôr diagnostikujeme kamerovým vyšetrením. Nasleduje liečba prístrojom BIO foton light Hair & Skin, ktorý funguje na princípe infračerveného svetla. Svetelná energia pôsobí na poškodené tkanivo, odstraňuje zápal, nebezpečné toxíny a obnovuje krvný obeh buniek. K liečbe fotónovou terapiou používame prípravky na prírodnej báze, ktoré prehľbujú a urýchľujú účinok terapie. Jej dĺžka závisí od závažnosti ochorenia, väčšinou ju aplikujeme 5- až 10-krát. Cena jedného ošetrovania je 55 €.

Lubica Kmošenová, kadernička a majiteľka štúdia krásy



Vlasová mezoterapia

Pri tomto ošetrení sa do strednej vrstvy kože aplikuje pomocou ultratenkých ihličiek koktejl výživných látok (vitamíny, minerály, koenzýmy, aminokyseliny, kmeňové bunky). Ošetrovanie je nebolestivé a nevyžaduje anestéziu. Je vhodné pri rednutí a vypadávaní vlasov, ale aj pri slabých vlasoch. Efekt ošetrovania prináša ozdravenú vlasovú pokožku, hlbokú výživu vlasových korieňkov, zdravé lesklé a podstatne hustejšie vlasy. Po úvodnej konzultácii lekár zvolí vhodnú kombináciu látok na daný vlasový problém, prípadne poradí kombináciu aj s inými ošetreniami. Odporúčaný počet sedení je 5 až 12. Výsledky sú viditeľné už po niekoľkých sedeniach a konečný efekt nastáva po 1 až 3 mesiacoch. Cena jednej aplikácie je od 129 €.

MUDr. Daniela Balcová, špecialistka v odbore vnútorného lekárstva

