



Barbara Szynol-Woźniak

Specjalista dermatolog, członkini Stowarzyszenia Lekarzy Dermatologów Estetycznych, specjalista Gabinetów Medycyny Estetycznej Juwena.

www.juwena.pl

# W poszukiwaniu piękna

Relaksujące masaże i zdrowe jedzenie to już za mało. Gdy jedziemy do SPA, coraz częściej – oprócz relaksu – szukamy recepty na piękno.

TEKST: BARBARA SZYNOL-WOŹNIAK

**N**ajbardziej nowoczesną bronią do walki z niedoskonałościami skóry jest laser, czyli źródło światła o nietypowych właściwościach i potężnym spektrum działania. Niektóre lasery może obsługiwać kosmetyczka, lecz nawet wtedy zabieg powinien się odbywać pod kontrolą doświadczonego lekarza!

Zwróć uwagę na to, czy przed zabiegiem lekarz pyta, na co chorujesz (absolutnym przeciwwskazaniem do zabiegów laserowych są chociażby takie choroby skóry jak trądzik różowaty czy alergie), jakie zażywasz leki oraz jakich używasz kosmetyków. **Dobry lekarz najpierw przeprowadza wywiad, a potem podejmuje decyzję, jak powinien wyglądać zabieg.**

Najlepszy czas na laserowe zabiegi to późna jesień lub wczesna wiosna. Światło lasera sprawia bowiem, że skóra staje się wrażliwsza na działanie słońca i przez kilka tygodni po zabiegu konieczne jest stosowanie krem z filtrami UVA i UVB.

## Zamykanie naczyń

Laserowe zamykanie naczyń daje trwałe efekty. Naczynka raz usunięte nie pojawią się powtórnie. Terapia laserem nie powstrzyma jednak procesu kruchości naczyń. Aby podtrzymać osiągnięte laseroterapią efekty i spowolnić proces powstawania nowych naczyń w innych miejscach, konieczna jest prawidłowa pielęgnacja skóry. Niezbędna jest więc porada lekarska z odpowiednimi wskazówkami co do postępowania i ewentualnego dalszego leczenia.

### Jak to się robi:

Używa się do tego celu różnych laserów, dobierając odpowiednio średnicę głowicy i moc pracy lasera, w zależności od tego, czy zamykamy naczynia na twarzy czy nogach. W trakcie zabiegu odczuwamy niewielki dyskomfort w postaci miejscowego uczucia ciepła i drobnych ukłuć. Efekty są jednak spektakularne. Pod wpływem działania lasera naczynka znikają, jakby były wymazane gumką. Aby jednak uzyskać satysfakcjonujący rezultat, należy poddać się serii ok. 3 – 4 zabiegów, wykonywanych raz na 2 – 3 tygodnie. Po sesji skóra jest lekko obrzęknięta i zaczerwieniona. W przypadku bardzo delikatnych i wrażliwych skór mogą pojawić się drobne pęcherzyki i strupki, które znikają bez śladu po kilku dniach.

**Cena za zabieg:** 310 – 500 zł

waniu



## Depilacja

Depilacja laserowa to najbardziej skuteczna metoda ze znanych sposobów usuwania niechcianych włosów. Zabiegi wykonuje lekarz, który ocenia zarówno spodziewaną skuteczność i ewentualne ryzyko. Metoda daje najszybsze efekty, gdy mamy jasną karnację i ciemne włosy. Jeśli mamy jasne włosy i ciemną karnację, musimy być bardziej cierpliwi – czeka nas większa ilość zabiegów.

### Jak to się robi:

Światło lasera o określonej długości fal celuje w mieszki włosowe, które zawierają barwnik – melaninę. Energia promienia laserowego pochłaniana jest przez melaninę i zamieniana w energię ciepłą, która z kolei powoduje zniszczenie struktur mieszka. W efekcie włos nie odrasta.

Fenomen metody polega na tym, że światło lasera oddziałuje tylko i wyłącznie na tę część włosa, która jest odpowiedzialna za jego wzrost i odnawianie. Inne obszary skóry, które mają kontakt ze światłem lasera, pozostają nietknięte. Czekają nas kilka sesji zabiegowych, co najmniej cztery, a w niektórych przypadkach nawet 6 i więcej. Związane jest to z faktem, że promieniowanie laserowe niszczy tylko włosy w fazie wzrostu. Kolejne zabiegi najczęściej wykonywane są w odstępach około od dwóch do sześciu tygodni. Zależy to jednak od okolicy poddanej zabiegowi. Dopiero wtedy mamy pewność, że włosy nie odrasną.

W zależności od użytego do depilacji lasera, w pierwszych dniach po zabiegu może utrzymywać się niewielki obrzęk i zaczerwienienie. Może również dojść do powstania odbarwień i przebarwień, które zwykle ustępują.

**Cena za zabieg:** w zależności od okolicy poddawanej zabiegowi od 220 zł do 1000 zł

## Przebarwienia

Przebarwienia to problem natury estetycznej i psychologicznej, gdyż są one pierwszymi dostrzegalnymi oznakami starzenia. Po ustaleniu przyczyny i rodzaju przebarwień lekarz dermatolog może zaproponować miejscową kurację chemiczną, piling medyczny – np. Cosmelan, delikatne złuszczenie skóry lub właśnie zabiegi laserowe.

### Jak to się robi:

W terapii przebarwień stosuje się laser IPL lub frakcyjny. Terapia laserowa obejmuje z reguły kilka zabiegów. Niezbędna jest też uzupełniająca terapia domowa, czyli stosowanie odpowiednich kremów. Ponieważ przebarwienia to niestety problem nawracający, wymagana jest stała kontrola lekarska i profilaktyka. Usuwanie niechcianych plamek nie wymaga bardzo głębokiej ingerencji w skórę, dlatego nie wiąże się z dyskomfortem.

**Cena za zabieg:** 500 – 700 zł

## Usuwanie znamion skórnych

Znamiona skórne, które mogą być usuwane laserem, to zmiany o charakterze włóknistym, czyli drobne, cielisto-brunatne, sterczące ponad poziom skóry włókniaki, lokalizujące się głównie na szyi i pod pachami, oraz zmiany brodawkowate i znamiona komórkowe.

### Jak to się robi:

Zabieg laserowy polega na odparowaniu tkanki. W znieczuleniu miejscowym na usuwaną narośl czy inną niepożądaną tkankę lekarz kieruje promień lasera. Energia światła laserowego zmienia się w ciepło, pod wpływem którego tkanka bezkruwawo wyparowuje. Laser działa z niezwykłą precyzją, a strefa oparzenia nie sięga głębiej niż 0,2 mm. Dzięki temu w większości przypadków po zagojeniu ranki nie ma blizn. Metoda ta nie wymaga zakładania szwów. Kwalifikacje do zabiegu oraz sam zabieg wykonuje doświadczony lekarz po wcześniejszym badaniu dermatoskopowym. Metoda laserowa nadaje się tylko do usuwania zmian w 100 proc. bezpiecznych. Jeżeli istnieje cień wątpliwości co do istnienia komórek nowotworowych, należy wcześniej z takiej zmiany pobrać mały wycinek skóry i poddać go badaniu mikroskopowemu.

**Cena za zabieg:** 200 – 300 zł

## Rozstępy i blizny

Pojawienie się laserów frakcyjnych stanowi rewolucję terapeutyczną w odnowie skóry. Najnowszym i najefektywniejszym rozwiązaniem jest tu laser Sciton ProFractional. Lekarz ustala razem z pacjentem pożądane efekty terapeutyczne, a następnie indywidualnie dobiera ilość zabiegów według naszych oczekiwań.

### Jak to się robi:

Zasada działania lasera frakcyjnego opiera się na tworzeniu na skórze siatki punktów, w których działa światło, tworząc kolumny mocno rozgrzanej skóry. Ciepło to stymuluje sąsiednie komórki do intensywnej produkcji nowych włókien kolagenowych. W czasie jednego zabiegu laser podgrzewa tylko część skóry, reszta jest więc nienaruszona, a proces gojenia po zabiegu jest bardzo szybki. System ProFractional dodatkowo minimalizuje nieprzyjemne odczucia i niepożądane efekty uboczne. Dzieje się tak dzięki natychmiastowemu usunięciu nadmiaru ciepła zgromadzonego w kolumnach pozostającej po zabiegu tkanki martwej. Skóra po zabiegu goi się szybko. Do skutecznej terapii wymagane są 1 – 3 zabiegi.

**Cena za zabieg:** 360 – 1560 zł

## Liposukcja laserowa

Rozwiązanie dla osób, które obawiają się tradycyjnej liposukcji chirurgicznej, a zabiegi lipolizy (wstrzykiwanie w odpowiednie miejsca substancji, która powoduje rozerwanie komórek tłuszczowych) są niewystarczające.

### Jak to się robi:

Liposukcja laserowa polega na wprowadzeniu pod skórę światłowodu, który podgrzewa i rozpuszcza tkankę tłuszczową. Tłuszcz jest następnie odessany za pomocą ssaka lub specjalnej kaniuli i dużej strzykawki – w zależności od obszaru. Czasami w ogóle nie trzeba go usuwać, gdyż zostaje wchłonięty przez naczynia chłonne. Zabieg wykonywany jest w znieczuleniu miejscowym, na skórze pozostaje jedynie niewielki ślad w miejscu wprowadzenia światłowodu. Bezpośrednio po zabiegu możemy powrócić do normalnego życia. Pojawiają się wprawdzie siniaczki lub miejscowy obrzęk, szybko jednak się wchłaniają. Jedyne zalecenie, do którego powinniśmy się stosować, to noszenie specjalnego ubrania uciskowego. Zapobiega ono powstawaniu wolnych przestrzeni pod skórą. Niezwykle ważnym elementem liposukcji laserowej jest ściąganie włókien kolagenowych, dzięki czemu skóra po zabiegu jest jędrna i nie pozostają na niej ślady ubytku tkanki tłuszczowej.

**Cena za zabieg:** 2000 – 8000 zł

## Odmładzanie twarzy

Pojawienie się laseroterapii frakcyjnej dało zupełnie nowe możliwości w sposobach odmładzania skóry. Do tej pory walka z oznakami czasu odbywała się z użyciem laserów ablacyjnych, jednak proces gojenia był długotrwały i związany z dyskomfortem. Obecne możliwości laseroterapii pozwalają na szybką regenerację skóry i są alternatywą dla osób obawiających się zabiegów igłowych.

Laserem frakcyjnym możemy likwidować zmarszczki, przebarwienia, ujędrnić skórę i poprawić jej fakturę. Intensywność i przebieg terapii ustala lekarz wspólnie z pacjentem. Z reguły wykonuje się od 1 do 3 zabiegów. Pamiętajmy, że w kwestii odmładzania skóry konieczne jest ustalenie odpowiedniego planu zabiegowego, który obejmuje różne metody działania. Zabiegi laserowe powinny być jedynie częścią terapii prowadzącej do odmłodzenia i poprawy jakości skóry.

### Jak to się robi:

Lekarz, po miejscowym znieczuleniu, naświetla poszczególne fragmenty skóry, w efekcie laser złącza naskórek, odparowując kolejne jego warstwy.

**Cena za zabieg:** 1000 – 1560 zł