*Pranešimas žiniasklaidai*

*2023-11-28*

**Artėjant šventėms – TOP 5 veido odos procedūros, kuriomis galima palepinti save ar artimą žmogų**

**Šaltasis metų sezonas dažnai tampa tikru išbandymu veido odai – ji praranda savo švytėjimą, išsausėja, pradeda pleiskanoti ir susiduria su daugybe kitų problemų. Visgi, svarbu nepamiršti, kad atgaivinti odą gali padėti efektyvios grožio procedūros.**

Tiesa, neretai įsisukus į pasiruošimo gražiausioms metų šventėms sūkurį pritrūksta laiko tinkamai pasirūpinti savimi ar net pasidomėti sprendimais, galinčiais efektyviai atgaivinti odą. Vilniaus ir Kauno „Kardiolitos klinikų“ Dermatologijos ir estetinės chirurgijos centrų gydytojos dermatologės pasakoja apie populiariausias veido procedūras, kurios tinka tiek palepinti save, tiek padovanoti malonią patirtį artimam žmogui.

**Hialurono užpildai – pridrėkintai ir stangriai odai**

Turbūt daugeliui jau yra žinoma, kad hialuronas yra natūraliai randamas žmogaus organizme ir jo dėka ląstelėse išlaikoma drėgmė. Deja, laikui bėgant, šios rūgšties atsargos senka, oda tampa mažiau stangri, ima formuotis raukšlės, išryškėja paakių sritis bei siaurėja lūpos. Visgi, nusiminti neverta, nes būtent tokiais atvejais praverčia šie užpildai.

„Hialuronas ne tik padeda išlaikyti odos drėgmę, švytėjimą – tai populiari priemonė, siekiant paryškinti tam tikrus veido bruožus, pavyzdžiui, skruostikaulius ar žandikaulio liniją, taip pat užpildyti raukšles ir padaryti jas ne tokias gilias. Be to, ši procedūra gali būti atliekama  lūpų putlinimui ir jų kampučių pakėlimui, pajuodusių ir įdubusių paakių bei smakro, raukšlių aplink lūpas korekcijai“, – pastebi gydytoja dermatologė dr. Jurgina Ūselienė.

Pacientai pastebimą efektą gali pamatyti jau iškart po procedūros, o galutinis rezultatas atsiskleidžia po dviejų savaičių ir dažniausiai išlieka apie 12 mėnesių. Visgi, hialurono poveikis, priklausomai nuo paciento organizmo savybių, gali išlikti ir keletą metų.

Atlikus procedūrą jau kitą dieną galima naudoti veido priežiūros priemones ir grįžti į darbus, tačiau tikslinga susiplanuoti bent porą ramesnių dienų, be svarbių susitikimų, nes dūrių vietose gali atsirasti nedidelių kraujosruvų.

**Frakcinio lazerio procedūra – efektyvus problemų sprendimas**

Siekiant ilgalaikių rezultatų, svarbu ne tik sumažinti problemas, bet ir išspręsti jų priežastis. Tai padaryti padeda frakcinio lazerio procedūra, kurios metu išlyginamos raukšlės ir įvairūs randeliai, panaikinamos po nėštumo ar kūno svorio pokyčių atsiradusios strijos, stangrinama oda bei sumažinama pigmentacija.

„Frakcinio lazerio spindulys padalinamas į tūkstančius spindulėlių, kurie veikia tiek paviršinius, tiek gilesnius odos sluoksnius ir skatina naujo kolageno gamybą. Procedūra efektyviai atnaujina, patempia ir skaistina ne tik veido, bet ir kaklo bei dekoltė odą, o procedūros efektas išsilaiko apie metus, bet gali išlikti ir ilgiau“, – atkreipia dėmesį gydytoja dermatologė Karolina Liubinienė.

Norintiems išmėginti frakcinio lazerio teikiamus privalumus reikėtų įvertinti, kad procedūros metu oda yra stipriai sudirginama ir dar kelias dienas po jos gyja, būna paraudusi bei pleiskanoja.

**Mikroinjekcijos, pripildančios odą reikalingiausių medžiagų**

Drėgmė ir elastingumas – nenuginčijami švytinčios, skaisčios ir jaunatviškai atrodančios odos kriterijai. Norint jais džiaugtis padeda mezoterapijos ar biorevitalizacijos mikroinjekcijos. Joms naudojami preparatai parenkami pagal individualius pacientų poreikius, todėl leidžia pasiekti ilgalaikį nepriekaištingai ir sveikai atrodančios odos efektą.

„Mikroinjekcijų procedūras renkasi skirtingo amžiaus pacientai, norintys džiaugtis elastinga oda, taip pat sulėtinti raukšlių atsiradimą bei paspartinti natūralios hialurono rūgšties gamybą. Šių mikroinjekcijų metu itin plona adata į vidurinį odos sluoksnį įvedamas preparatas, kuris odą efektyviai prisotina drėgmės ir kitų ją maitinančių bei puoselėjančių medžiagų“, – teigia gydytoja dermatologė Gintarė Švainauskienė.

Maksimaliam rezultatui užtikrinti atliekamas 6–8 mezoterapijos ar 3–4 biorevitalizacijos mikroinjekcijų kursas. Tačiau odos kokybės pagerėjimas bus pastebimas ir po vienos procedūros.

**Botulino injekcijos – ne tik lygina raukšles, bet ir neleidžia atsirasti naujoms**

Viena populiariausių estetinės dermatologijos procedūrų – botulino injekcijos. Tai itin patikimas ginklas kovai prieš nepageidaujamas raukšles. Jos ne tik išlygina odą, bet ir pasižymi profilaktiniu poveikiu – užkerta kelią formuotis naujoms raukšlėms, kadangi neleidžia raukytis bei padeda suvaldyti mimikas.

„Ši procedūra tinkama asmenims nuo 25 metų, kurie kalbėdami naudoja itin daug veido išraiškų bei turi „nuostabos“ raukšlių kaktoje, „rūpesčio“ tarp antakių, akių kampučiuose, virš viršutinės lūpos ar „apelsino žievelę“ smakre“, – pasakoja dr. J. Ūselienė.

Po procedūros jau tą pačią dieną galima grįžti į įprastą gyvenimo ritmą, tačiau svarbu prisiminti, kad po injekcijų 2 val. reikėtų vengti būti vertikalioje padėtyje, mimikuoti, 3 dienas nevartoti alkoholio, nesportuoti, neiti į pirtį, baseiną bei nesideginti. Botulino injekcijų galutinis rezultatas pasimato po 2 savaičių ir veikia 3–6 mėn., o kartais išlieka ir ilgiau.

Verta prisiminti, jog šios injekcijos padeda kovoti ne tik su raukšlėmis – jomis taip pat galima išspręsti padidėjusio prakaitavimo problemą.

**Keturių poveikių lazerio technologija – laikui nepavaldžiam grožiui**

Ne paslaptis, kad bėgant metams odoje lieka vis mažiau kolageno ir elastino skaidulų, todėl prasideda senėjimo procesai, kuriuos pristabdyti galima atliekant 4D odos atjauninimo procedūrą. Tai efektyvus būdas kovoti su papilkėjusia ir suglebusia apatinės veido dalies oda, su kuria dažnai susiduria tiek moterys, tiek vyrai, sulaukę 35–40 metų.

„4D odos atjauninimas – tai moderni, neinvazinė odos jauninimo procedūra, kurią itin pamėgo gilesnes nosies-lūpų raukšles, apatinės veido dalies suglebimą ar pigmentinių odos dėmių turintys pacientai. Kauno „Kardiolitos klinikų“ Dermatologijos ir estetinės chirurgijos centre ji atliekama naujausios kartos lazeriu „Fotona Spectro“, – pasakoja K. Liubinienė.

Gydytoja pasakoja, kad tai – pažangi keturių poveikių technologija, tarpusavyje derinanti dviejų skirtingų lazerio bangų ilgių impulsus. Jau iškart po procedūros pacientai gali džiaugtis stangresne, švelnesne ir tolygesnio atspalvio oda. Visgi, galutinis rezultatas pamatomas praėjus 3–4 savaitėms, o maksimalų efektą padeda pasiekti 3 kartus pakartotos procedūros, atliktos kas mėnesį.

Šaltasis laikotarpis – puikus metas kurti jaukią ir šventišką atmosferą, o tai padaryti galima ir skiriant šiek tiek laiko savo ir artimo žmogaus grožiui.