

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ОТ ЛУЧШИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

# ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

сентябрь  
№9 2012

WWW.WH-LADY.RU

Доктор  
медицинских  
наук, профессор  
Ольга  
Михайловна  
Лесняк



## СОЛНЦЕ ДЛЯ КОСТЕЙ

ПОСЛЕДНИЕ ДАННЫЕ  
ОБ ОСТЕОПОРОЗЕ

# 4

продукта,  
повышающих  
аппетит

АКТУАЛЬНО

## КАПЛИ ДЛЯ ГОРЛА

СЕКРЕТЫ ПРАВИЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ



## БЫСТРЫЙ МАНИКЮР

ЧЕМ ОПАСНЫ  
ЭКСПРЕСС-УСЛУГИ?

## ДОЧКИ-МАТЕРИ

НЕОЖИДАННЫЕ  
РЕШЕНИЯ  
ПРОБЛЕМЫ

# Перемены настроения

О ЧЕМ ОНИ ГОВОРЯТ?

## В НОМЕРЕ:

- Возвращение бывшего мужа ■ Женское благочестие
- Польза лени ■ План похудения ■ «Важные» сигареты
- Возрождение Возрождения ■ Странные пары



# Переухоженное ЛИЦО



Наталья  
Гайдаш

**Застывшие лбы, огромные губы, чрезмерно пухлые скулы — лица фанаток косметологических процедур обычно вызывают лишь недоумение. Как уберечь себя от такого эффекта? Когда стоит остановиться, чтобы не потерпеть поражение в погоне за красотой и молодостью?**

Рассказывает кандидат медицинских наук, дерматовенеролог, косметолог, руководитель столичной клиники эстетической медицины «Триактив» **Наталья Владимировна Гайдаш.**

**— В последнее время все чаще говорят о феномене переухоженного лица. Американцы даже придумали термин pillow-face, «лицо-подушка». В чем причина того, что некоторые дамы начинают выглядеть столь карикатурно?**

— Иногда стремление женщины помолодеть становится настолько сильным, что у нее отключается чувство меры. На консультации такие дамы уговаривают косметолога сделать им больше процедур, ввести максимальную дозу филлеров, провести более глубокий пилинг. Таких ретивых пациентов не всегда удается остановить. Если один врач отказывается им в помощи, они начинают искать других, более сговорчивых докторов.

Иногда такие пациентки посещают сразу несколько клиник и не говорят докторам о недавно проведенных манипуляциях. Некоторые даже сознательно утаивают противопоказания. Такие пациентки могут сделать в один день несколько процедур, которые нельзя сочетать. От этого страдает как их внешность и здоровье, так и репутация врачей и самих методик. Но убедить упорных дам в том, что нужно соблюдать меру, крайне непросто.

Конечно, бывают и ситуации, когда сама пациентка ни в чем не виновата. А причина неэстетичного результата — недостаточный опыт и профессионализм врача либо низкое качество самих препаратов. Далеко ходить за примерами не нужно. До сих пор мы продолжаем пожинать плоды силиконового бума конца 90-х годов.

**— Тогда же только появились первые филлеры — «наполнители» морщин?**

— Да, это были стойкие препараты на основе коллагена или силикона не всегда хорошего качества. Их вводили в больших количествах, в любые зоны, не учитывая воз-

возможных осложнений. Прошло не так много времени, и мы столкнулись с последствиями. У многих женщин препараты мигрировали, возникли воспаления. Нередки были и случаи развития фиброза — усиленного образования соединительной ткани в области введения препарата.

Самое неприятное состоит в том, что эти старые филлеры полностью не выводятся из организма. И если женщина когда-то сделала себе «мартышкины» силиконовые губы, то они останутся такими навсегда. И это в лучшем случае, то есть если не возникнет воспаление и гель не мигрирует.

**— Но сегодня косметологи используют гели, которые выводятся из организма, и все равно мы продолжаем наблюдать «раздутые» лица.**

— Причина тут проста: врачи или по своему разумению, или под давлением пациенток вводят слишком большое количество препарата. Или проводят процедуры слишком часто, постоянно «докалывая» препарат.

Любимые области для такого злоупотребления — губы, скулы и подбородок. Лицо в результате выглядит так, будто оно слеплено грубым скульптором. Таких женщин всегда легко узнать в толпе. Даже человек, далекий от косметологии, сразу поймет, в какую зону введено слишком много филлера. Это видно по отеку, напряжению тканей. Мимика становится неестественной, неподвижной.

При этом сама по себе контурная пластика тут ни в чем не виновата. На сегодня это одна из лучших косметологических методик. Но злоупотребление ни к чему хорошему не приведет. Всегда лучше ввести чуть меньше препарата, чем переборщить.

И еще один нюанс: коррекцию больших объемов филлерами в одной области можно проводить не чаще двух раз в год. Да, препараты последнего поколения на основе гиалуроновой кислоты постепенно усваиваются организмом. Но сам филлер может уйти, а реакция соединительной ткани на него — останется. Именно поэтому нельзя в одно и то же

место водить большие количества препарата и надеяться на то, что ткани не изменятся.

**— Говоря о косметических инъекциях, нельзя не вспомнить об уколах Ботокса и Диспорта. Это из-за них лица у некоторых дам становятся похожими на застывшие маски?**

— Скорее из-за непрофессионализма врачей или маниакального желания пациентов убрать морщины во что бы то ни стало. Злоупотребление такими препаратами действительно может сделать лицо «застывшим». Все видели эти замершие лбы, кукольные лица с отсутствием мимики у известных красавиц. Вроде бы человек говорит, реагирует, а на лице ничто не шелохнется.

Для хорошего врача такой результат просто катастрофа. Сейчас косметологи, наоборот, стараются сохранять лица подвижными и естественными. Но, к сожалению, есть достаточно требовательные пациенты. Они упорно настаивают на своем и заставляют специалиста вводить

**АКЦИИ!!! Пластическая операция — 40% при покупке подарочного сертификата!**

**Плазмолифтинг + фракционный термолиз (DEKA) 3-х зон — 50% = 24 000 руб. Эксклюзивные методики!**

**Плазмолифтинг 3-х зон — 60% = 12 000 руб.**



Леликов Андрей Славович,  
к.м.н., врач высшей категории,  
член ОПРЭХ России



Леликов Кирилл Славович,  
к.м.н., врач высшей категории,  
член ОПРЭХ России

**Пластическая хирургия:**

- малоинвазивные (Silhouette Lift, Endotine) и эндоскопические методики
- SMAS-лифтинг
- пластика век, ушей, носа, живота
- пластика молочных желез с пожизненной гарантией на импланты!
- пересадка собственных волос с гарантией роста!!

**Эстетическая медицина и косметология:**

- коррекция возрастных изменений лица и тела с использованием современных методик
- фотоомоложение, фотоэпиляция (QUANTUM LUMINIS\*)
- фракционный фототермолиз (DEKA\*)
- контурная пластика современными препаратами (Radiesse, Belotero, Kceomin, Botox, Disport\*...)
- озонотерапия, плазморевитализация NEW!
- диагностика (Agato\*-SG) и лечение волос и кожи головы
- комплексные программы коррекции тела (BODY MASTER\*)
- удаление сосудистых звездочек на лице и ногах
- коррекция повышенного потоотделения

**Операции в кредит, on-line консультации**

**Виртуозы клиники «КОСМЕТОН»**

*Безупречная репутация с 1996 года.*

Адрес: Москва, 2-й Боткинский пр-д, 8 • Гостевая парковка

Тел.: +7(495) 585-71-62, 585-71-63, 544-87-24 • [www.cosmeton.ru](http://www.cosmeton.ru) • [www.lelikov.com](http://www.lelikov.com)

**О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ**



**Николь Кидман,**  
актриса

**Наталья Гайдаш:**

— Это лицо никак нельзя назвать переухоженным. Николь однозначно делала инъекции ботулотоксина в область лба и «гусиных лапок». Также веден филлер в носогубные складки и по контуру губ. Но везде соблюдена мера: у актрисы живая мимика, лицо не выглядит перетянутым или застывшим. Единственное, к чему можно придаться — это небольшие неровности кожи. Они говорят о том, что инъекции филлеров были сделаны неоднократно.



**Дженни Дикинсон,**  
модель, бизнес-леди

**Наталья Гайдаш:**

— Эта дама явно не смогла остановиться в погоне за молодостью. У нее сделаны несколько подтяжек лица и пластика век. Лицо в результате выглядит маскообразным. В губы и носогубные складки введено чрезмерное количество филлеров. При этом само качество кожи, мягко говоря, оставляет желать лучшего. Это распространенная ошибка: женщины гонятся за мгновенным эффектом, не уделяя внимания восстановлению и защите кожи. Из-за этого даже после множества инъекций и даже подтяжек лицо все равно не будет выглядеть молодым.

большой объем препарата, чтобы убрать все-все морщины. Если доктор идет на поводу у такого пациента, результат может быть плачевным.

Впрочем, встречаются и косметологи, которым искренне нравится такой эффект. Вкус и чувство меры у всех разные. Если у вашего доктора лицо выглядит застывшим, а вы все же хотели бы сохранить живую мимику, это повод задуматься. Вероятно, ваши взгляды на красоту не во всем совпадают.

**— Какие еще процедуры могут сделать лицо «переухоженным»?**

— Те, что дают наибольший омолаживающий эффект и при этом достаточно агрессивны. Это механические, химические и лазерные пилинги, дермабразии, шлифовки.

Чем больше воспалительная реакция после такой процедуры, тем активнее стимулируются процессы восстановления, за счет которых кожа и обновляется. Но у всех наших органов и систем, в том числе и у кожи, существует свой предел выносливости. Если делать агрессивные процедуры слишком часто, можно истощить ее биологический ресурс. Она будет функционировать, как загнанная лошадь, и, в конце концов, начнет стремительно стареть.

Иногда на прием приходят женщины, по лицу которых понятно, что кожа перенесла не один пилинг. А если человек долго воюет со старостью, причем борьба идет «не на жизнь, а на смерть», он фактически убивает собственную кожу. Ее цвет, структура, качество разительно отличаются от нормальных показателей. Причем далеко не в лучшую сторону.

Существует два варианта ответной реакции кожи на слишком агрессивное воздействие. В первом случае она истончается и начинает напоминать пергамент. Другой вариант — когда толстая и жирная кожа, пытаясь восстановиться, становится еще более плотной и даже грубой. А ведь всего этого можно избежать, если соблюдать интервалы между процедурами.

**— Говорят, что неприятные последствия могут быть даже**

**после вполне безобидных процедур, таких как фотоомоложение.**

— Эта методика хороша, когда она делается по четким показаниям. При этом должно быть правильно рассчитано количество процедур и продолжительность курса. В противном случае возможны проблемы.

Вот пример: пациентка хочет избавиться от пигментных пятен. Врач проводит фотоомоложение. Достигается неплохой эффект, но он кажется женщине неудовлетворительным. Она начинает настаивать на повторных процедурах, хотя прошло совсем немного времени.

Если врач поддается уговорам, результат чаще всего оказывается плачевным. Коже ведь не дали восстановиться, накопить биологический ресурс. И она реагирует на эту несправедливость новыми пигментными пятнами. То есть с чем боролись — то и получили.

**— Есть ли процедуры, которыми нельзя навредить, сколько ни делай?**

— Мера нужна всегда. У каждой медицинской процедуры есть хотя бы незначительные ограничения. При этом для любого человека можно подобрать методику, которая в данный момент принесет ему пользу.

Ведь не обязательно делать что-то серьезное и агрессивное. Можно, например, провести реабилитирующие процедуры на профессиональной косметике. Или сделать биоревитализацию гиалуроновой кислотой. Тут кашу маслом не испортишь. Ведь в нашем организме это вещество перестает вырабатываться с возрастом в достаточном количестве. И любое его введение извне полезно.

Также сложно себе представить ситуацию, когда состояние кожи станет хуже после плазмалифтинга. Хотя я бы не рекомендовала бесконечно подстегивать ее иммунитет. Врач всегда определяет оптимальный промежуток между процедурами. Его стоит четко соблюдать. Ведь это время нужно коже для того, чтобы восстановиться и накопить новые силы для борьбы с возрастом.

Арина ДАНИЛЕНКО