

MAGAZYN DLA BRANŻY BEAUTY

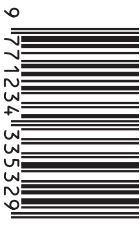
# LNE

147 • 21/2023  
MARZEC-KWIECIEŃ

19,90 zł  
W TYM 8% VAT

les nouvelles  
*Esthétique*  
spa

INDEXS 40733X



## 44.

KONGRES  
i targi LNE

22-23 KWIECIEŃ  
EXPO KRAKÓW

Architektura  
rysów twarzy  
i skuteczne  
odmładzanie

Joga twarzy  
- czy to działa?

Immuno-  
strażnicy  
skóry

BEZPŁATNA  
WIEDZA  
W FORMIE WIDEO

[cossmeo.pl](https://cossmeo.pl)

1 KLIK  
DO ŚWIATA  
BEAUTY

RAPORT LNE  
Kosmetologia  
i kosmetyka  
przyszłości

Powrót  
do młodości  
- fillery  
mają moc



## Po prostu trądzik

- nowe spojrzenie na znany problem



# SUBTELNIE **i z wyczuciem**

Podawanie tony wypełniaczy jest karygodne. Zgodnie z filozofią laseroterapii doskonałej – róbmy dużo, ale tak, żeby nie było widać. Poprawianie „architektury twarzy” nie polega na modyfikacji rysów, a już na pewno nie na przeobrażaniu jej w gumową maskę kosmity.

**LNE: Jakie obszary w tzw. architekturze twarzy trzeba uwzględnić, by mówić o tym, że kogoś odmładzamy?**

**Dr Marta Maciak:** Bardzo ważne jest kompleksowe podejście do pacjenta. Zwracamy uwagę nie tylko na twarz, lecz także na całą sylwetkę. Przyczyną zmian w strukturach twarzy może być krótkie wędzidełko języka, napięcie mięśni karku lub żwaczy. Pacjenta obserwujemy od momentu przekroczenia progu gabinetu, bierzemy też pod uwagę postawę i sposób poruszania się. Uprawianie intensywnych sportów – na przykład bieganie na dystansach powyżej 10 km kilka razy w tygodniu także przyspiesza starzenie się ze względu na duże obciążenia grawitacyjne. Te aktywności trzeba wziąć pod uwagę, jeżeli ktoś chce poddawać się procedurom odmładzającym. Niestety dotychczas nie wymyślono metody na zatrzymanie procesu starzenia się, ale jest wiele sposobów na jego opóźnienie. Najlepiej już w wieku 20+ wdrażać działania prewencyjne, by w odpowiedni sposób regulować procesy metaboliczne komórek.

#### **Jak?**

Poprzez różnorodne zabiegi kosmetyczne utrzymujące odpowiednie nawilżenie skóry, a czasem należy włączyć mezoterapię – odpowiednio dobraną do pacjenta, zaś w następnej kolejności różnorodne biostymulatory tkankowe, jak kwas polimlekowy, peptydy, kolagen, w połączeniu z użyciem laseroterapii, RF mikroigłowej i oczywiście kwasu hialuronowego w różnej postaci.

#### **Na co pani stawia?**

Moimi ulubionymi urządzeniami są lasery i technologia IPL. Odpowiednio dobrane, dają ogromne możliwości terapeutyczne w redukcji zmarszczek, niwelowaniu fotostarzenia skóry, redukcji przebarwień i wielu innych procedurach. Ich działanie oparte jest na wykorzystaniu zjawiska selektywnej fototermolizy, dzięki któremu światło o odpowiedniej długości jest pochłaniane przez odpowiedni chromofor. Pozwalają nie tylko na uzyskanie efektów związanych z przegrzaniem tkanek, lecz także – ze względu na oddziaływanie

konkretnych długości fal – operują na poziomie komórkowym, stymulując tkanki do produkcji nowych włókien kolagenu i fibroblastów.

**Jeszcze niedawno często mówiło się o tzw. trójkącie młodości i jego zmianach w przebiegu procesów starzenia. Chodzi o obszary w wyglądzie twarzy, które jako pierwsze powodują, że ostrzegamy kogoś jako osobę młodszą albo starszą. Jak prawidłowo ocenić tą architekturę twarzy?**

Ten sposób oceny nadal obowiązuje. Twarz postrzegana jako młoda ma najszerze punkty w okolicy szczytu kości jarzmowych, a wierzchołek zwrócony ku dołowi – czyli kształt zwężający się ku brodzie. Z wiekiem, ponieważ zmieniają się struktury podporowe, zanikają poduszeczki tłuszczowe, wiotczą mięśnie, rozciągają się więzadła, zanikają kości, a skóra zmienia swoją strukturę – zarys trójkąta staje się... odwrotny. Szczególnie w okresie okołomenopauzalnym, kiedy na procesy degradacji tkanek nakładają się dysharmonia hormonalna, zmiany w funkcjonowaniu układu odpornościowego i wiele innych czynników – struktura skóry i elementów podporowych się przebudowuje, niestety na niekorzyść.

**Tutaj sama medycyna estetyczna nam nie pomoże?**

Nie, dlatego przy planowaniu zabiegów musimy uwzględnić kompleksową współpracę kilku specjalistów – stomatologa, ortodonta, implantologa, lekarza medycyny estetycznej i kosmetologa. Jestem lekarzem i trochę idealistką, dlatego stworzyłam koncepcję *Laser Excellent Treatment™* (LET™), która w unikatowy sposób łączy w sobie zastosowanie najnowszych technologii laserowych, zarówno w leczeniu stomatologicznym, jak i w zakresie medycyny estetycznej. Jest to terapia *anti-aging* opracowana tak, by umożliwić spektakularne zmiany.

Dobry specjalista już nie tylko „ostrzykuje” na potęgę, ale potrafi połączyć różne technologie. Patrzymy na każdą osobę kompleksowo i rozpisujemy precyzyjny →



**Dr Marta Maciak**

Absolwentka Akademii Medycznej w Białymstoku. W 2007 roku uzyskała specjalizację ze stomatologii zachowawczej z endodoncją. Ukończyła studia podyplomowe z zakresu medycyny estetycznej. Jest absolwentką Międzynarodowych Studiów Akademii Stomatologii Laserowej (ALD) oraz zaawansowanej stomatologii laserowej BAIRD. Prezeska ALD (*Academy of Laser Dentistry*) *Study Club Poland*, przewodnicząca do spraw stosunków międzynarodowych ALD (*Chair ALD International Relations*). Jest prezeską AMERIAA Poland (*American Aesthetic Association*). Właścicielka Alfa Dental & Beauty.



beauty plan – kierując pacjenta, w zależności od potrzeb, do innych specjalistów – stomatologa, ortodonta, uroginekologa, fizjoterapeuty... Sukces w odmładzaniu przynosi jedynie wieloaspektowe podejście do procesów starzenia. Na każdym etapie leczenia czy też pielęgnacji – włączamy dziś lasery. Nawet w ginekologii estetycznej, która rozwiązuje coraz więcej problemów powstałych w wyniku zmian związanych z upływem czasu.

**Z upływem lat u każdego dochodzi do ubytków lub deformacji uzębienia, obniża się wysokość kości w twarzoczaszce, zmienia się wysokość zwarcia, co skutkuje zapadaniem się policzków, zawijaniem czerwieni wargowej, krótko mówiąc – twarz wygląda starzej.**

Tak, do tego dochodzi nadmierna utrata wody, a więc przyspieszony TEWL. Bez skutecznych działań kosmetycznych, suplementujących płaszcz hydrolipidowy, nie uzyskamy poprawy jakości tkanek. Jeżeli rozumiemy te zależności, niekiedy wystarczy wdrożyć procedury stomatologiczne i delikatnie zastymulować skórę, aby uzyskać młodszy wygląd.

A połączenie laseroterapii, stomatologii i medycyny estetycznej pozwala na wyeliminowanie wielu problemów estetycznych i zdrowotnych, uzyskanie młodszego, bardziej atrakcyjnego wyglądu bez użycia skalpela. To dzięki synergii działania osiągamy szybsze, lepsze i trwalsze efekty. W zakresie stomatologii – bezbolesne opracowanie ubytków, bezinwazyjną korektę linii dziąseł czy korektę wędzidełka języka. W medycynie estetycznej – ujędrnienie skóry, wygładzenie zmarszczek, korektę kształtu ust i uzyskanie „złoty proporcji” twarzy.

Całości dopełniają zabiegi z zakresu klasycznej medycyny estetycznej, dopasowane do indywidualnych potrzeb pacjenta. Balans pomiędzy tymi procedurami pozwala nie tylko na optymalizację uśmiechu czy poprawę rysów twarzy, lecz również całego ciała.

**Zajmuje się pani także laserowym liftingiem wewnątrzustnym. Na co kosme-**

**tolog powinien zwrócić uwagę w planowaniu procedur odmładzających – kiedy odsyłać klientki na lifting wewnątrzustny przed przystąpieniem do kolejnych etapów kuracji?**

Laserowy lifting wewnątrzustny (tzw. endolift) polega na stymulowaniu tkanek od środka jamy ustnej. Jest to zabieg, który daje bardzo dobre efekty, a polecany jest pacjentkom, które nie mogą sobie pozwolić na żaden, nawet najkrótszy okres rekonwalescencji. To nieinwazyjna procedura, niewymagająca rekonwalescencji, może być wykonywana u osób w każdym wieku i o każdej porze roku. To etap, od którego warto zacząć postępowanie rewitalizacyjne, szczególnie u pacjentów obawiających się laseroterapii. Pacjentki po tym zabiegu, połączonym ze stymulatorami tkankowymi czy klasyczną mezoterapią nieusieciowanym kwasem hialuronowym, kolagenem lub z dodatkiem hydroksyapatytu wapnia – widzą niemalże natychmiast poprawę owalu i jakości skóry.

**Sporo wiemy o zastosowaniu laserów w medycynie estetycznej, nadal jednak rzadko sięgają po nie dentyści i chirurdzy szczękowi.**

To prawda, nikt w medycynie estetycznej nie wyobraża sobie pracy bez laserów. W USA w stomatologii używane są od lat, w Polsce dopiero od niedawna. Jako prezeska *Academy of Laser Dentistry* pracuję nad szerzeniem wiedzy na temat laseroterapii w stomatologii.

**To dobry sposób na sprawdzenie reakcji tkanek pacjenta na różne rodzaje stymulacji. Pozwala też uniknąć efektu przerysowania twarzy.**

Bardzo dobry, bo nadmiar nie służy urodzie. Podawanie zbyt dużej ilości wypełniaczy doprowadza do wspomnianego efektu przerysowania twarzy i nadmiernego rozciągnięcia tkanek. Z czasem, kiedy wypełniacz ulega wchłonięciu, pozostaje pusta przestrzeń, która wymusza konieczność podawania coraz większej ilości preparatów przy kolejnych zabiegach. Zgodnie z filozofią laseroterapii doskonałej – wykonujemy dużo zabiegów, ale tak,

” Podawanie zbyt dużej ilości wypełniaczy doprowadza do efektu przerysowania twarzy i nadmiernego rozciągnięcia tkanek.

żeby nie było widać (śmiej). Oczywiście ma się zmienić architektura twarzy, ale bez modyfikacji rysów.

Istnieją obecnie dwa nurty w zakresie procedur odmładzających. Jeden polegający na wymodelowaniu wszystkiego, co się da, wygładzeniu za pomocą wypełniaczy i toksyny botulinowej. Drugi – dąży do odbudowania, odtworzenia tego, co zabrał nam wiek, lecz z wyczuciem i w bardzo naturalny sposób. Najważniejszym czynnikiem wyboru jest tutaj czas. Aby wdrożyć zasady medycyny regeneracyjnej i trwale poprawić ował, potrzebujemy go więcej.

**Chcę tutaj zwrócić uwagę na współpracę z kosmologiem, gdyż bezpieczeństwo i skuteczność laseroterapii zależy od kondycji skóry.**

Tak, bo cera musi być nawilżona i wzmocniona. Największym błędem jest aplikowanie lasera na suchą, uszkodzoną skórę, bo nie uzyskamy oczekiwanego efektu. Przedstawiamy pacjentom kompleksowy program, który zapewnia osiągnięcie zamierzonego rezultatu. Wszystko jest planowane, bo droga na skróty daje rezultaty dalekie od wymarzonych. Jedną z procedur przygotowawczych jest bardzo lubiany i popularny zabieg – peeling laserowy.

**Czy peelingiem laserowym jesteśmy w stanie zastąpić wszystkie eksfoliacje chemiczne?**

W zasadzie tak, szczególnie jeżeli chodzi o działanie lasera erbowego, którym opracowujemy skórę bardzo precyzyjnie, na poziomie kilku mikronów. W ten sposób jesteśmy w stanie usunąć całą warstwę obumarłego naskórka, otwierając kanaliki do transportu składników aktywnych. Wykonujemy peeling laserowy i na tak przygotowaną skórę aplikujemy nanokosmaceutyczne maski lub ampułki z odpowiednimi koktajlami. Pacjenci dostają też zalecenia do domowego stosowania odpowiednich dermokosmaceutyków.

**Czy prawidłowa droga do zaordynowania różnych zabiegów wygląda tak, że ocenia pani kształt twarzy, sprawdza, w którym miejscu doszło do destrukcji tkanki, osłabienia mięśni, więzadeł, do atrofii skóry, ruchu mięśni mimicznych, które już utrwaliły pewne zmarszczki, po czym – jeżeli rozpoznaje pani problemy w zakresie stomatologii – zaczyna pani od tego, jednocześnie odsyłając pacjenta na zabiegi kosmetyczne?**

Tak! Jeżeli tylko pacjent zgłasza się na kompleksowe leczenie, przygotowujemy taki plan. Konsultacja jest przeprowadzana wspólnie z kosmologiem i lekarzem medycyny estetycznej, rozpisujemy plan na zabiegi, które zadbać o kondycję skóry i przygotowują ją do laseroterapii, stymulatorów czy wypełniaczy.

→



100 %  
VEGAN

# RENATUR

by SUCK



sklep.podologiczny.pl

Wypełnione okolice skroniowe, nienaturalny zarys żuchwy, poszerzona podstawa nosa przez nieumiejętne podanie kwasu hialuronowego, obrzęki spowodowane aplikacją wypełniacza w dolinę łez – to postępowanie, które czyni z twarzy gumową maskę.

Opisywane procedury możemy ze sobą łączyć naprzemiennie, np. zabieg kosmetyczny, peeling laserowy i stymulator. Wykonujemy je w około dwutygodniowych odstępach, zaczynając od działań kondycjonujących skórę. Staramy się, aby zabieg laserowy był powtarzany co cztery–sześć tygodni, identycznie jak stymulator. W międzyczasie przeprowadzamy leczenie stomatologiczne.

W swoim gabinecie używam aż siedmiu różnych laserów: innych do stomatologii, innych do medycyny estetycznej. W medycynie estetycznej dobieramy je do indywidualnych potrzeb pacjenta, w oparciu o wiek. Inną aparaturę stosujemy do delikatnej biostymulacji *anti-aging*, inną do tkanek dojrzałych, zniszczonych, ze spowolnionym metabolizmem – takie wymagają silniejszej stymulacji. Większość urządzeń, które stosujemy, nie wymaga okresu rekonwalescencji, chyba że zdecydujemy się połączyć kilka zabiegów jednocześnie.

#### **Czy ma pani faworytów wśród substancji służących odbudowie architektury twarzy, które z powodzeniem uzupełniają laseroterapię?**

Owszem, jest to na przykład kwas hialuronowy nieusieciowany z hydroksypatym wapnia, który podaję głęboko – śródskórną. Ponadto kwas hialuronowy nieusieciowany z peptydami oraz kolagen. Na samym końcu używam wypełniaczy na bazie usieciowanego kwasu hialuronowego, ale to już „wisienka na torcie”. Oczywiście nie zapominam o toksynie botulinowej.

Ważna jest ocena, w które dokładnie miejsce należy zaaplikować wypełniacz. Nie robię tego na oko, tylko stosuję tzw. *beautification caliper*. To urządzenie, które pozwala na bardzo dokładne określenie, w którym miejscu należy podać preparat, aby odtworzyć ubytki tkankowe i nie przerysować twarzy. Dzięki takiemu postępowaniu możemy mówić o faktycznej odbudowie jej architektury.

#### **Czy są lasery wpływające na zahamowanie resorpcji struktur kostnych?**

Tak. Lasery biostymulacyjne, czyli te w za-

kresie fali od 600 do 1100 nm, działające na zasadzie fotobiomodulacji i fotobiostymulacji, używane głównie w stomatologii, po zabiegach chirurgicznych. Pobudzają one komórki, hamują ich apoptozę, a działając poprzez cytochrom C i cytokinę tego cytochromu, prowokują procesy odtwórcze. Kaskada uruchomionych łańcuchów metabolicznych wywołuje indukcję tworzenia białek strukturalnych, przyspieszone gojenie i znacznie krótszy okres rekonwalescencji.

#### **Wziąwszy pod uwagę możliwości biostymulacji wszystkich struktur twarzoczaszki w zakresie proponowanego global anti-aging, nasuwa mi się pytanie – na jak długo to wystarczy?**

To pytanie, na które nie da się udzielić odpowiedzi, ale zazwyczaj po roku wykonujemy sekwencję zabiegów w tzw. follow up, czyli nie powtarzamy ich, tylko dostymulujemy tkanki. Oczywiście nie dotyczy to działań stricte kosmetycznych, gdyż te należy wykonywać systematycznie, aby nie utracić zdolności skóry do regeneracji i jej odpowiedniego nawodnienia. Poza tym taka opieka nad pacjentem powoduje, że kiedy kosmetolog-opiekun zauważy, iż struktura twarzoczaszki zaczyna się zmieniać, wie, że nadszedł czas na biostymulator, wypełniacze, botoks albo laser.

#### **Jakie błędy w zakresie odbudowy architektury twarzy są popełniane najczęściej?**

Przekonturowanie wypełniaczami. Taka twarz nie wygląda młodziej tylko ewidentnie gorzej. Wypełnione okolice skroniowe, nienaturalny zarys żuchwy, poszerzona podstawa nosa przez nieumiejętne podanie kwasu hialuronowego, obrzęki spowodowane aplikacją wypełniacza w dolinę łez – to postępowanie, które czyni z twarzy gumową maskę, a nie daje wrażenia, że osoba jest młodszą. Tego się wystrzegajmy. Dzisiaj w medycynie estetycznej na szczęście zaczyna się liczyć naturalność i do takich efektów dążymy. ■

Rozmawiała Agnieszka Gomolińska