

ANTI-AGE



NIJE PITANJE SAMO ESTETSKE PRIRODE, ONO SETICE NAŠIH STANICA

Dr. sc. Štefica Švaganović uvaženi je kozmetolog, specijalist pro-anti-aging medicine i nekirurškog pomlađivanja čije su područje rada matične stanice različitog podrijetla. Žena bogatog profesionalnog iskustva radila je dugi niz godina u inozemstvu, a ove godine obilježava 10. godišnjicu rada u Hrvatskoj

Razgovarala: Selma Terlević

Fotografija: Guliver/Getty Images, privatna arhiva

Objasnite, molim Vas, našim čitateljicama što je to kozmetologija?

Možemo reći da je kozmetologija relativno nova znanstvena disciplina koja razvojem kemijske i farmaceutske industrije, estetske kirurgije i dermatologije proučava probleme njegu i uljepšavanje zdrave kože, a s estetskog aspekta popravlja "kožne mane". Bavit se kozmetologijom znači pratiti više grana medicine (interna, imunologija, farmakologija, biokemija, kirurgija, psihijatrija), i također pratiti razvoj visokosofisticirane tehnologije.

Na koji način Vi pristupate rješavanju problema svojih klijenata? Koliko je važno formalno obrazovanje?

Za razliku od ostalih srodnih grana struke, kozmetolog djeluje na uzroke postojećeg stanja i oštećenja na koži lica i tijela. Kozmetološke, nekirurške i minimalno invazivne metode zasigurno zahtijevaju multidisciplinarni pristup koji nudi cjelovite koncepte individualnog tretiranja. Moj prvi pregled nerijetko traje više od sat vremena. Prvi susret s novim licem za mene je registracija linija, oblika, boja i energije koja zrači iz promatrane osobe. Potom slijedi inicijalni razgovor kojim dobivam

uvid u opće stanje organizma, stil življenja i način prehrambenih navika, a tek nakon toga provodim dubinsku analizu kože, pri čemu dobivam uvid u moguće deficite i vrstu oštećenja. Kompletiranjem dobivenih rezultata i analize predlažem način provedbe anti-aging metoda. Nema univerzalne metode, nema trendovskog tretiranja, a osobito nema "paket-tretmana". Isključivo individualiziran program sveukupnog pristupa može polučiti rezultat na obostrano zadovoljstvo.

Imate bogato iskustvo, kako u Hrvatskoj, tako i u inozemstvu. Možete li nam reći više o inozemnom dijelu Vaše karijere? Koje bi bile razlike u pristupu stručnjaka njezi i brizi kože?

Školovala sam se i razvijala znanstvenu karijeru u inozemstvu. Danas živim i djelujem u više znanstvenih institucija i projekata različitih država i kontinenata. Znate, paradox ove civilizacije je u tome da se sve ubrzava do maksimuma, a jedino što se pokušava usporiti jest život. Iskustvo u radu i život u Singapuru me, između ostalog, naučio i kako živjeti u skladu s prirodom. Stoga je potrebno uspostaviti harmoniju. Svatko dobije lice kakvo zasljužuje, lice na kojem se vidi kako je tko živio. U svom poslu moram imati i edukativnu ulogu, što može značiti da jednostavno odbijem neke zahtjeve zato što razmišljam i brinem se oko toga kako će ta koža izgledati za godinu, pet ili deset. Puno mojih kolega, vrhunskih stručnjaka, diljem svijeta ima svoj osebujan način pristupa, izgrađen estetski stav i jasan koncept o proporcijama lica i tijela. Razlike rada u inozemstvu i ovdje, rekla bih, ovise o mentalitetu klijenata, njihovim zahtjevima i očekivanjima.

Kakve su navike klijenata, odnosno primjećujete li razlike u ponašanju Hrvatica u odnosu na žene drugih zemalja kada je briga o licu u pitanju?

Navike klijenata vani i kod nas? Hmm... Budući da

sam veliki dio svog života provela u Francuskoj, usudit ću se reći da Francuskinje ni u čemu ne pretjeruju. One su sofisticirane, vrlo ženstvene, samopouzdane, ne obaziru se na trendove, nego se u skladu sa svojom tjelesnom građom odlučuju za preporučenu metodu koja će još više istaknuti njihovu ljepotu. Naše žene su same po sebi izuzetno lijepе, prate modne trendove i trendove u svijetu estetike. Međutim, nametnuta je, nazvat ću to "uniformirana ljepota", pa nažalost vidim previše filera, predimensioniranosti. No i to je stvar osobne percepcije.

Anti-age je tema oko koje se lome mnoga koplja. Na koga se anti-age termin odnosi i što zapravo znači i uključuje? Otkrijte nam napokon kada i kako početi s tom posebnom njegom?

Anti-aging se odnosi na svaku osobu. Nije to pitanje samo estetske prirode, ne stari samo naše lice, nažalost, stari svaka stanica našega organizma. Kada je biološka ravnoteža unutar stanica poremećena, kada postoji deficit vode i kisika, naše stanice sporije rastu i razvijaju se, a brzo propadaju. Takve promjene su vidljive na licu i tijelu već od 30. godine života i stoga su tridesete pravo vrijeme za započinjanje s nekom vrstom anti-age terapije. Poznati estetski kirurg dr. Sebagh znao je reći da je žena od 40 godina gotovo prestara da bi pomoć u smislu anti-agинга tražila prvi put.

Svakako je potrebna pomoć profesionalca koji će odrediti vrstu terapije. To ne mora odmah i nužno značiti injekcijsku aplikaciju, ali, nažalost, ni najbolji preparati, kojih ima uistinu puno na tržištu, ne mogu zamijeniti tehnologiju aparata koja se primjenjuje u anti-age terapiji.

Dakle, što preporučujete djevojkama u dvadesetima? Što nam je činiti u tridesetima kako bismo produljili mladolikost i svježinu? A što dalje u četrdesetima, pedesetima, šezdesetima...

Djevojkama u dvadesetima savjetujem da razmisle kome će prepustiti brigu o svojoj koži. Vjeruju li savjetima priateljica, foruma, raznih blogova, ili stručnoj osobi? Naime, u njihovoj dobi tijelo savršeno funkcionira, ali to je razdoblje kada svojim odnosom prema sebi određuju kako će izgledati svako sljedeće desetljeće. Izuzetno je važna pravilna prehrana, redovito čišćenje lica na kraju dana i primjena dnevne, odnosno noćne njage prema tipu kože. U ranim tridesetim godinama, koža zahtijeva dodavanje blagih mezoterapijskih koktela kako se ne bi iscrpile sve mogućnosti koje mogu dati kokteli u kasnijim godinama. Također preporučujem abrazivne, mehaničke, kemijske i herbalne tretmane, a i blaža injekcijska aplikacija. Stoga i ovdje naglašavam veliki utjecaj pravilne prehrane, te unos vitaminsko-mineralne suplementacije.

Od 35. godine života, količina za naše stanice bitnih elemenata bitno se smanjuje. Mezoterapija, mezolift

5 minuta briše

10 godina!



www.dakina.eu

DAKINA

Certificirani CoolLifting centri u Hrvatskoj. info@dakina.eu.

Distribucija: Dakina Group

"Svatko dobije lice kakvo zaslужuje, lice na kojemu se vidi kako je tko živio"

i cryolift su specijalni tretmani za vraćanje tonusa i svježine koži, a također produljuju učinak terapije filerima. No to nikako nije dovoljno za potpunu regeneraciju, pa je svakako potrebno kombinirati CooLifting terapiju, endermološke tretmane za učvršćivanje muskulature, oxygen infusion sustav za obogaćivanje stanica kisikom i snažne revitalizacijske tretmane obogaćene matičnim stanicama i regeneracijskim kompleksima. Ne trebamo se bojati ni pedesetih, ni šezdesetih godina... Bez traumatiziranja kože, dugotrajnog oporavka, bez komplikacija, koža može izgledati predivno.

Naglašavate koliko je važna prehrana te životne navike. Što radimo organizmu i koži kada se ne branimo kvalitetno?

Hrana je lijek, ali hrana je i otrov! Veliku pozornost posvećujem pravilnoj prehrani. Nažalost, svjedoci smo toga da je Hrvatska na visokome mjestu po broju pretilih osoba. Sjedilački način života, alkohol, cigarete, te brza hrana bitno ubrzavaju proces starenja i nakupljanje masnoća u organizmu. Na svu sreću, i kod nas se provode testiranja intolerancije na hranu, što uvelike pomaže u kreiranju jelovnika. Svaka država, kontinent, ima prepoznatljive namirnice, stoga preporučujem konzumaciju autohtonih lokalnih proizvoda, po mogućnosti organskog podrijetla, ali to ne znači da ne možemo kombinirati namirnice i začine različitog teritorijalnog podrijetla. Često klijentima kažem neka osluškuju svoje tijelo, pa tako i sami dođu do zaključka što im više ili manje odgovara. Ono u čemu većina ljudi grijesi jest izostanak doručka i dovoljna količina vode, čajeva. Samo ta dva aspekta su nam dovoljna da ugrozimo zdravlje pa tako i kvalitetu kože. Za doručak su nam dozvoljeni ugljikohidrati, masnoće i bjelančevine, za ručak samo masnoće i bjelančevine, a

za večeru samo proteini. Kada je riječ o deficitarnom jelovniku u cilju smanjenja težine, u potpunosti ograničavam unos šećera, tek dva puta tjedno.

Svjedoci smo popularnosti estetske kirurgije. Kako Vi, kao specijalist nekirurškog pomlađivanja, gledate na "nož" i "iglu"?

Kao specijalist nekirurškog pomlađivanja lica, često primjenjujem injekcijske aplikacije. Naime, Francuska je domovina te vrste tretiranja, pa sam tako prije više od 15 godina počela primjenjivati "iglu" kao metodu uljepšavanja lica. No, postoje osobe i lica koja su, recimo to ovako, prekasno došla pa nekirurške metode ne mogu polučiti zadovoljavajući rezultat, stoga se u suglasnosti s pacijentom indicira operativni zahvat. Rezultat ovisi o samoj preoperativnoj pripremi kože, i još više o postoperativnoj njezi. Otići pod "nož" ne znači prestanak dermokozmetskog tretiranja. Naime, klasičnim kirurškim liftingom zateže se koža, međutim, na koži su i dalje prisutne neravnine, bore, nema sjaja i elastičnost. Na pitanje kada krenuti u spašavanje uspavanih stanica, odgovaram: "Već kasnite". Često čujem od klijentica u četrdesetima i pedesetima: "Ne bih ja još, jer onda moram stalno." Postavit ću pitanje koje će ujedno značiti i moj odgovor: "A kada biste vi počeli njegovati kožu, s 80 godina? Pa svaki dan unosite obroke u tijelo, auto vozite na redovite servise, zar mislite da koži ne treba svakodnevno "gorivo"?

Što provoditi od nekirurških tretmana, ovisno o životnoj dobi? Kako najbolje aktivirati uspavane stanice? Koliko je bitno to činiti?

Ovisno o životnoj dobi, određena vrsta tretmana u smislu održavanja provodi se jednom mjesечно, no želimo li postići osjetno poboljšanje i lifting efekt, potrebno je intenzivnije tretiranje koje se provodi u seansama od pet do osam ponavljanja u periodu od dva do pet tjedana. Ono što u ovom trenutku najčešće izvodim jest CooLifting tretman i HIFU tretman fokusnim ultrazvukom.



baš kao kada se vrati sa SPA rituala, te svima onima koji žele prvog tretmana, a za dugotrajniji učinak, ovisno o stanju i dubini bora, preporučujem tretman jednom mjesечно.

Što je CooLifting?

CooLifting tretman je najnovija vrsta Beauty Gun tehnologije kojom se u tkivo u kratkom vremenu (svega četiri minute) na niskoj temperaturi i pod visokim tlakom upucavaju visokokoncentrirani atomizirani aktivni sastojci. To je uistinu najsjpektačularniji brzi tretman ikad viđen u izazovu prolaska vremena i starenja stanica. CooLifting tretman stvara neposredan učinak zaglađivanja kože, uklanja površinske bore, te bitno smanjuje duboke bore. Prednosti ovog tretmana jesu brzina i momentalno vidljiv efekt, bez traume kože, te bez edema i podljeva – lice je spremno za izlazak. Namijenjen je svim osobama koje žele u kratkom vremenskom roku bez nuspojava izgledati mlađe, svima onima koji ne vole "iglu" ili "nož", koji žele izgledati svježe i ljepo a prirodno. Rezultati su vidljivi već nakon pet do osam tretmana. U fazi