

## ΠΟΣΕΣ ΗΜΕΡΕΣ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΤΟ ΡΕΒΕΓΙΟΝ (1ος 10)

Μέσο: . . . . . ELLE

Ημ. Έκδοσης: . . . 1/1/2010 Ημ. Αποδελίωσης: . . 17/12/2009

Σελίδα: . . . . . 72

Innews AE - The science of information - <http://www.innews.gr>



## ELLEκοσμητική ιατρική

### -7 ΗΜΕΡΕΣ

#### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

**Μεσοθεραπεία στο σπίτι:** Λίγο πριν το γιορτινό τραπέζι, ας κάνουμε ένα δώρο ομορφιάς στον εαυτό μας. Ο πλαστικός χειρουργός δρ Φερνάντες είναι ο ιδώνων νους πίσω από τη μικροσυσκευή Environ Ionzyme Cosmetic Focus-Cit (έχει μέγεθος σφραγίδας και κόστος € 36), η οποία ενισχύει, κάρη στα ειδικά δοντάκια της, τη διείσδυση βιταμινών που περιέχονται σε προϊόντικές σειρές του. Πληροφορίες: Chrysalis Proderma, τηλ.: 210 9329800.

### -6 ΗΜΕΡΕΣ

#### ΣΑΒΒΑΤΟ 26 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

**Αρωματοθεραπεία:** Με ένα απλό μασάζ αρωματοθεραπείας ή με εισπνοή από αρωματικό λύχνο στο σπίτι μπορούμε να αντιμετωπίσουμε πολλά καθημερινά προβλήματα. «Σε μυοσκελετικούς πόνους βοηθά το έλαιο ευκάλυπτου, δεντρολίβανου ή μέντας, στο στρες η εισπνοή με λεβάντα ή ιλάνγκ ιλάνγκ, ενώ στην καλή διάθεση συμβάλλει το περγαμόντο», επισημαίνει η αρωματοθεραπεύτρια Πόπη Κανά. Τα αιθέρια έλαια αραιώνονται σε έλαιο βάσης με ενδεικτική αναλογία 3 προς 5 ml. Ιδιαίτερη προσοχή συστήνεται σε εγκύους και καρδιοπαθείς. Πληροφορίες: Σύλλογος Ελλήνων Αρωματοθεραπευτών, τηλ.: 210 9343861.

### -5 ΗΜΕΡΕΣ

#### ΚΥΡΙΑΚΗ 27 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

**Θεραπεία κυτταρίτιδας:** Τα νέα προϊόντα της LPG εφαρμόζονται στο σπίτι χαρίζοντάς μας σύσφιξη και απώλεια πόντων. Καλύτερα αποτελέσματα έχουμε αν τα συνδυάσουμε με συνεδρίες lipomassage με την ειδική συσκευή. Σύμφωνα με τον Ιωάννη Τερζή, γενικό χειρουργό με ειδικείωση στην παχυσαρκία, αυτή η θεραπεία είναι ανώδυνη και ενεργοποιεί τη διαδικασία της λιπόλυσης. Λειαίνει το φλοιό πορτοκαλιού, απομακρύνει την κατακράτηση υγρών και προσφέρει σύσφιξη και ανάπλαση στο δέρμα.

## Cheap & chic

Σε ιατρεία δερματολόγων και κέντρα ιατρικής αισθητικής διατίθενται θεραπείες ανανέωσης και λάμψης σε προσιτές τιμές:

- Ο δερματολόγος Σπύρος Βλακόπουλος τονίζει ότι «η έκθεση B' με 15' στο κόκκινο και κίτρινο φως προσφέρει αναζωογόνηση και λάμψη. Από την άλλη το μπλε εφαρμόζεται για την ακμή. Ενδεικτικό κόστος: € 20-€ 30.
- Οι μπλε και κόκκινες δερμίδες φωτός του λέιζερ εφαρμόζονται στο πρόσωπο με ιαματικό νερό για αντιγήρανση και ανάπλαση δέρματος. Η θεραπεία Mesolaser lift, που προτείνει ο πλαστικός χειρουργός Παναγιώτης Σάνδρης, συστήνεται πέντε ημέρες πριν από το ρεβηγίον. Κόστος: € 80-€ 100. Πληροφορίες: Lasermid, τηλ.: 210 7223222.
- Η μεσοθεραπεία Liftage γίνεται χωρίς ενέσεις και χαρίζει στο πρόσωπο αποτέλεσμα σύσφιξης, καθαρισμού και λάμψης. Συνδυάζει τρεις τεχνολογίες, όπως υπέρηχοι, ραδιοσυχνότητες και ηλεκτροδιέγερση. Το κόστος ξεκινά από € 75. Πληροφορίες: Euromedica Κοσμητική, τηλ.: 210 6899131.

### -4 ΗΜΕΡΕΣ

#### ΔΕΥΤΕΡΑ 28 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

**Ενέσιμα:** Ρυτίδες σε μεσόφρυο, μέτωπο και πόδι της χίνας (δίπλα από τα μάτια). Οι ενέσεις βοτουλινικής τοξίνης (το γνωστό μπότοξ) εφαρμόζονται εδώ και χρόνια για να σβήσουν όλα τα παραπάνω για πέντε μήνες. Το αποτέλεσμα του μπότοξ είναι ορατό σε τρεις τέσσερις ημέρες μετά την ένεση. Ακόμα με ενέσεις υαλουρονικού οξέος μπορούμε να τονίσουμε τα ζυγωματικά που έχουν χάσει το υποδόριο λίπος. Ο πλαστικός χειρουργός Σωτήρης Πήττας τονίζει ότι «τα τονισμένα ζυγωματικά με έντονες γωνίες και ομαλές, κυρτές γραμμές στις παρειές είναι αυτό που προσφέρει το υαλουρονικό οξύ. Με την έγκυσή του στο συγκεκριμένο σημείο, το δέρμα στο σαγόνι τεντώνει και η χαλάρωση εξαφανίζεται τουλάχιστον για δεκαοκτώ μήνες». Ενδεικτικό κόστος: € 500.

### -3 ΗΜΕΡΕΣ

#### ΤΡΙΤΗ 29 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

**Αποτρίχωση:** Όπως τονίζει ο δερματολόγος Κωνσταντίνος Νεαμονιός, ακόμα και μία ημέρα πριν από το ρεβηγίον η αποτρίχωση είναι ασφαλής, αφού το ερύθημα διαρκεί λίγες ώρες. Ωστόσο, αν επιλεγεί Nd:Yag λέιζερ (συνιστάται για σκούρο δέρμα), η θεραπεία πρέπει να γίνει και δεκαπέντε ημέρες πριν, γιατί με τη συγκεκριμένη τεχνολογία οι τρίχες δεν πέφτουν αμέσως. Το ίδιο ισχύει και με τη φωτόλυση (IPL).

### -2 ΗΜΕΡΕΣ

#### ΤΕΤΑΡΤΗ 30 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

**Λάμψη με ορντιά:** Ακόμα και αν δεν έχουμε πανάδες ή κηλίδες, χρεια-

ζόμαστε λίγη λάμψη για την αυριανή ημέρα! Οι διατομίτες είναι σωματίδια ορυκτής προέλευσης που με τη χρήση φαρμακοκαλλυντικών επαναφέρουν τα επίπεδα ενυδάτωσης στο φυσιολογικό. Απολεπίζουν σε βάθος χωρίς να προκαλούν ερεθισμούς. Η θεραπεία περιλαμβάνει καθαρισμό προσώπου, απολέπιση, ενυδάτωση με μάσκα σε πρόσωπο και χέρια και εφαρμογή αντιπληκτικής προστασίας. Κόστος: € 70. Πληροφορίες: Συμμετρία, τηλ.: 210 6745555.

### -1 ΗΜΕΡΑ

#### ΠΕΜΠΤΗ 31 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

**Ανόρθωση στήθους:** Ε, ναι, λοιπόν! Την ημέρα του ρεβηγίον μπορούμε να έχουμε μια rip-up εμφάνιση διορθώνοντας τελευταία στιγμή τη χαλάρωση του στήθους, ώστε να βάλουμε το αγαπημένο μας βραδινό φόρεμα με βαθύ νεκολτέ. Όπως εξηγεί ο πλαστικός χειρουργός Αναστάσιος Τσεκούρας, «τα μικρορεύματα ενεργούν πάνω στο μυϊκό σύστημα και αυξάνουν την κυκλοφορία του αίματος. Η δράση τους είναι εντυπωσιακή ειδικά σε στήθος μικρού ή μεσαίου μεγέθους με πτώση πρώτου βαθμού, αφού μετά την πρώτη θεραπεία το λιφτ είναι της τάξης 1-1,5 εκ. Η θεραπεία είναι εντελώς ανώδυνη». Κόστος: € 100-€ 120. □

\*Το ρεπορτάζ δεν είναι διαφημιστικό και οι τιμές είναι προϊόν έρευνας. Για νέες θεραπείες ενημερωθείτε από γιατρούς εγγεγραμμένους στην Ελληνική Δερματολογική και Αφροδισιολογική Εταιρεία: [www.edae.gr](http://www.edae.gr), και την Ελληνική Εταιρεία Πλαστικής Επανορθωτικής και Αισθητικής Χειρουργικής: [www.hespras.gr](http://www.hespras.gr).