

## ΤΟ ΛΙΦΤΙΝΓΚ ΕΚ ΒΑΘΕΩΝ (12ος 09)

Μέσο: . . . . . VITA

Ημ. Έκδοσης: . . . 1/12/2009 Ημ. Αποδελτίωσης: . . 25/11/2009

Σελίδα: . . . . . 132

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



**ομορφιά**

# ΔΡ. ΝΤΕΣΜΟΝΤ ΦΕΡΝΑΝΤΕΣ ΤΟ ΛΙΦΤΙΝΓΚ ΕΚ ΒΑΘΕΩΝ

Λίφτινγκ στα 30 ή στα 50; Και τι είδους; Πλήρες ή με μικρές επανορθωτικές διαδικασίες που κάνουν το πρόσωπο να φαίνεται νεότερο; Ποιες είναι οι κινήσεις-κλειδιά πριν και μετά την επέμβαση για να επιτύχουμε μεγαλύτερη διάρκεια και καλύτερο

132 vita ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2009

Photo: Corrado Lupatini

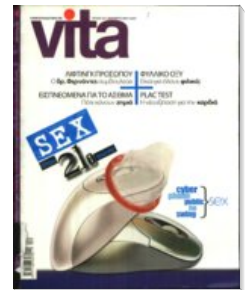
## ΤΟ ΛΙΦΤΙΝΓΚ ΕΚ ΒΑΘΕΩΝ (12ος 09)

Μέσο: . . . . . VITA

Ημ. Έκδοσης: . . . 1/12/2009 Ημ. Αποδελτίωσης: . . 25/11/2009

Σελίδα: . . . . . 133

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



αποτέλεσμα; Ο δρ. Ντέσμοντ Φερνάντες, διεθνούς φήμης πλαστικός χειρουργός, μοιράζεται τις γνώσεις του μαζί μας και μιλάει για τις νέες εξελίξεις στο χώρο της αισθητικής χειρουργικής.

της Αϊνόλα Τερζοπούλου



**T**Ο ΣΥΝΕΔΡΙΟ της Ευρωπαϊκής Εταιρείας Πλαστικής Επανορθωτικής και Αισθητικής Χειρουργικής (ESPRAS), που πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά στη χώρα μας πριν από λίγο καιρό, έγινε η αφορμή για να συναντήσουμε τον πλαστικό χειρουργό δρ. Ντέσμοντ Φερνάντες και να μιλήσουμε για τις διάφορες αισθητικές επεμβάσεις που μπορούν να σβήσουν τα σημάδια του χρόνου από το πρόσωπό μας και να μας χαρίσουν μια εικόνα νεότητας.

### **Γιατί στην εποχή μας βλέπουμε τόσα πολλά λίφτινγκ;**

Επειδή έχουμε την τεχνολογία, η οποία τα τελευταία χρόνια έχει συμβάλει ώστε να γίνει πολύ μεγάλη πρόοδος στον τομέα των αισθητικών επεμβάσεων.

### **Είναι καλύτερα μια γυναίκα να κάνει λίφτινγκ στα 40, στα 50 ή μεγαλύτερη; Ποιοι είναι οι παράγοντες που το καθορίζουν;**

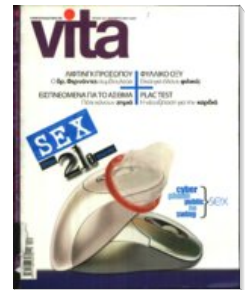
Δεν πιστεύω ότι η ηλικία είναι καθοριστική για να πάρει μια γυναίκα την απόφαση. Θεωρώ ότι, αν σκέφτεται να κάνει λίφτινγκ, καλό είναι να το κάνει πριν υπάρξει μεγάλη χαλάρωση στο δέρμα της. Μικρές επανορθωτικές διαδικασίες που μπορούν να γίνουν νωρίτερα μπορούν να παρατείνουν τη νεανική εμφάνιση. Σήμερα υπάρχουν πολλές επιλογές από διάφορες μεθόδους που εφαρμόζονται σε συγκεκριμένα σημεία του προσώπου -ακόμα και στο λαιμό- χωρίς τομές και σε αρκετές περιπτώσεις προλαμβάνουν την ανάγκη για ένα ολοκληρωμένο λίφτινγκ προσώπου. Σε μεγάλη ηλικία πιστεύω ότι είναι αργά για να δώσει το λίφτινγκ τα καλύτερα αποτελέσματα.

### **Ποιοι είναι οι πιο σημαντικοί παράγοντες που πρέπει να λάβει υπόψη μια γυναίκα πριν κάνει λίφτινγκ;**

Πρώτον, είναι πολύ σημαντικό το δέρμα της να βρίσκεται σε καλή κατάσταση. Έτσι, όχι μόνο η επέμβαση θα έχει καλά αποτελέσματα, αλλά θα είναι καλύτερη και πιο γρήγορη η επούλωση του προσώπου της. Δεύτερον, θα πρέπει να βρίσκεται όσο πιο κοντά γίνεται στο ιδανικό της βάρος και να το διατηρεί σταθερό. Είναι γνωστό ότι οι συχνές αυξομειώσεις του βάρους καταστρέφουν την ποιότητα του δέρματος. Τέλος, πρέπει να μπορεί να προσδιορίσει τι είναι ακριβώς αυτό που την ενοχλεί στο πρόσωπό της και να έχει καλή επικοινωνία με το γιατρό της.

### **Πόσο διαρκούν τα αποτελέσματα ενός λίφτινγκ;**

Γύρω στα 7 με 10 χρόνια. Η διάρκεια του, ωστόσο, εξαρτάται από τα γονίδια, την κατανομή των οστών του προσώπου και τον τρόπο ζωής μιας γυναίκας. Πολλές γυναίκες επιθυμούν να το επαναλάβουν νωρίτερα, αναμφισβήτητα όμως το πρόσωπο δείχνει νεότερο. ➔



## ομορφιά

### Τι πρέπει να κάνει κάποιος μετά το λίφτινγκ, ώστε να έχει τα καλύτερα αποτελέσματα;

Για τις πρώτες 48 ώρες προτιμώ να είναι το πρόσωπο καθαρά δεμένο, ώστε η ασθενής να αποφεύγει να γελάει ή να κάνει έντονους μορφασμούς και κινήσεις που μπορούν να προκαλέσουν ζημιά στα ράμματα. Κατόπιν, πρέπει να φροντίζει να ξεκουράζεται όσο περισσότερο μπορεί. Συνιστώ επιπλέον το λεμφικό μασάζ, που βοηθά στην υποχώρηση του οιδήματος. Και, βέβαια, σε κανένα λίφτινγκ δεν θα διατηρηθούν τα αποτελέσματα αν μετά η ασθενής δεν φροντίζει την επιδερμίδα της με βιταμίνες Α και C, αντιοξειδωτικά και πεπτιδία, ουσίες που βοηθούν στην αναδόμηση προάγοντας τη δημιουργία κολλαγόνου.

### Ποια είναι η γνώμη σας για τα «μίνι» λιφτ;

Τα πιστεύω πολύ και τα υποστηρίζω. Υπάρχουν τρία που εφαρμόζω με πολύ καλά αποτελέσματα: → Το λιφτ των βλεφάρων στο άνω μέρος του προσώπου, το οποίο γίνεται με ελαστικά νάιλον νήματα, που εμφυτεύουμε με λεπτές τομές 3-4 χιλιοστών στην άκρη των μαλλιών. → Το λιφτ μεσαίας κατανομής, όπου ανορθώνουμε τους ιστούς που βρίσκονται κάτω από τα μάτια τραβώντας τους προς τα έξω. Με αυτό τον τρόπο «απαλύνουμε» και τις ρινοπαρειικές ρυτίδες. → Το λιφτ του λαιμού. Ο λαιμός είναι ένα ιδιαίτερο σημείο και αυτό που πετυχαίνουμε είναι να συσφίξουμε το δέρμα.

### Είστε υπέρ των ενέσιμων επεμβάσεων;

Αντιλαμβάνομαι τη μεγάλη απήχηση που έχουν, αλλά προσωπικά δεν τις εφαρμόζω. Η δουλειά μου είναι να χειρουργώ και συγκεκριμένα ασχολούμαι με τις επεμβάσεις στο πρόσωπο, όπως π.χ. οι επεμβάσεις για τη διόρθωση του λαγώχειλου. Σε αυτό τον κλάδο δημιουργήσα το όνομά μου ως πλαστικός χειρουργός.

## Το λίφτινγκ καλό είναι να γίνεται πριν υπό ρξη μεγάλη χαλάρωση του δέρματος

### Πού οφείλονται τα πρόσωπα σαν μάσκες που βλέπουμε;

Στις υπερβολικές επιθυμίες που δεν οδηγούν σε ρεαλιστικά αποτελέσματα, αλλά και σε λανθασμένες διαδικασίες που ίσως έχει ακολουθήσει ο γιατρός. Για να πετύχει ένα λίφτινγκ, πρέπει μαζί με το δέρμα να δουλεύονται και σε βάθος οι μύες.

### Πότε δεν συστήνεται λίφτινγκ;

Όταν η ασθενής δεν έχει ρεαλιστικές προσδοκίες ή όταν το δέρμα της είναι ακόμα σφιχτό. Υπάρχουν ακόμα περιπτώσεις που η ασθενής δεν είναι ψυχολογικά έτοιμη για μια τέτοια επέμβαση, αλλά αυτό το ποσοστό είναι μικρό. Από προσωπική εμπειρία, οι 3-4 στις 10 ασθενείς που έρχονται στο ιατρείο μου, αντί για ένα πλήρες λίφτινγκ, κάνουν μικρές επεμβάσεις.



### ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ

Γεννημένος στο Γιοχάνεσμπουργκ της Νότιας Αφρικής, ο δρ. Ντέσμοντ Φερνάντες δεν είναι μόνο ένας από τους πιο διάσημους πλαστικούς χειρουργούς στον κόσμο, γνωστός για τις έρευνες πάνω στην ανάπλαση του δέρματος και τις μεθόδους

που έχει αναπτύξει, αλλά και δημιουργός της σειράς καλλυντικών προϊόντων Environ Skin Care. Ξεκίνησε την καριέρα του το 1973 ως συνεργάτης του μεγάλου καρδιοχειρουργού, καθηγητή Κριστιάν Μπαρνάρντ, για να συμμετάσχει αργότερα στην ομάδα του δρ. Ντέιβιντ Ντέιβις, πρωτοπόρου στις επεμβάσεις αποκατάστασης σχισιάσεων. Το 1979 έγινε διευθυντής του Τμήματος Αποκατάστασης Σχισιάσεων στην κλινική του Ερυθρού Σταυρού-Νοσοκομείο Παίδων στο Κέιπ Τάουν, όπου και εργάστηκε επί 21 χρόνια.



Photo: Ideal Image

Το «κλειδί» για την ανανέωση του δέρματος είναι η βιταμίνη Α

**Εκτός όμως από το λίφτινγκ προσώπου, είστε γνωστές και για μία νέα τεχνική αναζωογόνησης που γίνεται με βελόνες. Θα θέλατε να μου πείτε περισσότερα;**

Επίσημα λέγεται Collagen Induction Therapy (Θεραπεία με εγχύσεις κολλαγόνου) ή αλλιώς Medical Needling. Την ξεκίνησα το 1996 θέλοντας να βρω έναν τρόπο για να δραστηριοποιήσω τους ινοβλάστες να παράγουν περισσότερο κολλαγόνο και ελαστίνη, που όπως γνωρίζετε αποτελούν την υποδομή του δέρματος. Ανακάλυψα ότι με μικρά τοιμπηματάκια που σκόπιμα προκαλούν μικρή αιμάτωση στο δέρμα ερεθίζονται οι ινοβλάστες, με συνέπεια να αυξάνεται η παραγωγή τους. Πρόκειται για μια ανώδυνη διαδικασία η οποία εφαρμόζεται με πολύ λεπτές βελόνες. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε όλους τους τύπους δέρματος.

**Τι συμβουλή ομορφιάς μάς δίνετε;**

Να πίνετε πράσινο τσάι και να δίνετε ιδιαίτερη προσοχή στον τρόπο που ακουμπάτε στο μαξιλάρι για να κοιμηθείτε. Φροντίστε να μην «τσαλακώνεται» το πρόσωπό σας και δημιουργούνται ρυτίδες.

**ΥΠΑΡΧΕΙ ΚΑΠΟΙΟ ΣΥΣΤΑΤΙΚΟ ΠΟΥ ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΕΡΟ ΚΑΙ ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΕΥΚΟΛΑ ΝΑ ΠΑΡΕΧΟΥΜΕ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ ΜΑΣ;**



Η βιταμίνη Α. Ο ρόλος της στις βασικές λειτουργίες των κυττάρων είναι θεμελιώδης. Είναι το «κλειδί» για την ανανέωση του δέρματος. Σε συνέργεια με τα πεπτιδία μπορεί να βελτιώσει την ανάπλαση του δέρματος. Επιπλέον, ένα καινούργιο αντιγηραντικό και αντικαρκινικό συστατικό που θα ακουστεί αρκετά στο μέλλον είναι η ρεσβερατρόλη. ☺