**Jesień – idealna pora na wizytę w gabinecie kosmetycznym**

**Okres jesienno-zimowy to często najlepszy czas na wykonywanie różnego rodzaju zabiegów kosmetycznych. Mniejsze promieniowanie słoneczne i brak upałów sprzyjają bowiem specjalistycznemu dbaniu o urodę. Co więcej, skóra szybciej się wtedy regeneruje i istnieje niewielkie ryzyko wystąpienia powikłań, np. przebarwień lub poparzeń.**

Kuracje kosmetyczne, które przeprowadza się jesienią, pozwalają zarówno przywrócić skórze zdrowy wygląd po okresie letnim, jak i przygotować cerę na nadchodzącą zimę. Niektóre zabiegi, np. peelingi chemiczne, mikrodermabrazję czy fotoodmładzanie światłem IPL, warto wykonywać zwłaszcza od września do grudnia. Jest tak, gdyż każda kuracja, mająca na celu rozjaśnianie, wybielanie lub odmładzanie, sprowadza się do złuszczenia naskórka, czyli odsłonięcia nowej, świeżej warstwy skóry. Dlatego bezpośrednio po wykonaniu zabiegu cera staje się na jakiś czas bezbronna – bardzo delikatna i podatna na infekcje.

- *Promieniowanie UV jest najgorszym towarzyszem kuracji kosmetycznych, które wymagają złuszczenia starego i odsłonięcia nowego naskórka. Intensywne działanie słońca może wywołać wiele powikłań i skutków ubocznych, czasami ciężko odwracalnych. W związku z tym, aby zminimalizować ryzyko pojawienia się plam czy przebarwień, zabiegi tego typu wykonuje się w okresie jesienno-zimowym* - wyjaśnia Emilia Rechul, kosmetolog gabinetu kosmetycznego [Qclinique](http://www.qclinique.pl) w Warszawie.

**Zabiegi złuszczające twarzy**

Współcześnie w gabinetach kosmetycznych stosuje się różne metody złuszczania martwych komórek naskórka. Do najpopularniejszych zabiegów tego typu z pewnością należą mikrodermabrazja diamentowa oraz peeling chemiczny. Przed wizytą w gabinecie warto jednak poznać specyfikę tych kuracji – zwłaszcza ich działanie i spodziewane efekty.

**Mikrodermabrazja diamentowa** – rodzaj peelingu mechanicznego, wykonywanego przy użyciu głowicy z mikrokryształkami diamentu. Podczas zabiegu zrogowaciały, martwy naskórek jest złuszczany warstwa po warstwie do delikatnego zaróżowienia skóry. Mikrodermabrazja zapewnia efekt wygładzenia nierówności, spłycenia blizn i zmarszczek, rozjaśnienia lub likwidacji przebarwień oraz wyeliminowania zmian trądzikowych, łojotoku i zaskórników. Po zakończeniu kuracji skóra staje się gładka, bardziej napięta i elastyczna. Poprawia i wyrównuje się również jej koloryt.

**Peeling chemiczny** – zabieg nazywany również eksfoliacją kwasami. Jego wykonanie pozwala przede wszystkim na unormowanie procesu nadmiernego przetłuszczania się skóry. Co więcej, peeling chemiczny spłyca blizny i drobne zmarszczki, zmniejsza rozszerzone pory, nadaje cerze gładkość i widocznie ją rozświetla. Głębokość oraz intensywność złuszczania, a także rodzaj kwasu i jego stężenie, są w tym przypadku zależne od problemów skórnych. Dzięki temu zabieg można wykonać w celu odświeżenia cery lub profilaktycznie, aby zapobiec tworzeniu się zmarszczek i opóźnić procesy starzenia.

**Kuracje z użyciem technologii IPL**

Zabiegi złuszczające nie są jedynymi, które cieszą się dużym zainteresowaniem w okresie jesienno-zimowym. Mniejsze nasłonecznienie sprzyja także przeprowadzaniu kuracji kosmetycznych z użyciem technologii IPL. I chodzi tutaj zarówno o popularną w dzisiejszych czasach fotoepilację, jak i fotoodmładzanie, zamykanie naczynek czy redukcję przebarwień. Na czym polegają te zabiegi i przy jakich niedoskonałościach sprawdzą się najlepiej?

**Fotoodmładzanie** – kuracja, która w kompleksowy sposób redukuje wszystkie objawy starzenia się skóry, m.in. utratę jędrności, drobne zmarszczki, przebarwienia, plamy posłoneczne, piegi czy zaczerwienienia. Podczas wykonywania zabiegu naświetla się wybrany obszar krótkimi impulsami światła. Pozwala to na skrócenie i przebudowanie włókien kolagenowych, jak również na pobudzenie skóry do rozpoczęcia naturalnego procesu leczenia.

**Zamykanie naczynek** – zabieg ten polega na naświetlaniu zmiany naczyniowej. Emitowana wówczas energia świetlna jest pochłaniana przez hemoglobinę i zamieniana na ciepło, podnosząc jednocześnie temperaturę krwi. Dochodzi wtedy do koagulacji i uszkodzenia ściany naczynka, a następnie do jego samoistnego usunięcia z organizmu. Warto wspomnieć, że kuracja ta stanowi bardzo dobrą profilaktykę w przypadku skóry płytko unaczynionej, wrażliwej i ze skłonnościami do powstawania rumienia. Jest także stosowana przy zapobieganiu trądzikowi różowatemu.

**Redukcja przebarwień** – bezpośrednio po wykonaniu zabiegu dochodzi do ściemnienia zmiany skórnej, a następnie do jej stopniowego złuszczenia oraz zredukowania lub zaniku. Kuracja laserowa nie likwiduje skłonności do hiperpigmentacji, a jedynie usuwa jej skutki. Dlatego ważnym elementem terapii jest profilaktyka, oparta na unikaniu ekspozycji skóry na promienie UV.

**Fotoepilacja** – kuracja służąca trwałemu usunięciu owłosienia. Polega na uszkodzeniu macierzy włosa przez światło lasera, które jest absorbowane przez melaninę znajdującą się w cebulce włosa będącego w fazie wzrostu. Podczas jednej wizyty w gabinecie usuwa się około 15-30% owłosienia, a po serii zabiegów – około 80-90%. Pozostałe włoski to te jaśniejsze, delikatniejsze i niewidoczne.

**Kosmetologia estetyczna w okresie jesienno-zimowym**

Pod pojęciem kosmetologii estetycznej kryją się kuracje, których zadaniem jest m.in. zregenerowanie skóry po okresie letnim. Poszczególne zabiegi sprawdzają się również w walce z nieestetycznymi niedoskonałościami cery, np. rozszerzonymi naczynkami krwionośnymi, prosakami, torbielami bądź przebarwieniami. O jakich kuracjach mowa? Przede wszystkim o mezoterapii mikroigłowej, elektrokoagulacji oraz terapii Cosmelan.

**Mezoterapia mikroigłowa** – niechirurgiczny zabieg rewitalizacji skóry, który zapewnia jednoczesną stymulację jej naturalnych zdolności regeneracyjnych. Podczas mezoterapii tego typu wykonuje się mikronakłucia, skutkujące powstaniem kilku tysięcy mikrokanalików. Przez krótki czas pozostają one otwarte, umożliwiając głębokie wprowadzenie wybranego preparatu. Perforacja naskórka odbywa się zawsze w sposób ściśle kontrolowany – zarówno jej częstotliwość, jak i głębokość są regulowane w zależności od odczuć osoby, która poddaje się zabiegowi.

**Elektrokoagulacja** – kuracja wykorzystująca działanie prądu elektrycznego. Stosuje się ją w celu usunięcia rozszerzonych naczynek krwionośnych, brodawek, torbieli, prosaków czy włókniaków. Przy pomocy elektrod bądź specjalnej igły, która emituje prąd, doprowadza się do kontrolowanego ścinania białka w tkankach. Zniszczone ściany naczyń krwionośnych zostają wchłonięte przez układ krwionośny i limfatyczny, a następnie usunięte z organizmu.

**Cosmelan** – zabieg silnie wybielający, stosowany wyłącznie w okresie jesienno-zimowym. Cała kuracja trwa przez 3 miesiące. W tym czasie wykonuje się specjalistyczne maski w gabinecie oraz samodzielnie używa kremu, który wspomaga efekty wizyt w salonie kosmetycznym. Cosmelan to nie tylko bezinwazyjna, ale także wyjątkowo skuteczna kuracja. Przeprowadzenie tej terapii umożliwia usunięcie nieestetycznych przebarwień – zarówno tych powstałych na skutek nadmiernego opalania, jak i wywołanych zmianami hormonalnymi.

- *Po okresie letnim i urlopach, nasza skóra jest często przesuszona oraz odwodniona. Dodatkowo, mogą się na niej pojawić popękane naczynka, przebarwienia i piegi. Wizyta w gabinecie z pewnością pomoże w usunięciu lub zredukowaniu tych niedoskonałości oraz pozwoli na nawilżenie i rewitalizację skóry przed zimą. Jednakże, pamiętajmy o tym, że o cerę trzeba dbać niezależnie od pory roku czy wieku. Co więcej, w całym procesie bardzo ważna jest właściwa i regularna pielęgnacja domowa* - podkreśla kosmetolog Qclinique.