

20.84x28.52	1/4	עמוד 96	לאשה	24/07/2017	59497482-8
50852					



19.67x25.65	2/4	עמוד 97	לאשה	24/07/2017	59497483-9
50852					

# בשבילי סנדוויץ' ובוטוקס

טיפול יופי חכמים וזריזים יכולים להשתחל להפסקת הצהריים שלך (בלי שמישהו ישים לב)

## עדי רשף



# פ

עם, כדי לפרגן לעצמך טיפול יופי משמעותי, היית צריכה לפנות זמן, להודיע בעבודה על ימי חופשה, להתכונן לתקופת החלמה ממושכת ולהסתובב עם פרצוף שמבהיל את הסביבה. היום, כשהקריירה לא מאפשרת לנו את הפריבילגיות האלה, באים טיפולי היופי לקראתנו ומציעים טכנולוגיות מתקדמות שמספקות תוצאות מהירות ולא משאירות סימנים. "הטיפולים היום הולכים לכיוון לא אגרסיבי", אומרת ד"ר להבית אקרמן, מומחית לרפואת עור ובעלת מרפאת אסתטיקה. "היום אנחנו יודעים שלא צריך להיכנס חזק, צריך להיכנס הכם, כמו טיל מונחה. הטכנולוגיות הולכות ומשתפרות, וזה מאפשר לנו לטפל במגוון בעיות ללא צורך בתקופת החלמה".

"טיפול הפסקת הצהריים" משתלבים באלגנטיות בשגרת היום, לא מצריכים היערכות מיוחדת (מלבד כיסים מלאים) ומתאימים כמעט לכל אחת. הנה כמה דוגמאות.



21.14x24.83	3/4	98	עמוד	לאשה	24/07/2017	59497484-0
50852						

"יש לי המון פציינטיות שבאות לטיפול של זריקות מילוי וחוזרות מיד לעבודה", מספרת ד"ר להבית אקרמן. "משך הטיפול תלוי במספר האזורים שבהם מטפלים, אבל ברוב המקרים זה טיפול קצר שיכול להימשך כעשר דקות עד רבע שעה"

### זריקות מילוי

זריקות מילוי מיועדות לשחזור נפח בפנים, לתיי- קון או סימטריה, לבניית פרופורציות של תווי הפנים, לשיפור מראה האף ועוד. "יש לי המון פציינטיות שבאות לטיפול כזה וחוזרות מיד לעבודה", מספרת ד"ר להבית אקרמן. "משך הטיפול תלוי במספר האזורים שבהם מטפלים, אבל ברוב המקרים זה טיפול קצר שיכול להימשך כעשר דקות עד רבע שעה. בדרך כלל אין סימנים ואין שטפי דם, וגם אם יש, אפשר לכסות אותם במייק'אפ. פציינטיות רבות באות, עושות וחוזרות לעבודה". הסיכון לתופעות לוואי נמוך, כאמור, אבל קיים: "לעתים מור פיעים שטפי דם או נפיחות קלה. במקרים נדירים מאוד מתפתח זיהום וגם הוא חולף מהר". תוצאות ראשוניות נראות לעין באופן חלקי מיד לאחר הטיפול. התוצאות המלאות מתקבלות כעבור שבוע עד שבועיים ומחזיקות מעמד כשנה ויותר. חומר המילוי הנפוץ בשימוש בארץ הוא חומצה היאלורונית, שמרכיביה מצויים באופן טבעי בגוף האדם ולכן הסיכון לתופעות אלרגיות בעקבות ההורקה נמוך מאוד. חומר חדש יחסית שצובר פופולריות הוא רדיאס, המבוסס על סידן. "רדיאס מאפשר יצירת אפקט משמעותי של נפח והרמה, משפר את איכות העור לטווח הארוך והוא מסוגל לתקן שקעים וקמטים גם באזורים מורכבים לטיפול, כמו כפות הידיים", מסביר ד"ר אייל קרמר, מומחה לכירורגיה פלסטית. מחירים: 1,500-2,500 שקל למזרק.

### זריקות נגד קמטים

אם מתחשק לך לרענן קצת את הפנים ולטשטש קמטוטים באזור המצח, העיניים או השפתיים, את יכולה לקפוץ למרפאה קרובה ולהתפנק בכמה זריקות שיעי- שו בשבילך את העבודה. מקובל לקרוא להן זריקות בוטוקס (אם כי מלבד בוטוקס קיים מותג נוסף ששמו דיספורט), והן מכוונות היישר אל השרירים הקטנים בפנים שיוצרים את קמטי ההבעה. הזריקות מרפות את השרירים ומעלימות או מטשטשות את הקמטים - תלוי עד כמה הם עמוקים. "הטיפול קצר, זה עניין של כמה דקות", מסביר ד"ר שי שטחל, מומחה בכירורגיה פל- סטית וחבר באיגוד הישראלי לכירורגיה פלסטית ואס- תטית. "הזריקות מתבצעות באמצעות מחט דקה מאוד ועדינה, הן יחסית לא כואבות ולא משאירות סימנים. אחרי ההורקה אפשר לחזור לשגרת היום, אין צורך לנוח במיטה, וצריך רק להימנע מפעילות גופנית ומהורדה וכיפוף של הראש במשך כמה שעות. הטיפול לא משאיר סימנים, הסיכונים לדימום או זיהום אפסיים, ולעתים מופיע כאב ראש, שחולף בדרך כלל אחרי כמה שעות". ומתי רואים תוצאות? "בתוך 24 עד 48 שעות מתחילים לראות תוצאות, והתוצאה הסופית ניכרת כעבור שבוע עד שבוע וחצי", מסביר ד"ר שטחל. "התוצאות מחזיקות מעמד בין שלושה לשישה חודשים, זה אינדיבידואלי". מחירים: 500-1,500 שקל לאזור.



20.7x27.49	4/4	99 עמוד	לאשה	24/07/2017	59497485-1
50852					



## כך תימנעי מקטטרופות

\* גם כשהפרוצדורה עצמה קצרה, חשוב לא להקל ראש ולעשות שיעורי בית יסודיים לפני שבוחרים קליניקה ומטפל/ת.

\* אם הפסקת הצהריים שלך קצרה ולא גמישה, אל תדחפי לשם טיפולים בכוח. שום דבר טוב לא יוצא מטיפול שנעשה בלחץ.

\* אל תתפתי לתעריפים נמוכים באופן חשוד. מכשור אפקטיבי, חדשני ומתוחזק הוא עניין יקר.

\* קופון הוא לא סיבה מספיק טובה לגשת לטיפול אסתטי. טיפול מיותר נשאר מיותר גם כשהוא זול.

\* היי חשדנית. צילומים של לפני ואחרי לא תמיד משקפים את המציאות. תמיד עדיף לסמוך על המלצות ועל תוצאות שאת רואה במציאות.

## הדגשת גבות

גבות מעוצבות הפכו כבר מזמן למצרך בסיסי בחיינו, אבל לא כולו יש זמן או סבלנות לגשת למעצב/ת גבות מדי שבועיים, להמתין בתור ולצאת משם ביריעה של מחרת כבר יצוצו מחדש השערות שנמרטו. איפור קבוע לגבות (או בשמותיו החדשים - הדגשת גבות, מיקרו פיגמנטציה, שיטת השערה וכו') - מפשט את העניינים, היות שקל יותר למרוט ולעצב אותן כשהן ממוסגרות היטב ביד אמן. ההדגשה מטשטשת קרחות ורלילות, וכך גם חוסכת לך את הצורך לאפר את הגבות מדי בוקר. "התחום הזה חזק מאוד, והיום כמעט כולן עושות מילוי בגבות. זה כבר לא טרנד, זה סטנדרט", מספר "יוסף גבות", "מגיעות אליי גם ילדות בנות 14 שיש להן מודעות והאסתטיקה מאוד חשובה להן". התהליך נמשך כשעה, כולל התאמת הצבע וסגנון העיצוב. "הטיפול לא נעים, אבל לא כואב, כמו שריטה קלה על העור, ללא דימום", מסביר יוסף. לאחר הטיפול תיתכן אדמומיות קלה וצבע הגבות יהיה כהה מהרגיל למשך ימים אחדים. התוצאות מחזיקות מעמד כמה חודשים עד שנה.

מחירים: 800-1,500 שקל. ■

## הקפאת שומן

בעבר, כדי להיפטר ממצבורי שומן מקומיים לא הייתה ברירה אלא להיכנס לחדר ניתוח. היום קיימת טכנולוגיה חדשנית שמחסלת את אותם תאי שומן סוררים ללא התערבות כירורגית. "במהלך הטיפול אנחנו מקררים את תאי השומן כך שהם מגיעים לטמפרטורה נמוכה מאוד", מסביר ד"ר רונן גלזינגר, מומחה לכירורגיה פלסטית. "הקור גורם נזק ברופן התא, והיות שהגוף לא מסוגל לתקן אותו, הוא מפרק את התאים והם נהרסים. שכבת השומן שמתחת לעור מאבדת 25-30 אחוז מהנפח שלה". טיפול בודד נמשך כ-70 דקות, ובסיומו אפשר לחזור לשגרת היום ללא שום מגבלה. תופעות הלוואי הן אדמומיות קלה וכן עקוצים ונמלולים החולפים בדרך כלל בתוך יום-יומיים.

"חשוב לדעת שהטיפול לא יכול להפוך אדם שמן לאדם רזה", מסביר ד"ר גלזינגר. "הוא מיועד למקרים שבהם השומן מצטבר באזורים ספציפיים מחוץ לפרופורציות של הגוף, כמו מותניים, ירכיים, בטן וסנטר כפול". התוצאות הסופיות מתקבלות כעבור שלושה-ארבעה חודשים, וכדאי לדעת שלא כולם מגיבים לטיפול - אצל 10-15 אחוז מהאוכלוסייה הגוף מסרב להיפרד מתאי השומן ואייאפשר לצפות את זה מראש. כדאי גם להביא בחשבון, שאם תמשיכו לאכול עוגות, תאי שומן חדשים יופיעו חיש מהר.

מחירים: 4,000-5,000 שקל לטיפול.

## הסרת כתמים

אם חשבת שנמשים, כתמי שמש וכתמי פיגמנטציה הם גזרת גורל, יש לנו חדשות טובות: טכנולוגיות המבוססות על גלי אור מאפשרות לייטר את הכתמים בלי לפגוע בעור שמסביבם, בטיפול מהיר ויעיל שלא ישבש לך את סדר היום. ברוב המקרים תצטרכי יותר מטיפול אחד כדי להשיג תוצאה מספקת, אבל ימים אחדים לאחר הטיפול הראשון כבר תבחיני בהבדל משמעותי.

"הטיפול מהיר מאוד - כמה דקות לטיפול בכתם בודד", מסביר ד"ר דוד פרידמן, מומחה לרפואת עור ובעל מרפאת אסתטיקה. "לאחר הטיפול תיתכן אדמומיות באזור המטופל או התכהות של הכתם. אפשר לכסות את האזור במייקאפ ולהמשיך בשגרת היום". הטיפול כרוך בתחושה לא נעימה עד כואבת (תלוי במכשיר, בגודל השטח המטופל ובסף הכאב האישי), אך תחושה זו חולפת מיד עם סיום הטיפול.

מחירים: 500-2,500 שקל לטיפול בכתם בודד.

