**Zabłyśnij na święta! Przewodnik po szybkich, bezpiecznych i skutecznych zabiegach przed wielkim wyjściem**

**Grudzień to czas licznych spotkań przedświątecznych. Przyjęcia w gronie znajomych, przyjaciół, pracowników czy współpracowników będą teraz na porządku dziennym. Jak przygotować się do tego intensywnego czasu, by zachwycać wyglądem? Zwłaszcza, że spotkania przeplatane gorączką przedświątecznych zakupów i poszukiwania prezentów dla najbliższych to tylko wstęp do głównej części, jaką są już same święta, a tuż po nich Sylwester i karnawał. Dr n. med. Ewa Berlińska właścicielka londyńskiej Eva Cure Clinic podpowiada jakie zabiegi wybrać na ten gorący okres.**

**Za pięć dwunasta**

Ważne spotkanie coraz bliżej, a my chcemy od początku olśniewać, nie ma na co czekać. Trzeba działać. Jakie zabiegi możemy wykonać tydzień, a nawet kilka dni przed planowanym wyjściem? – *Moim pacjentom polecam mikrodermabrazję* – mówi dr Berlińska – *Cera po tym zabiegu staje się rozświetlona, a w połączeniu z laserem IPL czy VPL efekt ten jest wzmocniony.* Po mikrodermabarazji skóra jest gładka i oczyszczona, zanieczyszczenia i zrogowaciały naskórek zostają usunięte, a w skórze zostaje pobudzona synteza kolagenu i elastyny, które ją uelastyczniają. Z kolei działanie lasera widocznie odmładza skórę. Takie połączenie szybko i skutecznie rewitalizuje cerę, nadając jej blasku. Warto jednak mieć na uwadze, by po zabiegu unikać działania promieni słonecznych, które mogą spowodować przebarwienia, a w skrajnych przypadkach nawet oparzenia skóry.

**Złoty standard**

Na tydzień, a nawet 3-4 dni przed uroczystością można zdecydować się także np. na popularny wśród pacjentek Eva Cure Clinic botoks. – *Toksyna botulinowa poprzez zablokowanie przewodzenia impulsów nerwowych daje efekt wygładzenia zmarszczek mimicznych* – wyjaśnia dr Berlińska – *Zabieg nie wymaga szczególnej rekonwalescencji, a jego pierwsze efekty można zauważyć już po 2-3 dniach.* Aby cieszyć się jego rezultatami trzeba mieć na uwadze, aby w kilka dni po zabiegu nie podejmować aktywności fizycznej i nie narażać skóry na działanie skrajnych temperatur (np. wybierając się do sauny) czy poddawać organizm działaniu alkoholu.

Dlatego mimo szybkich i widocznych efektów oba zabiegi – mikrodermabrazję i botoks – warto zaplanować na tydzień przed planowanym wyjściem. Pozwoli to na osiągnięcie w stosunkowo krótkim czasie optymalnych rezultatów i uniknięcie wszelkich niedogodności spowodowanych ewentualnymi ograniczeniami po ich wykonaniu.

**Szybka rewitalizacja**

– *Możemy też zaproponować pacjentom mezoterapie z użyciem różnych preparatów, w zależności od potrzeb pacjenta* – mówi dr Berlińska. Wśród proponowanych w Eva Cure Clinic znajdują się m.in. takie jak mezoterapia peptydowa czy mezoterapia kwasem hialuronowym. Mezoterapia polega na dostarczeniu skórze właściwej substancji, które wpływają na poprawę jędrności skóry i jej rewitalizację. Taki zabieg dogłębnie nawilża i widocznie odmładza. Efekty widać już po pierwszym zabiegu, ale dla osiągnięcia oczekiwanych rezultatów wskazana jest seria. Co istotne po każdym tego typu zabiegu zalecane jest stosowanie masek nawilżających, które podtrzymają efekt liftingu.

**Młodość we krwi**

Dłuższy czas do uroczystości pozwala także na wykonanie jednego z najlepszych zabiegów, jakim jest popularny, nie tylko wśród pacjentów Eva Cure Clinic, wampirzy lifting. – *PRP, czyli Platelet Rich Plasma, to zabieg z wykorzystaniem osocza bogatopłytkowego pozyskanego z krwi własnej pacjenta* – wyjaśnia dr Berlińska – *Znajdują się w nim czynniki wzrostu, które stymulują rewitalizację skóry.* Zabieg z wykorzystaniem osocza bogatopłytkowego jest niezwykle skutecznym zabiegiem, który w sposób naturalny wpływa na odnowę skóry, a także spłycenie zmarszczek. Pierwsze efekty zaobserwować można już po dwóch tygodniach od zabiegu.

Jednak w jego przypadku, podobnie jak w przypadku mezoterapii, wskazana jest seria. Niemniej warto rozważyć ten zabieg i zaplanować na tyle wcześnie, by móc olśniewać jego efektami, które są spektakularne.

Aby cieszyć się pięknym wyglądem podczas grudniowego szaleństwa, wystarczy w porę zdecydować się na odpowiedni zabieg. Specjaliści z Eva Cure Clinic zaproponują właściwe dla pacjenta rozwiązanie, które przyniesie oczekiwany i długotrwały efekt w niedługim czasie.

<http://evacure.co.uk/>