



Estetski posegi službenim med časom



SLOVENSKO ZDRUŽENJE PLASTIČNIH,
REKONSTRUKCIJSKIH IN ESTETSKIH KIRURGOV

Mladost in vitalnost do starosti

Pregled uporabe botulina in preparatov hialuronske kisline skozi življenjska obdobja

Besedilo:



Mag. Franc Planinšek,
dr. med., spec. plast. kirurgije



Nevio Medved, dr. med.



Igor Višnjar, dr. med.

“
Nepremična čela in prekomerno napolnjene nabrekne ustnice so mogoče res hit v ameriških TV oddajah in v Hollywoodu, nikakor pa niso zaželen izgled pri nas, v Sloveniji, kjer smo kljub vedno bolj popularnim posegom v estetski medicini in kirurgiji uspeli o videzu ohraniti relativno umirjeno predstavo.
”

Aktiven in uspešen človek si želi - ne glede na leta - tako doma kot v službi počutiti se in biti videti zdrav, privlačen in spočit. Želi se počutiti mladosten, želi, da se njegov videz ujema vsaj z letnico rojstva, ki jo nosi.

Pogosto pa se zgodi, da smo videti starejši, kot se počutimo.

Skozi življenjska obdobja se naša pričakovanja glede videza spreminjajo, vseskozi pa si želimo biti zdravi in taki bi radi bili tudi videti. Zaradi tempa življenja mehka tkiva obraza in na splošno koža ter posledično videz notranji

biološki uri mnogokrat ne uspejo slediti. Pogosto smo videti slabše, kot se dejansko počutimo, in staranje v ogledalu opazimo kot utrujenost, naveličanost, celo žalosten izraz na obrazu.

Namen uporabe botoksa in dermalnih polnil ni popolno preoblikovanje obraza do neprepoznavnosti ali zamrznitev obrazne mimike, temveč zgolj osvežitev obraznih potez - namen pomlajevanja je počutiti se letom primerno. Smoter tovrstnih estetskih posegov ni popolno zabrisanje obraznih gub in gubic, temveč njihovo omehčanje. Gube so namreč naravne,

so posledica življenjskih izkušenj in trenutkov, ki jih ne želimo odstraniti. Z botoksom in dermalnimi polnili v različnih obdobjih življenja staranje skušamo upočasniti - želimo zgolj uskladiti biološko in kronološko uro.

Uporaba omenjenih tehnik nima dejanske zgornje ali spodnje omejitve, pomembno pa je, da posege opravi strokovnjak oziroma kirurg z ustreznimi izkušnjami in občutkom - občutkom za tkiva, lepoto in proporce. Zagotovilo za vrhunsko sliko namreč niso le kakovostne barve in platno, temveč je najpomembnejši slikar.

Danes smo priča poplavi oglasov različnih čudežnih pomlajevalnih tehnik - pojavljajo se zapletene naprave, drage kreme, hitre diete, terapevtske masaže ter množica drugih, ušesu prijetnih in očem zanimivih tehnik, ki pa v objektivnem smislu ne delujejo in so brez učinkov, olajšanje in pomladitev občuti zgolj denarnica.

Vsekakor zdravju niso škodljivi, na posamezniku pa ostane odločitev, kako bo vase najučinkoviteje vložil svoj čas in denar.

Edino objektivno učinkovito iskanje vitalnosti brez pomoči skalpela so še vedno zadostna količina spanja, zdrava in raznolika prehrana ter redna fizična in spolna aktivnost!

Pridih svežine in mladostnega videza pa vitalnosti lahko dodajo terapije s hialuronskimi polnili in botulinom enkrat do dvakrat na leto.

V naslednjih stavkih bomo izdali skrivnosti uporabe obeh tehnik pri moških in ženskah v različnih življenjskih obdobjih.

20 leta



- ⊕ Zgodnja odprava statičnih gub obraza
- ⊕ Hiperhidroza/pretirano potenje
- ⊖ Odpravljanje nepravilnosti kot posledica aken
- ⊕ Preventiva nastanka gubic

BOTOKS

V zgodnjih dvajsetih letih je uporaba botoksa do sedaj bila relativno redka, saj največkrat ni potrebe za korekcijo gubic in linij obraza. Najpogosteje se uporablja kot uspešna terapija prekomernega potenja, hiperhidroze, ki je neprijetna težava, ki zmanjšuje samozavest. Pri terapiji hiperhidroze v predele, kjer se pretirano potimo (pazduhe), vbrizgamo majhne količine botoksa, ki začasno zavre delovanje žlez znojnic. Postopek je neboleč, učinki se pojavijo v nekaj dneh in trajajo od 6 do 9 mesecev.

Glede na to, da se povprečna oseba nasmehne okoli 50-krat na dan, je s preventivo proti nastajanju gub, ki jih povzročajo obrazne mišice, primerno pričeti zgodaj. Popolnoma razumljivo je, da uporaba botoksa v izrazito zgodnjih letih naleti na neodobravanje mnogih, a če je ustreznost uporabe premišljena, je takšen poseg smiseln. Vsi se namreč ne staramo enako, zato preveč arbitrarno in objektivno nastavljena spodnja meja za uporabo botulina ne more biti subjektiven razlog, da botoksa ne bi uporabili že prej. Osrednja starostna skupina, kjer z uporabo botoksa dosežemo odlične

učinke, je skupina okoli 25 do 35 let, a pri nekaterih so gube izražene prej, bolj, in so posamezniku bolj moteče.

Namen zgodnje uporabe botoksa je preventiva nastanka gubic. V zadnjem letu je v Združenih državah Amerike opaziti okoli 10 % povečanje obsega uporabe botoksa v skupini od 20 do 30 let, v Evropi je odstotek le malenkost nižji. Zakaj uporabiti botoks pri tako zgodnjih letih? Da ustavimo staranje, še preden se začne! Če naredimo primerjavo s telesno aktivnostjo - tudi redna telovadba pri mladem človeku ni nujno potrebna, a če želimo še dolgo ostati mladi in se v svoji koži dobro počutiti, je tako redna rekreacija kot preventivna nega kože in njenih kontur smiselna in je investicija v prihodnost.

Če lista papirja ne prepognemo, se na njem guba ne bo pojavila!

POLNILO (»filler«)

Kljub temu, da se večino tkivnih polnil uporablja po tridesetem letu, je v nekaterih primerih treba z njihovo uporabo pričeti bolj zgodaj. Pri nekaterih so namreč statične gube obraza, npr. nazolabialne gube, izražene bolj in prej, pri nekaterih posameznikih so globlje vrezane konture obraza tudi dedno pogojene. S pomočjo tkivnih polnil s hialuronsko kislino lahko učinkovito podpremo in zabrišemo gubo med nosom in kotičkom ust, obraz je tako videti manj strog, prav tako je nasmešek lepši in bolj naraven.

S tkivnimi polnili lahko v tej starosti odlično preoblikujemo izrazito tanke ustnice in jim damo polnost ter želeno obliko.

Pri mnogih dvajsetletnicah se srečujemo z nepravilnostmi konture lic, ki so nastale kot posledica aken. Z izbiro ustreznega dermalnega polnila lahko nepravilnosti izravnamo ter povrnemo videz zdravih polnih mladostnih lic.

Prav tako je po dopolnjenem 18. letu starosti z dermalnimi polnili možno popravljati nepravilnosti in asimetrije obraza, bodisi prirojene ali pa kot posledico poškodb.

med 25 in 35 leti



- ⊖ Povečanje ustnic, brade, lica ...
- ⊖ Korekcija volumskih nepravilnosti
- ⊖ Glajenje začetnih drobnih gubic (smejalne, med obrvmi, na čelu ...)

BOTOKS

Uporaba botoksa je najbolj razširjena ravno v tej starostni skupini, uporabljamo ga predvsem za glajenje začetnih drobnih gubic, ki nastanejo zaradi gibanja obraza, kot so vranje nožice, smejalne gubice, gubice med obrvmi in na čelu zaradi mrščenja. Te se pojavijo v poznih dvajsetih letih, z njihovo zgodnjo odpravo v tem obdobju preprečimo nastanek kasnejših globokih črt in ostrejših gub, ki bi jih bilo čez nekaj let bistveno težje popravljati.

- ⊖ Zakrivanje podočnjakov

POLNILO (»filler«)

Tkivna polnila s hialuronsko kislino se najpogosteje uporabljajo v tridesetih letih, ko se razvijajo prve resne gube obraza, v mislih imamo predvsem gube med kotički ust in nosom (nazolabialne gube). Drobne smejalne gubice v kotičkih oči (vranje nožice) ali na nosu se bolje odzovejo na terapijo z botoksom.

Z botoksom namreč popravljamo dinamične gube, ki nastanejo kot posledica obrazne mimike, medtem ko s tkivnimi polnili popravljamo statične gube – nazolabialne gube, marionetne linije, gube, ki nastanejo med obrvmi zaradi mrščenja ... S polnili lahko poleg globljih gub odlično korigiramo volumske nepravilnosti obraza, ki se razvijajo že od dvajsetih let, in mu dodamo polnejši in bolj mladosten videz.

S polnili oblikujemo in povečamo ustnice, brado, lica, omehčamo prehod očesa na lice in zakrijemo podočnjake, lahko popravljamo manjše nepravilnosti nosu, naj gre za prirojene nepravilnosti ali pa korekcije po poškodbah. Namen uporabe polnil v omenjeni starostni skupini ni popravljanje posledic staranja, temveč volumsko preoblikovanje za doseg harmonije estetskih podenot obraza.

med 35 in 45 leti



- ✕ Pomlajevanje vratu
- ✕ Omilitev ostrih obraznih potez in gub
- ✕ Odprava povešenih vek
- ✕ Povrnitev volumna

V teh letih lahko na obrazu opazujemo čedalje bolj izražene gube, ostreje začrtane linije, povešenost zgornjih in spodnjih vek, pojav podočnjakov, spuščanje ličnic zaradi popuščanja kožno podkožnih podpornih vezi, **obraz postaja bolj plosk, bolj razgiban pa zgolj na račun globokih brazd in gub. Izgubi volumen in polnost zaradi atrofije obrazne maščobe, pojavijo se nadležne marionetne linije in mladosti lastna ostra linija spodnje čeljusti izgine.**

Potreben je bolj temeljit in učinkovit postopek pomlajevanja, pogosto se v tej starosti kirurški pomladitvi ni možno izogniti. Kirurško pomlajevanje obsega širok spekter posegov, od manj invazivnega dviga obraza - mini facelifta, pa vse do klasičnega facelifta.

Potrebno je poudariti, da starostna meja za kirurški lifting obraza strmo pada, zanj se odločajo vse mlajši posamezniki in posameznice, ki želijo prav tako delovati preventivno in ustaviti staranje, vendar na drugem nivoju kot dvajsetletniki. Gre za posameznike, ki so v preteklosti že uporabljali botoks in tkivne polnilce, potreba po rednih obiskih in skrb, da ne bodo videti naravno, pa jih je privedla do izbire bolj učinkovitih (kirurških) tehnik, ki dajejo dolgotrajnejše rezultate in hkrati nudijo korekcijo struktur, ki jih z injiciranjem ne moremo popraviti.

V zadnjih letih se je zaradi radikalnosti liftinga obraza, pa tudi nekaterih slabih estetskih učinkov (zategnjen obraz), uveljavil t. i. »liquid facelift«, tekoči facelift, pri katerem zgolj z uporabo dermalnih polnil in botulina dosežemo naraven in pomlajen videz brez uporabe skalpela.

Večinoma se tehnike prepletajo, najpogosteje pa sta uporaba botulina in dermalnih polnil namenjena dodatnim, vzdrževalnim posegom po kirurških posegih. **Tudi na novo postavljeno hišo je treba redno vzdrževati in negovati!**

Z botoksom v tem obdobju predvsem uspešno pomladimo vrat, kjer preprečimo zatezanje vratne kožne mišice platizme. Tako dobimo pomlajen vrat, ki pristaja svežemu, pomlajenemu obrazu. Z aplikacijo botulina v globlje plasti mišic dosežemo **manjše** premikanje obraznih struktur, npr. dvignemo lahko kotičke oces in ust ter tako na subtilen način dosežemo bolj vesel in pozitiven izraz obraza.

Z uporabo dermalnih polnil hialuronske kisline različnih gostot **z injiciranjem v različne plasti obraza** povrnemo volumen usahlim ličnicam, ustnicam, dvignemo in zabrišemo nazolabialne gube ter oblikujemo rob spodnje čeljusti.

Prav tako je treba nameniti skrb tudi kakovosti kože, ki je žal obratno sorazmerna s starostjo. Nega kože s kozmetičnimi preparati je že v mladosti nujna in gre z roko v roki s predstavljenimi pomladitvenimi tehnikami, vendar zgolj s kremami kakovosti kože ne moremo popraviti.

Tehnika se imenuje mezoterapija in je način pomlajevanja kože, kjer skozi tanko iglico v različne plasti kože dodamo preparate, ki jih koža potrebuje: vitamine, antioksidante, hormone, encime in koencime, hialuronsko kislino ... Koža naj bi po posegu delovala bolj napeta, sijoča in nežna.

nad 45 leti



- ✕ Pomlajevanje vratu
- ✕ Dopolnjevanje in vzdrževanju rezultatov, doseženih s kirurško pomladitvijo

Zgornja meja za uporabo botulina ne obstaja!

Če je tonus mišic, ki jih bomo tretirali z botulinom, primeren, kronološka leta za terapijo z botoksom niso omejitvev. Ohlapna in povešena koža obraza ne pomeni nujno tudi ohlapnosti in slabega tonusa obraznih mišic, vendar je potreben predhoden pregled pri estetskem kirurgu, ki bo stanje tkiv na obrazu ocenil in predlagal primeren poseg.

Za zabrisanje s starostjo povzročenih sprememb obraza po določeni starosti postajajo neinvazivni posegi vse manj učinkoviti. Kljub nekoliko nižji popularnosti klasičnega facelifta v preteklih letih, predvsem na račun napredka in razvoja neinvazivnih postopkov pomlajevanja ter zgodnjega preventivnega preprečevanja znakov staranja, se v določeni dobi kirurški intervenciji ne moremo izogniti. Takrat je pomembno poiskati strokovnjaka, ki ima znanje in izkušnje s kirurškimi in nekirurškimi metodami pomlajevanja, saj bo znal z uporabo obojega pri posamezniku doseči najboljši učinek.

V starosti nad 45 let je uporaba dermalnih polnil s hialuronsko kislino in botoksa namenjena predvsem dopolnjevanju in vzdrževanju rezultatov, doseženih s kirurško pomladitvijo. Zgolj z uporabo botulina je

mogoče pomladiti vrat, predvsem omejiti zatezanje trakov vratne mišice platizme, medtem ko odvečno kožo spodnjih delov obraza lahko odstranimo le s pomočjo kirurškega facelifta. Za doseganje celostnega mladostnega videza včasih hkrati napravimo tudi dvig obrvi, odstranimo odvečno kožo spodnje in zgornje veke ...

Poleg izgube volumna obraza zaradi izgube obrazne maščobe in povešanja kože ličnic in vek, ki jih z lahkoto popravimo s kirurškimi posegi, dodatna težava v starejših letih postane kakovost kože, ki je ne zmoremo popraviti niti s kirurškim posegom niti z uporabo botulina, tkivnih polnil ali z mezoterapijo.

V tem primeru lahko kakovost kože učinkovito izboljšamo s peelingi – peeling (angl. luščenje) je postopek, kjer z mehanskim brušenjem ali s kislinami različnih jakosti zgornji sloj kože odstranimo, da dobimo gladek, nežen in nov kožni pokrov. Hkrati takšen postopek v koži izzove kaskado mehanizmov celjenja, česar rezultat je dodatno zatezanje kože in izboljšanje njenega videza, teksture in kakovosti.

Tako ne polepšamo samo oblike darila, ki si ga poklonimo, temveč tudi njegov omot!

ZAKLJUČEK

Osnovni namen in učinek estetske kirurgije sta sreča in zadovoljstvo. Uporaba omenjenih preparatov je zgolj način, je pot doseganja tega zadovoljstva, vendar estetska kirurgija nikakor ne more biti edini in glavni način za doseganje sreče in občutka privlačnosti. Mnogi bodo celo rekli, da sreča prihaja iz nas samih, a ker smo ljudje socialna bitja, ki želimo ugajati, včasih pomaga, če v družbi, službi ali zjutraj v odsevu v ogledalu, ne glede na leta, doživimo pozitivno izkušnjo.