



WELLNESS ΑΔΥΝΑΤΙΣΜΑ

ΤΟ ΤΕΛΕΙΟ ΣΩΜΑ

ΣΤΗΝ ΕΝΟΤΗΤΑ FITNESS ΕΙΔΑΤΕ ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΒΕΛΤΙΩΣΕΤΕ ΤΑ ΔΥΣΚΟΛΟΤΕΡΑ ΣΗΜΕΙΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΑΣ ΜΕΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ. ΑΝ ΟΜΩΣ Ο ΧΡΟΝΟΣ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΟΣ ΓΙΑ ΝΑ ΓΥΜΝΑΖΕΣΤΕ ΑΡΚΕΤΑ ΩΣΤΕ ΝΑ ΠΕΤΥΧΕΤΕ ΤΑ ΕΠΙΟΥΜΗΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΉΝΑΝ ΆΠΛΑ ΝΟΜΙΖΕΤΕ ΌΤΙ ΔΕΝ ΠΡΟΛΑΒΑΙΝΕΤΕ, ΕΥΤΥΧΩΣ ΓΙΑ ΣΑΣ, ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΚΑΙ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΛΥΣΕΙΣ. ΜΕΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ, ΤΗΣ ΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΟΣΜΗΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ, ΚΑΙ ΠΙΟ ΠΡΟΗΓΜΕΝΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΕΠΕΜΒΑΣΙΣ ΥΠΟΣΧΟΝΤΑΙ ΤΟ ΤΕΛΕΙΟ ΣΩΜΑ!

Στο ρυθμό του Nip/Tuck...



Σμιλεμένο σώμα με Λιπογλυπτική

Η λιπογλυπτική εξαφαρίζει γιγαντιαίο σώμα στην κυριόλεξα. Το λίπος που συσσωρεύεται στα γόνατα, τα "ψωμάκια" τους γλουτούς, την μέση ή την κοιλιά καταπολεμάται με μόνιμα αποτελέσματα. Ο πλαστικός χειρουργός κος ζωντηρίζει την πατερίδα με σμιλεύσεις οι αντιστροφής της "λιποσπάθικες". Η εφαρμογή της λιπογλυπτικής διαρκεί δύο ώρες, με τοπική ανασθετική και στην ουδιά γίνεται μικροδονητή κή αναρρόφηση και αφαίρεση του τοπικού πάγους, από οποιοδήποτε οιμέλεια του σώματος. Η τεχνικής δικτυωτής αφαίρεσης με βελόνες πάχους 1,2 ή 1,5 mm χλιοστών με εξεργάζομενα μηχανήματα, καθιστούν την επέμβαση πολύ απλή. Το μηχάνημα που χρησιμοποιείται, είναι ένας συνδυασμός υπέργχων και μικροδονήσεων, που δινές ζελοβιδές σχήματα στον λιπώδη ποταμό σαν ποταρία αφαιρεθεί συμοιομορφά από την προβληματική περιοχή.

Αφού κάνετε την μικροεπέμβαση, μπορείτε να αποχωρίσετε χωρίς κανένα πρόβλημα και να συνεχίσετε κανονικά τις καθημερινές σας δραστηριότητες,



Επίπεδη κοιλιά με Κοιλιοπλαστική

Η κοιλιοπλαστική βοηθάει στο να απομακρύνουμε την περισσεια δέρματος και λίπους από την κοιλιά κή χώρα και να φρέσκιμε τους μυες της κοιλιάς. Είναι μια επέμβαση που ενδέκινται για γυναίκες μετά τη γέννα για όπως που έχουν χάσει πολλά κιλά, όπως μας λέει ο πλαστικός χειρουργός κος Παρασκευάς Κοντούς. Για ακόμα καλύτερα αισθητικό



αποτέλεσμα, μπορείνα συνδυασθεί με λιποαναρρόφηση. Αν το πρόβλημα περιορίζεται κάτω από τον ομφαλό, τότε ίσως να χρειάζεται μια πιο απλή επέμβαση γνωστή σαν mini κοιλιοπλαστική. Η ηλικίατου ασθενούς δεν παίζει σημαντικό ρόλο και ακόμα και άνθρωποι προχωρημένης ηλικίας μπορείνα υποβληθούν σε αυτήν την επέμβαση. Στην κλασική κοιλιοπλαστική γίνεται μία τομή πάνω από το εφηβαίο, στη λεγόμενη "γραμμή μπικίνι", η οποία κρύβεται από το εσώρουχο ή το μαγιό. Επίσης γίνεται μια μικρή τομή, η οποία συνήθως δεν είναι εμφανής, γύρω από τον ομφαλό. Ο πόνος δεν είναι ιδιαίτερα έντονος και αντιμετωπίζεται με αναλγητικά από το σόμα. Η επέμβαση γίνεται με γενική αναισθησία, κρατάει δύο με τρεις ώρες, ανάλογα με το πόσο μεγάλη είναι η περίσσεια δέρματος και λίπους και συνήθως ο ασθενής πρέπει να νοσηλευτεί για μια-δύο ημέρες στο νοσοκομείο, ενώ μπορεί να επιστρέψει στην εργασίατου σε 10 ημέρες περίπου. Το αποτέλεσμα είναι ουσιαστικά εμφανές από τις πρώτες ημέρες, αλλά για κάποιες εβδομάδες είναι απαραίτητη η χρήση ειδικής ελαστικής ζώνης γύρω από τη μέση. Η γυμναστική και η σωστή διατροφή είναι απαραίτητη ώστε να διατηρηθεί το καλό αποτέλεσμα.

Πλαστική στήθους, για ντεκολτε...μαγνήτη

Μία από τις δημοφιλέστερες επεμβάσεις, είναι η αυξητική στήθους. Ή ανόρθωση και η μειωτική στήθους είναι πολλές φορές σωτήριες για τις γυναίκες, όχι μόνο για λόγους αι-

σθητικής. Η προσθετική στήθους όπως μας λέει ο πλαστικός χειρουργός κος Σωτήρης Πήττας, μπορεί να γίνει σε όλες τις ηλικίες, με τέλεια αποτελέσματα, χωρίς καμία παρενέργεια και κανένα πρόβλημα στο θηλασμό. Τα ενθέματα, τοποθετούνται κάτω από τον αδένα ή τον μείζονα θωρακικό μύ, εξασφαλίζοντας την φυσικότητα στην αφή και την όψη ενώ έχουν πλέον απεριόριστο χρόνο ζωής. Σύμφωνα με τον κύριο Πήττα, πρόκειται μία απλή επέμβαση ρουτίνας και μπορείτε το ίδιο βράδυ να επιστρέψετε στο σπίτι σας.

Μεσοθεραπεία: ένα ισχυρό όπλο κατά της κυτταρίτιδας

Η μεσοθεραπεία, είναι μία μέθοδος που δίνει τέλος στον εφιάλτη όλων των γυναικών: την κυτταρίτιδα! Η όψη του φλοιού πορτοκαλιού, όπως μας λέει η ειδική δερματολόγος - αφροδισιολόγος, κα Ευαγγελία Παπακωνσταντίνου, μπορεί να καταπολεμηθεί. Η μεσοθεραπεία είναι μία θεραπεία που εφαρμόζεται πολλά χρόνια στο εξωτερικό και έχει έρθει πρόσφατα στην Ελλάδα. Γίνεται με την έγχυση (μέσω συριγγών με πολύ λεπτή βελόνα) ενός μείγματος από βιταμίνες, αμινοξέα, αντιοδηματικά και αντιοξειδωτικά συστατικά στα σημεία που υπάρχει κυτταρίτιδα. Βελτιώνεται έτσι η μικροκυκλοφορία, βοηθώντας στην καλύτερη οξυγόνωση των κυττάρων και την αποβολή των τοξινών. Η θεραπεία είναι ανώδυνη και κάθε εβδομαδιαία συνεδρία - από τις έξι που απαιτούνται για τέλεια αποτελέσματα- διαρκεί 15- 20 λεπτά.