

# TYGRYSIE PASKI



Określane są mianem defektu kosmetycznego. Brzmi to tak subtelnie, że można by zbagatelizować problem. Nic bardziej mylnego. Rozstępy spędzają często sen z powiek. Sensowna walka z nimi musi się odbywać na kilku frontach.

## NASZ WRÓG

Tzw. „tygrysie paski” uwielbiają wszelkie szaleństwa, które dzieją się w naszym organizmie. Zatem nagłe skoki wagi, bądź burze hormonalne stano-



Coraz więcej osób decyduje się na zamaskowanie rozstępów...tatuażem!  
Wybrany wzór jest nanoszony na zmienioną skórę, skutecznie zakrywając tygrysie paski. Jeszcze bardziej innowacyjną metodą jest wstrzykiwanie w pojedyncze rozstępy barwnika jak najbardziej zbliżonego kolorem do odcienia naszej skóry. Efekt? Widoczność blizn jest ograniczona do minimum!

wią idealne środowisko do ich rozwoju. Nic dziwnego, że najczęściej występują wśród nastolatków i kobiet w ciąży. U obu grup zachodzą największe zmiany w organizmie, zarówno wewnętrzne jak i te dostrzegalne gołym okiem. Przeciwno nam jest również sucha, nienawilżona skóra, dieta uboga w mikroelementy odpowiadające za stan naszego kolagenu, lenistwo przykuwające nas do fotela i pozbawiające zdrowego ruchu, a także niezwykła genetyka, która niejednokrotnie jest wrogiem nr 1. Szacuje się, że **ROZSTĘPY STANOWIĄ PROBLEM AŻ 70% KOBIECI, A WŚRÓD CIĘŻARNYCH ZALEDWIE 10% CIESZY SIĘ CAŁKOWICIE GŁADKĄ SKÓRĄ.** Warto jednak podkreślić, że tygrysie paski nie są tylko damską przypadłością. Wśród panów bowiem aż 40% uskarża się na ten problem.

Za ładny wygląd naszej skóry w dużej mierze odpowiadają włókna kolagenowe i elastyna. Te z kolei są produkowane przez komórki zwane fibroblastami. Problem zaczyna się w momencie, gdy pod wpływem różnych czynników dochodzi do ich upośledzenia. Potocznie możemy stwierdzić, że skóra nie nadąża z produkcją kolagenu, w efekcie czego

pęka. Zaś te pęknięcia to właśnie nic innego jak niechciane, a wręcz zniechęcające rozstępy.

## CISZA PRZED BURZĄ

Rozstępy to bardzo podstępny przeciwnik. Czasem w ogóle nie uprzedzają o tym, że właśnie od teraz postanawiają na stałe rozgościć się na newralgicznych częściach naszego ciała. Jedynym sygnałem może być świąd skóry, związany z jej napięciem, lub rzadziej delikatne pieczenie. **NAJBARDZIEJ NARAŻONE MIEJSCA TO BEZ WĄTPIENIA BRZUCH, POŚLADKI, UDA I PIERSI. CZYLI DOKŁADNIE TAM, GDZIE SKÓRA JEST BARDZO PODATNA NA WSZELKIEGO RODZAJU ROZCIĄGANIE ZWIĄZANE Z WAHANIAMAMI WAGI.** Należy podkreślić, iż włókna kolagenowe i elastyna są poddawane naciskom nie tylko ze strony tkanki tłuszczowej, ale także mięśniowej. Oznacza to, że osoby uprawiające sport również są narażone na powstanie rozstępów. Często są one skutkiem ubocznym ćwiczeń siłowych.

W rozwoju rozstępów można zauważyć dwie fazy. Pojawiają się bowiem najpierw w postaci pręg, które przybierają kolor od różowego, >>



aż po fioletowy. Etap ten może trwać parę miesięcy i w tym czasie skóra sama podejmuje walkę o odbudowę, stara się zregenerować. Jest to dobry moment na zastosowanie specjalnych maści, natłuszczających kremów, czy skorzystanie z zabiegów medycyny estetycznej. Drugi etap, tzw. zablizniania, daje tylko złudne nadzieje na pozbycie się rozstępów. Co prawda zwięzają się, bledną, stają się wręcz perłowe. Niestety jednak to właśnie w takiej formie najtrudniej z nimi walczyć. **IM SZYBCIEJ NATOMIAST ZACZNIEMY IM PRZECIWDZIAŁAĆ, TYM LEPSZYCH REZULTATÓW MOŻEMY SIĘ SPODZIEWAĆ. WSTRZYMAĆ SIĘ MUSZĄ JEDYNIEM KOBIECY W OKRESIE LAKTACJI, DOPIERO PO JEJ ZAKOŃCZENIU MOGĄ KORZYSTAĆ Z INWAZYJNYCH METOD WALKI Z ROZSTĘPAMI.**

## NASZ SPRZYMIERZENIE

W walce z rozstępami nie musimy być osamotnieni. Dołączmy do swojej drużyny wszelkiego rodzaju olejki, które dbają o natłuszczenie i sprężystość naszego ciała. Smarujmy skórę olejem kokosowym, który wykazuje właściwości antyoksydacyjne. Do kąpieli dodajmy kilka łyżek soli morskiej, która pomaga w usuwaniu toksyn z organizmu. Wykonajmy masaż specjalną gąbką, bądź rękawicą. Poprawi krążenie i ogólny wygląd skóry. Zróbmy domowy peeling z wykorzystaniem cukru i kawy. Złuszczy naskórek i przygotuje nasze ciało do dalszych zabiegów. Dzięki niemu skóra będzie lepiej wchłaniać składniki odżywcze, dlatego jest to bardzo dobry moment na sięgnięcie również po krem na rozstępy. Pa-

miętajmy także o ruchu. Przecież to dzięki odpowiedniemu dotlenieniu poprawiamy kondycję naszej skóry. Równie istotne jest działanie od wewnątrz. **JEŚLI CHCEMY POBUDZIĆ PRODUKCJĘ KOLAGENU, TO NASZA DIETA POWINNA BYĆ BOGATA W CYNK, KRZEM, WITAMINĘ E (ZIELONE WARZYWA, AWOKADO, PRODUKTY PEŁNOZIARNISTE) I WITAMINĘ C (PAPRYKA, PIETRUSZKA, MARCHEW, POMARAŃCZE), A, B5 i PP.** Unikajmy drakońskich diet, które przynioszą więcej szkody niż pożytku. Ich następstwem może być efekt jo-jo, który fatalnie wpływa na kondycję skóry. Nie można zapominać o wypijaniu odpowiedniej ilości wody. To ona dba o dobre nawilżenie skóry, gwarantując większą wytrzymałość na rozciąganie i pęknięcia.

## BRONI MASOWEGO RAZENIA

Gdy domowe sposoby nie przyniosą zadowolających efektów, wówczas jak zwykle z odsieczą przychodzą gabinety medycyny estetycznej. Zabiegi, jakie mają w swojej ofercie zwiększają produkcję kolagenu, nadają skórze sprężystości, przywracają gładkość, wreszcie maksymalnie spływają blizny. Ale pomimo tak zaawansowanej technologii nie niwelują ich w 100%. Wykazują jednak wysoką efektywność, a ta jest wprost proporcjonalna do ceny jaką należy za nie zapłacić. Należy się liczyć z tym, że najlepsze efekty daje kilka serii, za co łącznie zbiera się kwota rzędu nawet kilku tysięcy złotych. Chętnych jednak nie brakuje, co tylko potwierdza jak dużym problemem są rozstępy.

Z czego można skorzystać? Choćby z mezoterapii z wykorzystaniem kwasu hialuronowego i witaminy C, które są podawane w głąb skóry lub z bardziej inwazyjnych peelingów mechanicznych na bazie kwasu glikolowego lub TCA (kwas trichlorooctowy). Szczególnie zachwalana jest laseroterapia wykazująca się bardzo dużą skutecznością,

Hiszpańska artystka Cinta Tort Cartro maluje rozstępy na ciele, tworząc z nich różnobarwne ogniki. Efekt jest niezwykły! Ciało zamienia się w istne dzieło sztuki. To nietypowe podejście ma zwrócić uwagę na to, że blizny na ciele nie są problemem, ale brak akceptacji własnego ciała już tak.

nawet przy starych rozstępach. Nie tylko wpływa na produkcję kolagenu, ale także działa leczniczo na naczynia krwionośne, którym rozstępy zawdzięczają swój kolor.

Wymienione zabiegi mają podstawową, wspólną cechę - zmuszają skórę do całkowitej regeneracji.

## GRA WARTA ŚWIECZKI

Kluczem do sukcesu w walce z tygrysimi paskami będą trzy podstawowe punkty:

1. ZDROWY TRYB ŻYCIA
2. REGULARNOŚĆ I KONSEKWENCJA
3. DOBRE NAWYKI

A jeśli pomimo to, rozstępy dadzą o sobie znać, to trzymając się powyższych zaleceń możemy mieć pewność, że będziemy w stanie zaprowadzić nad nimi do tego stopnia, że staną się dla nas tylko mało znaczącym defektem kosmetycznym.

ANNA BEDNARCZYK

REKLAMA

## SACHOL® ŻEL STOMATOLOGICZNY PIERWSZY WYBÓR

NA DOLEGLIWOŚCI  
W JAMIE USTNEJ

- STANY ZAPALNE
- BÓL
- OBRZĘKI



## SACHOL® Aftigel NOWOŚĆ

BOLAĆCY PROBLEM?

WIELOKIERUNKOWA  
POMOC  
W LECZENIU AFT



Produkt leczniczy

Wyrob medyczny

SACHOL AFTIGEL: łagodzi bolesne objawy, sprzyja odnowie nabłonka. 1 tubka o pojemności 12 ml. Wskazania: Wyrob medyczny przydatny w leczeniu aft, aftowego zapalenia jamy ustnej i mikrozran w jamie ustnej wywołanych na przykład przez stałe lub ruchome protezy bądź aparaty ortodontyczne. Skład: Ksyloglikan (Tamarindus indica), heterozydy (Centella asiatica), polisacharydy (Aloe vera), wyciąg z Zanthoxylum bungeanum, witamina E, karboksymetylobetaoglikan, gliceryna roślinna, woda, maltodekstryna, polivinilopirrolidon, karboksymetyloceluloza, naturalny aromat miętowy, etoksylowany uwoodomiony olej rycynowy, kwas cytrynowy, sorbitol, benzoesan sodu, sól sodowa EDTA, sukraloza, aspartam, aceesulfam K. Ostrzeżenia: Nie stosować w przypadku uczulenia lub nadwrażliwości na którykolwiek ze składników produktu. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Podmiot odpowiedzialny: Labomar Srl Via N. Sauro 35 I Strana (TV), Dystrybutor: Valeant Sp. z o.o. sp. SACHOL ŻEL STOMATOLOGICZNY: Postać farmaceutyczna: żel do stosowania w jamie ustnej i na dąsłach. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Ostrzeżenia: Nie stosować w przypadku uczulenia lub nadwrażliwości na którykolwiek ze składników produktu. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Podmiot odpowiedzialny: Labomar Srl Via N. Sauro 35 I Strana (TV), Dystrybutor: Valeant Sp. z o.o. sp. SACHOL ŻEL STOMATOLOGICZNY: Postać farmaceutyczna: żel do stosowania w jamie ustnej i na dąsłach. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Ostrzeżenia: Nie stosować w przypadku uczulenia lub nadwrażliwości na którykolwiek ze składników produktu. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Podmiot odpowiedzialny: Labomar Srl Via N. Sauro 35 I Strana (TV), Dystrybutor: Valeant Sp. z o.o. sp. SACHOL ŻEL STOMATOLOGICZNY: Postać farmaceutyczna: żel do stosowania w jamie ustnej i na dąsłach. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Ostrzeżenia: Nie stosować w przypadku uczulenia lub nadwrażliwości na którykolwiek ze składników produktu. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Podmiot odpowiedzialny: Labomar Srl Via N. Sauro 35 I Strana (TV), Dystrybutor: Valeant Sp. z o.o. sp. SACHOL ŻEL STOMATOLOGICZNY: Postać farmaceutyczna: żel do stosowania w jamie ustnej i na dąsłach. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Ostrzeżenia: Nie stosować w przypadku uczulenia lub nadwrażliwości na którykolwiek ze składników produktu. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Podmiot odpowiedzialny: Labomar Srl Via N. Sauro 35 I Strana (TV), Dystrybutor: Valeant Sp. z o.o. sp.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.