



■ **Odpovídá:**
MUDr. Patrik Paulis,
 plastický chirurg – klinika IS CARE

Doporučíte mi **lifting**?

Je mi 38 let a mám pocit, že moje pleť ztrácí pevnost. Začala jsem uvažovat o liftingu. Slyšela jsem o tom, že existují nějaké nové metody, dokonce i bez narkózy. Poradíte mi?

Pavčina

☺ Je pravda, že plastická chirurgie si donedávna nedovedla poradit s klientkami po třicítce, které již měly pocit povolené kůže v obličeji, ale na „klasický facelift“ bylo u nich ještě brzy. Technika Silhouette Lift je novinkou nejen u nás, ale také ve světě. Indikuje se zejména ženám po třicítce, které ještě nepotřebují klasický facelift, ale kůže jejich obličeje (nebo i krku) se již povoluje. Silhouette Lift je oblíbený i u mužů, a to s ohledem na rychlou rekonvalescenci a jenom kratičkou jizvu nad uchem. Výkon je možné provést ambulantně při místním znecitlivění. Trvá přibližně pětadvacet minut. Z krátkého řezu

nad uchem se zavedou do tvářové části obličeje postupně čtyři jehly, na které je navázané speciální vlákno s kony z pomalu resorbovatelného materiálu. Jehly se po zavedení odstříhnou a vlákna se fixují o speciální síťku ve spodině řezu. Efekt natažení je patrný prakticky okamžitě, a navíc postupná resorbce konu vede ke stimulaci tvorby nové tkáně, jež v průběhu až šesti měsíců vylepšuje výsledek operace. Díky pokroku v medicíně tak dále rozšiřujeme indikace a provádíme nové, minimálně invazivní metody, které bezpečně a rychle vedou k dobrým výsledkům.

Dovolená s cukrovkou

Na co si dát pozor!

Trpíte cukrovkou a chystáte se na dovolenou? Blesk zdraví poradí, co dělat, aby vám zážitek nezkazily zdravotní problémy.

➔ V zavazadle diabetika by nemělo chybět: glukometr k měření krevního cukru, něco sladkého, injekce první pomoci – tzv. glukagon, dobře vybavená lékárnička, kartička zdravotní pojišťovny, průkaz diabetika, dostatek inzulínu a inzulínové pero. Hlavně nezapomeňte na zdravotní pojištění a dobře vybavenou lékárničku. Diabetikům se hůře hojí rány, a proto je třeba i sebemenší oděrku pečlivě ošetřit. Více o pravidlech cestování (s malými dětmi, v těhotenství) a dalších praktických tipech na dovolenou se dočtete v červencovém Blesku zdraví! ●



V ČERVENCOVÉM ČÍSLE **BLESKU ZDRAVÍ** SI JEŠTĚ MŮŽETE PŘEČÍST:

- ➕ **Téma měsíce: Léčivá síla ovoce: 10 NEJ druhů z našich zahrad (a 1 meloun)**
- ➕ **Atopický ekzém: Konec úmornému svědění**
- ➕ **Cvičení pro unavené nohy: Dopřejte jim pocit uvolnění**