



MUDr. Pavel Boček,
onkolog, pediatr, plastický chirurg,
FN Motol

Své dotazy z oblasti medicíny můžete posílat na adresu redakce Světa ženy.

Tuk se dá i zmrazit

Je mi 50 let, a přestože jím zdravě, střídám a pravidelně, narostla mi za tři roky „pneumatika“ kolem pasu a v oblasti žaludku. Posiluju a cvičím, ale břicho nemizí. Operace se však bojím...

Marie T., Kladno

Tukové vrstvy na břichu i v oblasti žaludku se s přibývajícím věkem odstraňují velmi svízelně. Dietní či stravovací režim často nepomáhá a rozsah cvičení je v tomto věku již omezený. Chirurgická liposukce je metodou invazivní a jako taková má svá rizika spojená s chirurgickým výkonem, respektive s anestezií. Novou metodou je liposukce zmražením. Jde o hluboké zmražení tukové tkáně, kdy postupem času a následkem zmražení dochází k rozpadu tukových buněk a ty jsou pak ochrannými buňkami těla odklizeny. Garantovaný úbytek tukové hmoty je min. 25%. Zárok pacienta nelimituje, ten den může jít do práce, nemusí omezit své aktivity a dodržovat dietní opatření. Tato liposukce je nejen bezbolestná a neúčinnější, ale také nejbezpečnější metoda. Vhodná je zvláště pro krajinu břicha, jeho přední část a boky.

Štíhlejší za jeden den!

Kvůli svému zdravotnímu stavu nemohu sportovat a trápí mě nadváha a nárůst tukových polštářků takřka na celém těle. Poradíte mi, co mám dělat?

Alena K., Ostrava

Kromě trvalé změny jídelníčku, s níž vám poradí obezitolog či výživový poradce, lze vaše problémy řešit také pomocí kavitace. Tato metoda odsátí tuku je zcela bezbolestná, bezpečná a rychlá alternativa k liposukčním procedurám. Na rozdíl od liposukce zmražením tukových buněk



Nejednu z nás trápí „michelinka“ na břichu.

je vhodná navíc i pro stehna, hýždě, záda, lýtka, kolena či předloktí. Tato místa mohou být vytvarována bez anestezie, bez jizev a bez období nutného na zotavení. Pokožka zůstává nedotčena, naopak bude zpevněná a krásně tonizovaná.

Druhou bradu odstraní laser
Ačkoli jsem docela štíhlá a mladá (32 let), trápí mě podbradek. Zkoušela jsem „babské rady“ i mimická cvičení, ale bez výsledku. Je jiná možnost, jak se podbradku zbavit?

Sabina D., Praha

Za vznik podbradku může ztráta elasticity kůže, jež přichází s věkem. Tradiční chirurgické zpevňování je nákladné, bolestivé, vyžaduje dlouhou dobu na zotavení a mnohdy vypadá nepřirozeně. Podbradek však lze ošetřit novou metodou new age facelift provedenou frakčním laserem. Je velmi dobře prověřená v USA, jako první ji u nás provádí salon YES visage. Druhou možností je injekční lipolýza, pomocí níž se „rozpuští“ tuk podbradku. Dle velikosti partie je možné zákrok opakovat. Doporučuji nezávaznou konzultaci s dermatologem.

NOVINKY A TIPY

Pro lepší prokrvení

Výtažky z ginkgo biloby a pálivých chilli papriček – to je spolehlivý recept na zahřátí studených končetin. Dokáže to „žhavá“ novinka, doplněk stravy GinkoPrim Hot. V něm obsažené tři účinné látky ginkgo biloba, hořčik a kapsaicin z chilli papriček podporují krevní oběh a prospívají nervové soustavě. V lékárně 30 tablet za 183Kč.

Nejen na hubnutí

Sedavý způsob života, nedostatek pohybu a nevhodná strava vedou nejen k obezitě, ale způsobují i problémy s trávením. Pomoci mohou ochucené tablety Digella (150 tablet za 229 Kč). Ty jsou bohaté na přírodní vlákninu, vitaminy a prebiotika a obsahují i sladkovodní řasy Chlorella a Spirulinu. Díky tomu navodí pocit sytosti a uspokojí chuť na sladké. K dostání jsou v příchutích ananas či rum-kokos.

Tak trochu jiná masáž

Na bolesti zad, po sportovních výkonech, při revmatických onemocněních... Tam všude pomáhá osvěžující Refit Ice gel (99 Kč), který vytvoří podobný účinek jako masáž. Svaly regeneruje a prokrví a tím výrazně zmírní bolestivost. Účinek je okamžitý a dlouhodobý, gel se snadno vstřebává a nezanechává mastný film.

Aby klouby nebolely

Až 30 % našeho těla tvoří kolagen, který je základním stavebním prvkem pohybového aparátu. Nedostatek kolagenu pocítíte zejména v kloubech. Proto dodejte včas svému tělu výživu, jakou potřebuje nápojem Geladrink. Ten obsahuje vysoce účinnou kombinaci chondroprotektivních látek, dále vitamin C, hořčik, mangan a med'. Více na www.orling.cz.

