

Owal twarzy

Z biegiem lat zmienia się nie tylko kondycja skóry, ale również kształt twarzy. Jej kontur staje się nieco mniej wyraźny, a linia żuchwy traci swój charakterystyczny zarys. To całkowicie naturalne zjawisko, które jednak dla wielu osób jest trudne do zaakceptowania, ponieważ opadający kontur twarzy optycznie dodaje lat. **Jak poprawić owal twarzy** i czy jest to możliwe bez poddawania się inwazyjnym technikom? Odpowiedzi oraz skuteczne metody oferuje nieinwazyjna medycyna estetyczna.

Dlaczego kontur twarzy zmienia się wraz z wiekiem?

Upływ czasu nie jest obojętny dla kondycji skóry. Objawy starzenia się mogą być różne (od zmarszczek i bruzd aż po zmianę owalu twarzy), a ich bezpośrednie przyczyny to: zanik podskórnej tkanki tłuszczowej, utrata kolagenu i elastyny wraz z obniżeniem produkcji nowych włókien, które zapewniają skórze optymalny poziom napięcia. Do tego należy dodać nieustanny wpływ grawitacji na skórę twarzy. Poduszeczki tłuszczowe stopniowo opadają, to samo dotyczy coraz bardziej wiotkiej skóry aż w końcu owal twarzy ulega zatarciu. Dodatkowo pojawić mogą się tak zwane „chomiki”, czyli opadające policzki. Nawet najbardziej staranna pielęgnacja, unikanie promieniowania UV, zdrowa dieta czy też gimnastyka mięśni twarzy nie uchroni skóry przed starzeniem się – może jednak spowolnić ten proces. A jak skutecznie podnieść owal twarzy? W tym wypadku pomóc mogą odpowiednio dobrane zabiegi z zakresu medycyny estetycznej.

Zabiegi na owal twarzy – Gdańsk i Trójmiasto

W klinice Gunarys można poddać się licznym zabiegom typu anti-aging, które opóźniają procesy starzenia się skóry, ale też pomagają zniwelować widoczne już zmarszczki, utratę jędrności i gęstości skóry. Poprawa owalu twarzy jest możliwa nie tylko przy użyciu inwazyjnych metod chirurgicznych, ale również poprzez delikatniejsze metody – oto one:

- **Mezoterapia kwasem hialuronowym** – głównym celem zabiegu jest, co prawda, długofalowa poprawa nawilżenia skóry, ale głębsza iniekcja kwasu hialuronowego poprawia także strukturę skóry, ponieważ inicjuje procesy regeneracyjne. Zabieg wpływa korzystnie również na poprawę elastyczności tkanek, dlatego można polecić go każdemu, kto stawia na nieinwazyjną profilaktykę anti-aging.
- **Osocze bogatopłytkowe** – często określane mianem wampirzego liftingu ze względu na swój skład (jest to koncentrat płytek krwi własnej pacjenta lub pacjentki zawieszonych w niewielkiej ilości osocza). Substancja podawana jest metodą iniekcji, a ponieważ posiada silne właściwości

regeneracyjne, wzmacnia produkcję kolagenu oraz namnażanie komórek wzrostu naczyń krwionośnych. Tym samym zabieg z osoczem bogatopłytkowym poprawia strukturę i napięcie skóry, przeciwdziałając opadaniu tkanek.

- **Nici liftingujące PDO** – osoby, które zastanawiają się nad tym, jak poprawić kontur twarzy, gdy doszło już do jego zatarcia, powinny zainteresować się w szczególności zabiegiem z nićmi liftingującymi PDO. To popularna alternatywa dla o wiele bardziej inwazyjnych metod, która pozwala na uzyskanie efektu uniesienia tkanek bez konieczności poddawania się typowym operacjom plastycznym. Zabieg ten polega na wprowadzeniu pod skórę specjalnych nici o haczykowatej budowie, które unoszą i pozycjonują na nowo tkanki. Nici PDO ulegają wchłonięciu, a proces ten stymuluje produkcję nowych włókien kolagenowych, fibroblastów oraz nowych naczyń krwionośnych. Efekt jest więc nie tylko natychmiastowy, ale i długofalowy.
- **Laser frakcyjny CO2** – zabieg laserem frakcyjnym polega na wytworzeniu wielu termicznych uszkodzeń w tkankach – to w pełni zamierzone działanie, które pobudza naturalne procesy regeneracyjne tkanek i stymuluje produkcję nowych włókien kolagenowych. Efektem długofalowym jest poprawa napięcia i gęstości skóry.
- **Radiofrekwencja mikroigłowa** – to zabieg łączący w sobie dwa rodzaje oddziaływania na skórę: nakłuwanie oraz podgrzewanie tkanek. W efekcie dochodzi do licznych zamierzonych i kontrolowanych mikrouszkodzeń, które pobudzają naturalne procesy regeneracyjne zachodzące w skórze. Rezultatem jest poprawa owalu twarzy, napięcia i gęstości skóry. Radiofrekwencja mikroigłowa nie bez powodu bywa czasami określana mianem liftingu termicznego skóry.

Jak dbać o owal twarzy na co dzień?

Zabiegi dają świetne efekty, ale codzienna pielęgnacja i profilaktyka również mają ogromne znaczenie i pomagają opóźnić dalsze procesy starzenia się skóry oraz podtrzymać efekty zabiegów. Oto, co możesz zrobić, by jak najdłużej zachować wyraźny kontur twarzy:

- **Stosuj odpowiednio dobrane kosmetyki ze składnikami o udowodnionym działaniu anti-aging** – między innymi z retinolem, witaminą C, kwasami i peptydami. Najlepiej dobierz je podczas konsultacji dermatologicznej, ponieważ niektórych substancji nie powinno się stosować, gdy zamierzasz poddawać się zabiegom medycyny estetycznej.
- **Stosuj środki ochronne przeciwko promieniowaniu UV**, ponieważ to właśnie ono jest jednym z głównych czynników przyspieszających starzenie się skóry – używaj kremu z filtrem UV każdego dnia (nie tylko latem).
- **Dbaj o dietę i prawidłowe nawodnienie** – skóra potrzebuje składników budulcowych i antyoksydantów podawanych nie tylko w formie kremów czy serum, ale też od wewnątrz.

- **Wypróbuj ćwiczenia mięśni twarzy oraz masaże** – joga twarzy, szczotkowanie oraz różnego typu masaże połączone z aplikacją kosmetyków poprawiają napięcie tkanek.
- **Zrezygnuj z używek** – to czynniki, które bardzo negatywnie wpływają na kondycję skóry i całego organizmu.

Pamiętaj o tym, że liczy się systematyczność – kondycja skóry twarzy nie zmienia się z dnia na dzień, a efekty pielęgnacyjne i zabiegowe wymagają czasu. Regularność w stosowaniu kosmetyków, dbałość o nawodnienie organizmu i ochrona przeciwsłoneczna każdego dnia to podstawa. Warto też traktować zabiegi estetyczne jako element planu długofalowej troski o skórę, a nie jednorazowe rozwiązanie. Aby dopasować indywidualny plan działania do potrzeb swojej skóry, odwiedź klinikę Gunarys.