

ČERVENEC/SRPEN 2010 39 Kč

RECEPTY NA ZDRAVÉ GRILOVÁNÍ!
+ SUPER

Dieta

PO PŘEČTENÍ O DVĚ KILA LEHČÍ

Letní dieta

- ✓ Zdravé dobroty ze švédských stolů
- ✓ Pohyb, o kterém na pláži ani nebudete vědět
- ✓ Co si s sebou sbalit a jak zamaskovat faldíky

7 STATEČNÝCH
ZA TŘI MĚSÍČE
SE JIM PODAŘILO
ZHUBNOUT
55 KILO TUKU.

CEREÁLIE

Zdravý pamlssek, který pomáhá v hubnutí!

Keira Knightley:

„Jakmile začnu přemýšlet nad nějakou dietou, okamžitě dostanu chuť na zmrzlinu!“

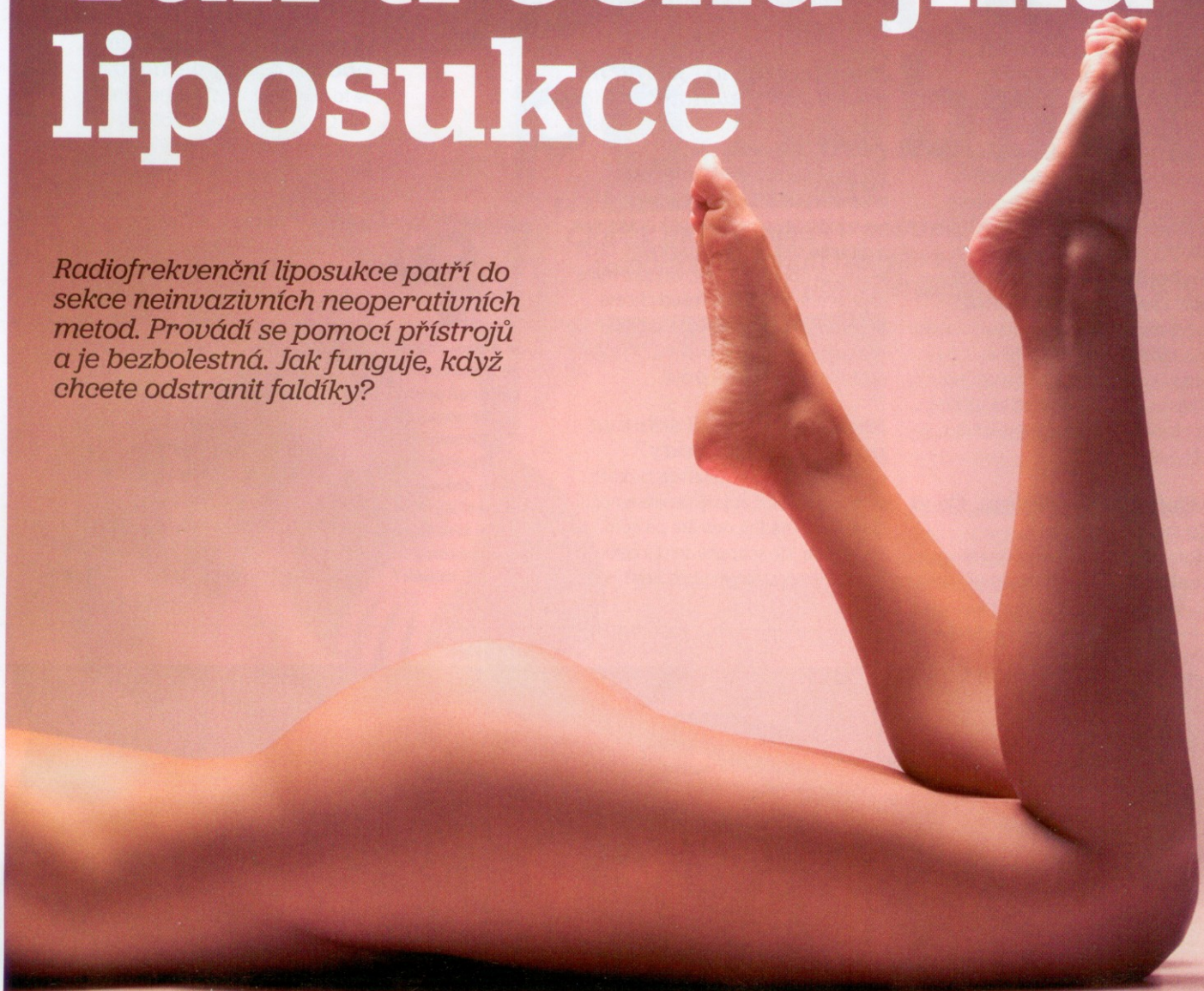
7
**DŮVODŮ,
PROČ ŽENY
HUBNOU**



9 771214 878006 07

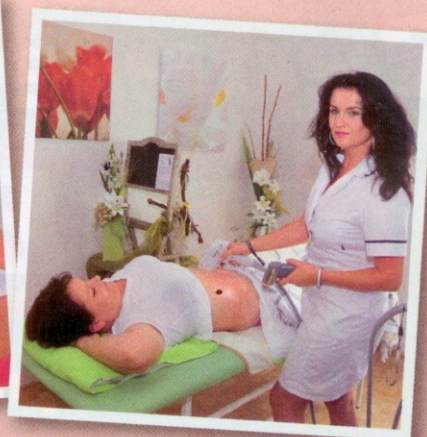
Tak trochu jiná liposukce

Radiofrekvenční liposukce patří do sekce neinvazivních neoperativních metod. Provádí se pomocí přístrojů a je bezbolestná. Jak funguje, když chcete odstranit faldíky?



ZE ZÁKULISÍ:

Přístrojem Accent si můžete nechat rozpustit tukovou tkáň, odstranit celulitidu a dokonce vyhladit vrásky. Při ošetření můžete příjemně relaxovat, protože zákrok nebolí. A výsledky uvidíte hned napoprvé.





PTALI JSME SE

Petry Řehořkové
majitelky Petra Clinic
www.bezbolestna-liposukce.cz

Seriál o liposukcích se nám přesunul z operačních sálů do prostředí kosmetických salonů a estetických klinik. Ve třetím díle se budeme zabývat radiofrekvenční liposukcí. „V pravém slova smyslu jde vlastně o lipolýzu, tedy odbourávání tuku uloženého v tukových buňkách. Jenže mnoho lidí netuší, co toází slovo znamená. Proto i my uvádíme v naší nabídce bezbolestnou liposukci, s tím, že klientům samozřejmě vysvětlíme, o co vlastně jde,“ uvádí toto sporné pojmenování majitelka Petra Clinic Petra Řehořková, která byla mezi prvními, kdo v Čechách s radiofrekvenční liposukcí začínali a provádějí ji na špičkové úrovni.

Existují dvě

Pod názvem radiofrekvenční liposukce se můžete setkat se dvěma odlišnými technikami. Jedna kombinuje klasickou tumescenční liposukci s radiofrekvenční lipolýzou. Tzn., že zpočátku lékař postupuje jako u tumescenční liposukce – požadovaná partie těla je napuštěna tumescenčním roztokem s analgetikem a tenkou kanylou vám lékař odsaje tuk. Následuje působení radiofrekvenční energie, díky které dochází k destrukci zbylých tukových buněk, ke kterým se kanylou nedostala, a pak k následnému vypnutí kůže.

My se ale budeme bavit výhradně o neoperativním zákroku. Při něm se působením radiofrekvenční hlavice rozbíjejí tukové buňky a poté se vypne kůže. To je ale velmi jednoduše řečeno. Jak ale tento zákrok vypadá doopravdy a co vás čeká?

Základem je konzultace

„I když jde v podstatě o banální zákrok, který vůbec nebolí, a klientky se nemají čeho bát, podstupují

důkladnou konzultaci. Ptáme se jich na jejich zdravotní stav, změříme si je a zvážíme, vyšetříme na Bodystatu, který nám ukáže, kolik mají tuku v těle. Když se trochu sžijeme a klientky jsou uvolněnější, musíme si také prohlédnout partie, které by chtěly zpevnit a zmenšit,“ prozrazuje nám Petra Řehořková.

Jak to probíhá

„Ošetření se liší klient od klienta. Zkušený pracovník dokáže odhadnout, kolikrát a jak dlouho je potřeba ošetření aplikovat,“ říká majitelka kliniky. „Klient si v klidu lehne na lehátko, na problematickou partii nanese gel a hlavici po tomto místě jezdíme. Díky tomu se tato oblast zahřívá (to kontrolujeme teploměrem), tukové buňky se rozpadají, smršťují a odplavují se pryč z těla lymfatickým systémem.“ Nejprve aplikujeme unipolární hlavici, kdy dochází k destrukci tukových buněk, poté ještě další hlavici, kterou se aktivuje kolagen v těle, což umožňuje vypnutí pokožky. Pokud byste si nechali např. ošetřit břicho, doba ošetření se bude pohybovat asi od 30 do 60 minut.

Pocity jako na masáži

Nemusíte čekat žádnou bolest. „Klientky nám tady během ošetření někdy i usínají. Nebo probereme život. Je to vlastně takový relax. Příkladně bych to k masáži. Rozdíl je v tom, že nemasírujeme rukama, ale přístrojem,“ uvádí naše představa na pravou míru Petra Řehořková. Po ošetření si klientka setře z těla gel a může kamkoli – domů, do práce, cvičit. „Vzhledem k tomu, že jde o neinvazivní ošetření, nemusí klientky nosit speciální kompresivní prádlo a mohou dělat všechno. Často chodí o polední pauze. Déle než dvě hodiny (stehna a zadeček) totiž ošetření netrvá,“ říká majitelka kliniky. Pokud

Kde všude ji dělají:

studio Petra Clinic, www.petraclinic.cz

studio Perfect you, www.perfectyou.cz

studio Hana Beauty, www.hanastudio.cz

studio Dansy Claire,

www.dansyclaire-studio.cz

však chcete podpořit účinek, měli byste hodně pít a pravidelně jíst, a určitě si také dopřát tělesnou aktivitu – jakýkoli pohyb, který bude trvat alespoň 30 minut.

I muži jsou vítáni

Toto ošetření se provádí mužům i ženám od 18 let. „Nejstarší klientka, která radiofrekvenční liposukci u nás podstoupila, měla 76 let. Muži v současné chvíli představují asi třetinu všech našich klientů a jejich počet se neustále zvyšuje. Na ošetření k nám dochází kromě známých osobností ze showbyznysu také několik prvoligových fotbalistů a hokejistů. Jejich těla jsou vysportovaná, ale mají problém v jedné konkrétní partii. A v té chtějí tukovou tkáň redukovat,“ říká Petra Řehořková. A kdo si tento zákrok musí nechat ujit? „Mezi kontraindikace patří těhotenství, kardiostimulátor, onkologické či infekční onemocnění,“ vyjmenovává omezení, při kterých se radiofrekvenční liposukce nemůže dělat.

Kdy budete štíhlí?

„Dnes už odhadnu, kolik ošetření je na kterou partii potřeba. Většinou se to pohybuje od tří do pěti. Na břicho je potřeba zaměřit se o trochu více, proto se dostaneme i k číslu 10,“ vysvětluje majitelka kliniky. Během celé této sady se nejen můžete zbavit nechtěných tukových faldů, celulitidy, ale také krásně zpevníte tělo. Zákrok je dobré opakovat ob týden či 14 dní. „Pokud vám do celé série ošetření vstoupí nemoc, dovolená či nějaké pracovní omezení, nevádí to,“ dodává Petra Řehořková.

Víte v peněžence

Kolik je potřeba si na takové ošetření našetřit? „V nabídce máme jak jednorázová ošetření, tak speciální balíčky po 3, 5 nebo 10 ošetřeních, které pak vycházejí pro klienty velmi příznivě. Například jedno ošetření břicha vás pak vyjde na 2000 Kč. V této ceně je kromě liposukce zahrnuta také kompletní konzultace, vyšetření Bodystatem a program v unikátních strojích Vacu fit Thermal a Vacu body Space,“ říká na závěr majitelka Petra Clinic Petra Řehořková. ■

Estetické a prosthlovací centrum

LETNÍ PRÁZDNINOVÁ AKCE:

Ošetření břicha nebo bůčků jen za 2300 Kč!

**Jediný specialista
na bezbolestnou liposukci v ČR**



Petra Řehorňková
majitelka společnosti

Harmonie těla, soulad v mysli. Buďte krásná bez bolesti...

WWW.PETRACLINIC.CZ

Estetické a prosthlovací centrum Petra Clinic, Vodičkova 39, Praha 1, +420 603 55 11 66

DNY, KTERÉ STOJÍ ZA ZMÍNKU:

10.-16. 7. 2010 Týden otevřených dveří v Petra Clinic

V těchto dnech se v Petra Clinic opět uskuteční tradiční týden otevřených dveří. V jeho rámci má centrum pro všechny klienty na vyzkoušení připraveny dva balíčky bezbolestné liposukce za bezkonkurenční ceny. Více informací najdete na www.petraclinic.cz



18. 9. 2010 Zacvičíme proti rakovině - den zdraví a pohybu

Tento den si v Olomouci spolu s nadací Rakovina věc veřejná, Olgou Šípkovou a Václavem Krejčíkem můžete zacvičit a podpořit výzkum a vývoj v oblasti boje proti rakovině. Akce se koná ve Sportovní hale Střední polytechnické školy. Fyzická aktivita má na člověka a jeho zdraví blahodárny vliv - poukažte i vy na prospěšnost pohybové aktivity. Registrace účastníků začíná již v 9.00 hodin. Vstupné je 350 Kč a lístky jsou k dispozici v síti Ticketpro.