

Ukážte KRÁSNY DEKOLT!

Text Gabriela Šírová Foto DSR

Viete, ako sa oň správne starať? Táto zóna si zaslúži našu plnú pozornosť.

Názov décolleté vznikol vo francúzskych módných salónoch a označuje najkrajšiu ozdobu ženy – hlboký výstrih na šatách. Tak ako ňa tvári, aj pod ňou by mala žiariť zdravá, hladká a pekne tónovaná pokožka. Prinášame podrobnú rutinu starostlivosti o pokožku krku a výstrihu.

1. Univerzálna starostlivosť

Prípravky, ktoré bežne používate na tvár, môžete používať aj na pokožku krku a hrudníka. Je na ňom rovnako tenká pleť citlivá na predčasné starnutie, vznik pigmentových škvŕn či dehydratácie. Ak chcete dopriať svojmu výstrihu viac, používajte prípravky navrhnuté špeciálne na krk a dekolt.

2. Pokožka si pamätá

Ošetrovanie krku a dekoltu je síce príjemné, no mnohé ženy naň zabúdajú. Zvyčajne sa zameriavajú na tvár a pritom je aj pre dekolt prevencia veľmi dôležitá. To znamená najmä opatrnosť pri opaľovaní. MUDr. Barbora Brezová, PhD., MPH, MHA, plastická chirurgička a špecialistka estetickej medicíny, pripomína: „Vždy používajte krémy s vysokým SPF, chráňte pokožku a neodporúčam ani opaľovanie hore bez! Následkom neprimeraného slnenia, prípadne nadmerného využívania solárií vznikajú práve na dekolte nepekne vertikálne vrásky. Pôsobí tak staro a nepríťažlivo, najmä ak má žena väčšie prsia.“

3. Špeciálne ošetrenia

Vrámci dekoltu a krku MUDr. Barbora Brezová najčastejšie vykonáva overené a efektívne ošetrenia. Stimuláciu kolagenézy pomocou špeciálneho produktu Radiesse aplikovaného pomocou tenkej kanyly, aplikáciu kyseliny hyalurónovej a mezoterapie, aplikáciu plazmy s cieľom zjednotenia farby pleti a osvieženia, laserové ošetrenia v prípade hyperpigmentácií. Taktiež



MUDr. Barbora Brezová, PhD., MPH, MHA, špecialistka na plastickú chirurgiu a estetickú medicínu, www.barborabrezova.sk

bezpečne odstraňuje rôzne drobné fibrómy z tejto oblasti. Rovnako ako na dekolte, môžu sa vykonávať aj na krku, aby celá zóna pôsobila sviežo a mladistvo. V prípade výrazne povolenej kože na krku lekárka pristupuje k chirurgickým možnostiam.

4 kroky k peknému dekolto:

- Po vyčistení pokožky (najmä ak pracujete v smogom znečistenom prostredí) by mal nasledovať piling. Čo najjemnejšie zrníčka ako na tvár, aby odstránili odumreté čiastočky kože a nepodráždili alebo nevysušili pleť. Krúživými pohybmi naneste na povrch a jemne masírujte. Podporíte tak mikrocirkuláciu.

- Od 20. roku života pokožka začína postupne strácať kolagén a zvlhčujúce zložky. Aby ste predišli jej stenčova-

vaniu, každý deň ju ošetríte hydratačným krémom. Navráti jej lipidy, ktoré zabráni strate vlhkosti.

- Urobte ochranné opatrenia skôr, než vyrazíte z domu. Na celú pokožku dekoltu naneste širokospektrálny UV filter v podobe krému alebo mlieka. V letnom období minimálne SPF 30, aby ste ochránili všetky odhalené časti.

- Skrášlite dekolt tónovacím prípravkom s bronzovými odleskami. Môže to byť fluid, ktorý dodá zlatisto-olivovú farbu, alebo puder s perleťou. Ušetríte čas, ak pár kvapiek rozjasňovača na tvár zmiešate s hydratačným krémom a takto naniesiete na dekolt.

5. Najlepšie zloženie proti vráskam

Existuje celý rad kozmetických prípravkov na ošetrovanie. MUDr. Barbora Brezová odporúča najmä používanie retinoidov v domácej starostlivosti. Retinol alebo vitamín A pôsobia komplexne. Proti vráskam, ako regenerácia, na podporu kolagénu a zníženie pigmentácií. Nezabúdajme, že ani najlepšie upravená tvár nebude vyzeráť dobre nad nepekným krkom a dekolto. 

