

Na dekoltu záleží

Péče o tváře, ale i jiné části těla je dnes samozřejmostí. Když však chceme omládnout, je namístě ohlédnout se i po jiných metodách.

Podle vědců, kteří se zabývají stavem a myšlením lidské společnosti, je naše snaha vypadat mladě projevem tzv. ageismu. Výraz pochází z anglického slova age (věk) a označuje fakt, že starší lidé jsou různými způsoby diskriminováni. I proto »dříve narození« usilují o to, aby na nich věk nebyl vidět. V případech nás žen ale snaha vypadat mladě není nic nového. Už staré Římanky, ba ženy dávno před nimi, vymýšlely způsoby, jak zpomalit stárnutí. Pletové masky z ovoce, zeleniny, tvarohu či vajec vylepšovaly našim »předkyním« pleť odedávna.

Dnešek si žádá mladý vzhled

Možná šlo i tehdy o ageismus. Ženy se musely snažit, aby upoutaly pozornost mužů a pokud možno ji neztratily. Muži byli »živitelé«, neprovdané ženy měly obvykle velké problémy. A pozornost mužů získávaly jen ty mladé a pohledné.

Ale dost historie. Ať už si o důvodech, proč dnes chceme vypadat mladě, myslíme cokoli, většina z nás tento požadavek doby bere za svůj. Nemusíme se ale spokojit jen s protivráskovými krémy, existují i jiné způsoby, jak zadržet stárnutí. Pozornost dnes budí procedury, při

kterých se využívá naší vlastní krevní plazmy (Plazma Lifting). »Krevní destičky v plazmě mají velké množství látek, které jinde neumíme získat,« vysvětluje MUDr. Yvonne Berge-



MUDr. Yvonne Bergerová využívá k **Plazma Liftingu** přístroj Vital Injector, který kapky plazmy vpravuje do kůže vždy pěti velejemnými jehličkami

rová z pražské BcD Clinic. »Jde hlavně o tzv. růstové faktory, které dokáží aktivovat buňky a prodloužit jim život. Když je vpravíme do pokožky, povzbudí tvorbu kolagenu, ale i aktivitu buněk vrchní vrstvy kůže. Pokožka pak nejenže vypadá lépe, ale také snáze odolává škodlivým vlivům z ovzduší nebo slunečnímu záření.« Nejde ale jen o obličej. Prozradit skutečný věk může krk a dekolte, případně hřbety rukou. »Zkušením« muži se vždy nejdříve podívají na místo,

kde krk hraničí s dekoltem, a mívají nebezpečně správný odhad. Na BcD Clinic se využívá švýcarská technologie, kdy se míchá krevní plazma s kyselinou hyaluronovou. To zvyšuje omlazující efekt. Do kůže se vpraví pomocí Vital Injectoru, který umožňuje přesné dávkování do dvou vrstev pokožky. Nic nebojí, na jasný efekt je ale třeba si pár týdnů počkat. Bližší informace i cenu zákroku najdete na www.bcdclinic.cz (tel. 606 048 188, 244 471 386).

Důležitá je přesná dávka plazmy

PUNČOCHÁČE ZAHŘEJÍ

* Podceňovat chladná rána se nevyplácí. Kdo nerad nosí kalhoty, musí sáhnout po punčochách nebo punčocháčích. Ty **hřejivé** ale bývají tak silné, že se v nich mnoho žen necítí dobře. Zvlášť ke společenskému oděvu prostě tak nějak nepasují. Svár vzhledu a účelnosti je ale možné vyřešit, ty správné punčochy ovšem musíme trochu hledat. Třeba pučocháče ELEN mají stupeň jemnosti 55 DEN, vypadají výborně, a přitom hřejí (vyrobí je EVONA, největší český výrobce punčochového zboží – www.evona.cz). Mimochodem, v zimě se od této firmy hodí i termoprádlo). Můžeme tedy vypadat dobře, aniž bychom toto chladné období podcenili.



PŘEDVÁNOČNÍ SOUTĚŽ PRO VÁS!

Hubněte bez cukru, chutně a zdravě!

Snažíte se zhubnout, ale nechcete se vzdát cukru? Vyzkoušejte stevíi v kombinaci se sukralózou. Obě tyto přírodní složky se spojují v moderním SlaDIA SWISS sladidlo z vaší lékárny.

Je vhodné nejen pro diabetiky, ale také pro redukční diety a všechny, kteří chtějí sladit zdravěji!

Pokud chcete své hubnutí podpořit ještě více, vsaďte na účinný doplněk stravy Slim 3 recipe. Díky uni-

kátnímu složení s obsahem extraktu zeleného čaje a kofeinu podporuje metabolismus, stimuluje spalování tělesných tuků, zvyšuje tělesnou kondici a pomáhá mimo jiné i udržet normální tělesnou hmotnost.

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

SlaDIA SWISS sladidlo má formu:

- tablet
- prášku
- sirupu

Pokud správně odpovíte, postoupíte do losování, kde 10 šťastných výherců dostane doplněk stravy Slim 3 recipe a sladidlo SlaDIA Swiss. ■



Řešení na korespondenčním lístku zašlete do 3. 12. 2014 na adresu BAUER MEDIA P. O. Box 8, pošta 515, 155 80 Praha 5. Uvedte své telefonní spojení, jinak nebudete slosováni. Můžete také poslat SMS ve tvaru RY 48 B na číslo 906 15 09, jednotné pro všechny operátory. Cena SMS je 9 Kč včetně DPH. Jméno výherců zveřejníme v č. 51.

Aby v krku nebolelo

Chladná rána a střídání teplot vedou k nepříjemnému škrábání v krku. Bolest v krku může být způsobena zánětem nebo podrážděním hltanu.

Pokud se jedná o krátkodobé nachlazení, většinou jej způsobují viry. V takovém případě stačí nasadit včas léčbu vhodnými pastilkami, při větší bolesti lékaři doporučují používat ještě antiseptické spreje. Jedná-li se o těžší formu bakteriálního původu, např. angínu (zánět mandlí), je nezbytná návštěva lékaře a nasazení vhodných antibiotik.

Nemocné hlasivky

Bolest v krku může být samozřejmě způsobena i námahou. Lidé, kteří výrazněji zatěžují své hlasivky, se často potýkají s nepříjemným chrapotem a suchým pocitem v krku. Jedná se například o zpěváky, učitele, moderátory či mluvčí, kteří častěji hovoří k většímu množství lidí, a svůj hlas tak musí více namáhat, ale i děti, které často křičí. Chrapot by však neměl trvat déle než tři týdny, jinak se může jednat o daleko závažnější problém (např. rakovinu hrtanu).

Hlasivkám mohou pomoci opět vhodné pastilky, ale jediným zaručeným prostředkem, který hlasivky vyléčí, je inhalace. Je to jediná možnost, jak dostat léčivé látky přímo k hlasivkám. Důležitá je i hydratace organismu; dobré je pít minerálky, které blahodárně působí na

nemocné dýchací cesty.

Rady našich babiček na bolesti v krku

Nachlazení:

► Priessnitzův zábal: studený zapařovací obklad, který má sloužit k lokálnímu prokrvení.

► Vincentka: minerální vodu pokojové teploty popijíme (možno i inhalovat či kloktat) samotnou 2x denně před jídlem.

► Česnek: pojídáme jej ideálně syrový – má totiž silně antibakteriální účinek.

► Cibulový čaj: popijíme odvar z cibule.

► Zázvor: výborný je z něj odvar nebo přelítý menším množstvím horké vody s přidáním medu a citronu.

► Lipový čaj společně s bezinkovým květem.

Hlasivky:

► Hlasový klid

► Horké mléko s medem a rozšlehaným vejcem

► Jitrocelový čaj

► Černý rybíz – přírodní šťáva

► Inhalace (podle pátera F. Ferdy): 3 stroužky česneku, 1 lžice kmínu a hrst bezinkových větviček vaříme osm minut v 1 litru vody. Výpary odvaru pak několik minut (asi deset) vdechujeme ústy i nosem. Po jedné hodině inhalaci opakujeme. ■



Na bolest v krku je dobrá také šťáva z citronu přelítá horkou vodou a doslazená cukrem či medem

INZERCE

Zpomalte čas... VitaHyal Combi

Doplněk stravy s kyselinou hyaluronovou



MĚSÍČNÍ TŘPYT PRO VAŠE OČI



* Vyzkoušejte nové odstíny zářivých barev s třpytivým měsíčním efektem z kolekce očních stínů **Moon Touch** od **Dermacolu**. Dodají vašim očím intenzitu a hloubku. Obsažené drobné třpytivé částičky vytvářejí na víčkách nádherné odlesky. Jsou voňavé a dlouhodobě vydrží po celý den. Cena 149 Kč. ■

POMOC Z PŘÍRODY

* Lupénka se může objevit v jakémkoli věku a stává se celoživotní průvodkyní svého nositele. Australské přírodní přípravky **Dr. Michaels** jsou vhodné pro péči o pokožku postiženou lupénkou či atopickým ekzémem. Mohou je používat kojenci, těhotné a kojící ženy. Doporučená cena: 2190 Kč. ■

