



NINA KUPULA  
KUVA PHILIPPE SALOMON

# Veitsetöntä VIILAUSTA

Kauneus vaatii joskus kärsimystä. Ihon vanhenemista voi yrittää jarruttaa piikittämällä tai vaikka sähköiskuilla. Älä kokeile kotona!

juonteita, ryppyjä, uurteita. Näitä kuolevaisuuden merkkejä haluamme vimmatusti häivyttää erilaisilla kosmeettisilla aineilla, hoidoilla ja laitteilla. Ikääntymisen merkit näkyvät ensimmäisenä silmien ja huulten ympäristössä, missä iho on ohutta ja ilmehdintä vilkkainta. Kun ihon rakennusaineiden kollageenin ja elastiinin tuotanto hiipuu, tukikudokset veltostuvat.

Iho kertoo kaunisteleमतonta tarinaa ravintotottumuksista, fyysisestä kunnosta, stressistä ja unen laadusta. Myös tupakointi ja tissuttelu paljastuvat helposti. Pohjolan paukkupakkaset heittävät omat haasteensa ihon hyvinvoinnille, sillä kylmä ulkoilma ja kuiva keskuslämmitys horjuttavat ihon luonnollista kosteustasapainoa. Auringonpallonta ja solariumissa käynti taas aiheuttavat ennenaikaista valovanhenemistä.

Kauneuskirurgiset toimenpiteet ovat monelle vain kaukainen unelma tai paha painajainen. Hinnat ovat korkeita, ja toimenpiteen lopullisuus sekä leikkauksiin liittyvät riskit pelottavat. Kevyemmät hoitotavat ovat helpommin lähestyttäviä jo hintansakin puolesta, mutta myös ohimenevän vaikutuksensa vuoksi.

## RYHTIÄ RYPPYIHIN JA PINKEYTTÄ POSKIIN

**MIKÄ?** Ryppyjen tasoitus täyteaineilla, joista käytetyin on hyaluronihappo. Tunnetuimpia hyaluronihappopohjaisia täyteaineita ovat Restylane, Juvederm ja Filorga. **MITEN TOIMII?** Hyaluronihappoa pistetään hoidettavalle ihoalueelle ohuella neulalla. Ihossa on tätä ainetta luonnostaan, joten allergia- ja herkkyysoireiden riski on pieni. Hyaluroni imee tehokkaasti kosteutta. Sen turpoaminen saa aikaan kohotavan ja kiinteyttävän vaikutelman iholla. Käsittelyn jälkeen iholla voi ilmetä punoitusta, kutinaa tai arkuutta. Oireet häviävät viimeistään parin viikon kuluessa. Yleensä hyaluronipistosten tulokset kestävät puolesta vuodesta vuoteen.

Useamman vuoden kestäviä tuloksia saadaan esimerkiksi Sculptralla, joka on ihoon pistettävä maithappojohdannainen, poly-L-laktaatti. Se hajoaa vähitellen ihon alla kiihdyttäen kollageenintuotantoa. Sculptrassa ei siis pelkästään pistetä ihoon täytettä, vaan hoito myös tehostaa ihon uusiutumista pitkävaikutteisesti. Ihossa ei ole luonnostaan poly-L-laktaattia, joten riski herkistymiselle on suurempi kuin hyaluronihappopistoksissa.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Täyteaineet tehoavat parhaiten kulmakarvojen välisen sibeliusjuonteiden, suupielistä alaspäin lähtevien marionettijuonteiden sekä nenän ja suupielten välisten nasolabiaaliuonteiden silottamiseen. Hyaluronipistoksilla voidaan myös muotoilla leuan ja poskipäiden linjaa sekä täytelöittää huulia.

\* noin 250–700 e/kerta

## LEPOTAUKO LIHAKSILLE

**MIKÄ?** Lihaksen toimintaa lamauttava botuliinitoksiinipistos. Botuliineista tunnetuimpia ovat Botox, Azzalure ja Dysport. **MITEN TOIMII?** Botuliinitoksiinia pistetään ohuella neulalla lihakseen, jossa se vaikuttaa hermojen ja lihasten liitoskohdissa heikentämällä niiden toimintaa. Maa-ilman vahvimman hermomyrkyn maine saattaa kuulostaa karmivalta. Botuliinia käytetään myös lukuisten neurologisten sairauksien hoitoon.

Botuliinin teho ryppyjen silottajana perustuu sen lihaksia lamaannuttavaan vaikutukseen. Kun kireä tai jännittynyt lihas saadaan rentoutumaan, myös sen aiheuttama uurre iholla oikenee. Ryppyjen

siliäminen näkyy noin kolmen vuorokauden kuluttua pistoksesta. Tulos säilyy tavallisesti 4–6 kuukautta. Asiakkaan halutessa hoidettava alue voidaan puuduttaa, mutta yleensä toimenpide on lähes kivuton, eikä jätä juurikaan jälkiä.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Erityisesti otsan alueen vaakaryppyjen, sibeliusryppyjen ja silmän ulkonurkan juonteiden hoidossa saadaan aikaan erinomaisia tuloksia, kun kulmia kurtistavat ja silmiä siristävät lihakset laitetaan pakkolepoon. Botuliinilla hoidetaan myös nenän tyven, suupielten ja leuan alueen ryppyjä.

\* noin 300 e/kerta

## KYTTIÄ VÄRIVIRHEILLE

**MIKÄ?** Laservalohoito

**MITEN TOIMII?** Kasvoja sivellään ristikäisiin suuntiin laserhoitopäällä. Laserin tehokkuus perustuu valoimpulsseihin, jotka kohdistetaan ihon alimman kerroksen verisuoniin. Valon aiheuttama lämpö vapauttaa ihosolujen kollageenin tuotantoa tehostavia välittäjäaineita. Utta kollageenia muodostuu kuukauden ajan. Parhaita tuloksia saadaan 3–8 kerran sarjahoidolla. Toimenpiteen jälkeen iholla voi näkyä hetken aikaa pientä punoitusta.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Laserhoidolla voidaan hävittää häiritseviä pintaverisuonia ja aknearpia sekä kiinteyttää kaulan ja leuan alueen ryppyjä. Hoito toimii myös couperosan ja auringon aiheuttamien pigmenttivaurioiden hoidossa.

\* noin 500 e/kerta

## JUMPALLA KASVOT KIINTEIKSI

**MIKÄ?** Sähköimpulssihoito

**MITEN TOIMII?** Hoidolla voidaan harjoittaa ja vahvistaa iän myötä heikkeneviä kasvojen lihaksia. Sähkölaite antaa lyhytkestoisia ärsykeitä, joilla kasvojen lihakset saadaan jännittymään ja lihassmassa kasvamaan. Hoito on täysin turvallinen ja kivuton.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Hoito sopii parhaiten ihon ennaltaehkäiseväksi kiinteyttäjäksi. Jos hipiä on päässyt veltostumaan kunnolla ja rypyt ovat syviä, menetelmästä ole hyötyä.

\* noin 50 e/kerta

## ITSEÄÄN KORJAAVA IHO

**MIKÄ?** Mesoterapia eli mikroneulaus

**MITEN TOIMII?** Mesoterapialla voidaan

kosteuttaa ja elvyttää kuivaa ihoa tehokkaasti. Kudokseen viedään vaikuttavia aineita, kuten vitamiineja, hyaluronihappoa, aminohappoja ja antioksidantteja sarjapistoksilla. Pienten pistosten kautta ihoon saadaan imeytettyä myös huomattavan paljon enemmän aineita, jotka eivät muuten pääsisi kulkeutumaan ihon läpi.

Mesoterapian teho ryppyjen ja värivirheiden tasoittajana perustuu neulojen aiheuttamiin pieniin ihovaurioihin, jolloin ihon pintakerros alkaa nopeasti uudistua. Menetelmä on melko kivuton, mutta asiakkaan pyynnöstä iholle voidaan levittää puuduttava geeli.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Mesoterapiaa suositellaan sarjahoitona. Sillä saadaan tuloksia muun muassa kaulan, dekolteen ja kämmenselkien ihon kiinteyttämiseksi.

\* noin 200 e/kerta

## PIENTÄ PINTAREMONTTIA

**MIKÄ?** Radiofrekvenssihoito

**MITEN TOIMII?** Radiofrekvenssilaitte tehostaa lämpöenergian avulla ihon kollageenin ja elastiinin tuotantoa. Seurauksena ihohuokokset pienentyvät ja hipiän sävy muuttuu aiempaa kuulaammaksi ja terveemmäksi. Ihon sisäinen paranemisprosessi voi jatkua vielä pari kuukautta hoidon jälkeen, eli lopulliset tulokset ovat nähtävissä vasta silloin. Radiofrekvenssihoitoa suositellaan aina sarjahoitona.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Sopii parhaiten orastavien ikääntymisen merkkien häivyttämiseen, kuten pinnallisten silmäkulmien ja otsan ryppyjen silottamiseen. Menetelmällä voidaan hoitaa myös aknearpia.

\* noin 900 e/kerta

## TEKOHENGITYSTÄ RIUTUNEELLE

**MIKÄ?** Happihoito

**MITEN TOIMII?** Ihosolujen ikääntyminen liittyy niiden happipitoisuuden alenemi-

seen. Happihoito virkistää ja kosteuttaa tehokkaasti sekä myös osittain korjaa ihon pintavaurioita.

Happihoidossa aktiiviaineet "ammuetaan" ihoon tiivistetyn hapen ja korkeapaineen avulla. Näin aineita saadaan imeytymään enemmän kuin tavallisessa kasvohoidossa. Täyteläisempi iho myös näyttää nuorekkaammalta pienten pintaryppyjen silottuessa.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Erityisesti kuiva, väsynyt, auringosta ja tupakasta kärsinyt iho hyötyy happihoidosta.

\* noin 100 e/kerta

## Kemiallinen kuorinta aiheuttaa HALLITUN IHOVAURION

### KUORI KUULAUS ESIIN

**MIKÄ?** Kemiallinen kuorinta

**MITEN TOIMII?** Ihossa on seitsemän kerrosta, joista uloimmat koostuvat kuolleista ihosoluista. Vanhemmiten iho ei enää uusiudu yhtä vilkkaasti, joten se voi tuntua kuivalta ja elottomalta. Kemiallinen kuorinta aiheuttaa hallitun ihovaurion. Sen paraneminen muodostaa iholle entistä sileämmän pintakerroksen.

Kuorintojen tehoissa on suuria eroja: miedoimmat tehdään hedelmähapoilla, keskivahvat trikloorietikkahapolla ja voimakkaimmat fenolilla, jota käytetään vain paikallisesti syvien ryppyjen hoitamiseksi. Fenolikuorinnan tekee lääketieteen ammatilainen, ja se voidaan tehdä nukutuksessa.

**MIHIN SUOSITELLAAN?** Kemiallista kuorintaa voidaan käyttää muun muassa pinnallisten juonteiden, auringon aiheuttamien pigmenttimuutosten sekä aknearpien ja couperosan parantamiseen.

\* noin 150–600 e/kerta

## ÄLÄ ODOTA YHDEN YÖN IHMEITÄ

Poikkeuksetta parhaita tuloksia saadaan sarjahoidolla: älä siis odota ihmeitä yhden hoitokerran jälkeen. Hoidoissa tulee käydä säännöllisesti. Hinnat määräytyvät aina hoidettavan alueen laajuuden sekä käytettävien ainemäärien mukaan.

Kaikkiin menetelmiin sisältyy riskinsä. Kiinnitä huomiota hoitolan hygieenisyyteen ja henkilökunnan ammattitaitoon sekä käytettävien välineiden steriiliyteen. Vaadi perusteellista keskustelua ennen hoitoa. Näin saat tietoa eri vaihtoehdoista ja kaikista hoitoon liittyvistä asioista tavoitteenne ja toipumisaikoinne. ■

Asiantuntijana johtava hoitaja **Taina Heikkinen**, SiluettiSpa, Helsinki