

ОСЬМИОНИКА
САМОМОДЕЛИРОВАНИЕ ЛИЦА

Осьминица Наталья



Воскресение ЛИЦА,

или

ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО



ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ВОССТАНОВЛЕНИЯ МОЛОДОСТИ

Наталия Осьминина

**Воскресение лица, или
Обыкновенное чудо.
Теория и практика
восстановления молодости**

ИГ "Весь"

2015

Осьминина Н. Б.

Воскресение лица, или Обыкновенное чудо. Теория и практика
восстановления молодости / Н. Б. Осьминина — ИГ "Весь", 2015

Я приглашаю вас в увлекательнейшее путешествие в Мир лица, находящийся под кожей, и надеюсь, что он станет для вас откровением. Приоткрыв косметический занавес покрыва кожи, вы пойдете Путем познания истинных причин деформаций и старения лица. Вы узнаете, что эстетика нашего лица и тела напрямую зависит не от кожи, а от баланса и здоровья нашей костно-мышечной системы. Метод MioЭстетика, изложенный в этой книге, логичен и понятен, потому что основан на Обыкновенном Чуде – великом чуде нашего организма, его способности к регенерации и самовосстановлению. Именно поэтому приемы MioЭстетики, базирующиеся на знании этих законов, дают фантастический эффект омоложения: возвращение молодости и красоты чертам лица, стройности – шее, здоровья – коже. Когда вы поймете, как устроена эта система, вы сможете овладеть приемами Воскрешения лица.

© Осьминина Н. Б., 2015

© ИГ "Весь", 2015

Содержание

Отзывы	5
Глава 1. Обыкновенное чудо, или Услышь себя!	7
Глава 2. Косметика на базе нефтехимии, или Что посеешь – то и пожнешь	12
Глава 3. Не все то золото, что блестит	17
Глава 4. Они нас – колдовством, а мы их – естеством	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Наталия Осьминина

Воскресение лица, или Обыкновенное чудо. Теория и практика восстановления молодости

Отзывы

«Представленная книга интересна своим необычным, новым подходом к косметологическо-геронтологическим проблемам лица.

Автор, имея наряду с косметологическим образованием и техническое, рассматривает процесс старения лица не с привычного взгляда на увядание кожи, а с точки зрения деформации черепных костей, дегенерации мышц и последующей их реабилитации. С некоторыми аспектами изложенной методики представители классической медицины могут не согласиться, тем не менее в ней четко обозначена связь между деформациями костей черепа и дегенеративно-дистрофическими изменениями мышц и возникновением на лице морщин и складок.

Это одна из первых попыток объяснить появление морщин и обвислостей с точки зрения теории прикладной биомеханики и конструктивного старения (усталости тканей, внутренних дефектов).

Предпринята попытка практического подхода к коррекции возрастных изменений лица. Понимание теории биомеханики старения мышц и костей черепа становится рабочим инструментом в их реабилитации.

Большое внимание уделяется мышцам шеи, что важно не только с эстетической точки зрения, но и с медицинской, так как упражнения по их восстановлению ведут к нормализации кровообращения не только в шейном отделе позвоночника и прилегающих мягких тканях, но и к регуляции вертебробазилярной нейрогемодинамики тканей лица.

Книгу можно рассматривать как теоретическое пособие, объясняющее возрастные проблемы лица.

Рекомендую ее для тех, кому интересно знать причины появления на лице морщин и складок, и для тех, кто готов практически с ними бороться.

Книга хотя и имеет спорные, дискуссионные аспекты, а в ряде случаев необъяснимые с точки зрения классической медицины, однако, тем не менее, будет интересна как профессионалам (косметологам, массажистам, кинезиотерапевтам и так далее), так и всем, кто не безразличен к собственной внешности и следит за новациями альтернативной медицины».

Маркаров Гаврил Суменович, доцент кафедры физиотерапии, курортологии и восстановительной медицины ФМБА РФ. Кандидат медицинских наук, член-корреспондент РАЕН, член Российской ассоциации психо-нейрофармакологии и Европейской ассоциации биоэлектромагнетологии (EBEA, France).

«Уважаемая доктор Наталия Осьминина!

Примите мои комплименты за Вашу работу. То, что Вы открыли – в высшей степени важно и совпадает с выводами, к которым пришел я сам. Что реальная причина, ключевой фактор изменений лица – нейромускульная природа, и то, что случается с кожей, – эффект вторичный. В этом плане я пытаюсь работать с нейрорегуляционной аппаратурой (CRM Terapia). Я очень хочу больше узнать о Вашем методе».

*С уважением, доктор Микель Аканфора,
<http://www.omeolink.it/pages/crm.htm>*

Глава 1. Обыкновенное чудо, или Услышь себя!



Жанр этой книги трудно определить. С одной стороны, в ней много медицинских терминов и новых знаний о биомеханическом старении лица. С другой – написана она языком ясным и простым. Специфика книги в том, что она раскрывает причины появления на лице эстетических дефектов (морщин, складок и других деформаций) – всего того, что называется биомеханическим старением.

Знаний об этом у косметологов нет. Пока что еще никто из них не может восстановить, реконструировать, воссоздать лицо безоперационным физиологическим способом. Получается «как всегда»: спасение утопающих – дело рук самих утопающих. И чтобы не утонуть в водовороте рекламы, навязывающей очередное «молодильное» средство, надо иметь спасательный круг знаний, которые даст вам эта книга. Она объяснит вам истинные причины появления возрастных дефектов, избавит от иллюзий, заблуждений и стереотипов, познакомит с возможностями ручных методов по моделированию лица. Эти знания будут новыми не только для женщин, интересующихся своим лицом, но и для подавляющего большинства профессионалов в области косметологии – от эстетистов до пластических хирургов.

Памятуя о том, что даже суперпрофессионалы – тоже люди и ничто человеческое им не чуждо, медицинская терминология в книге смягчается простым языком с долей юмора и здорового сарказма, а абсолютно новые для большинства женщин знания мирно соседствуют с забавными, но поучительными историями из моей двадцатилетней практики.

Сейчас на Западе стало модным возвращаться к «естеству», но чтобы идти по этой дороге на уровне XXI века, а не Средневековья, нужны знания, база, теория, алгоритмы решения. Абсурдное отделение головы от туловища в угоду узкой специализации косметологов и массажистов сыграло свою пагубную роль: мысль об улучшении и омоложении лица подавляющее большинство женщин связывает только с его кожей, не понимая, что она является лишь заложницей процессов, идущих во всем спектре организма. Чтобы правильно работать с лицом, нужно не только знать законы его биомеханического старения, но и понимать законы биомеханических деформаций тела: ведь отдельно лицо без тела не существует! По большей части основные возрастные проблемы лица вторичны, являясь только следствием некорректной осанки и неправильной статики шеи. Поэтому главная задача этой книги, наверное, впер-

вые в мировом пространстве, наглядно и доступно показать каждой женщине эти связи и объяснить, каким образом они работают.

В книге много новых сведений, которые либо вовсе отсутствуют в других источниках, либо изложены фрагментарно на профессиональных остеопатических сайтах. Специалисты, ориентированные на лечение «больных», а не на решение эстетических проблем «условно здоровых», используют специфическую медицинскую терминологию, малопонятную последней категории. Именно к ней относятся наши главные адресаты – женщины, жаждущие себе помочь, но имеющие разный образовательный уровень.

Эта книга адресована всем, кто понимает, что одной покраской и штукатуркой фасада в борьбе со старостью не обойтись. Всем, кто хочет без страха с утра смотреть на себя в зеркало. Всем, кто жаждет глубоко разобраться в причинах старения лица и понять, почему срок его молодости так недолог. В общем, всем тем, в ком не угас огонь познания, кто не растерял пылливость ума, любознательность и энергию творчества.

Поэтому всем, кому интересно знать, что мир нашего лица состоит не только из мира кожи, посвящается эта книга.

Да простят меня те, для кого книга окажется слишком сложной, и те, для кого, наоборот, чересчур легковесной. Я, как могла, попыталась донести до вас **Обыкновенное чудо**.

Секреты Клеопатры, средство Макропулоса, «молодильные» яблоки, живая и мертвая вода и многое другое... Человечество всегда искало способы сохранить молодость, продлить активное долголетие, используя все возможное – от колдовских снадобий до научного генетического подхода. Каждое время и каждый народ имели свои секреты, свои надежды. Вечный поиск...

Эта книга не претендует на открытие секрета «вечной молодости» и раздачи панацеи от клеточного старения. Эта книга объясняет механизм биомеханического старения. После понимания которого причины появления многих эстетических дефектов лица и фигуры сразу станут для вас секретом Полишинеля, из «вещи в себе» превратившейся в «вещь для всех» – в ясный и понятный алгоритм биомеханического старения лица. А раз понятен механизм – значит открыто и «противоядие»: ключ, позволяющий работать с проявлениями возрастной динамики на лице. Кроме обоснования самой теории, которую можно назвать *миологистикой* (как способ управления и контроля мышечных информационных систем), в книге описаны мои личные двадцатилетние наблюдения и исследования, сделанные благодаря трудам серьезных ученых. Все они касаются причинно-следственных связей, возникающих под влиянием возрастных причин в общей биомеханической структуре лица, тела и всего организма.

Метод, который здесь изложен, строго научен и логичен, и потому будет прост и понятен каждому. Никаких инвазивных способов, никакого насилия над природой человека. Не нужно взламывать замки, надо найти ключик, и тогда дверь откроется. Попробуйте войти в эту дверь, и вы увидите за ней мир, в котором можно жить без страха. Страху стать старым и никому не нужным, страху увидеть новые морщины и быть отвергнутым, страху перед будущим, если оно не сулит радости. Попробуйте поверить, что это реально и осуществимо – выглядеть и чувствовать себя молодым до глубокой старости. И все это в ваших руках!

Каждый знает – остановить течение времени невозможно. И с этим не поспоришь. Но разве дело в паспортном возрасте? Намного важнее возраст биологический – на сколько лет ты себя чувствуешь и как при этом выглядишь. А главный путь к дряхлости и вялому телу – это гиподинамия. С возрастом наши мышцы стареют (и этот процесс начинается уже с двадцати пяти лет), к пятидесяти годам мы теряем до 50–70 % своей мышечной массы. Этот процесс важен не только с точки зрения эстетики, но и с точки зрения приближения физиологического старения. Ведь не только сердце гонит кровь по нашему телу – в большом круге кровообращения главная роль принадлежит мышцам. Без преувеличения можно утверждать, что кожа питается благодаря работе мышц, которые она покрывает.

Стареют мышцы, и кровь уже с трудом достигает периферии, хуже снабжает кожу необходимыми для ее молодости питательными веществами и витаминами – жизнь постепенно смещается с периферии тела к его центру. Как бы ни старались косметологи пропитать кожу снаружи, попирая законы физиологии, препятствующие этому действию, питание кожи все равно происходит только изнутри – за счет плазмы крови, а не с помощью кремов, какими бы хорошими они ни были. То, что малоподвижный образ жизни приближает нашу дряхлость, не является секретом ни для кого. Посещение различных спортзалов, фитнес-клубов, бассейнов, занятия аэробикой, шейпингом и другими видами активного оздоровительного спорта – это реальная возможность сохранить стройную фигуру, тонус кожи, гибкость суставов, хороший обмен веществ, выносливость, то есть в конечном итоге – замедлить наступление старости. Но это тренировки для мышц тела. А как же быть с мышцами лица?

Именно они представляют собой тот корсет, на который натянута кожа. И именно их состояние отвечает за молодые черты лица, и именно их возрастные деформации приводят к появлению большинства морщин и складок и изменению пропорций. Причем старение мышц лица сказывается на его чертах гораздо сильнее, чем возрастное увядание мышц тела – на контурах фигуры.

Здоровые и молодые мышцы лица – это гарантия того, что у нас не обвиснут щеки и не появится второй подбородок, не «повиснут» на глаза брови и не опустятся носогубные складки, что наша кожа будет эластичной, а щеки – высокими и круглыми, как в молодости.

Но так ли просто правильно тренировать мышцы лица? И нужно ли это делать так, как рекомендуют различные системы мимической гимнастики, переносящие принцип накачки мышц тела на мышцы лица?

Так и напрашиваемая аналогия с мышцами тела на поверку оказалась тупиковым подходом, зачастую приводящим к ухудшению внешности (углублению носогубных складок, истончению подкожно-жировой клетчатки и даже к артрозам шейного отдела). И только понимание специфичности строения мышц лица и глубокое изучение их биомеханики помогает понять, по каким именно причинам не срабатывает такой подход.

Всего этого мы коснемся чуть позже. А пока просто прочувствуйте важность работы с мышцами лица, если хотите как можно дольше сохранить его молодость.

В теле человека насчитывается от четырехсот до восьмисот пятидесяти мышц, 20 % из них приходится на мышцы головы и лица. Согласно некоторым справочникам, на лице человека имеется пятьдесят семь мышц. Точно указать количество мышц у человека специалисты не могут: считается, к примеру, что у лиц монголоидной расы их больше... *мышцами как бы прошита вся кожа. Благодаря этому лицо долго не стареет, но потом в один момент мышцы ослабевают и сильно обвисают, лицо прорезают глубокие складки.*

Индивидуальные мышечные особенности каждого человека делают невозможным разработку точных схем расположения мышц и их крепления к коже, мышцам и костям лица... Поэтому такие схемы в различных анатомических атласах усреднены и могут отчасти отличаться друг от друга.

Ученым до сих пор непонятно, для каких целей природа предусмотрела на лице человека такое количество мышц. Ведь не только же для удовлетворения его насущных потребностей (жевать и моргать) и даже не только для выражения эмоций. Есть версия, что такое количество мышц необходимо человеку для улучшения кровообращения мозга. Замечено, что органы, лишенные собственной мускулатуры, улучшают кровообращение за счет соседних тканей, работы близлежащих к ним мышц. По разным источникам на таком небольшом участке, как голова и шея, находится около ста мышц! С возрастом их функциональный баланс, от которого зависит тонус кожи и ее питание, нарушается.

Пониманию того, как вернуть его, и посвящена эта книга. И она внятно и понятно отвечает на многие насущные вопросы, касающиеся женской красоты: почему опадают веки, опус-

каются брови, от чего укорачивается шея, появляются на ней поперечные морщины, по каким причинам формируются носогубные складки – и вообще, почему черты лица меняются с возрастом, иной раз до неузнаваемости.

Для начала посмотрим, как отвечает на эти злободневные вопросы косметология. Если удовлетворяться той информацией, которой пестрят страницы глянцевого женского журнала, вырисовывается интересная игра в вопросы и ответы.

Вопрос: Почему с возрастом обвисают носогубные складки, появляются «брыли» и прочее?

Ответ: *Кожа с возрастом растягивается под воздействием гравитации и возрастных процессов уменьшения в ней коллагена и эластина.*

Вопрос: Почему с возрастом так меняются черты лица – иной раз до неузнаваемости?

Ответ: *Кожа с возрастом растягивается и обвисает складками.*

Вопрос: Почему кожа становится неэластичной?

Ответ: *Кожа с возрастом лишается своего коллагена и эластина.*

Вопрос: Почему с возрастом кожа шеи становится дряблой и морщинистой, а сама шея короткой?

Ответ: *Потому что под воздействием возрастных процессов в коже уменьшается производство коллагена и эластина.*

Вопрос: Почему с возрастом опускаются брови?

Ответ: *Потому что кожа растягивается и под действием гравитации падает вниз.*

Получается вот такая несложная игра.

Забавно, что манипулируя всего лишь несколькими словами (*коллаген, эластин, гравитационный птоз, возрастные процессы*), можно составить любой набор фраз, якобы отвечающий на все поставленные вопросы.

Главное, что благодаря подобной невинной игре фармацевтические корпорации, косметологи и пластические хирурги получают весомые материальные блага, в виде продажи «омолаживающих» кремов и инъекций, которые «накормят» и подтянут обвисшую кожу, теряющую эластин и коллаген, применения аппаратных процедур по омоложению стареющего коллагена, и скальпеля, отрезающего лишнюю растянувшуюся кожу. А лишенный зрения и «зашоренный» народ, вовлеченный в подобные игры, гораздо охотнее расстанется с деньгами.

Давайте еще поиграем!

Представьте, что вы автолюбитель-«чайник». Вы приходите в мастерскую с жалобой на плохую работу своей машины. Объясняете мастеру, что в ней что-то стучит, машина не слушается руля и так далее. На что он резонно отвечает: «А что вы хотите? Вашей машине уже больше пяти лет! Естественно, она уже не новая, видите, даже краска кое-где облезла, капот грязноват. Вот если ее помыть и почистить, да еще и покрасить заново, вот тогда она и побегит как новенькая».

Даже если вы никогда не сидели за рулем, такие объяснения не покажутся вам вразумительными. Понятно будет и «блондинке», что даже если машине сделать косметический ремонт, она не покатит как новенькая.

То ли дело, когда то же самое рассказывает косметолог в отношении проблем вашего лица. Тогда совсем другое дело. Тогда прокатывает.

Давайте посмотрим, как ведется народ на самое простое и массовое изобретение косметологии в духе «помыть, почистить и покрасить» – омолаживающие кремы. И оценив тот арсенал омоложения лица, который предлагается современной косметологией, решим, способен ли он, как обещает реклама, «вернуть время вспять». А ведь именно на культивировании

подобных иллюзий и стоят все киты косметической индустрии, эксплуатирующие наши слабости и страхи перед старостью.

В своей первой книге «Анатомия старения лица, или Мифы в косметологии» я от души прошла по кремам на базе нефтехимии. Интернет сейчас тоже полон подобных статей. Но, как ни странно, неохваченным до сих пор остается огромный пласт женского населения, часть из которого, оказывается, даже не подозревает о вреде нефтехимических кремов. А другая часть хотя и имеет кое-какую информацию, настолько мало ей верит, что не утруждает себя чтением списка ингредиентов на баночках. Поэтому, следуя пословице «Капля камень точит», не побоюсь начать эту книгу с «прописных истин», которые «нефтехимически продвинутые» читатели могут пробежать одним глазом и пойти дальше, в удивительный мир жизни нашего лица, в познание процесса его возрастных метаморфоз и превращений... того самого процесса его старения, который все мечтают избежать.

А ведь чтобы предупредить старение лица, нам нужно только знать, по каким законам оно происходит: кто предупрежден – тот вооружен!

Глава 2. Косметика на базе нефтехимии, или Что посеешь – то и пожнешь



Вред нефтехимических ингредиентов

Для тех, кто не в курсе – наше тело завернуто в кожу не только для того, чтобы удерживать все его запчасти от рассыпания и служить первой линией защиты от агрессии окружающей среды и ее датчиком. Кожа, как писал великий физиолог А. С. Залманов (крупный российский и советский ученый), «наделена чудесной и многообразной активностью, обладающей эндокринной, иммунобиологической, теплорегуляторной функцией и др. Это важная железа внешней и внутренней секреции, продуцирующая тепло, электричество, радиацию, она – средоточие метаболизма множества органических и минеральных компонентов». Кожа дышит. «Экспериментально можно убить животное, если поместить его в атмосферу углекислоты или сероводорода, даже если оставить голову в обычной атмосфере. Если покрыть человека лаком, он начинает задыхаться, биение сердца замедляется, температура понизится и наступит смерть» (А. С. Залманов). Наверное, многие слышали историю, произошедшую в Средние века и ставшую классической. В 1646 году в Италии, в роскошном замке миланского герцога, был устроен праздник. Во главе праздничного шествия шел «золотой мальчик». Тело его было сплошь покрыто золотой краской. В пылу представления о мальчике позабыли, и он провел ночь на каменном полу зала. На следующее утро ребенка обнаружили мертвым. Тело, покрытое краской, оказалось неспособным дышать, выполнять теплорегуляторную функцию, мальчик потерял много тепла, снизилась температура его тела, что и привело к трагическому концу.

Способность нашей кожи дышать объясняется тем, что процесс эволюции человека шел от простейших, которые дышат только через кожу, и только в дальнейшем млекопитающие получили дополнительное «газовое оборудование» – легкие. Теперь уже ни для кого не секрет, что основа нашей жизни – кислород. Кожу же, покрытую традиционной нефтехимической косметикой, можно сравнить разве что с легкими заядлых курильщиков или шахтеров. Она почти не дышит. Поэтому спасать кожу путем использования кремов, приготовленных на основе нефтехимии (технических масел – **mineral oil**, петролатума или вазелина – **petrpolatum**, солидоло-

вого масла – **solyd oil**, парафинового масла – **parafin oil** и **parafinium liquidum**), все равно что лишать ее дыхания, смазывая лаком. О каком «ускорении процесса регенерации» или «омоложении», указанных в рекламе, может идти речь при полном отсутствии кислорода и повышенном содержании углекислоты? Наиболее опасен в этом смысле петролатум. Он используется в дерматологических опытах как тестер на стопроцентную непроницаемость кожи. При этом, как ни странно, он зачастую используется в косметических кремах. Был в моей практике случай, когда две подружки, любительницы петролатума (вазелина), больше года пользовались кремами на его основе (небезызвестный крем из рекламы «Как не повезло яблоку – как повезло вам!»). Вот уж действительно, повезло – так повезло! Спустя год кожа обеих женщин внезапно сморщилась как печеное яблоко. И именно внезапно. Чему есть физиологическое объяснение. Закупоренная, лишенная дыхания и, естественно, своей выделительной функции, кожа весь год пребывала под слоем вазелина в переувлажненном состоянии. В какой-то момент собственные механизмы увлажнения перестали функционировать, организм просто «выключил» их за ненадобностью.

Прочие минеральные масла, не позволяющие коже нормально потреблять кислород и выдыхать углекислый газ, также делают из нее «астматика». Конечно, намазывание кожи даже таким кремом улучшает ее эстетический вид. Обратила внимание на кожу француженок в Париже. Специально поинтересовалась, какими кремами они пользуются и как именно. Оказалось, особых предпочтений по кремам у них нет (мажутся всем, что рекламируется), но наносят они их на кожу не жалеючи – обильным слоем, промакивая излишки через полчаса салфеткой (как, собственно, учили и нас). В результате кожа выглядит напитанной, то есть эстетически довольно привлекательной. Но ведь и начищенный сапог выглядит более презентабельно, чем не начищенный. Однако живей он от этого не становится. А наша кожа ведь живая, она хочет жить, дышать и размножаться...

Редко кому приходит в голову мысль провести аналогию между «нефтехимической» пленкой, закупоривающей поры кожи, и разлившейся нефтью при аварии танкера. Нефть, покрывая поверхность воды пленкой в микроны толщиной, оказывается, приводит к экологической катастрофе: вызывает массовую гибель рыб и других морских организмов. Почему же считается, что наша кожа, намазанная гораздо более толстым слоем нефтехимических ингредиентов, должна чувствовать себя комфортно? Почему действует такой двойной стандарт? Неужели здоровье человека стоит меньше, чем здоровье рыб? Похоже, что да, раз повсеместно продаются подобные кремы.

Функции здоровой неповрежденной кожи предполагают высочайшую степень ее защиты от проникновения в организм различных болезнетворных вирусов и микробов. И это не только физический вид защиты (обусловленный малым размером пор), но и химический (поддерживаемый «кислотной мантией» кожи, балансом ее pH, в норме равной 5,5). И то питание, которое мы пытаемся дать коже через кремы, чаще всего не способно преодолеть этот барьер. Слишком большой молекулярный вес кремовой основы нефтехимического происхождения (обычно свыше 300 000 ед.) препятствует проникновению активных ингредиентов внутрь кожи (максимально допустимый размер молекул, которые теоретически могут протиснуться через поверхностный роговой слой – 3000).

По той же причине коллаген и эластин животного происхождения также не в состоянии преодолеть защитную «кислотную мантию» кожи. Попытки же косметических фирм обойти эту преграду (уменьшить молекулярный вес полезных составляющих крема, генетически модифицировать его компоненты, ввести искусственные эстрогены, причем в концентрациях, много превышающих их содержание в плазме крови, и так далее) приводят зачастую к обратным эффектам – к блокированию ферментов, к гормональному привыканию. К примеру, использование кремов с низкомолекулярным коллагеном (в виде аминокислот) стимулирует не рост коллагена, а, напротив, его уменьшение (поскольку молодость и упругость кожи определяются

не столько количеством коллагена, сколько способностью фермента коллагеназы с ним взаимодействовать). Применение подобных кремов приводит к еще большему замедлению скорости ферментных реакций и увеличению количества «жесткого» коллагена, не способного выполнять функцию увлажнителя. Собственно, именно этот процесс и не учитывается создателями различной фото- и лазерной аппаратуры, которую они рекламируют как «омолаживающую» коллаген. В попытке любой ценой увеличить количество коллагена они забывают о том, что коллаген – это не мертвая субстанция, выступающая в роли наполнителя для подушки, а живой субстрат, находящийся в постоянном движении, переходе из одного состояния в другое. Первичной причиной его уменьшения в коже является процесс возрастного снижения скорости ферментных реакций – уменьшения в данном случае фермента коллагеназы. Активное «насаждение» нового коллагена без учета этого процесса будет приводить к коллагенозу (**избыточной продукции отложения коллагена**), а затем и фиброзу кожи. Для тех, кто не в курсе, что это значит, объясняю: это нарастание лишней кожи и структур под ней, ее огрубление и омертвление. К этому процессу фиброзированию можно отнести и происходящие с тканями изменения после процедуры введения под кожу лица золотых нитей. Прорастающая вокруг введенных нитей более плотная ткань (сродни той, что образуется вокруг застрявшего в теле инородного предмета) на первых порах «держит» лицо. Когда же начинается возрастная деформация мышц, кожа, в обычных условиях заложившаяся бы складочками, привычными нашему взору, став более плотной и неэластичной, может пойти неестественным буграми.

Кстати, не все нефтехимические ингредиенты вредны нашей коже из-за своего слишком большого молекулярного веса. **Пропилен гликоль (Propylene glycol)**, иначе антифриз, используемый в косметике как увлажнитель, наоборот, вреден своим сверхмалым молекулярным весом, позволяющим ему проникать в ток крови и накапливаться в органах с плохим кровообращением. Данные по исследованию на безопасность (MSDS) пропиленгликоля показывают, что его контакт с кожей может привести к нарушению работы печени и повреждению почек. В косметологии пропиленгликоль способен вызывать реакции фотосенсибилизации кожи, дерматиты, аллергические реакции и раздражение.

Или, к примеру, гормоны, также имеющие малый молекулярный вес и способные проникать через кожу. Зачастую женщины, пытаясь остановить или хотя бы замедлить старение, начинают покупать кремы с плацентой, гормонами и так далее. Обычно фирмы-производители не указывают последних в составе своего крема – ни наличия эстрогенов, ни того, что плацента не очищена от гормонов. До сегодняшнего дня вопрос о возможности применения гормонов в обычных косметических кремах еще не решен, поскольку мгновенный эффект от их использования перекрывается большим количеством достаточно серьезных осложнений, в первую очередь со стороны органов эндокринной системы, а также синдромом отмены, то есть резким ухудшением внешнего вида лица при отмене гормонального крема (при длительном его использовании). Хотя негативные последствия бывают и от одноразового применения.

Вот пример из личного опыта. Работая в Италии, я была отправлена в командировку для ознакомления с местным эстетическим опытом. Для этого был выбран СПА-комплекс пятизвездочного отеля в одном из лучших термальных курортов этой страны. Так пришлось впервые прочувствовать на себе косметические процедуры. Хотя позиционировался этот СПА как лучший в регионе, решила подстраховаться, заранее перед началом процедур предупредив о своей «аллергии» на всю нефтехимию. Оказалось, не зря, потому что косметолог предполагала работать с моим лицом кремами из очень «элитной» серии, состав которых начинался с таких ингредиентов, как **aqua, petrolatum, parafinium liquidum** и так далее. Такой ядерной смеси, признаюсь, я еще не видела никогда. Вообще-то для полноты эффекта хватило бы одного петролатума (вазелина): он, как мы уже знаем, является стопроцентным тестером на «бездыханность» кожи. Но, видимо, создатели серии решили подстраховаться: «Вдруг покупательница

проявит неаккуратность – плохо промажет свое личико вазелиновым снадобьем, для гарантии надо бы еще и жидким парафинчиком его залить».

Поскольку кремы этой серии позиционировались как суперомолаживающие, я сразу поняла – их действие основано на гормонах-эстрогенах. После моего заявления о наличии «аллергии» мы перешли на менее «элитную» косметику (зато более натуральную). Завершающей процедурой в курсе значился какой-то чудо-массаж (как я поняла), способный за раз подтянуть овал и омолодить мое лицо минимум на пять лет. В самый последний момент, когда я уже лежала в кресле, полностью подготовленная, косметолог сказала, что хотя она помнит о моей «аллергии», но все же советует мне согласиться сделать процедуру «3D-лифтинг» на кремах из предложенной ею первоначально серии, поскольку эффект омоложения и подтяжки она видит только при ее использовании. Конечно, я догадалась, в чем тут дело, но деваться было некуда – решила рискнуть: ну не может же быть, чтобы после одного раза случилось что-то непоправимое. После процедуры я выглядела как молодой огурчик – точно лет пять скинула. Зато на следующий день не узнала свое лицо. Не то чтобы кожа на нем обвисла, а просто черты лица изменились – челюсть будто отвисла и выдвинулась вперед «лопатой». Хорошо хоть несколько фотографий – и профессиональных, и любительских – зафиксировали сей феномен. А то бы сказали, что преувеличиваю. Увы, нет. А случилось вот что: лошадиная доза введенных гормонов, омоловив лицо на день, привела к лимфостазу в районе нижней челюсти. За ночь получился отек, который своей тяжестью и привел к обвисанию и выдвигению вперед челюсти. Потребовалось две недели интенсивных стараний, чтобы ликвидировать последствия этого «косметологического чуда».

Вообще двойные стандарты во всем – начиная с политики и заканчивая косметологией – приводят к таким абсурдам в законодательствах вроде бы приличных европейских стран, что просто диву даешься. С одной стороны, косметологи озабочены созданием низкомолекулярных взвесей и открытием очередного транспортного средства для проведения кремов вглубь кожи. С другой стороны, законодательства большинства европейских стран **запрещают** продавать косметику, способную проникать через кожный барьер. Подобные косметические средства рассматриваются как лечебные и их применение разрешено только в условиях специализированных учреждений – клиник, имеющих соответствующие лицензии. Руководствуясь, казалось бы, благими намерениями (а надо ли тащить вглубь кожи, а значит – и вглубь организма – «что ни попадя»?), они приветствуют производство нефтехимической косметики из соображений безопасности: пускай лежит на лице слоем, вроде декоративного макияжа – организм целее будет (не попадут в него никакие посторонние вещества, не нарушится состав его внутриклеточных жидкостей). А что лицо завянет – так на то есть пластические хирурги. От них, мол, все равно не уйти тем, кто хочет выглядеть молодым. А тем, кто не хочет – пожалуйте, вазелиновый крем.

Железная логика. Только непонятно, зачем мы деньги платим (и немалые) за суперсовременные кремы, обещающие, согласно рекламе, «уменьшить морщины на 72 % за четырнадцать дней»?

И все же странно, как они там отличают, что разрешать, а что запрещать, ведь в состав любого нефтехимического крема могут входить и пропилен гликоль, и гормоны, и суперядовитые консерванты, имеющие малый молекулярный вес, а значит – способные проходить в ток крови и на самом деле вредить организму.

Вне всякого сомнения, пользоваться кремами необходимо (особенно если делать правильный выбор в пользу средств натуральных, эффективных и безвредных). Потому что даже зная, что хорошее состояние кожи не является залогом молодости лица, этот показатель в любом случае является мерилем его ухоженности. Хотя есть жестокая истина: ухоженное лицо бывает только у стареющей женщины, у молодой – оно молодое. Но в любом случае смотреть

на ухоженное лицо гораздо приятнее, оно вызывает эстетическое удовлетворение. А это немаловажно.

Благодаря разработкам ученых в косметической промышленности стали применяться эффективные технологии для получения низкомолекулярных гомеопатических взвесей, способных проникать через поры, вводиться в кремы различные транспортные вещества, натуральные увлажняющие факторы (в отличие от глицерина-псевдоувлажнителя) – факторы, способствующие росту клеток, газотранспортные компоненты. Список полезных ингредиентов очень длинен, приводить его полностью нет необходимости, тем более что каждый день он пополняется все более новыми препаратами.

Но каким бы длинным он ни был, всегда наступает мрачный день, когда отражение в зеркале ясно дает тебе понять, что одними кремами в борьбе со старостью не обойтись. И тогда в ход идет «тяжелая артиллерия» – в щеки вводится твой собственный жир, в губы – коллаген, морщины заполняются различными гелями, используются препараты на основе токсина ботулизма, кожа шлифуется лазером или другими фотоприборами, обрабатывается кислотами, применяется мезотерапия, вводятся золотые и полимерные нити...

Глава 3. Не все то золото, что блестит



Нефизиологические методы омоложения

Совершенно очевидно, что от того, как выглядит наше лицо, во многом зависит наша жизнь, наша судьба. Кого, при прочих равных условиях, возьмут на работу, предпочтут видеть деловым партнером или спутником жизни – молодого или пожилого? Конечно, молодого. И лицо – один из главных, а зачастую и главнейший показатель нашего возраста. На что только не решается женщина, чтобы сохранить свою молодость и привлекательность! Да и современные мужчины наконец-то осознали, что ухоженное молоджавое лицо – это капитал, в который стоит вкладываться.

По данным American Society of Plastic Surgeons (Американское общество пластических хирургов), в прошлом году пластика век для мужчин заняла четвертое место по популярности среди всех операций: усталые постаревшие глаза – плохой знак для карьериста, о молодых глазах стоит позаботиться заблаговременно. В каком-то смысле здесь мужчинам повезло больше, чем женщинам (возможно, как всегда). Специалисты пластической хирургии, специализирующиеся на мужских лицах, стараются делать их более натуральными, далеко не такими «перетянутыми», как обычно «заказывают себя» женщины. Полное отсутствие морщин и складок – символ женской молодости и красоты – нередко превращается в «жабинг». Думаю, многие отмечали: общаясь с такой личностью, почти всегда испытываешь дискомфорт. Злоупотребление различными инъекциями, ботоксами, лазерами, подтяжками, лифтингами зачастую делает женское лицо похожим на маску, внезапная улыбка которой (улыбка не Моны Лизы, а гримаса человека, который смеется) может спровоцировать стресс у неподготовленного человека. Ведь в нашем сознании всегда имеются эталоны внешности человека, соотнесенные с его биологическим возрастом, полом, местом проживания и так далее – информация, накопленная памятью человечества для опознавания «своих» и «чужих». Наш мозг содержит оперативную память гораздо более высокого уровня, чем компьютер. Мгновенное сравнение с этим эталоном, заложенным в сознание и подсознание, и определяет нашу оценку и в отношении собственного внешнего вида, и в отношении облика окружающих. Встречая человека с лицом, слишком «омоложенным» с помощью пластики (или любым другим нефизиологическим способом) – лицом-маской, наш мозг, не найдя в своем хранилище файла с нужным эталоном,

начинает бить тревогу и давать сбои: «Чужой! Чужой! Объект не опознан!» На уровне сознания мы этого не понимаем, но почему-то чувствуем подсознательный дискомфорт или неловкость. Мы даже не подозреваем, какое количество критериев для оценки возраста человека хранится в нашем мозге – фигура, вес, походка, сутулость, посадка головы и так далее. Неужели вы думаете, что можно обмануть мозг – самообучающийся компьютер, в базу данных которого ежеминутно поступает информация в течение всей нашей жизни? Ученые из Йельского университета решили выяснить, каким образом мимика – форма бровей, век и морщинок – влияет на общее восприятие выражения лица. Для этого они сделали фотографию женских глаз и при помощи графического редактора изменили изображение, добавив морщинок, приподняв или опустив уголки век, изменив форму бровей. Получив таким образом шестнадцать различных выражений одного и того же лица, исследователи предложили двадцати испытуемым дать заключение каждой фотографии: оценить семь основных эмоций (усталость, счастье, удивление, злость, грусть, отвращение и страх) от 0 до 5 баллов.

К удивлению ученых, оказалось, что именно те изображения, изменения в которых имитировали результаты различных пластических операций (подтяжки век или бровей), набрали наибольшее число баллов по негативным эмоциям, так как участники эксперимента сочли, что лица с такой мимикой – злые и усталые (*выводы, сделанные в этом исследовании, опубликованы в американском журнале Plastic and Reconstructive Surgery*).

«Значительное число людей делают пластические операции по изменению формы век, подтягивают кожу на лбу и лице, стремясь не только выглядеть моложе, но и сделать выражение лица более приветливым, – говорит один из авторов исследования Джон Персинг. – Проведенный нами эксперимент заставит многих задуматься о целесообразности подобных операций. А тем, кто все же решится на них, можно дать простой совет: лучше меньше, да лучше. Умеренность в этом вопросе будет вам только на пользу: зачем делать подтяжки, которые только усилят общее впечатление усталости на вашем лице и, как следствие, еще больше состарят его?»

Далее Персинг пишет: «Наши глаза, веки, брови невербально выражают самые разные эмоции, общие для всех людей. Как показало наше исследование, совершенно незначительное изменение может самым серьезным образом повлиять на то, как окружающие воспринимают наше настроение и возраст».

В современном мире имидж значит очень много и всегда идет рука об руку с уверенностью в себе.

Многие инвестируют в улучшение собственной внешности, полагая, что это поможет им двигаться вверх по карьерной лестнице или отсрочит момент увольнения на пенсию. За последние годы тенденция выглядеть моложе своих лет стала нарастать. И специалисты прогнозируют, что ценность внешней привлекательности вообще и эталона вечной молодости в частности будет только расти: хочешь быть успешным – выгляди здоровым, молодым и полным сил.

Мужчинам и в этом случае легче – стилист, тренажерный зал, правильное питание без злоупотреблений и любой хороший массаж лица и тела уже на 80 % продвинут их к цели. Мужчину не портят так как женщину морщины (вспомните знаменитых французских актеров – Фернандела, Бельмондо).

Более слабое костно-мышечное строение женского скелета и более чувствительная нервная система делают лицо (и тело тоже) более податливым и ранимым к приходу возрастных изменений. Естественное желание каждой женщины выглядеть молодой, красивой, ухоженной наталкивается на суровую к ней в этом отношении природу.

Большая удача, если она одарила женщину этими достоинствами. В любом случае «выезжать» на Природе, пользуясь исключительно домашними средствами для поддержания молодости, можно только до определенного возраста. Рано или поздно наступает тот момент, когда женщины начинают задумываться о более интенсивных средствах ухода, профессиональных методах, аппаратных средствах. Они расспрашивают подруг, читают рекламные буклеты: где,

по какому адресу, в каком салоне появились новинки – пилинги, маски, аппаратура. В отношении последней, что подруги, что реклама, расписывая новый аппарат или капсулу, обычно используют такой лексикон: «Это что-то потрясное! Какой дизайн! Там можно сделать все – столько программ! Это что-то абсолютно новое, такого нет нигде! Класс (шик, супер)!» На самом деле слово «новинка» применительно к аппаратуре имеет отношение разве что к дизайну и комплектации, то есть определенному набору программ в одном аппарате или к комплектации нескольких приборов в одном. Потому что суть аппаратных процедур – в определенных физических воздействиях, каждое из которых давно изучено, и ничего нового природа еще не создала (или ученые еще не открыли). В основном все они работают только с кожей: способствуют более глубокому проникновению крема за счет улучшения ее пропускной способности, временно активизируют кровообращение (электро– и ионофорез, ультрафонофорез, электростимуляция, гальваника и микротоки, магнито– и электромагнитная терапия) или делают ее шлифовку с помощью лазера, ультразвука.

Кстати об **ультразвуке**. Ударная волна ультразвука, применяемого для пилинга, выравнивает кожу путем разрушения волокнистых структур дермы. Но тот же самый «ударный» эффект будет, соответственно, ослаблять и каркасные функции дермы, вызывая в дальнейшем обвисание кожи. Кроме того, при воздействии ультразвука на кожу возникает микровибрация клеток, которая ведет к нарушению структуры митохондрий и других клеточных структур, что снижает их функции по синтезу белков и многим другим негативным последствиям. Способность ультразвука разрывать оболочки клеток нашла применение в биологических исследованиях, например, при необходимости отделить клетку от ферментов. Ультразвук используется также для разрушения таких внутриклеточных структур, как митохондрии и хлоропласты с целью изучения взаимосвязи между их структурой и функциями.

Другое применение ультразвука в биологии связано с его способностью вызывать мутации. Исследования, проведенные в Оксфорде, показали, что ультразвук даже малой интенсивности может повредить молекулу ДНК.

Эффект временной подтяжки кожи при воздействии ультразвуком объясняется действием ее ударной волны. Ну, и как, по-вашему, должна прореагировать кожа? Сжаться от стресса, съежиться в ожидании очередного удара. А когда отойдет – «оттянется» на славу, расслабитесь всласть, причем не только в переносном, но и в буквальном значении этих слов.

Как уже говорилось выше, воздействие **фото– и лазерными приборами**, рекламирующимися как «стимулирующие синтез коллагена», призвано увеличивать его количество в коже. Для достижения этого эффекта используется принцип нагревания коллагеновых волокон до 55 °С, в результате чего они сворачиваются в «мертвый» коллаген, не способный выполнять функции основного увлажнителя кожи. Такое травмирование приводит к тому, что наша кожа в аварийном порядке старается произвести новый коллаген. Какое-то время в коже находится как бы двойной слой коллагена, что и должно по замыслу разработчиков дать визуальное улучшение вида лица. На самом деле оно хорошеет только на первых порах: пройдя этап накопления коллагена и временной стабилизации, кожа начинает тесно спаиваться с подлежащими тканями. Конечно, производители настаивают, что их аппаратура «приводит к продуцированию в коже здорового коллагена», но, как говорится, обратный факт налицо. Прогнозы специалистов были весьма пессимистичны еще в самом начале выхода подобных приборов на рынок и, к сожалению, оправдались: один из лучших пластических хирургов Москвы Владимир Тапия-Фернандес отметил в интервью, насколько сложнее становится работать с кожей, потерявший в результате таких процедур свои физиологические свойства (и, соответственно, прогнозировать результат операций).

Наверное, все обращали внимание, что в преклонном возрасте люди по типу своей кожи делятся на две категории. У одних кожа становится сухой истонченной и сыплется как песок. У других, наоборот (и это не всегда имеет отношение к весу), утолщается. К последнему вари-

анту часто приводит нарушение лимфодренажа, который в свою очередь провоцирует коллагеноз кожи – внутри она начинает делиться быстрее, в то время как верхний ее слой не успевает сходить, и кожа, всегда находясь в условиях переувлажнения, утолщается – «матерееет». «Омолаживание» вышеописанным способом со временем также приведет кожу к подобному состоянию. Ведь чтобы воспрепятствовать чрезмерному растяжению кожи (вызванному ростом излишнего коллагена, наполненного водой), организм начинает продуцировать плотную фиброзную ткань. Поэтому, естественно, пластическим хирургам и тяжело работать с такой кожей и прогнозировать результат – ведь она теряет свои эластичные свойства. Сейчас подобные процедуры «омоложения коллагена» стали очень модны. Многие делают их неоднократно. Неужели никто не замечает, как (не сразу, но спустя какое-то время) странно начинает выглядеть кожа? Гладкая, ухоженная, будто только после посещения косметолога – так смотрится она издали. Вблизи производит странное впечатление – утолщенной, «заматеревшей» изнутри, по типу мужской (и это тонкая женская кожа!). Кожа век тоже становится более плотной и при деформации костных структур (к примеру, возрастного сужения орбит) начинает закладываться странными плотными валиками, глаза при этом кажутся запавшими. Любая технология, направленная на прогревание коллагена (лазерная, фото-, термаж), или их синтез в любом случае будут приводить к таким последствиям – утолщению кожи и появлению плотного второго подбородка, особенно в условиях плохого лимфодренажа. Единоразовый запущенный процесс коллагеноза и последующего фиброза кожи остановить будет уже невозможно.

Несмотря на пятидесятидвулетний опыт использования **мезотерапии** большинство специалистов склоняются к ее запрету в косметологии – слишком большое количество осложнений возникает после применения этого инвазивного способа. Ведь по сути мезотерапия – это не безобидные «уколычики», применяемые локально как филеры, а внутривенные инъекции, вводящие в организм человека длинный список ингредиентов, постоянно пополняющийся благодаря стараниям фармацевтических корпораций. Практически все они являются лекарственными препаратами и, нарушая баланс в организме, способны привести к множеству заболеваний. Многие статьи о мезотерапии посвящены этим осложнениям, «в число которых включены некрозы и абсцессы кожи, панникулит, системная красная волчанка, крапивница, псориаз, споротрихоз, микобактериальная инфекция», – пишет Наталия Полонская, кандидат медицинских наук, доцент кафедры кожных и венерических болезней ФУВ РГМУ, главный врач корпорации эстетической медицины «Оптимед» (Москва). К тому же возникающая зависимость кожи от поставок к ней питательных веществ извне также делает свое черное дело (о механизме этого явления будет рассказано ниже).

Увы, последние исследования в отношении последствий введения **гиалуроновой кислоты** также неутешительны.

«Удержание влаги с помощью введенной гиалуроновой кислоты влияет на изменение интерстициального давления соединительной ткани, в норме имеющего отрицательную величину. В процессе старения в дерме постепенно происходит изменение давления, развивается онкотический отек. В присутствии экзогенных метаболитов гиалуроновой кислоты отекаемость неизбежно прогрессирует. В результате блокируются артериовенозные капиллярные шунты, происходит сдавливание концевых лимфатических капилляров и закономерно развиваются трофические и метаболические нарушения. Позитивный результат первого этапа (гидратация тканей и расправление морщинок) через несколько недель (или после повторных процедур) может перейти в негативный результат (ускорение процессов естественного биологического старения, снижение напряженности местного иммунитета, замедление процессов регенерации и понижение напряжения кислорода в тканях). Филлеры на основе гиалуроновой кислоты гораздо более безопасны, их введение проводится строго локально и однократно», – пишет Тийна Орасмяэ, врач-косметолог, директор учебного центра повышения квалификации косметологов Academie Meder (Франция).

Что касается так полюбившихся народу инъекций **ботулина**, многие, как говорится, подсели на этот спасительный от морщин эликсир. Хотя прекрасно знают, что это яд нервнопаралитического действия, подобный тому, что в грибочках заводится и от которого даже реанимация не всегда спасает. Понятно, что никто, слава Богу, от малой «косметической» дозы ни умереть, ни заболеть не сможет. Но, тем не менее, исследования показывают, что токсин ботулизма при многократном использовании способен накапливаться в организме и блокировать нейроны. А так как колют его в мимические мышцы лица, то, естественно, повышенной зоной риска окажется мозг (как ближайшая структура).

Как показывают американские исследования (Университета Висконсин-Мэдисон), сразу после инъекций ботокса нарушается понимание устного текста. По словам руководителя исследования Дэвида Хаваса, испытуемым после процедуры требовалось больше времени, чтобы сформулировать мысли или осмыслить сказанные фразы.

Ну и кого это волнует? Стало быть, мало кто этой частью организма пользуется, поэтому хай с ним, с этим мозгом, главное – лицо без морщин!

Но и это не совсем правда. С таким утверждением выступили дерматологи Медицинского колледжа в Нью-Йорке. По их мнению, инъекции ботокса приводят к преждевременному старению. Попадая в мышцу, ботокс парализует ее, однако в мимическом процессе участвует много других мышц, и если одна из них перестает работать, то другие активизируются. В результате появляются новые морщины, более выраженные (даже Интернет уже «подметил», что при улыбке у звезд кино, подсевших на ботокс, появляются «кроличьи морщинки» на боковой стороне носа).

Как видите, найти абсолютно безопасные и в то же время эффективные процедуры крайне сложно. Временное улучшение вида лица за счет явной стимуляции его старения – не слишком ли высока цена? Вообще в нашем мире все определяется ценой – и не только ценой денег, но и ценой утраты здоровья и молодости. Просто каждый раз необходимо взвешивать, адекватна ли цена полученного эффекта цене возможных осложнений.

Хотя желание оставаться молодым зачастую сильнее страха испортить себе кожу. Заканчиваются надежды на лифтинговые кремы – приходит черед лифтинго-аппаратных процедур. Но и они уже не справляются с новой субстанцией, коей становятся мягкие ткани (кожа и мышцы) после всех внедрений. Поэтому проблемы в работе с незнакомым материалом возникают не только у пластических хирургов – с неожиданными сюрпризами начинают сталкиваться и косметологи: те из них, кто работает с миостимуляторами, гальваникой и прочей электроаппаратурой, обеспечивающей временную подтяжку кожи. Казалось бы, дозированная нагрузка, прошедшая апробацию годами, не может вызвать осложнений. Но, увы, рассчитанная на здоровые параметры кожи и мышц, она способна привести к непредсказуемым реакциям тканей, поврежденных ботулином и другими инъекциями. К примеру, неравномерный тонус мышц, почти не заметный до процедуры, может после нее вдруг всплыть «во всей красе» – один глаз разверзнется, другой – окажется в птозе (то есть произойдет опущение верхнего века), или все лицо излишне напряжется, скукожится.

В итоге кумулятивный эффект накопления под кожей и в мышцах остатков «былой роскоши» приведет к тому, что такое лицо сможет принимать без риска осложнений только абсолютно физиологические процедуры, типа ручного массажа или той редкой аппаратуры, которую организм воспримет с радостью, как помощь собственным ресурсам.

Неудовлетворенные аппаратными «спецэффектами» переходят к более «тяжелой артиллерии», а когда и этого оказывается мало, решаются на самый радикальный метод – пластическую операцию, подвергая себя риску, боли и стрессу.

Бытующий миф о растяжении кожи приводит к тому, что в попытке иметь «натянутое» лицо мы безжалостно иссекаем ее, вместо того чтобы восстановить тот усохший каркас, на который она натянута.

К сожалению, результат даже успешно, без осложнений проведенных операций зачастую ниже ожидаемого или недолговечен. И это естественно. После первичного взлета, приведшего к обновлению тканей, необходимо поддерживать их жизнедеятельность. Но ведь биологически человек продолжает стареть – изношенные механизмы кровообращения и нервного регулирования, призванные обеспечивать функционирование новых структур, оказываются не способными длительное время удерживать молодость на отдельно взятом участке организма.

Глава 4. Они нас – колдовством, а мы их – естеством



Физиологические ресурсы и методы омоложения капилляров

Как мы уже убедились, приобрести действительно хороший крем на нашем косметическом рынке достаточно проблематично, и рассчитывать на то, что питание нашей кожи извне, за счет кремов, окажется стопроцентно эффективным, полезным и безвредным, не приходится. Тем более что природное питание изнутри ни в коей мере несравнимо с нашей попыткой питать ее снаружи различными кремами, как бы хороши они ни были.

При этом кожа, находясь дальше всего от жизненно важных органов, обеспечение которых для организма более приоритетно, перестает получать питание изнутри в первую очередь. Этим и объясняется такое быстрое и заметное глазу ее старение. Находясь на периферии, кожа первой принимает на себя удары окружающей среды в виде ветров, морозов и прочего, а кроме того она практически лишена помощи изнутри. Ведь обеспечивают коже внутреннее питание (плазмой крови) и насыщают полным набором питательных веществ и микроэлементов только капилляры. «Только их артериальные петли несут питательные вещества каждой клетке (кислород, аминокислоты, глюкозу, электролиты, витамины), а венозные удаляют метаболиты, продукты клеточного обмена» (А. С. Залманов). Только через капилляры к дерме, а оттуда и к верхним слоям кожи подается тот «коктейль» сбалансированного питания, над повторением которого безуспешно бьются все косметологи мира.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.