

Estetyczny problem – cienie i opuchnięcia pod oczami

Kłopoty z cieniami i sińcami pod oczami wbrew pozorom dotyczą nie tylko osoby zmęczone i niewyspane. Efekt ciemnego koloru skóry często wywołany jest takimi czynnikami jak budowa anatomiczna i metabolizm (uwarunkowane genetyczne), a także proces starzenia się, czy zaburzenia krążenia.

Skóra wokół oczu jest bardzo cienka i delikatna. Znajduje się tu znacznie mniej gruczołów łojowych i tkanki tłuszczowej niż w innych partiach twarzy. Nic zatem dziwnego, że właśnie oczy i ich okolice jako pierwsze zdradzają, w jakiej jesteśmy kondycji. Sińce i obrzęki powodują, że twarz wygląda na zmęczoną. Cienie i opuchnięcia pod oczami często powstają po nieprzespanej nocy, ale bywają też skutkiem czynników, na które mamy mały wpływ. Mowa tutaj o obrzękach związanych z zaburzeniami krążenia, o przeroście tkanki tłuszczowej w dolnej powiece, a także o tak zwanej dolinie łez. Na szczęście na każdy rodzaj tych przypadłości istnieje jakaś skuteczna metoda.

Mroczne cienie

Kiedy jesteś **zmęczona i niewyspana**, pod twoimi oczami zaczynają pojawiać się cienie. Dzieje się tak, ponieważ w tym miejscu dochodzi do zastojów krwi i limfy. Aby go zniwelować, najlepszym lekarstwem będzie odpowiednia dawka snu. Możesz też zastosować krem, który poprawi mikrokrążenie, oraz delikatny masaż.

Trudniej będzie ci usunąć **cienie pod oczami**, które są stałe. Występują one najczęściej, gdy w dolnej powiece dochodzi do za-



niku tkanki tłuszczowej oraz ścięczenia skóry. Wtedy drobne naczynia włosowate po prostu prześwitują przez ciekłą skórę i są widoczne jako sinofioletowe cienie. Dodatkowo z wiekiem skóra pod oczami staje się mało sprężysta, a zaniki tkanki tłuszczowej tej okolicy powodują powstawanie nadmiaru skóry i uwypukniają wizualnie jej wiotkość. To wszystko sprawia, że światło pod oczami odbija się w niekorzystny sposób, powodując i uwypukniając cienie. Dr Marek Wasiluk z warszawskiej kliniki Triclinium twierdzi, że w tym przypadku trzeba zadziałać kompleksowo – znakomicie sprawdzi się tu **zabieg frakcyjnej radio-**

frekwencji mikroigłowej. RF mikroigłowa polega na jednoczesnym nakłuwaniu i podgrzewaniu skóry. Mówiąc dokładniej, głowica urządzenia jest wyposażona w dwadzieścia pięć mikroigieł, które w momencie nakłuwania skóry są podgrzewane na całej długości. To sprawia, że w trakcie wykonywania zabiegu skracają się istniejące włókna kolagenowe, a w dłuższej perspektywie stymulowane jest powstawanie nowego kolagenu, skręcenie i zagęszczenie jego włókien oraz budowa nowych wiązań pomiędzy nimi. Dzięki temu uzyskamy efekt jędrniejszej, grubszej i bardziej elastycznej skóry, która z pewnością

zakryje nieestetycznie prześwitujące naczynia krwionośne. RF mikroigłowa przy okazji rozwiązuje również problem zmarszczek i wiotkości skóry pod oczami. Zabiegi frakcyjnej RF mikroigłowej warto połączyć z zabiegami mezoterapii igłowej i podaniem niewielkich ilości rzadkiego kwasu hialuronowego w celu uzupełnienia ubytków tkanki tłuszczowej.

W okolicy oczu pojawiają się również innego rodzaju defekty estetyczne, uwypuklające cienie i nasilające wygląd zmęczonej twarzy. Zmiany te nazywane są tzw. **doliną łez** i powstają w wyniku głębokich ubytków tkanki tłuszczowej rozciągających się bocznie od nosa, pod oczodołem. Objawia się to powstaniem zapadnięć pod oczami w postaci długiego i wąskiego zagłębienia przypominającego dolinę, stąd nazwa. Osoba, która ma taką przypadłość, wygląda na permanentnie przemęczoną i starszą niż jest w rzeczywistości. Dolina łez powstaje niezależnie od wieku, czasem również u ludzi relatywnie młodych. Duże znaczenie w nasileniu jej występowania ma kształt kości twarzoczaszki, grubość tkanki tłuszczowej na twarzy, a także narastanie procesów starzenia oraz tryb życia.

Doktor Marek Wasiluk tłumaczy, że w takich przypadkach najlepiej zdecydować się na zabieg wypełnienia ubytków. Można to zrobić wstrzykując **kwas hialuronowy** lub **kwas polimlekowy**. Wstrzyknięcie kwasu hialuronowego pozwala na uzyskanie natychmiastowego efektu wypełnienia doliny łez, który utrzymuje się przez ok. półtora roku. Natomiast kwas polimlekowy nie jest typowym wypełniaczem. Na efekty zabiegu trzeba czekać nieco dłużej, ale za to są one bardziej naturalne i długotrwałe. Kwas polimlekowy stymuluje syntezę endogennego kolagenu, dzięki czemu tkanki odbudowują się w naturalny sposób.

Kłopotliwe obrzęki

Obrzęki powieki dolnej mogą pojawiać się w każdym wieku. Często

są uwarunkowane genetycznie, ale sprzyjają im też inne schorzenia np. choroby nerek i wątroby, ogólna niewydolność krążenia, alergie, niedoczynność tarczycy lub zaburzenia hormonalne. Najczęściej wywołane są niewielkimi zastojami, które powstają nocą, kiedy śpimy w pozycji horyzontalnej. Skurcze mięśni mimicznych, które zwykle pomagają w przepływie krwi, są wówczas znacznie ograniczone. W ten sposób woda i toksyczne produkty przemiany materii pozostają w tkance podskórnej i powstaje obrzęk.

Aby zniwelować obrzęki pod oczami, najlepiej stosować **masaż i drenaż limfatyczny**, które usprawnią krążenie. Można również skorzystać z zabiegów **mezoterapii igłowej**, które polegają na podaniu w tkankę za pomocą igły preparatów odżywiających, zmniejszających obrzęk i poprawiających mikrokrążenie. Warto także zastosować zabiegi **radiofrekwencji kontaktowej**, które polegają na ogrzaniu tkanek za pomocą specjalnej głowicy, co także pozwala zniwe-

lować obrzęki i pozbyć się toksyn poprzez stymulację przepływu krwi.

Nieestetyczne worki tłuszczowe

Nieestetyczne, opuchnięte **worki pod oczami** mogą być wywołane **przerostem tkanki tłuszczowej** pod dolną powieką. Może się tak dzieć w wyniku przewlekłego obrzęku, zaburzenia metabolizmu komórek tłuszczowych i gromadzenia się (zamiast efektywnego wydalania) produktów przemiany komórkowej. Do najczęściej stosowanych zabiegów, mających na celu zlikwidowanie worków tłuszczowych, należą: **lipoliza iniekcyjna i blepharoplastyka powiek dolnych**. Lipoliza iniekcyjna to zabieg polegający na ostrzykiwaniu poduszeczek tłuszczowych substancją rozpuszczającą tkankę tłuszczową. Blepharoplastyka powiek dolnych jest natomiast niewielkim zabiegiem chirurgii plastycznej, polegającym na nacięciu tuż pod dolnymi rzęsami i usunięciu nagromadzonego tłuszczu.



foto: fotoserwis xxx