

cesta

text **DAVINA CATT**

do

hlubin

—Nikdy není pozdě vrátit se k prověřeným základům. To, že na nich teď stavějí některé inovativní techniky a technologie pro péči o pleť, je lahodná třešinka na dortu, jak se během spanilé jízdy nejnovějšími klinikami přesvědčila na vlastní kůži novinářka *Davina Catt*.

Vzpomínáte si na doby, kdy bylo vrcholem péče dopřát si jednou za půl roku hloubkové čištění pleti u kosmetičky? Nyní se to jeví jako pravěk, protože kosmetika pokračuje ve svém rychlém vzestupu (celosvětový trh s kosmetickými produkty by měl v roce 2027 dosáhnout objemu 650 miliard dolarů). Trh masivně a neúnavně zásobují značky neustále vylepšovanými produkty, které se hodí, pro cokoli vás jen napadne, a neustále se vyvíjejícími technologiemi, co získávají razítko úřadů. Ocitli jsme se ve světě Doriany Graye, kde nejsme schopni čelit realitě procesu stárnutí – libujeme si v nových recepturách s účinnými látkami, intenzivních postupech péče o pleť a rychle působících ingrediencích, které tiší naše úzkosti a obavy. Kolik přípravků ale naše kožní buňky skutečně zvládnou pojmout? Zvláště když výzkumy ukazují, že pokožka dokáže vstřebat jen zlomek toho, co na ni nanese.

Nová sezona je často příležitostí k tomu, abyste se zamysleli nad tím, jak pečujete o pleť. A letos na podzim se pomyslné kyvadlo vrací k péči ve stylu „back to basics“. Nejedná se ale o žádný návrat k heslu „čištění, tonizace, hydratace“, které je stále zakořeněné v povědomí všech mileniálů, ale jako každé moderní řešení je nyní založené na vědě. Jde o inovativní, neinvazivní postupy, které vám mohou přinést dlouhodobé výsledky bez chirurgických zákroků a starostí.

Prožíváme období mohutných změn, které narušují naše chápání doposud platných pravd, ať skutečných, či domnělých, a v řadě z nás budí jistou podezřavost. Třeba kvůli AI mě trápil zejména dopad neustálého trávení času u displeje, které způsobuje ztrátu pevnosti a nedostatečně vykreslenou konturu čelisti, takže jsem byla (jakožto někdo, kdo se zatím nevydal cestou invazivních zákroků) zvědavá, co mi mohou nabídnout staré postupy masírování obličeje založené pouze na pohybu rukou. Uznávaný odborník na péči o pleť a estetickou medicínu dr. David Jack si nedávno otevřel druhou luxusní londýnskou kliniku: nové studio SkinTech kombinuje jeho holistický přístup a nejmodernější techniky péče o pleť, do značné míry ovlivněné starobylými korejskými postupy. Korejská technika golki

znamená „energie kostí“ – tato podoba masáže je proslulá tím, že podle Jackových slov dokáže docílit liftingu a tvarování pleti tím, že stimuluje specifické akupresurní body a manipuluje obličejovými svaly. Po bukální masáži a stimulaci zevnitř tváří, kdy můj obličej procházel stlačováním a natahováním, až jsem si připadala jako Joker, jsem ale nepozorovala žádnou zarudlost ani nic podobného a měla jsem pocit, že jsem si prošla pořádnou péčí o obličej a odcházím s jasněji vyřýsaným tvarem písmene V. Mezi jednotlivými sezeními se podle dr. Jacka vyplatí udržovat svaly v pohybu pomocí takových procedur, jako je začlenění jednoduché lymfodrenáže do každodenního čištění – opakování tahů směrem nahoru stimuluje krevní oběh a zbavuje obličej tekutin.

„Vnitřní lifting“ mě zajímal i nadále, takže jsem se ocitla přede dveřmi další londýnské hvězdy, která si získala uznání za osobité pojetí masáží obličeje, Guendaliny Gennari, známé jako The Skin Sculptor. Její nově otevřená klinika v Londýně přitahuje filmové hvězdy s výraznými obličejí, jako je Gillian Anderson, svým „tvaryjícím liftingem s bukální masáží“. Stává se útočištěm pro všechny, kdo mají panickou hrůzu z injekcí (nebo i pouhého retinolu) jako já, a pro zmíněné herečky, které chtějí, aby se jejich obličej i nadále hýbal. Gennari se narodila v Itálii a za předání „energie“ do svých rukou vděčí svému dědečkovi, pranickému léčiteli. Když mi prsty brnká po obličejí jako klavíristka, nemůžu než souhlasit s jejím tvrzením, že její svébytná technika se zaměřuje na energickou masáž a stimulaci vazů a svalových fascií. Masáž obličeje podle ní přirozeně stimuluje tvorbu kolagenu a hydrataci k okysličením buněk a pokožky. Používá také jemnou manuální extrakci a lékařský kyslíkový sprej napuštěný vitaminy a kyselinou hyaluronovou, takže odcházíte zcela vyčištění, hydratovaní a vyrýsovaní, tím pádem se vám podobně jako mně může vrátit pocit bezstarostné dvacítky – připouštím, že to způsobuje každé cvičení. Gennari mi vysvětlila, že jde především o důslednost, ale efekt každé tvarující masáže by měl vydržet asi deset dní. Bylo osvěžující, když mě ujistila, že moje jed-

vlastní

noduchá kosmetická rutina tvořená třemi či čtyřmi produkty, tedy čistícím přípravkem, sérem a hydratačním krémem, je v pořádku a že ráno můžu použít sérum s SPF a vitamínem C.

Jakmile jsem se díky liftingovým a tvarovacím masážím zbavila obav, že se budu muset vyrovnat s mohutným povislým lalokem, začala jsem přemýšlet o své další posedlosti: jak bych mohla nadále dosahovat co nejlepších výsledků v boji proti stárnutí prostřednictvím kvalitních přípravků, aniž bych svou citlivou pleť přesytila a způsobila si záněty, kterými jsem dřív trpěla. S tolika protichůdnými názory, které se šíří v kosmetickém prostředí, jsem nedokázala odhadnout, jestli mám růžovku způsobenou špatným stavem střev (mikrobiomem je teď kosmetický průmysl posedlý), nebo je moje pleť jen vystresovaná a posetá pihami. Když jsem při psaní tohoto článku na jedné akci zahlédla fascinující devadesátiletou hvězdu Joan Collins, přála jsem si vrátit čas, abych napravila pubertu, kdy jsem se chtěla neustále opalovat (Collins svůj mladistvý vzhled přičítá tomu, že se vyhýbala slunci). Ale naštěstí se zdálo, že moje pigmentace je stále v počátečním stadiu. Co bych tedy mohla rychle udělat?

Je to dobrý začátek pro kompletní prohlídku pleti: Ridah Syed, vedoucí lékařka nové dermatologické a laserové kliniky Skinfluencer, ji zahajuje použitím pleťového skeneru Observ a důkladnou kontrolou kosmetické rutiny a potíží klientů. Zjistila, že většina péče, kterou jsem používala, byla takřikajíc „někde mezi“, tedy založena na kosmetické bázi. Místo toho mi doporučila medicínské řady kosmetiky, jako je Obagi, které mohou účinně působit nejprve na pigmentaci. „Nejlépe se na to hodí podzim, protože největším spouštěčem pigmentace je slunce,“ říká Syed. „A na pigmentaci je lepší se soustředit, když máte svůj základní odstín, ne opálenou pleť. Radí, abyste se na známky kožní pigmentace nejprve zaměřili v dermis. „S přibývajícím věkem se kožní pigmentace postupně dostává na povrch kůže a je stále tmavší a viditelnější.“ Řada Obagi používá podle jejích slov patentovanou technologii, takže dostává účinné látky až do dermis, kde mohou potlačit aktivitu melanocytů i povrchovou pigmentaci. Práce s pigmentací, odbourávání hyperpigmentace a poškození kůže způsobených sluncem jsou korunními klenoty této oceňované kliniky, která jako první svého druhu vzájemně kombinuje a vrství technologie z různých platforem a vytváří postupy, kterými mění pleť na buněčné úrovni – lasery se dokonce zaměřují na krev. „Používáme 532nm laser, jehož chromoforem je hemoglobin – tento laser zahřívá krev ve stěnách kapilár a sráží ji, čímž se kapilára zhroutí a přejde do lymfatického systému, takže ji tělo vyloučí,“ vysvětluje Syed.

Těm, kdo chtějí na podzim změnit péči o pleť, ale nevědí, jak na to, poradí Shane Cooper a jeho sada nástrojů, ze které vybírá to nejlepší pro pleť každého klienta. Sám sebe označuje za „strojaře“, jeho klini-

pleti

ka se soustředí na neinvazivní zákroky a využívá absolutně nejlepší lékařské technologie pro všechny mezi osmnácti a osmdesáti lety. Začínal domácími návštěvami u vysoce postavených klientů, kdy si přístroje vozil na zadním sedadle auta, ale později se usadil se v klidném starém londýnském domě, kde začal nabízet ošetření obličeje podložená jeho rozsáhlými poznatky o spojení mysli, těla a tlaku, který je vyvíjen na moderní ženy. Do jeho arzenálu patří mikroproudový přístroj, který působí na reedukaci, lifting a tvarování svalů, radiofrekvenční přístroj Tripolar, který stimuluje tvorbu kolagenu a podle Coopera posiluje pleť, Dermalux tri waves, LED světelnou terapii zaměřenou na záněty, hyperpigmentaci, bleskové odstranění bakterií způsobujících akné, a v neposlední řadě „kryopistole“, která jeho ošetření uzavírá tím, že do pokožky vystříkne účinné látky. Po Cooperově ošetření je pleť zářivá a vysoce hydratovaná, což je nyní dobře vidět na herečce Sienně Miller. Mezi jednotlivými sezeními si můžete pomoci i doma s jeho vybranou řadou pěti produktů – obzvláště se mi líbí kolagenový zpevňující krém, který vám dodá pocit jako po kosmetice.

Přidejte zdravý životní styl, udržujte cukr pod kontrolou, pijte vodu a užívejte doplněk stravy na noc – Restful Sleep od oceňované společnosti Lumity, který je jedním z produktů, jež pro ni vytvořila přední badatelka dr. Sara Palmer Hussey. Využila klinicky ověřené složky včetně bazalky posvátné, hořčičku, vitamínu D a dýňového oleje pro lepší kvalitu spánku, zvýšení energie a noční obnovu buněk.

V době, kdy člověk naráží na tolik protichůdných názorů na péči o pleť, jsem jako kosmetická redaktorka na hře zvané kosmetika stále poměrně závislá. Ridah Syed souhlasí s tím, že neustálé střídání a zkoušení přípravků může mít na pleť negativní vliv. Posunem může být vytvoření individuálního plánu péče a vztahu s kosmetičkou. Také Cooper rychle ujišťuje klienty, že dokonalá pleť neexistuje, a radí jim, aby si našli základní režim péče o obličej a spojili ho s SPF.

Složitě neinvazivní technologie a techniky nebyly nikdy tak jednoduché a převratné a v tak dobrých rukou. **CS**

—Vogue atd.

Zmíněné odborníky najdete na Drdavidjack.com, Guendalinatheskinsculptor.com, Skin-fluencer.com a Shanecooperuk.com. Davinu Catt můžete sledovat na IG [@davina.catt](https://www.instagram.com/davina.catt).