



HOLÍ-NEHOLÍ, BOLÍ-NEBOLÍ

Upozornenie: nasledujúce metódy boli testované na ľuďoch. Dobrovoľne. Prežili všetci. Len preto, aby ste to vy mali pri holení ľahšie.

Vlete je dopyt po nahej hladkej pokožke najväčší a len máloktorá čajočka sa odváži vyjsť v ultrakrátkej sukienke s neoholenými nohami. Bežné holenie vyžaduje tráviť čas v kúpeľni častejšie, ako by ste chceli, preto sme si vzali v EVE na mušku zopár epiláčnych metód, ktorých efekt je dlhodobejší až trvalý. Princíp „kratšia palička berie“ rozhodla o dobrovoľných testovacích králikoch a tu sú výsledky.

EPILÁCIA VOSKOM

Ako to funguje: Strhávanie chĺpkov voskom patrí medzi mechanické metódy epilácie, ktoré vytrhávajú chĺpok ťahom. Je to pomerne bolestivá metóda, ktorú možno absolvovať zahorúca, zastudena, v salóne alebo doma (pre tie odvážnejšie). Vosk sa musí na niečom zachytiť, preto je potrebné, aby boli chĺpky odrastené, čo mnoho žien vníma ako nevýhodu. Pozor na teplý vosk by si mali dávať aj dámy so sklonom k praskaniu cievok. Chĺpky sa po epilácii objavajú až o 2 – 3 týždne. Po niekoľkonásobnom vytrhnutí sa ich rast môže dokonca oslabiť. Napriek niekoľkým spomenutým negatívam patrí epilácia voskom medzi najobľúbenejšie a najvyhľadávanejšie. Finančne a časovo je nenáročná a vhodná ako rýchle riešenie pred dovolenkou.

Testovala: Andrejka – oblasť bikin.

Čo to stojí: 250 Sk

Plusy a mínusy: „Priznám sa, pred samotnou epiláciou som týmto výberom nebola veľmi nadšená. Po prvé preto, že všetci, ktorým som sa pochválila, čo idem absolvovať, na mňa pozerali s veľavravným pohľadom typu: úprimnú sústrasť. Druhá vec, ktorá ma mierne zaskočila, bol fakt, že som si musela nechať narásť chĺpky do dĺžky cca 5 mm. A to už je na môj vkus dosť veľká džungľa... Samotný zákrok ma však prekvapil pozitívne. Bolo to bleskové (všetko, od nanesenia teplého vosku, priloženia epiláčneho prúžku až po jeho strhnutie, vrátane aplikácie upokojujúceho olejčeka, trvalo maximálne 5 minút) a nezdalo sa mi to vôbec bolestivé. Zákrok som si predstavovala oveľa hororovejšie. Minusom je fakt, že epilovaná oblasť bezprostredne po zákroku mierne krvácala a začervenanie trvalo asi dva dni. V konečnom dôsledku hodnotím tento experiment ako ideálny pred 14-dňovou dovolenkou, pretože po tomto čase už chĺpky začali pomaly dorastať.“

Hodnotenie: ★ ★

Kontakt: Štúdio lekárskej kozmetiky CosMed, Apollo Business Center, Mlynské nivy 45, Bratislava, tel: 02/5341 2040, www.cosmed.sk

EPILÁCIA LASEROM

Ako to funguje: Princíp laserovej epilácie spočíva v tom, že ciele nevedený laserový lúč je selektívne vycitávaný vo farbive vlasu, tzv. melaníne. Melanín s laserom zreagujú, uvoľní sa teplo a to poškodí vlasový korienok a jeho okolie. Ak sa naruší aj rastová zóna vlasu, vlas zaniká a už sa neobnovuje. Ideálna kombinácia na účinné „odchlpenie“ je svetlá pokožka a tmavé, hrubé chĺpky. Pri takomto type ochlpenia stačí absolvovať 3 až 5 sedení, aby sa dosiahlo 80- až 90-percentné preriedenie. Ak sú chĺpky jemnejšie a svetlejšie, je potrebných minimálne 6 až 8 ošetrení. Ošetrenie sa obvykle vykonáva v intervaloch 6 až 8 týždňov (tvár) a 8 až 10 týždňov (oblasť bikin, nohy, podpažšie).

Testovala: Milka, redaktorka – oblasť podpažšia a bikin.

Čo to stojí: 2 500 Sk za podpažšie, 3 500 za bikin.

Plusy a mínusy: „Najskôr som mala absolvovať epiláciu podpažšia. Hneď na druhý deň som mala naplánovaný výlet do zahraničia, preto som sa bála, či nebudem musieť volať prvú pomoc. Dokonca som sedenie chcela zrušiť, ale upokojili ma, že nič hrozné ma nečaká. Mali pravdu (úsmev). Ako absolútne plus vidím, že som si chĺpky pred ošetrením mohla úplne oholiť. Celý zákrok trval pri podpažší len nejaké 2 – 3 minútky a pri bikinách cca 5 minút, takže sa naň dá odbehnúť aj počas obedňajšej prestávky. Epilácia prebieha formou impulzov, ktoré jemne štipkajú. Určitú bolesť teda cítite. Tento laser má však dynamické chladenie, preto som nepotrebovala žiadne drievko medzi zuby, aby som to vydržala. Pokožka bola po zákroku ešte chvíľu mierne červená, ale nič ma nepáľilo ani neštípalo. Po polhodinke som si ani nespomenula, že som procedúru podstúpila. Už na druhý deň som mohla používať dezodorant a nijaké obávané nepriaznivé reakcie sa neobjavili. Po ošetrení trvalo približne týždeň, kým mi chĺpky vyrástli a potom samovoľne vypadli, ale nebolo to nič tragické. Navyše, chĺpky mi vôbec nezarastali, čo sa mi pri holení žiletkou bežne stávalo. Ak by som sa mala rozhodnúť, či investujem do lasera, alebo do ďalších desiatich žiletiek, gélov a krémov po holení, tak si jednoznačne vyberiem laser, pretože ten pocit je na nezaplatenie. Škoda len, že mám na rukách a nohách „nevýhovujúce“ svetlé chĺpky. Inak by som už mala dohodnúť ďalší termín.“

Hodnotenie: ★ ★ ★ ★

Kontakt: Laserové centrum Paracelsus, Hubeného 2, Bratislava, tel: 02/4487 2160, www.paracelsus.sk

EPILÁCIA IPL

Ako to funguje: Takzvané intenzívne pulzné svetlo (IPL) využíva princíp selektívnej fototermolýzy podobne ako laser. Na rozdiel od lasera, ktorý má presne danú vlnovú dĺžku, IPL má k dispozícii vlnové dĺžky od 500 do 1200 nm a špeciálne filtre. Pomocou nich sa dajú meniť parametre dĺžok tak, aby vyhovovali danému typu pokožky a ochlpenia. Pri kratších vlnových dĺžkach je pohltivosť melanínu relatívne dosť vysoká, takže ich možno použiť na odstránenie svetlejších chĺpkov. Dlhšie vlnové dĺžky sa, naopak, využívajú na čierne chĺpky. Aj tu platí, že najideálnejšia kombinácia je svetlá pokožka a tmavé chĺpky. Počet sedení je individuálny. Pri ideálnych podmienkach treba asi 3 až 5 ošetrení, pri menej ideálnych 5 až 8 ošetrení. Zákroky sa robia v inervoloch 6 – 8 týždňov, lebo chĺpky sú v rôznych fázach rastu. Ideálne je podstúpiť toto ošetrenie v zimných mesiacoch, lebo pokožka by sa po zákroku minimálne 3 týždne nemala vystavovať priamemu slnku.

Testovala: Janka, obrazová redaktorka – podpazušie.

Čo to stojí: 3 000 Sk

Plusy a mínusy: „V centre, ktoré som navštívila, majú na epiláciu laser aj IPL. Moje chĺpky v podpazuší však boli jemnejšie a nie úplne čierne, preto sa rozhodli pre epiláciu pomocou IPL. Čo sa týka prípravy na ošetrenie, stačilo mať chĺpky oholené dva dni vopred, aby ich bolo mierne vidieť. Celý zákrok v oboch podpazušiach netrval ani päť minút a bol mierne bolestivý. Prirovnala by som to k podobným výbojom, ako keď vás kopne pokazený zapaľovač. Skôr to štekľí ako bolí. Pre mňa to bolo dosť dôležité, lebo podpazušie je jedno z najcitlivejších častí tela. Vzhľadom na to, že mám všeobecne veľmi citlivú pokožku, jemne mi sčervenala, ale o dva dni to už bolo v poriadku. Na ošetrenie som používala prvý deň iba čistú vodu. Na druhý deň som už mohla použiť aj dezodorant.

Trochu som bola sklamaná, že som si nemohla dať rovno depilovať aj predlaktia. Vtedy by som však niekoľko týždňov nemohla ísť na priame slnko v tričku s krátkymi rukávmi. Doktorka mi odporučila prísť na takúto epiláciu radšej v zime.

Čo sa týka dorastania chĺpkov, nechcelo sa mi čakať, kým mi samovoľne vypadnú, tak som sa oholila. Teraz vidím, že mi dorastajú redšie a na niektorých miestach nerastú vôbec. Nemusím sa už holiť každý tretí deň a to je super.”

Hodnotenie: ★ ★ ★

Kontakt: 1. laserové a dermatokozmetické centrum, Nobelova 34, Bratislava, tel: 02/4445 1125.

ORIENTÁLNA EPILÁCIA

Ako to funguje: Podobne ako epilácia voskom. Lepkáva hmota sa nalepiť na chĺpky a strhne ich aj s korenkami. Pracuje sa so zmesou z včelieho vosku, bylínok a tropického ovocia. Je to tajná receptúra z Japonska, ktorá si vyžaduje špeciálne suroviny, preto je táto metóda finančne náročná. Chĺpky musia byť odrastené na 3 – 5 mm, hmota sa na epilované miesta nenatiera, ale pracuje sa s kúskom veľkým ako pingpongová loptička, ktorý sa v priebehu epilácie po opotrebovaní vymieňa. Pleť nesmie byť mastná, takže si ju v deň zákroku (ani večer pred ním) nenatierajte masťným krémom. Po epilácii sa ošetruje len čistou vodou, na tvári jemnou pleťovou vodou a prípravkami s Aloe vera alebo mandľovým olejom. Pred prvým zákrokom treba vykonať bezplatnú konzultáciu o zdravotnom stave a predchádzajúcich depiláciách. Orientálnu epiláciu môže podstúpiť v podstate každý, niektoré ochorenia (napr. poruchy štítnej žľazy, nadobličiek, príp. hormonálna liečba alebo aj tehotenstvo) môžu stav ochlpenia prechodne zhoršiť alebo zlepšiť. Depilované miesto ostane hladké 4 – 5 týždňov. Pri opakovaných sedeniach chĺpky postupne rednú, zjemňujú sa a sú svetlejšie.

Testovala: Adriana, redaktorka – horná pera + chĺpky na prstoch nôh.

Čo to stojí: horná pera – 400 Sk, celé nohy (podľa hustoty ochlpenia) – cena sa môže vyšplhať aj na 5 000 Sk.

Plusy a mínusy: „Metóda orientálnej epilácie sa považuje za jednu z najšetrnejších k pokožke. Nevyvoláva (údajne) alergické reakcie, dermatitidy a podobne, je na 100-percentne prírodnej báze. Môže sa objaviť len malé miestne sčervenanie krátko po ošetrení, ktoré o pár hodín úplne zmizne. Na nohách som naozaj nepostrehla nič, len krásne hladkú pokožku a chĺpky tam začali dorastať až po 6 týždňoch. Veľká výhoda je aj to, že hneď na druhý deň môžete svoje čerstvo epilované telo vystaviť slnečným lúčom. Reakcia mojej „ošklbanej“ hornej pery však bohužiaľ negovala tie najlepšie odporúčania. Spočiatku to vyzeralo sľubne, no na tretí deň som namiesto hladkej detskej tváričky mala pod nosom podráždenú, dočervena zapálenú kožu, posiatu drobnými bielymi pupáčkami. Presne tak dopadla moja depilačná premiéra voskom pred pár rokmi – len to bolo oveľa lacnejšie. Ak máte podobne citlivú pokožku a neodoláte pokušeniu, odporúčam kalciovú masť. Do stavu, ktorý vás oprávnjuje vyjsť na ulicu, vás dostane o 2 – 3 dni.”

Hodnotenie: ★

Kontakt: Salón krásy Dr. Vičanovej, Ružinovská 3, Bratislava, tel: 0905 403 854.