

مجاناً

فستان الزفاف ورحلة  
شهر العسل مع مسابقة

هل أنت عروس  
10-10-10 ؟

# الجميلة

8

حقائق مثيرة  
يكشفها وجهك  
عن صحتك

العلاقة الزوجية  
علاج طبيعي  
لأكثر من علة

نامي  
واستعيدي  
إشراقه بشركتك



خاص بالرشاقة  
*The Body*  
ISSUE

منى زكي  
وسميّة الخشاب  
وفنانات عربيات  
يكشفن أسرار  
رشاقتهن

أشهر الحميات العالمية بين يديك!  
30 نصيحة لأناقة تخفي العيوب  
أحدث عمليات شفط الدهون في السعودية

وكوني نجمة غلاف «الجميلة»

حققي أحلامك...



## جديد عمليات شفط دهون الركبتين...

# لاييزر متطور لا يترك ندوباً

لندن - نوال كابوس

يشاع أن ديمي مور أجرت عملية جراحية تجميلية لركبتيها، وأنه أصبح من الممكن الآن حل مشكلة الركب المنتفخة المتكتلة عن طريق نحت الركب بالليزر. ويشرح ذلك الدكتور أيوبي Ayoubi من عيادة «لندن ميدكال & أيستستك كلينيك» London Medical & Aesthetic Clinic، الذي كان أول شخص أجرى هذه العملية في المملكة المتحدة.

ديمي مور  
Demi moore

يقول الدكتور أيوبي: «كان التحدي الذي كنا نواجهه كجراح تجميل على مر السنين، هو كيفية التعامل مع إزالة الدهون. لأن لدينا نوعين مختلفين من الدهون تحت الجلد. فهناك الدهون العميقة، والدهون السطحية التي توجد تحت طبقة الجلد مباشرة. وهذان النوعان من الدهون مختلفان تماماً. في البداية، استخدمنا تقنية جراحية كنا نرفع فيها الجلد ونزيل الدهون ثم نعيد وضع الجلد مكانه. وميزة هذه التقنية أنه كان بوسع المرء أن يرى ما يفعله، وإزالة الكثير من الدهون وشد الجلد أثناء إعادة وضعه. لكن مشكلة هذه التقنية أنها غالباً ما تترك ندوباً. وقد يكون هذا مقبولاً في عملية شد البطن، ولكنه ليس كذلك إذا كان سيتم إجراء العملية التجميلية في منطقة الركبة أو الفخذ الخارجية أو الداخلية، لأنه ليس هناك مكان لإخفاء الندوب».

ونتيجة لذلك، تم إدخال عملية شفط الدهون liposuction قبل حوالي 30 عاماً وأصبحت هذه التقنية مقبولة. ويتم فيها إحداث شق صغير وشفط الدهون من خلال هذا الشق. والمشكلة هي أنه لا يمكن سوى شفط الدهون العميقة، لأنه من غير الممكن شفط الدهون السطحية بواسطة عملية شفط الدهون المعروفة لسببين. أولاً، خلافاً للدهون العميقة، فإن الدهون السطحية تحتوي على الكثير من الأوعية الدموية، مما يعني أن فيها كثيراً من الدماء، وبالتالي ستنزف المريضة نزفاً شديداً إذا حاولت شفط الدهون السطحية. وثانياً، قد يضر ذلك بالجلد من الداخل، مما قد يؤدي إلى ظهور السيلوليت أو انهياره.

## علاج لاييزر مزدوج

لذا تم تطوير عدد من التقنيات في محاولة للتعامل مع الدهون السطحية، مثل الترددات الراديوية. وتم إدخال هذه التقنيات مع عملية شفط الدهون التقليدية ولكنها لم تحقق النتيجة المرغوبة، لأن الطاقة كانت تستهدف سطح الجلد مما قد يضر بالبشرة قبل أن تصل إلى الهدف. وهكذا تم تطوير «سمارت ليبو» SmartLipo وهو نوع من علاجات الليزر المزدوجة، أحدهما يستهدف غشاء الدهون في حين يستهدف الآخر الماء والأوعية الدموية. ويكوي هذا الليزر الأوعية الدموية ويستهدف أيضاً الماء، حيث يجفف المنطقة مما يساعد على شد الجلد. والتأثير الآخر





ولا يريدون أيضاً الانتظار لمدة ثلاثة أو أربعة أشهر لرؤية النتائج. والآن أصبح من الممكن أن يختبروا نتائج فورية، ويشعروا أن بشرتهم أصبحت مشدودة أثناء العملية.

ويتم إزالة حوالي 50 إلى 60% من الدهون في العملية وترك الباقي ليخرج طبيعياً عبر الجهاز اللمفاوي. وهناك سببان لذلك. أولاً، إذا شفتت الدهون كلها مرة واحدة، قد تتكوّن لدى المريض فجوة كبيرة تحت الجلد. وثانياً، يتم إجراء هذه العملية تحت التخدير الموضعي وإذا اقتربت كثيراً من العضلة، سيتألم المريض جداً بالإضافة إلى أن هذا قد يسبب الكدمات. لذا ليس هناك من داعٍ لذلك، بما أن بقية الدهون ستخرج من الجسم بصورة طبيعية، لتحصل المريضة على نتائج رائعة خلال أربعة أسابيع فقط.

من المهم التأكيد على قصر مدة النقاهة والشفاء بعد إجراء هذه العملية. ويمكن للمرضى العودة إلى العمل في اليوم التالي والبدء بممارسة الرياضة في غضون أسبوع، في حين أن عملية شفط الدهون التقليدية قد تتطلب إجازة من العمل لمدة أسبوع وتسبب إزعاجاً كبيراً للمريض.

لطاقة الليزر هو إحداث التهاب مما سيساعد على شد بشرتك أكثر.

## كيف يعمل؟

يتم إجراء النحت باستخدام الليزر تحت المخدر الموضعي، لذا ليس هناك حاجة للتخدير الكامل أو الإقامة لمدة ليلة في المستشفى. ويتم إحداث شق صغير جداً بمقدار مليمتر أو اثنين والذي سيتلاشى تماماً. ويتم أيضاً حقن المخدر الموضعي في الشق. وبعد ذلك، تُدخل إبرة صغيرة في المكان نفسه، تحتوي على ألياف الليزر لمعالجة الدهون العميقة. ولا يدمر الليزر خلايا الدهن، بل يعمل عن طريق تهبيح هيكل الخلية، فتسرب الدهون على شكل سائل.

بعد ذلك، يتم تغيير إعدادات الجهاز، واستخدام شعاعي الليزر لمعالجة الدهون السطحية. وهنا يكمن التطور، حيث أنها هي المرة الأولى التي يمكننا فيها إزالة الدهون تحت الجلد دون التسبب بمشاكل مصاحبة لشفط الدهون السطحية. وتكسر طاقة الليزر الخلايا الدهنية، ثم تقوم بشفط معظم الدهون. ولا نضطر هنا إلى الشفط القوي مثلما يحدث في عملية شفط الدهون التقليدية، لأنّ الدهون تكون على شكل سائل وساخنة.

## نتائج فورية وأخرى بعد شهر

ويشرح الدكتور أيوبي: «كنا نترك الدهون في مناطق مثل الركبتين بحيث تخرج تلقائياً من الجسم عبر الجهاز الليمفاوي، ولكن الآن، يتم شفط معظم هذه الدهون. وإذا لم يتم شفطها، يجب على المريض متابعة العملية عن طريق التمارين الرياضية واتباع حمية غذائية صحية، وبالطبع لا يتقيد جميع المرضى بذلك.



الإطلالة الثانية

تسريحة الشاطئ

من اندي أفضل

يجب استخدام مايلي:

هذه الإطلالة تركز على قوام الشعر إلا أن هناك خطأ رقيقاً بين الشعر المنكوش والشعر المثير غير المرتب. لقد استخدمنا جهاز Philips SalonDry Pro 2300W مجفف الشعر الجديد والمتطور هذا يمتلك الطاقة المطلوبة (٢٣٠٠ وات) وأيضاً عنصراً سيراميكياً وجفيف أيوني لتوفير حماية إضافية ضد التلف دون فقدان لعان الشعر.

١. إيدني بإضافة الكثير من سوائل الترطيب على الشعر الجاف حتى يصبح مبللاً. هذا الأمر سيمنع شعرك قواماً إضافياً.



٢. للحصول على شعر غير متساوي، وقوام تسريحة الشاطئ، خذي جزءاً كبيراً من الشعر وإلويه.



٣. أمسكي بالجزء الملوي في راحة يدك ولفيه خلال عمله التجفيف باستخدام مجفف الشعر على حرارة متوسطة. كرري ذلك على شعرك كله.



٤. عندما يكون الشعر جافاً بشكل تام، استخدم أصابعك وشغلي مجفف الشعر على الوضعية الباردة لفصل موجات الشعر وإضفاء بريقاً على طبقات الشعر العليا.



استشارة خبير:

إذا ما كان شعرك رقيقاً، فإن المفتاح للحصول على قوام تسريحة شاطئية كاملة يتجسد في عمل التسريحة بالشكل الصحيح. إيدني بالشعر الجاف، اضيفي الكثير من السوائل المرطبة ومن ثم اعيدي جفيفه. للحصول على قوام إضافي، رشي رذاذ الشعر على شعرك كله واعيدي جفيفه مرة أخرى.

لمزيد من المعلومات تفقدي المواقع الإلكترونية:

[www.cynosureuk.com](http://www.cynosureuk.com)  
[www.lmaclinic.com](http://www.lmaclinic.com)



PHILIPS