

# 'İĞNE' BU KEZ ACITMIYOR!

**Teknolojinin sunduğu yeniliklerden biri olan Altın İğne tekniği, yaz aylarında da uygulanabiliyor. Kızarıklık, pullanma ve soyulma olmadığı için kişi sosyal hayatına hemen dönebiliyor**

**A**ltın iğne; ince kırsıklıkları azaltıp, akne ve yara izleri gibi sorunlara çözümler sunuyor. Ayrıca gözenekleri küçültüp, cildi sıkılaştırıyor. Vücutun farklı bölgelerinde uygulanan tekniği Estetik ve Plastik Cerrahi Uzmanı Op. Dr. Gökhan Haytoğlu'na sorduk.

## ■ Altın iğne yöntemi nasıl uygulanıyor?

Radyo frekans cihazının altın iğneli başlığı cilde temas ettirildiğinde, otomatik olarak ayarlanan derinlikte deriye ani bir giriş yapar. Çok sayıda altın uçlu mikro iğnelerle cilt üzerinde fraksiyonel mikro delikler oluşur. Bu sırada radyo frekansla dermiste kolajen ve elastin üretimini tetikler. Epidermis ve yüzeysel cilt tabakalarına termal hasar verilmez.

## ■ Hangi amaçlarla kullanılıyor?

- ◆ Cilt gençleştirme ve kırsıklık
- ◆ Boyun ve dekolte bölgesini toparlama
- ◆ Siville gibi izlerin giderilmesi
- ◆ Kol ve bacaklardaki sarkmalar
- ◆ Gözenek sıkılaştırma
- ◆ Aşırı terleme

## ■ Hangi bölgeler için tercih ediliyor?

Özellikle alın, kaş arası, göz çevresi, dudak

**Tülin Açıkbaz**



**İyinin peşinde**

tulin.acikbas@millyet.com.tr

üzeri, yanaktaki kırsıklıkları tedavi etmede sık kullanılır. Radyo frekansın yüzde gerginliği yol açan ve sarkmayı toparlayıcı etkisi vardır. Bu nedenle boyun ve dekolte bölgesindeki kırsıklıklarda kullanılır.

## ■ Siville tedavisinde nasıl etki gösteriyor?

Altın iğne tekniğiyle siville izlerinin çapları küçülür, derinlikleri azalır, derin olan siville izleri hafifler, gözenekler daralır ve cilt daha canlı hale gelir. Bu amaçla fraksiyonel lazerle kombine edilerek kullanmak tedavinin verimliliğini artırmaktadır.

## ■ Uygulama sonrasında neler yaşanıyor?

Altın iğne'nin en büyük avantajı; Fraksiyo-

nel Lazer'de yaşanan kızarıklık, pullanma ve soyulmanın olmaması. Hastada 3-5 saat kadar hafif bir pembelik olur ve sonra normale döner. Dolayısıyla hastanın günlük yaşantısında kısıtlama yapmayan bir tedavi çeşididir. Uygulama sonrasında ödem gelişebilir, bu da kısa sürede geçer. Tedavinin en önemli özelliği, yazın yapılabilmesi.

## Kol ve bacak sarkmaları

Özellikle kilo alıp vermektten kaynaklanan deri sarkma ve gevşekliliğinin tedavisinde Altın iğne tercih edilir. Uygulama kolların iç yüzeylerine, bacak içlerine yapılabilir. Bir ay aralıklarla üç seans önerilir. Ortalama bir ay içinde derinizin gerginleştiğini fark edersiniz.

## KABIZLIĞI HAFİFE ALMAYIN

İnsan vücudunun ikinci beyni olarak nitelendirilen bağırsakların doğru çalışmasının genel sağlık üzerinde büyük etkisi var.

Her beş kişiden birinde görülen kabızlık, depresyondan kolon kanserine pek çok hastalığı tetikleyebilir. Dr. Sinan Akkurt; dengeli beslenme, hareket, günde kilo başına 40 cc su içilmesi, lifli gıda tüketimi ve stresi gidermeye yönelik tekniklerle kabızlığın önlenebileceğini söyledi. Bağırsak florasının sağlığı için ev yapımı yoğurt, sirke, turşu gibi probiyotikler hazine değerinde.

Kronik hale gelen kabızlık şikayetinin muhakkak doktora başvurmayı gerektirdiğini altını çizen Akkurt, "Nedeni bulunmalı ve tedavi edilmeli. Kabızlık pek çok çevresel faktöre bağlı olarak gelişebilir. Özellikle vücudumuzdaki zararlı toksinlerin temizliği, bağırsak sağlığını tehdit eden mantar

ve parazit gibi oluşumların üzerinde durulmalı." dedi.

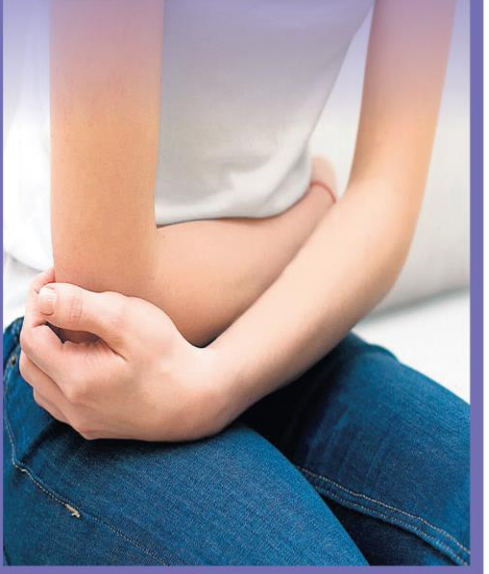
Dr. Akkurt, yetersiz su tüketimi, hareketsizlik, aşırı yemek, bağırsak hastalıkları, stres, hatalı diyetler ve bazı ilaçların yan etkilerine bağlı olarak da kabızlığın gelişebileceğine işaret etti. Bağırsak şikayetlerinin başında gelen Candida mantarının şekerle beslendiğine dikkat çeken Akkurt şöyle konuştu: "Şekerli, yağlı, karbonhidrattan

zengin bir beslenme şekli yerine lifli ve posalı gıda tüketimi artırılmalı. Lifli yiyecekler, dışkıının bağırsakta kalış süresini kısaltır; bağırsaktaki toksinlerin, maya mantarları ve hastalık yapıcı bakterilerin oluşma riskini azaltır."

Kabızlık durumunda elma, kayısı, muz, avokado, pancar, lahanaya, kereviz, kızılcık, keten tohumu ve baklagillerin tüketimine ağırlık verilmeli.



**Dr. Sinan Akkurt**



**Göz kapağı ve çevresi, yüzümüzün mimik hareketleri açısından en aktif bölgedir.**

Buranın ince bir deriye sahip olması ve aktif kas tabakası bulundurması, her mimik hareketinde kasılan kas üzerindeki deride çizgilenmelere yol açıyor. Zamanla bu çizgilenmeler, kalıcı kırsıklığa dönüşüyor. Bazılarında deri

## Göz çevresine lazer dokunuşu

açık renkli ve çok ince olduğu için genç yaşta dahi kırsıklık gelişiyor.

Emerge Lazer; sıkılaştırma, kolajen dokuda artış, deri altında yenilenme, renkte açılma, ince kırsıklıklarda düzelmeye gibi göz çevresiyle ilgili birçok soruna çözüm getiriyor. 7-10 gün arayla

3-4 seans öneriliyor. Her cilt tipine uygulanabilen

bu yeni teknik, ihtiyaç duyulduğunda ağız çevresi, yanak ve alındaki ince kırsıklıklarda da tercih ediliyor. Minimal ağrıyla yapılabilen işlem sonrasında 1-3 gün içinde kişi normal yaşantısına dönebiliyor.

