

EKSPRES
GLAMOUR

SALONY

OSTRY. DYZUR

[KOSMETYCZNY]

Fotoodmładzanie, pedicure leczniczy czy fachowa diagnoza włosów to zabiegi paramedyczne – chociaż nie wykonuje ich lekarz, mogą być alternatywą dla farmakologii. Zanim zgłosisz się do neurologa, sprawdź, czy ból głowy nie zniknie po serii tajskich masaży.



1 KRĘGOSŁUP DO NAPRAWY DARING

ul. Zwierzyniecka 8, Warszawa, tel. 22 841 20 71

www.daring.pl, cena: 210 zł

Mój kręgosłup nie jest w najlepszej formie. Gdy pewnego dnia zaczęła mi drętwieć ręka, dziewczyna wysłała mnie na masaż leczniczy (lekarzy wolę unikać). Położyłem się na stole i... Au! Już wiedziałem, że to nie będzie masaż relaksacyjny... Wydawało mi się, że mój problem to odcinek szyjny, ale masażysta uświadomił mi, że mam niesymetryczne kolce biodrowe (cokolwiek to znaczy) i stąd ból. Nastawił je i na dwa dni zabronił wysiłku fizycznego, aby mięśnie „przystosowały się”. Nie posłuchałem. Następnego dnia musiałem dźwigać kamerę filmową. **ANDRZEJ, 29 LAT**

2 NA TRĄDZIK BEZ RECEPTY ARTDERMA

ul. Kościuszki 43, Marki k. Warszawy, tel. 22 242 59 42

www.artderma.pl, cena: 210 zł

Trądzik zatruwa mi życie (nie przesadzam) od 15 lat i chociaż od dawna nie jestem nastolatką, wciąż mam z nim problem. Zabieg oczyszczający dla dorosłych Dermalogica zaczął się od peelingu enzymatycznego (alternatywy dla oczyszczania mechanicznego). Później był uspokajający masaż twarzy (naprawdę genialny!), a na koniec „medyczna” czarna maseczka z glinki i siarki (działa przeciwzapalnie i wysuszająco). Największe zaskoczenie? Wygląd skóry po zabiegu – nawet nie była zaczerwieniona! Mój facet w ogóle nie zauważył, że byłam na oczyszczaniu! **DOMINIKA, 29 LAT**

WYGRAJ! MAMY DLA CIEBIE TRZY ZAPROSZENIA DO ATELIER LESZKA CZAJKI NA DIAGNOZĘ WŁOSÓW I ZABIEGI PIELĘGNACYJNE O WARTOŚCI 1000 ZŁ KAŻDY ORAZ PIĘĆ ZESTAWÓW KOSMETYKÓW KÉRASTASE. SZCZEGÓŁY NA WWW.GLAMOUR.PL

3 MASĄŻ ZAMIAST PSYCHOLOGA THAI SUN

ul. Łucka 20 lokal 1402, Warszawa, tel. 22 870 50 60
www.thaisun.pl, cena: 130 zł

Znasz taki stan, kiedy każdego dnia wstajesz bardziej niewyspana, łatwo się denerwujesz i nawet po trzeciej kawie masz zero energii? Ja się tak właśnie czułam i zaczęłam już nawet żartobliwie rozważać terapię, kiedy trafiłam do salonu Thai Sun. Okazało się, że nie potrzebowałam psychologa, ale masażu, a Tajowie zgłębiają jego tajniki od ponad 2,5 tysiąca lat. Masaż wykonywany jest na rozłożonej na ziemi macie, w ubraniu. Mimo to przygotuj się na dość bliski kontakt z masażyścią, który pracuje nie tylko dłońmi, ale również łokciami i kolanami (może nawet po tobie chodzić). Uciskanie odpowiednich punktów na ciele odblokowuje przepływ energii: po godzinie masażu w moim ciele rozchodziły się wibracje, a po tym jak delikatna Tajka z niespodziewaniem dużą siłą nastawiła mi kręgosłup, poczułam, że wszystko w moim ciele (i umyśle) wreszcie wraca na swoje miejsce. Polecam serię sześciu masażu. **OLA, 25 LAT**

4 LAMPA LEDOWA – MŁODSZA (LEPSZA?) SIOSTRA LASERA ARTIMED

ul. Lektykarska 4A, Warszawa, tel. 22 864 06 36
www.artimed.com.pl, cena: 300-800 zł (zależy od obszaru i czasu)

Lampa ledowa jest absolutnym hitem wśród medycznych terapii światłem. I silną konkurentką dla bezkonkurencyjnego do tej pory lasera frakcyjnego. Po pierwsze naświetlanie nią jest całkowicie bezbolesne (czego nie udaje się uzyskać przy technikach laserowych), a zabieg trwa około siedmiu minut (przynajmniej mój). Zakładam czarne okulary ochronne i siadam pod lampą, która wygląda jak

nieduża bateria słoneczna. Mimo okularów czuję energetyczne światło, które – mam wrażenie – dociera do samego mózgu (to na pewno dodatkowa terapia antydepresyjna :-)). Lampa emituje pięć rodzajów światła, których działanie uzupełnia się. Niebieskie jest genialne przy terapiach trądzikowych, pomarańczowe stymuluje metabolizm komórkowy, żółte działa fotoodmładzająco, a fioletowe jest naprawdę skuteczne w leczeniu rozstępów (badania kliniczne są tu bardzo optymistyczne). Następnego dnia mam wrażenie, że „zgubiłam” przeziębienie, po tygodniu mam cerę odświeżoną jak po silnym peelingu. **JOANNA, 37 LAT**

5 STOPY U PEDOLOGA PLEASURE & SPA

ul. Kuropatwy 42, Warszawa, tel. 22 243 84 94

www.pleasurespa.pl, cena: 100 zł



Uwielbiam stopy :) i dlatego na pedicure chodzę co miesiąc. Ale dopiero gdy odwiedziłam pedologa przekonałam się, jak powinien wyglądać prawdziwy pedicure. Najpierw diagnoza:

zaczyna mi wrastać paznokcie. Okazuje się, że przyczyną było nieumiejętne skracanie (paznokcie u stóp należy piłować na prosto, ale zawsze zaokrąglać rogi). Pani pedolog założyła mi opatrunek (żeby nie bolało przy ucisku) i powiedziała, że jeżeli to nie pomoże, trzeba będzie założyć klamrę (cieniutki drucik, który przeciąga się pod płytką, tak by nie dotykała skóry). Etap drugi to delikatne ścieranie naskórka urządzeniem, które przypomina sprzęt dentystyczny, ale nie powoduje bólu, co najwyżej lekko łaskocze. Jak widać, dobrze dbać o stopy nie tylko ze względów kosmetycznych, ale też medycznych. **IZA, 25 LAT**

6 MIKRODERMABRAZJA Z NIESPODZIANKĄ NY LASER CENTER

ul. Chodkiewicza 8 lokal U15, Warszawa,
tel. 794 777 987 www.nylasercenter.pl,
cena: 290 zł



Poddawałam się wcześniej zabiegom mikrodermabrazji, ale ta była szczególna. Okazała się miksem silnej mikrodermabrazji diamentowej i tzw. infuzji, czyli wtłaczania w głąb skóry składników aktywnych. Ten skuteczny patent jest popularną łagodną

techniką odmładzania w USA. Stamtąd przywiozła go właścicielka salonu, która przez 15 lat pracowała w topowych klinikach i spa w Nowym Jorku. Na czym polega wyjątkowość zabiegu? W cienkiej głowicy z wirującym pod ciśnieniem diamentowym pyłem (to on działa złuszcząco) w przypadku normalnej mikrodermabrazji gromadzi się woda. Tutaj – dopasowane do typu skóry serum. Dla mnie pani Katarzyna wybrała formułę z witaminą C, a po złuszczeniu skomponowała także maskę z kosmetyków Epicuren (dermatologiczne) i Ilcsi (cudowne, organiczne). Nie skłamię, pisząc, że efekt był naprawdę hollywoodzki. Jestem pod wielkim wrażeniem i gorąco polecam. **AŚKA, 31 LAT**

7 TRYCHOLOGIA NA POMOC WRAZLIWCOM SALON KARINA

ul. Paszkiewicza 4, Warszawa, tel. 22 644 64 23, cena: 60-80 zł

Trychologia (dziedzina na granicy medycyny, fryzjerstwa i kosmetyki) podobno koi stany zapalne skóry głowy, które miewam od zawsze. Seans rozpoczyna diagnoza z użyciem kamery. Zatkane gruczoły i łuszczący się naskórek w takim powiększeniu to widok dla osób o mocnych nerwach. Skórę głowy trzeba solidnie złuszczyć, aby umożliwić jej naturalną regenerację. Procedura jest następująca: fryzjerka wmasowuje w skórę enzymatyczny lotion złuszczący (czuję chłód), po dwóch minutach nakłada na niego serum wzmacniające (czuję silne przekrwienie). Potem myje mi głowę (relaks), nakłada maskę, po której splukaniu wmasowuje kolejny koncentrat, tym razem bez splukiwania (wszystko kosmetykami MonRin). Kocham masaże u fryzjera, a tu było ich pięć! **BASIA, 27 LAT**