

# A KORTALANSÁG édes mámore

| Függetlenség az éveink számától |

Miközben gondoskodunk a jövőnkéről, elrepülnek felettünk az évek. Bár belső energiánk még mindig erőt ad, a harmincas évek vége felé korlátokba ütközünk. Már nem vagyunk olyan hajlékonyak, hormonszintünk is változik. A negyvenes évek pedig külsőnket is próbálja megváltoztatni, és egyszer csak a fiatalok csapata már nem fogad be. De ha teszünk érte, hogy külsőnk és belső lendületünk a régi maradjon, álljuk a versenyt.

Mielőtt valaki azt hinné, arra biztatjuk, hogy gondolkodás nélkül feküdjenek a plasztikai sebész szikéje alá, szeretnénk megnyugtatni mindenkit: ennél sokkal árnyaltabb megoldások is vannak már. Ezeket gyűjtöttük csokorba.

## A kor csupán egy számjegy

A cél persze nem az idő visszaforgatása. Sokkal inkább az idő megállítása. Ahogy egy orvosnő fogalmazott: az ember maradjon versenyképes az évek múlásával is. Carola Kleinschmidt híres könyvében – *Fiatalon megöregedni* – nem kevesebbet állít, mint hogy az idő nekünk dolgozik. Egy mai középkorú ember legalább öt évvel fiatalosabb, mint egy generációval korábbi elődje. Ez annak köszönhető, hogy jóval tudatosabban foglalkozunk magunkkal. Igyekszünk egészségesen táplálkozni, sportolunk, fitneszre járunk és kozmetikushoz, masszórhöz. Ha mindezt időben elkezdjük, és orvosra csak akkor hagyatkozunk, ha ebben támogat minket, úgy az öregség tényleg nem lesz más számunkra, mint – ahogy Kleinschmidt fogalmaz – addigi életünk szerelmeinek, szépségeinek, sikereinek, boldogságának és fájdalomainak, kudarcainak, szomorúságának összegzése.

## Életten optimalizáló program

Ez a komplex, mindig személyre szabott terápia egy nemzetközi szakértői orvoscsoport által kidolgozott, az emberi szervezet élettani folyamataira és az orvoskutatás új eredményeire alapuló eljárás. Az életten optimalizáló program bioazonos hormonokat, vitaminokat, ásványi anyagokat, növényi kivonatokat vonultat fel, hogy segítsen megőrizni külső-belső vitalitásunkat. Annyira egyénre adóztat, hogy több száz kérdést tartalmazó anamnézist (kórelőzményt) vesznek fel a program kezdetén. Különböző szakorvosi vizsgálatokat – kiegészítő eszközös és teljes körű laboratóriumi



diagnosztikát – magába foglaló állapotfelmérést követően személyre szabott terápiát javasolnak. Figyelembe veszi az esetleges panaszokat, a fizikai, szellemi és anyagcseréje szintű állapotot, az ismert betegségeket, a gyógyszerek, táplálékkiegészítők (kölcsön)hatását. A javasolt terápia eredményességét időszakos kontroll és konzultáció során értékelik, szükség szerint módosítva a készítmények dózísát.

## Anti-aging medicina

Bizony, már ilyen is akad. A fizikai és szellemi képességek megőrzését és javítását célzó anti-aging medicina angol terminológia világszerte meghonosodott az orvoslásban. Az anti-aging jelentése: öregedés ellen, kor ellen. Az anti-aging medicina az orvostudományra és orvosi technológiára alapuló multidiszciplináris orvosi szakág, amely a korrallal alakuló funkciózavarok, hiányállapotok és betegségek korai megelőzésére, diagnosztikájára és kezelésére irányul.

A közhiedelemmel ellentétben az anti-aging nemcsak a kor külső nyomainak eltüntetésére hivatott. A feladat komplex: a belső élettani folyamatok optimalizálása és a külső megjelenés esztétikai javítása. A belső egészség megőrzése, javítása és helyreállítása az emberi szervezet élettani folyamatai mentén igyekszik elérni a szervezet számára létfontosságú biokémiai vegyületek szintjének helyreállítását. Továbbá a gyulladáshoz vezető folyamatok megszüntetését, a méregtelenítést és salaktalanítást, a hormonok szintjének bioazonos anyagokkal történő helyreállítását. Mindezzel lassítja és ellensúlyozza sejteink idő előtti elöregedését. A külső megjelenés javítása esztétikai bőrgyógyászati kezelésekkkel, plasztikai és visszérsebészeti, esztétikai lábsebészeti, intim sebészeti műtéti korrekciókkal érhető el. Emellett persze elengedhetetlen a fiatalodni vágyó paciens egészségtudatos magatartása, megfelelő étrendje, életvitele és a rendszeres mozgás. Mindez együttesen vezethet a kortalan egészséghez és a biológiai-élettani értelemben vett kortalan életminőséghez!

## Endolézeres oxigenizáló roborálás

Az eljárás célja az általános roborálás, revitalizálás, gyógyítás – intravénás Weber endolézeres kezeléssel. Ez a vér intravénás lézeres besugárzása révén a szervezet sejt szintű oxigénfelvételét és energiaszintjét növeli. Biológiai hatásként stimulálja az immunrendszert, javítja a mikrocirkulációt, anti-allergén és gyulladásgátló sőt általános méregtelenítő hatása van. Növeli a vörösvérsejtek oxigén felvételét, a sejtek aktivitását. Javul tőle a vércukorszint és a koleszterin szint, a máj- és vesefunkció. Emellett az energiát biztosító ATP termelése is jelentősen növekedik szervezetünkben. Mindennek köszönhetően általános energiaszintünk nő, fizikai teljesítményünk szintén, az általános megjelenés javul. Az eljárás jobbá teszi az alvás minőségét, az immunválaszokat, és ráadásul antidepresszív hatású. Bőrgyógyászati konzultáció előzi meg, amely során meghatározzák az optimális kezelési protokollt. Majd a vénába rögzítik az intravénás speciális vékony lézer katétert, és a kezelés javallatától függően vörös, kék és zöld lézerfényt alkalmaznak különböző időtartamban. Az időtartama 30 perc; a kúrák javasolt mennyisége napi egy alkalom és legalább tíz kezelés. Javulás, jobb közérzet már három lézerezés után érezhető.

## Hormonok

Egy nő egészsége sok változó tényezőtől tevődik össze. Mint említettük, a diéta, testmozgás és életmód megválasztása bizonyára jelentős szerepet tölt be. Egy személyi edzővel és táplálkozási tanácsadóval támogatott kemény diétát és testmozgást betartó életvitel 32 évesnek láttat egy 47 éves korút. De a legtöbb nőnek egyszerűen nincs módja arra, hogy ilyen szigorú életvitelt folytasson.

Mi a titka az egészségnek, ami széppé is tesz egy normális vagy átlagos élet során? A test kémiai folyamatai. A női test számos komplex hormonális kölcsönhatás vezérli, ezek mindegyike jelentős szerepet játszik az egészség megtartá-

sában. A hormon szó a görög „hormo”-ból ered, ami azt jelenti > mozgásba hoz. A hormonok stimulálják és szabályozzák a testen belüli kritikus funkciók végtelen sorát. Melyek befolyásolják a megjelenést?

A női testben kb. 300 különböző biokémiai folyamatot szabályoz, vagy stimulál az ösztrogén valamely formája, így érthető a nő általános állapotát befolyásoló szerepe. Kívülről szemlélve a szépséget a kollagén és elasztin (a bőr támogató és rugalmas fehérjéi) mennyiségének szabályozásáért is az ösztrogének a felelősek. A kor előrehaladtával csökken az ösztrogén termelődése a menopauzában (klimaxban), ezért a bőr vékonyra és rugalmatlanná válik, több ránc és megereszkedés alakul ki. Az elvékonyodással párhuzamosan a károsító napsugárzással szemben is sokkal védtelenebb lesz. A bőr hidratálása több milliárd dolláros iparág, bár egy nőről sem állapították meg még soha, hogy a hidratáltság hiányával küzd! Egy 1997-es tanulmány szerint 3900 klimaxban lévő nő tanulmányozása során arra jutottak, hogy az ösztrogénpótló terápia hatására a korosodó nők bőre fiatalosabb kinézetű lett, a kollagénszint nem csökkent, vastagsága, rugalmassága és nedvességtartó képessége javult.

## Az ösztrogén és társai

Az ösztrogénnek a női mellekre is nagy hatása van – stimulálja a mell mirigyes szöveteit. A legjobb példa erre a terhesség alatt tapasztalható megnagyobbodott női mell. Menopauzában a csökkenő ösztrogén szint következtében a mell mirigyes szövetei elsorvadnak vagy csökkennek, ami megereszkedést okozhat. Az ösztriolról bebizonyosodott, hogy segít megelőzni a mellrákot, ám az ösztradiol és ösztron túlstimulálhat, ha nem ellensúlyozzák megfelelően nyugtató hatású ösztriollal és progeszteronnal. Ez utóbbi szabályozza az ösztrogén szinteket. Alacsony szintje összefüggésbe hozható a súlygyarapodással, vízvisszatartással és a PMS (menstruáció előtti szindróma) tüneteivel. Az ösztrogén dominancia (vagy túlsúly) a progeszteronhoz viszonyított arányra utal. Vagyis az ösztrogén mennyisége a progeszteronhoz (sárgatesthormon) viszonyítva a kívántnál magasabb. Kevésbé ismert, hogy a tesztoszteron ugyanúgy termelődik a női szervezetben, mint a férfiakban.

Ez a férfiasnak hitt hormon elősegíti a csontok szilárdságának megtartását és fenntartja az izomtömeget. Az izomtömeg a megjelenés meghatározója, hiszen a test kontúrjainak megtartásában is döntő. Nem elhanyagolható, hogy a tesztoszteron megőrzi a szív teljesítményét. Ráadásul mind nőknél, mind férfiakban a nemi vágyért felelős.

Mindezen hormonok pótlására szolgál a DHEA (dehidroepiandrosteron). Ez a szer lassítja a finom ráncok kialakulását, stimulálja a bőr regenerálódási folyamatait, elősegíti a kollagén- és elasztin képződést, ami a szövet ragyogó újraráépülését eredményezi. A pregnenolon felveszi a harcot a stressz hatásaival; javítja a hangulatot, mozgékonytá teszi, koncentráció képességet és a memóriát, erősíti az immunrendszert és növeli az általános energiaszintet.

Ki lehet szebb egy ragyogó, egészséges, energikus nőnél? Az említett szerző, Kleinschmidt még egy fontos dolgot javasol fiatalosságunk megőrzéséhez. Ötvenes éveinktől próbáljuk megvalósítani „kihagyott” álminkat: tanuljunk meg zongorázni, másszunk hegyet, medítáljunk kolostorban. Megtehetjük, hiszen kívül-belül fiatalok maradtunk. **Hn**