

Propojení estetické a preventivní medicíny

O možnostech anti-aging medicíny s MUDr. Gabrielou Horovou, MBA

MUDr. Gabriela Horová, MBA je ředitelkou plzeňské kliniky MEDICAL BEAUTY - Kliniky estetické a anti-aging medicíny. Požádali jsme jí o aktuality v jejím oboru.

Paní doktorko, jaký je aktuální vývoj anti-aging medicíny?

Anti-aging medicína má 2 části - část estetickou, která pomůže, abychom vypadali dobře na svůj věk, a část skutečné anti-aging medicíny s cílem co nejdelšího dožití v dobré kvalitě života, která zajistí, abychom se také cítili dobře i ve zralém a pokročilejším věku. Často se tato druhá část - z pohledu zdraví jistě důležitější - opomíjí a řeší se jen mladistvý vzhled.

Vyčerpala snad estetická medicína své možnosti?

Určitě ne zcela. Ale žádný převratný objev již řadu let nebyl učiněn. Vše je víceméně postaveno na bázi kyseliny hyaluronové a dalších látek těla vlastních. Plus samozřejmě nenahraditelný botulotoxin. V posledních letech se zlepšují zejména techniky aplikací a zavádí se kombinace metod. V rámci estetické medicíny tak umíme zajistit výsledky, kdy vypadáme mladší o 5,10 let. Ale s narůstajícím věkem je potřeba řešit také vnitřní zdraví. Dožíváme se dnes velmi vysokého věku a nikdo z nás nechce být starý a nemocný. Zde je řešením tzv. personalizovaná medicína nebo také 5P medicína, která je založena na analýzách pacientova genomu, střevního mikrobiomu a potravinových intolerancí. Z nich pro Vás vyplývají individuální doporučení, které zahrnují vhodný jídelníček, správnou volbu a plán cvičení, doplňky stravy a léky (jsou-li nezbytné), které jsou nej-

vhodnější pro Vaši jedinečnou sbírku genů, pro Váš genom.

Které ošetření poskytuje vaše pracoviště z estetické medicíny?

Preferuji přirozené omlazení, tzv. vypadat dobře na svůj věk. Ideálně se takového stavu dosáhne kombinací ošetření, kdy řešíme nejenom vrásky, propadliny, pokles kontur, ale také vlastní stárnutí kůže. Výhodou je, že ošetření nepotřebují čas k rekonvalescenci, jsou poměrně rychlá a také bezbolestná - bezbolestnost zajistíme lokální anestézií.

Jdou výsledky estetické medicíny měřit? Vyhodnocovat?

Ano, slouží k tomu některé přístroje digitálního vyhodnocení. Bohužel v časopisech často vídáme počítačově upravené fotografie zákroků před a po, které jsou reklamou a mají nalákat klienty. Často to vede k tomu, že pacient má nepřiměřené očekávání a může být zklamán. Na konzultacích proto používám vlastní fotografie klientek a snažím se, aby očekávání změn bylo realistické. A k objektivizování výsledků využíváme digitální analýzu Canfield VISIA.

Podstupujete i Vy nějakou estetickou péči?

Ano, vzhledem k tomu, že mi letos bylo 42, nemohu si dovolit vypadat hůř než moje klientky a snažím se dobře reprezentovat filozofii, kterou představuji a nabízím. Pravidelně

si aplikuji mezoterapii (4x do roka), 1x do roka plasmaterapii a 2x ročně botulotoxin. Zkušenost mám i s dermální výplní s kyselinou hyaluronovou a frakční radiofrekvencí. Pokud některou metodu omlazení považuji za účinnou a nabízím ji svým klientům, mohou si být jisti, že ji mám na sobě odzkoušenou. Pokud jde o vlastní zdraví, na základě genomického vyšetření mám sestavený jídelníček, užívám doporučené doplňky stravy, 2x týdně cvičím na Power Plate a letos jsem začala i s běháním.

Zpátky k Vámi zmíněné personalizované medicíně? Je to tedy nová forma preventivní medicíny?

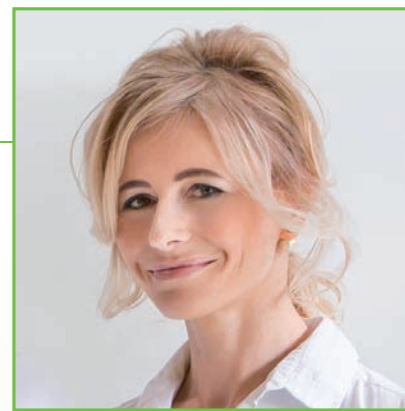
Preventivní medicína tak jak ji známe do současné doby je zaměřená na časné odhalení nemocí v jejich ranném stádiu, kdy jsou snadněji ovlivnitelné a léčitelné. Personalizovaná medicína je zaměřená na to, aby onemocnění vůbec nevzniklo. Kolegové ji na posledním Světovém kongresu AMWC v Monte-Carlo dokonce označili za skutečný elixír mládí.

Je vhodná kombinace s estetickou medicínou?

Ano, a je to pak ideální stav. Základem je vlastní fyzické zdraví a jako nadstavba krásný, příjemný zevnějšek. V naší republice to bude ale ještě chvíli trvat a bude chtít hodně osvěty, aby lidé pochopili, že právě investice do analýz personalizované medicíny je tou nejlepší investicí ve Vašem životě. Poznáni Vaší vlastní DNA Vám může posloužit k nejlepší možné strategii, jak ochránit Vaše zdraví a možná i život.

Je nějaký nový trend, který Vás překvapil?

Medicína se po dlouhé době vrátila k významu střevní mikroflóry. V našem trávicím traktu se nachází 3 krát více mikroorganismů, než je počet všech buněk našeho těla, o celkové váze až 1,5kg. A právě správný počet a vyvážený poměr jednotlivých bakterií může ovlivňo-



vat naše predispozice k civilizačním chorobám - cukrovce, mrtvici, infarktu myokardu a dalším.

Kdy je vhodné s anti-aging medicínou začít?

Ideální je zahájit první ošetření kolem třicítky, ale klidně i před třicátými narozeninami, začnete-li preventivním ošetřením proti stárnutí kůže, tj. s mezoterapií. Mezoterapie je vhodná v jakémkoli věku a pro jakýkoli typ pokožky. Ideální je nechat si zpracovat od lékaře estetické medicíny plán doporučených ošetření. Vysvětlí Vám význam jednotlivých ošetření, jak jsou provázané, jak je správně kombinovat pro co nejlepší efekt. Také budete mít finanční představu a budete se moci lépe rozhodovat.

S personalizovanou medicínou je to obdobné - ideálně do 35 let. Časné osvojení individuálních doporučení životního stylu, případně přesná medikace, umožní, že nemoc vůbec nevznikne.

Je mi 35 let, mám 2 děti, zatím bez potíží i lékařské péče. Co byste mi doporučila?

Z hlediska estetické medicíny začít s mezoterapií a kvalitní pravidelnou domácí péčí. Další doporučení by už vycházela ze znalosti konkrétních rysů a stavu pokožky. Z hlediska anti-aging medicíny zvážit vyšetření genomu, střevního mikrobiomu a potravinových intolerancí s následným personalizovaným doporučením. Abyste i za desítky let byla zdravá, cítila se výborně a plná energie.

Děkuji za rozhovor.

