



Κρ i κ ο ς

των αισθητικών

17ο ΤΕΥΧΟΣ
ΜΑΪΟΣ
2023

INTERNATIONAL PROFESSIONAL THERAPISTS NEWS



50° ΔΙΕΘΝΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

Αισθητικής - Υγείας - Ομορφιάς -Εναλλακτικών Μεθόδων

Παρασκευή 3 - Σάββατο 4 - Κυριακή 5

ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2023

ΚΛΑΔΙΚΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ

Καλλυντικών, Μηχανημάτων, Ειδών Ομορφιάς

ΕΙΣΟΔΟΣ ΣΤΗΝ ΕΚΘΕΣΗ ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

ΔΩΡΕΑΝ

Γενικό θέμα Συνεδρίου :

Η ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ ΕΙΝΑΙ ΑΝΑΣΤΡΕΨΙΜΗ
φροντίζοντας σωστά την υγεία και την ομορφιά

ΟΜΟΡΦΙΑ Ψυχική και Σωματική Υγεία στα χέρια των επαγγελματιών !!

ΝΑΟΣ ΓΝΩΣΕΩΝ το φετινό ΣΥΝΕΔΡΙΟ CIDESCO

Μεταφέροντας μια ΝΕΑ Φιλοσοφία στην αισθητική, ομορφιά και υγεία από κράτη μέλη

CIDESCO INTERNATIONAL που εδρεύουν και στις 5 ΗΠΕΙΡΟΥΣ

1η ΜΕΡΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ Ειδικά Σεμινάρια ΟΧΙ ΜΟΝΟ θεωρία και ομιλίες !

Εκμάθηση επί τόπου και πρακτική εξάσκηση

Για κάθε σεμινάριο και ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ

2η και 3η ΜΕΡΑ Ομιλίες, παρουσιάσεις με θέματα υγείας, ομορφιάς

από όλο τον κόσμο και νέες μέθοδοι !

Μάθε περισσότερα και δήλωσε **ΤΩΡΑ την συμμετοχή σου**

www.cidescHELLAS.gr - facebook Cidesco

info@cidescHELLAS.gr - τηλ. 210.9587412 - 6977906057

**ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΜΕ ΤΑ 65 ΧΡΟΝΙΑ Δράσης και Προσφοράς
CIDESCO ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ 1958- 2023**

**ΝΥΦΟΥΛΑ ΤΗΣ ΑΝΟΙΞΗΣ &
ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΟΥ 2023
ΜΑΚΙΓΙΑΖ SAKURATA
ΑΝΘΗ ΤΗΣ ΚΕΡΑΣΙΑΣ**



Η έμπνευση έρχεται από την Ιαπωνία και τα Άνθη της Κερασιάς (Sakura), αποτυπώνει την ευθραυστότητα των συναισθημάτων και την εκρηκτική δυναμική και τόλμη όπως ακριβώς τα άνθη της Κερασιάς εμφανίζονται κόντρα στην παγωνιά του Χειμώνα οριοθετώντας το νέο, την γένεση της Άνοιξης. Τολμά να συνδυάζει χρώματα θερμά σαν το πάθος και ψυχρά, αγέρωχα, όπως όταν ολοκληρώνεται ένα κεφάλαιο της ζωής μνας και από την εργένικη εισερχόμαστε στην σφαίρα της συντροφικότητας του έγγαμου βίου, χρησιμοποιώντας έντεχνα μονοχρωματικές αρμονίες ώστε να ταιριάζει σε κάθε χρωματικό τύπο. Όπως αποδίδεται σε ποίηση τάνκα : Στο Μονοπάτι άκουσα το χαμόγελό τους. Ω! άνθη της Κερασιάς, πόσο φλύαρη είναι η σιωπή σας!! Σαν το πρώτο φιλί της κόρης Στο κατώφλι της Νέας Ζωής με τον καλό της ! Ιδεώδης για λήψη high digital φωτογράφιση-βιντεοσκόπηση σε φυσικό ή τεχνητό φωτισμό. Για φυσικότητα χρησιμοποιούμε την καλυπτικότητα των διαφορετικών δομών φον ντε τεν στην ίδια απόχρωση με την επιδερμίδα.

Φον ντε τεν σε στικ στο ίδιο χρωματικό τόνο με το πρόσωπο του μοντέλου, με σβήσιμο στην περιοχή κάτω από το πηγούνι. Από πάνω στην ίδια απόχρωση υγρό φον ντε τεν για ομογενοποίηση και ήπια διαφάνεια. Concealer στο άνω και κάτω βλέφαρο. Με σκουρότερο δύο τόνους καλυπτικό στικ "κοψίματα" όπου χρειάζεται. με πούδρα σκόνη πουδράρουμε παντού εκτός της περιοχής των ματιών ΠΡΟΣΟΧΗ!!! γιατί μαρκάρει κάθε ατέλεια ή ρυτίδα. Σκιά βάση σε απαλή γκρι-κίτρινο-ροζέ μαργαριταρί απόχρωση στο άνω βλέφαρο, στο κινητό του βλεφάρου στην περιοχή άνω από την ίριδα σε ημικύκλιο σκιά σε καφέ-χρυσό-ροζέ. Στο μέσον του άνω βλεφάρου και ανοδικά μια λιλά σκιά, ολοκληρώνουμε με σκιά μπορντό-κερασί. Βουρτσίζουμε τα φρύδια. Σύρριζα στο μέσον του ματιού και προς τα έξω τραβάμε μια λεπτή γραμμή eyeliner με το βαθύ κόκκινο χρώμα της υγρής σκιάς, προεκτείνουμε στο άνω βλέφαρο σχηματίζοντας μια ανοδική γωνία μέχρι το ύψος του οσφρικού τόξου και έντεχνα μιξάρουμε σε σχηματισμό "μπανάνας". Υπογραμμίζουμε με κουκίδες τις κάτω βλεφαρίδες παίρνοντας χρώμα από αδιάβροχη μαύρη μάσκα. Ολοκληρώνοντας με αδιάβροχη μαύρη μάσκα. Στα χείλη περίγραμμα με καφέ-μπορντό ήπια σκληρό μολύβι ματιών, μιξάρουμε την υγρή κόκκινο-κερασί σκιά σβήνοντας προς το εσωτερικό των χειλέων. Κραγιόν σε απόχρωση κερασί προς σάπιο μήλο., Ταμπονάρουμε και πουδράρουμε τα χείλη με τα χρώματα του ρουζ που θα εφαρμόσουμε στο πρόσωπο για

έξτρα διάρκεια και ενιαία απόδοση χρώματος. Το ρουζ στα μήλα του προσώπου είναι μείγμα δύο κερασί αποχρώσεων ματ και ιριδίζουν, για έξτρα λάμψη. Στην μεσαία ζώνη του προσώπου μια illuminator πούδρα σε υπόλευκα περλέ ροζ για glamorous όψη. Προς τις ρίζες των μαλλιών και τους κροτάφους terracotta σε ροζ-χρυσάφι περλέ. Στο λαιμό-ντεκολτέ-ώμους και σε όλα τα ακάλυπτα μέρη του σώματος πλάτη-βραχίονες πούδρα σε ιριδίζουσα απόχρωση του δέρματος μέχρι τα σημεία που "ξεκινάει" το νυφικό. Ολοκληρώνοντας, διορθώνουμε το χτένισμα, και φιξάρουμε με λακ.

ΜΑΡΙΑ-ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ
(Μαριτάζια) ΚΑΤΣΙΜΗΓΚΟΥ
Διπλωματούχος Αισθητικής,
Μακιγιάζ, Κομμωτικής
Μέλος Cidesco section Hellas

Τα μέλη Cidesco Hellas
ας μην ξεχνούν
να πληρώσουν την συνδρομή

τους.



Μας βοηθούν στο να
επιτελούμε το έργο μας
Δ.Σ CIDESCO HELLAS

www.cidescohellas.gr

210.9587412

INSHAPE FIND YOUR INNER SHAPE

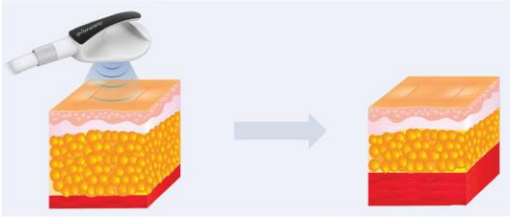


Η ηλεκτρομαγνητική ενέργεια έχει χρησιμοποιηθεί παραδοσιακά στη φυσικοθεραπεία με σκοπό τη μυϊκή αποκατάσταση και την απελευθέρωση του μυϊκού πόνου. Σήμερα, όμως, υιοθετείται και από αισθητικές εφαρμογές κυρίως για μυϊκή ενδυνάμωση και μη επεμβατική σμίλευση σώματος.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ INSHAPE;

Το INSHAPE είναι ένα ηλεκτρομαγνητικό σύστημα EMS (Electro Magnetic Stimulation) νέας γενιάς για μυϊκή σμίλευση. Το INSHAPE ασκεί ισχυρούς ηλεκτρικούς παλμούς στους μύς που παράγονται από το ηλεκτρομαγνητικό πεδίο για να προκαλέσουν μυϊκές συσπάσεις. Είναι μία αυτόματη αντίδραση η οποία ισοδυναμεί με εντατική άσκηση ενδυνάμωσης 20.000 squats ή sit-ups. Ο μύς στον οποίο εφαρμόζεται η θεραπεία αναδιαμορφώνεται και αποκαθίσταται. Η μυϊκή διέγερση αυτή έχει ως αποτέλεσμα την τόνωση και τη γράμμωση των μυών στην περιοχή των κοιλιακών, μηρών και γλιουτών για βέλτιστο αισθητικό αποτέλεσμα. Η θεραπεία διεξάγεται χωρίς πόνο, ενόχληση ή οποιαδήποτε αποθεραπεία. Η νέα αυτή τεχνολογία αλληλίζει τον τρόπο εκγύμνασης, μυϊκής ενδυνάμωσης και λιποδιάλυσης.

ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ;



Το INSHAPE προκαλεί έντονες συσπάσεις στους μύς (αυτόματη μυϊκή άσκηση).

Ως συνέπεια αυτής της πολύ έντονης προπόνησης, ο μύς αυξάνεται σε όγκο και δύναμη και ταυτόχρονα το λίπος διασπάται.

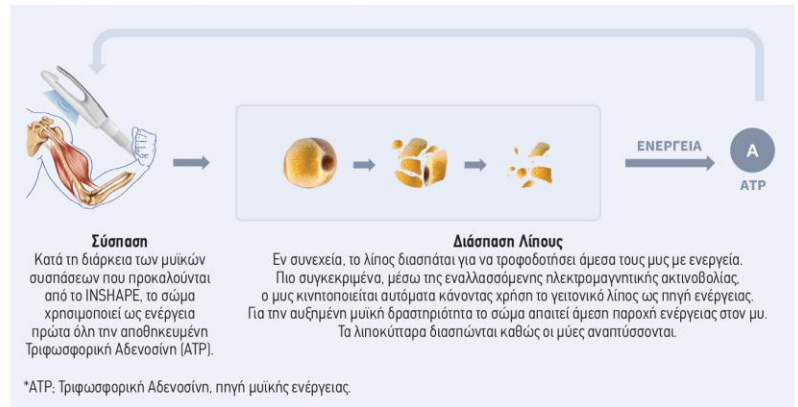
ΚΕΦΑΛΕΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

- Πρωτοποριακός σχεδιασμός για εργονομική θεραπεία.
- Υδρόψυκτη τεχνολογία ψύξης των κεφαλών που εξασφαλίζει τη σταθερότητα λειτουργίας του συστήματος σε αντίθεση με τα μηχανήματα που διαθέτουν αερόψυκτο τρόπο ψύξης και χάνουν μέρος της ισχύς τους μετά το πέρας κάποιων συνεδριών την ίδια μέρα.
- 2 applicators για ταυτόχρονη θεραπεία πολλαπλών περιοχών του σώματος.

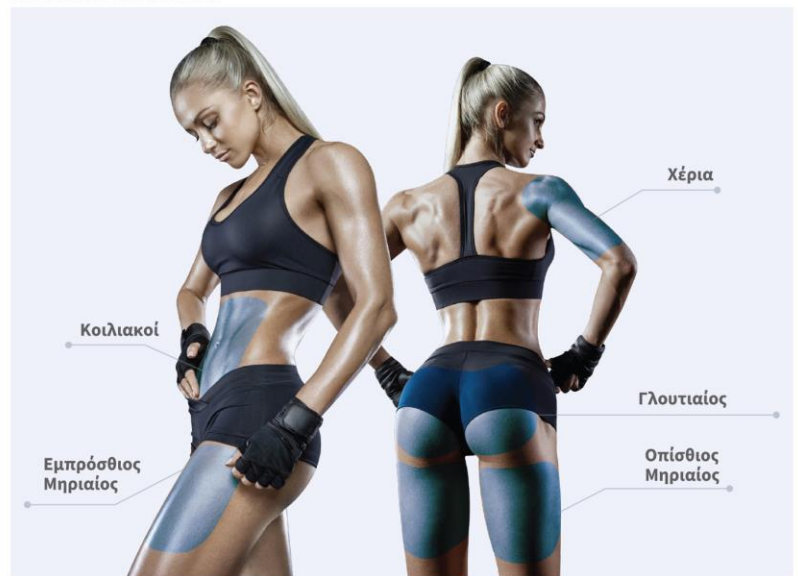
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ INSHAPE ΣΤΟΥΣ ΜΥΣ



Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ INSHAPE ΣΤΟ ΛΙΠΟΣ



ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ



30ΛΕΠΤΗ ΣΜΙΛΕΥΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ

Το INSHAPE επιτρέπει την εντατική και αυτόματη άσκηση των μυών σε μόλις 30'. Λόγω της ταχύτητας και της άνεσης της θεραπείας ο/η ασθενής επιστρέφει αμέσως μετά το τέλος της συνεδρίας στην κανονική του/της ρουτίνα χωρίς οποιαδήποτε ενόχληση ή/και περιορισμό.

LIDS medical

GTG MEDICAL

INSHAPE

FIND YOUR INNER SHAPE



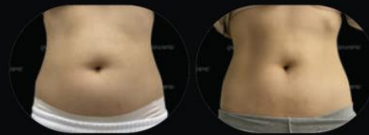
Προηγμένο Σύστημα

ΗλεκτροΜαγνητικής Διέγερσης EMS
(ElectroMagnetic Stimulation)

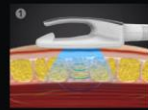
για

Μυϊκή Ενδυνάμωση & Σμίλευση Σώματος

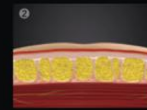
Πριν & Μετά



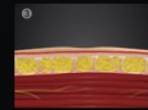
Θεραπεία



Μυϊκή Διέγερση



Μικροσκοπικοί
Μυϊκοί Τραυματισμοί



Μυϊκή Ανάπτυξη
& Λιποδιάλυση

- ✓ Μη επεμβατικά
- ✓ Χωρίς πόνο
- ✓ Χωρίς αποθεραπεία
- ✓ Υδρόψυκτες κεφαλές

LIDS medical

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΓΙΑ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΚΥΠΡΟ

LIDS Medical Ε.Π.Ε.

Κύπρου 61, Αγ. Παρασκευή, 153 43 Αθήνα

Τηλ.: 210 6815681

Τηλ. Κύπρου: +357 99239487

info@lidsmedical.gr · www.lidsmedical.gr



30MINUTE
BODY SHAPING

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΙΣ ΣΥΝΑΛΛΑΓΕΣ ΜΑΣ



"Ουδέν λάθος αναγνωρίζεται μετά την απομάκρυνση". Η επιγραφή στο Ταμείο δεν έχει αναρτηθεί τυχαία. Αν γίνει λάθος στη συναλλαγή, μετά δύσκολα αποδεικνύεται. Αυτό όχι μόνο στις χρηματικές δοσοληψίες. Πόσες φορές γυρίζοντας σπίτι δεν διαπιστώσαμε ότι ο/η υπάλληλος έκανε λάθος π.χ. το όνομά μας., Πάλι από την αρχή τρέξιμο και ταλαιπωρία επειδή εκείνη τη στιγμή δεν προσέξαμε να διαπιστώσουμε το λάθος και να το διορθώσουμε.

Τι πρέπει να κάνουμε ;

- Να διαβάζουμε τα παραστατικά και να ελέγχουμε αν έγινε σωστά η καταγραφή των στοιχείων
- Να μετράμε τα ρέστα μας, όταν πρόκειται για χρηματική συναλλαγή.
- Αν για κάποιο λόγο δεν δουλεύει το "on line" σύστημα κάποιας υπηρεσίας, τράπεζας-ΟΤΕ-ΔΕΗ κλπ. - να ζητάμε από τον υπάλληλο να γράφει πάνω στην απόδειξη ότι καταχωρήθηκε χειρογραφικά μαζί με το όνομα και την υπογραφή του. Αν είναι υπηρεσία να υπογράψει και ο προϊστάμενος τους. Εμάς, γιατί μας υποχρεώνουν να περιμένουμε υπογραφή του για πάρα πολλές υπηρεσίες. Ας το ζητήσουμε και εμείς.
- Να προσέχουμε ότι τυπώθηκε αυτό που αυτό που έπρεπε

εμφανώς, π.χ. από τον ΟΤΕ στην απόδειξη μας η σχετική πληροφορία. Μην δεχόμαστε με μη εμφανή τα στοιχεία επειδή οι εκτυπωτές δεν είχε μελάνι. Να ζητήσουμε να βάλουν ή να το συμπληρώσουν χειρογραφικά με τις σχετικές υπογραφές. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται και στις συναλλαγές μας δια μέσω του διαδικτύου (internet). Εδώ κινδυνεύουμε από διάφορους απατεώνες που προσπαθούν να μας υποκλέψουν κωδικούς, αριθμούς τραπεζικών λογαριασμών και πιστωτικών καρτών με τελικό σκοπό να μας "αδειάσουν" το πορτοφόλι. Η Ελληνική Ένωση Τραπεζών μας πληροφορεί ότι οι τράπεζες ποτέ δεν θα μας ζητήσουν προσωπικά μας στοιχεία (αριθμός λογαριασμού-κωδικούς) μέσω email ή τηλεφώνου. Επίσης στις συναλλαγές μας στο διαδίκτυο να προσέχουμε να βρισκόμαστε στη σωστή διεύθυνση.

**ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ
ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΟ
CROWNE PLAZA
ATHENS HOTEL**

3-4-5

ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2023

**ΣΤΟ ΜΕΓΑΛΟ ΕΤΗΣΙΟ
ΣΥΝΕΔΡΙΟ CIDESCO HELLAS
ΜΕ ΕΚΛΕΚΤΟΥΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ
ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ**



ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Όσα μέλη της CIDESCO εξασκούν το επάγγελμα της αισθητικού πλέον των ΤΡΙΩΝ ΕΤΩΝ, και είναι μέλη της CIDESCO HELLAS, μπορούν να παρακολουθήσουν ένα σύντομο εντατικό πρόγραμμα μετεκπαίδευσης, με ύλη της CIDESCO INTERNATIONAL.

Έτσι μπορούν να δώσουν εξετάσεις σε επιτροπή που έρχεται από το εξωτερικό για να αποκτήσουν το ΔΙΕΘΝΕΣ ΔΙΠΛΩΜΑ CIDESCO-POST GRADUATE (το MASTER στην Αισθητική).

Όσες αισθητικοί έχουν το δίπλωμα CIDESCO και είναι μέλη της Cidesco Hellas, έχουν κέντρο αισθητικής ή SPA και θέλουν να ενταχθούν στα ΔΙΕΘΝΗ ΚΕΝΤΡΑ ΟΜΟΡΦΙΑΣ με το ΣΗΜΑ ΤΗΣ CIDESCO INTERNATIONAL θα μπου στην ιστοσελίδα της Cidesco International καθώς και στην ιστοσελίδα της Cidesco Hellas ως ΔΙΕΘΝΗ ΚΕΝΤΡΑ

Για περισσότερες πληροφορίες στο τηλ6977906057 με την Ηρώ Κορωναίου, Πρόεδρο Cidesco Hellas.

Depilonine®



**ΝΕΕΣ ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΕΣ ΦΟΡΜΟΥΛΕΣ
ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΣΥΜΒΑΤΑ ΜΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΜΕΘΟΔΟΥΣ ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗΣ**



**ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ
ΠΟΣΟΤΗΤΑ**



**ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ
ΕΝΖΥΜΩΝ ΚΑΙ
ΔΡΑΣΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ**



**ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ
ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΖΩΗΣ ΜΕΤΑ
ΤΟ ΑΝΟΙΓΜΑ**



PROFESSIONAL
**Beauty
Services**
HOUSE OF COSMETICS' IMPORTS

**Σιδηροκάστρου 3, 12462
2105320533**

**info@beautysrvices.gr
www.beautyservices.gr**

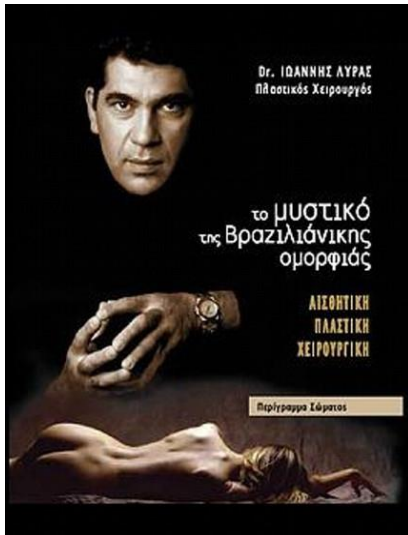


Η λευκαντική θεραπεία της Rejuvi στοχεύει στην ρύθμιση έκκρισης της μελανίνης, αναχαιτίζοντας το ένζυμο τυροσινάσης που λειτουργεί σαν καταλύτης στην παραγωγή της. Μέσω των οξέων και των επαγγελματικών προϊόντων που εφαρμόζονται στην θεραπεία αυτή, ενισχύεται η πρόληψη του ανεπιθύμητου σχηματισμού κηλίδων και πανάδων, φωτίζει το δέρμα εμποδίζοντας την ανομοιόρφη φυσική παραγωγή μελανίνης.



Σιδηροκάστρου 3, 12462
2105320533

info@beautysrvices.gr
www.beautyservices.gr



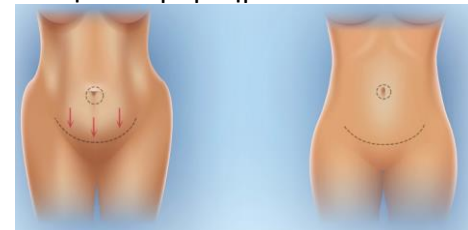
Dr ΙΩΑΝΝΗΣ ΛΥΡΑΣ
ΑΠΟ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ "το μυστικό της
βραζιλιάνικης ομορφιάς"

ΕΠΙΠΕΔΗ ΚΑΙ ΓΡΑΜΜΩΜΕΝΗ
ΚΟΙΛΙΑ: ΚΟΙΛΙΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

Το πρότυπο των βραζιλιάνικων σωμάτων, συμβόλων θηλυκότητας και ερωτισμού υποδεικνύει, εκτός των άλλων, επίπεδη και γραμμωμένη κοιλιά. Ειδικά για τρεις γυναίκες, το θέαμα μιας χαλαρής "κρεμασμένης" κοιλιάς, που μπορεί να οφείλεται είτε σε απώλεια πολλών κιλών, είτε σε διαδοχικές εγκυμοσύνες, αποτελεί ένα καίριο πλήγμα για την αυτοπεποίθησή τους. Τα τελευταία χρόνια, το πρόβλημα της χαλαρής κοιλιάς έρχεται να αντιμετωπίσει με επιτυχία η μέθοδος της κοιλιοπλαστικής. Ανάλογα με το βαθμό του προβλήματος, μπορεί να πραγματοποιηθεί ολική κοιλιοπλαστική ή μίνι κοιλιοπλαστική. Η επιλογή της επέμβασης που ταιριάζει στην κάθε γυναίκα (ή άντρα) είναι υποχρέωση αποτέλεσμα της συνεργασίας μεταξύ των δύο παραγόντων, του πλαστικού χειρουργού και του ενδιαφερόμενου ατόμου. Η Πλαστική Χειρουργική άρχισε να επεμβαίνει να σμιλεύει το

ανθρώπινο σώμα από την αρχή του αιώνα μας, δημιουργώντας αμέτρητες τεχνικές και τακτικές για να διορθώσει τη μεγάλη χαλαρή, άσχημη ενοχλητική, παραμορφωμένη κοιλιά ή το στήθος. Η αισθητική του σώματος έχει τις ρίζες της στην αρχαιότητα. Η μεγάλη ζήτηση που έδειχναν οι άνθρωποι που τους αφορούσε το θέμα αυτό οδήγησε στην τυποποίηση ορισμένων σοφών τεχνικών που εμπνευσμένοι δάσκαλοι εφάρμοζαν από την αρχή του 20ου αιώνα. Άρχισε λοιπόν, σιγά-σιγά να δημιουργείται η φιλοσοφία της "Χειρουργικής της σιλουέτας". Η πιο σημαντική η πρωταρχική λεπτομέρεια αυτής της χειρουργικής είναι βεβαίως το σημάδι που αφήνουμε στο σώμα, όταν π.χ. αφαιρούμε μια "κρεμασμένη κοιλιά" (κοιλιά που κρεμιέται και διπλώνει από το βάρος). Οι κλασικές τομές δερμολιπεκτομής περιλαμβάνουν εκείνες των Kelly(1899, 1910), Weinholz (1909), Babcock (1916, 1939), Schepelmann (1918,1924), Kuster(1926), Hesch-Thebesius και Weisheimer (1931), Thorek (1924), Pick (1949), Barsky (1950), Caltier (1965), Gonzalez, Ulloa (1960), Grazer (1973), Fischl (1973), Schwartz (1974), Pitanguy (1974), Barouclli (1975), Regnault (1975) και τουελληνικής καταγωγής Psillakis (1984)στη Βραζιλία. Όλες καταλήγουν σε τομή κάθετη ή οριζόντια, μετά από εκτομή ενός ατρακτοειδούς τεμαχίου δέρματος και λίπους. Ειδικά για την επέμβαση του 3ης γενιάς Έλληνα της Βραζιλίας, George Psillakis, ιδέα βασίζεται στην προς τα πάνω διόρθωση της χαλάρωσης της κοιλιάς μέσω μίας τομής που δε βρίσκεται χαμηλά

μέσα στο κάτω εσώρουχο , αλλά ψηλά μέσα στο άνω εσώρουχο. Με την επέμβαση αυτή ο πλαστικός χειρουργός επιδιώκει να διορθώσει ταυτόχρονα τους χαλαρούς μαστούς και τη χαλαρή κοιλιά κάνοντας μόνο μια οριζόντια τομή η οποία βρίσκεται στην υπομάστιο πτυχή, δηλαδή μέσα στο στήθόδεσμο. Με το χρόνο κατέστη εμφανές ότι η χαμηλή οριζόντια τομή ήταν η συνηθέστερη επιλογή των ασθενών όταν επρόκειτο να υποβληθούν σε κοιλιοπλαστική. Άλλες σημαντικές τεχνικές λεπτομέρειες αφορούσαν στην τεθλασμένη τομή, στο μικρό ομφαλό και στην επίτευξη μακροχρόνιων και σταθερών αποτελεσμάτων όμορφης ανάπλασης της κοιλιακής χώρας. Η πιο μοντέρνα τάση είναι να προσπαθεί κανείς να μειώσει όσο μπορεί και όσο γίνεται το σημάδι αυτό, ώστε να προσφέρει μια όσο το δυνατόν πιο ικανοποιητική λύση στο πρόβλημα.



Όταν βέβαια η γυναίκα (ή ο άντρας) που ενδιαφέρεται έχει μικρό σχετικά πρόβλημα, όπως συμβαίνει στις νεαρές ηλικίες, όταν ακριβώς αρχίζει να εμφανίζεται το πρόβλημα της χαλάρωσης ή της τοπικής εναπόθεσης λίπους στην κοιλιά μια καλή λύση είναι η μίνι-κοιλιοπλαστική συνδυασμένη με τη λιποαναρρόφηση. Είναι βέβαιο ότι η λιποαναρρόφηση, η οποία εδώ και δέκα χρόνια εφαρμόζεται σε όλες τις περιπτώσεις με τοπική εναπόθεση λίπους είναι και η

μόνη λύση όταν το πρόβλημα αυτό είναι αισθητικό και δύνανται να λυνθούν με δίαιτες ή γυμναστική. Έτσι, η χρήση του μας βοηθάει να βελτιώσουμε πολύ τα αποτελέσματα της μίνι κοιλιοπλαστικής. Η επέμβαση αυτή αρχίζει και τελειώνει μέσα στο τριχωτό του εφηβίου και έτσι είναι πάρα πολύ διακριτική. Συχνά, μέσα από την ίδια την καισαρική τομή καταφέρνουμε να θεραπεύσουμε τη χαλάρωση του τοιχώματος, των μυών της κοιλιάς, της μέσης, της εναπόθεσης του λίπους και του ίδιου του δέρματος που περισσεύει. Σε αυτή την



περίπτωση δεν πειράζουμε καθόλου τον ομφαλό. Τελευταία, σε αυτή μας την προσπάθεια μνας βοηθάει πολύ η μοντέρνα και χρήσιμη ενδοσκοπική μέθοδος που εφαρμόζουμε και που μειώνει τις τομές ακόμη πιο πολύ. Η ενδοσκοπική μέθοδος που ακόμη εφαρμόζεται μόνο από λίγους πλαστικούς χειρουργούς γίνεται χρησιμοποιώντας πολύ λεπτά, ευαίσθητα από πολύτιμα μέταλλα (τιτάνιο) και ειδικές video οθόνες, ώστε να πραγματοποιούμε λεπτές εργασίες κάτω από το δέρμα, προκαλώντας ελάχιστους τραυματισμούς ή αιματώματα και εκχυμώσεις. Στην επέμβαση αυτή είναι φυσικό να μπορεί να γίνει και εφαρμογή Laser CO αντί νυστεριού για την αρχική τομή του δέρματος. Η αυξανόμενη επιθυμία των ασθενών για καλύτερα αποτελέσματα και μικρότερα σημάδια μας έχει

οδηγήσει σε άλλα μονοπάτια σκέψης, διαδικασίας στην οποία άλλωστε βρίσκεται και η βάση της επιστήμης γενικά.

ΛΙΠΟΑΝΑΡΡΟΦΗΣΗ Ή ΚΟΙΛΙΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

Η επιλογή ανάμεσα στην λιποαναρρόφηση και την κοιλιοπλαστική θα εξαρτηθεί από το είδος του προβλήματος που θα αντιμετωπιστεί, καθώς πρόκειται για δύο διαφορετικές χειρουργικές επεμβάσεις Πλαστικής Χειρουργικής. Σκοπός της κοιλιοπλαστικής είναι η διόρθωση της χαλαρής κοιλιάς, γεγονός που επιτυγχάνεται με την αφαίρεση του δέρματος και του λίπους που περισσεύει από την περιοχή της κοιλιάς και τη συρραφή των μυών του κοιλιακού τοιχώματος που έχουν χαλαρώσει, όπως συμβαίνει για παράδειγμα μετά από μία ή περισσότερες εγκυμοσύνες. Αντίθετα, με τη λιποαναρρόφηση, αφαιρείται το λίπος που περισσεύει, αλλά δεν αντιμετωπίζεται το πρόβλημα της χαλάρωσης του δέρματος ή των μυών της κοιλιάς. Κατά συνέπεια, εάν το πρόβλημα προς αντιμετώπιση είναι μια χαλαρή κοιλιά, με αδύναμους κοιλιακούς μυς, περίσσιο δέρμα και λίπος, η κοιλιοπλαστική, κλασική ή μίνι, θα δώσει την απάντηση. Εάν, αντίθετα, θέλετε να αφαιρέσετε το λίπος που περισσεύει από την περιοχή της κοιλιάς, αλλά το δέρμα και οι μύες της περιοχής διατηρούνται σφιχτοί, η λιποαναρρόφηση θα βελτιώσει την εικόνα σας, προφέροντάς σας το πλεονέκτημα της γρηγορότερης ανάρρωσης και των μικρότερων ουλών σε σχέση με την κοιλιοπλαστική. Τέλος, εάν το πρόβλημα είναι μεγαλύτερου βαθμού, η κοιλιοπλαστική μπορεί να

συνδυαστεί με λιποαναρρόφηση για πιο δραστικά αποτελέσματα, κατάσταση η οποία είναι και η πιο συνήθης στην Ελλάδα.

ΜΙΝΙ ΚΟΙΛΙΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

Η μίνι κοιλιοπλαστική αποτελεί μια παραλλαγή της κλασικής κοιλιοπλαστικής και είναι μια μεσαία χειρουργική επέμβαση η οποία ανήκει στις κατηγορίες των τεχνικών στις οποίες διατηρείται κάποια ποσότητα δέρματος και λίπους, αλλά και μέρος της υπερομφαλικής χαλάρωσης του κοιλιακού τοιχώματος. Η τελική ουλή στην περίπτωση αυτή είναι μικρότερη από εκείνη της κλασικής κοιλιοπλαστικής και βρίσκεται στη θέση όπου γίνεται η καισαρική τομή. Η επέμβαση αυτή γίνεται με τοπική αναισθησία σε οργανωμένη κλινική, ενώ δεν απαιτείται παραμονή και νοσηλεία. Διαρκεί μια ώρα. Είναι ιδανική επιλογή για άτομα που έχουν πράγματι πολύ μικρό αισθητικό πρόβλημα.



Γίνεται συνήθως με αισθητικά μόνο κριτήρια και με βάση την ευκολία της, αλλά συνήθως δεν επαρκεί στις προχωρημένες περιπτώσεις στις οποίες τίθεται το θέμα της πιο επαρκούς και αποτελεσματικής επέμβασης, ειδικά όταν η ενδιαφερόμενη βρίσκεται σε καθιστή στάση στην οποία η περίσσεια του δέρματος που δεν αντιμετωπίστηκε με την κλασική κοιλιοπλαστική αποτελεί σημείο μειωμένου βαθμού ικανοποίησης, κυρίως λόγω της ανεπαρκούς κατανόησης της σημαντικότητας μιας πιο πλήρους επέμβασης.

EZ POWDER BROWS

PMU - ΗΜΙΜΟΝΙΜΟ ΜΑΚΙΓΙΑΖ ΦΡΥΔΙΩΝ

Τα φρύδια είναι το πλαίσιο του προσώπου μας και μπορούν να αλλάξουν την όλη εικόνα του προσώπου με ένα φυσικό τρόπο προς το καλύτερο. Μπορούν επίσης να γίνουν μικρές και μεγάλες αλλαγές, ανάλογα με την ιδιαιτερότητα του κάθε προσώπου και τις ιδιαίτερες απαιτήσεις του κάθε ατόμου.

Η τεχνική **“EZ Powder Brows”** είναι η τελευταία λέξη της μόδας στον κόσμο του Ημιμόνιμου Μακιγιάζ - PMU. Είναι η μοντέρνα παραλλαγή της τεχνικής **“Ελαφρά Σκίαση”** και έχει γίνει ευρέως γνωστή σε όλο τον κόσμο τα τελευταία χρόνια. Η **“EZ Powder Brows”** μετά την επούλωση της δίνει άκρως φυσικά αποτελέσματα και εκτιμάται ιδιαίτερα από τους επαγγελματίες για τον μηδενικό τραυματισμό του δέρματος. Κατά την εκτέλεση της τεχνικής χρησιμοποιούμε πολύ ελαφριές κινήσεις για την ενίσχυση ή επανασχεδίαση των φρυδιών με τρόπο που να μοιάζουν σαν να ψεκάζουμε την χρωστική στις ανώτερες στιβάδες του δέρματος, έτσι το αποτέλεσμα μοιάζει σαν να έχουμε απλώσει μία πούδρα πάνω στα φρύδια. Για την εκτέλεση της απαιτείται εξοπλισμός τελευταίας τεχνολογίας, χρωστικές εγκεκριμένες από την Ε.Ε., αλλά και μεγάλη εμπειρία του ειδικού στην Τεχνική **“EZ Powder Brows”**. Η τεχνική αυτή ταιριάζει σε όλους τους τύπους δέρματος και δίνει φανταστικά αποτελέσματα σε κάθε ηλικία με μια διάρκεια από 1 έως και 2 χρόνια.

Πώς γίνεται το “EZ Powder Brows”; Η ειδικός θα κάνει ανάλυση του σχήματος και των αναλογιών του προσώπου σας και θα βρει το σχήμα και το χρώμα φρυδιών που ταιριάζει με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά σας, τον χρωματότυπο σας, την ηλικία και το προσωπικό σας στυλ. Τα νέα σας φρύδια θα σχεδιαστούν με μολύβι πρώτα, λαμβάνοντας υπόψη τις επιθυμίες σας. Όταν το φρύδι σχεδιαστεί βάση της προτίμησής σας και είναι έτοιμο, θα ξεκινήσει η διαδικασία της εφαρμογής **“EZ Powder Brow”**.

Συγκρίσεις με άλλες τεχνικές!!! Απόλυτα φυσικό αποτέλεσμα και γρήγορη ανάρρωση. Με το κλασικό τατουάζ τα φρύδια ήταν σκούρα και αφύσικα ενώ ταυτόχρονα υπήρχε μεγάλη πιθανότητα σχηματισμού ουλών.

Λόγω της επιφανειακής διείσδυσης της βελόνας στο το δέρμα, η διαδικασία της επούλωσης των φρυδιών γίνεται πολύ πιο γρήγορα από ό,τι με ένα κλασικό τατουάζ ή με microblading. Η επούλωση κατά μέσο όρο παίρνει από 3 έως 7 ημέρες, ανάλογα με τον τύπο του δέρματος και την ηλικία.

Η τεχνική αυτή μας επιτρέπει να εισαγάγουμε τη χρωστική ουσία στο ανώτερο στρώμα της επιδερμίδας και χωρίς πυκνή γέμιση. Όταν εφαρμόζεται η χρωστική ουσία δεν δημιουργείται βαθιά ή σοβαρή βλάβη στο δέρμα και συνεπώς αποφεύγουμε τον κίνδυνο να σχηματιστούν οι ουλές.

Το χρώμα διατηρείται; Οι εγκεκριμένες χρωστικές από την Ε.Ε. και υψηλής ποιότητας χρωστική ουσία, η οποία εφαρμόζεται με το ειδικό μηχάνημα κάτω από το δέρμα, δεν αλλάζει χρώμα με το καιρό όπως γίνεται στο κανονικό τατουάζ όπου το χρώμα μπορεί να γίνει μπλε, μοβ, πράσινο ή πορτοκαλί.



Είναι μια ασφαλής τεχνική με απόλυτα φυσικά αποτελέσματα που ταιριάζει σε όλα τα άτομα.



Έχει πόνο;

Σε αντίθεση με άλλες τεχνικές, η όλη διαδικασία δεν πονάει καθόλου. Την πρώτη εβδομάδα μετά την ολοκλήρωση της τεχνικής, η περιοχή πρέπει να ενυδατωθεί, αλλά δεν πρέπει να βραχεί. Έπειτα από μια εβδομάδα η χρήση αντηλιακού θεωρείται επιτακτική, ενώ καλό είναι να αποφεύγονται και τα χημικά peellings.

International
Grand Master Trainer
Asteroula Tasiou



“ Καλώς ήρθατε στον
κόσμο της ομορφιάς! ”

Elisabeth Lashes

Εκπαίδευση επαγγελματιών

και διάθεση προϊόντων για:

Extensions Βλεφαρίδων
Ημιόνιμο Μακιγιάζ Προσώπου
Lash Lifting
Brow Lamination
Βαφές Φρυδιών



Θα μας βρείτε:

Ελευθερίου Βενιζέλου 4 – Πεύκη Τ.Κ. 15121, Τηλ. 210 6142967 – 6988441337



Elisabeth Lashes

ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ ΑΓΧΟΣ Η ΑΣΘΕΝΕΙΑ ΤΩΝ ΚΑΙΡΩΝ

Στη σημερινή εποχή με τις τόσες απαιτήσεις, το στρες και το άγχος βασανίζει όλο και περισσότερους ανθρώπους, σε σημείο που να έχει πάρει πια τη μορφή ασθένειας.

Το στρες εμφανίζεται με τρεις μορφές :

Οξύ στρες : Προκαλείται από μια κατάσταση έντονη που μόλις προηγήθηκε (π.χ. συνέντευξη για δουλειά) ή που άμεσα επίκειται (π.χ. ραντεβού με κάποιον που μας ενδιαφέρει). Θέτει το άτομο σε ετοιμότητα και μπορεί να προκαλεί μέχρι και ευχάριστη ένταση, επαναλαμβανόμενο όμως εξαντλεί το άτομο.



Επεισοδιακό οξύ στρες : Οξύ στρες σε καθημερινή σχεδόν βάση. Τα άτομα αυτά είναι σαν να βρίσκονται διαρκώς "στην πρίζα". Προκαλεί έντονα σωματικά συμπτώματα (π.χ. καρδιακές παθήσεις, έλκος) και προβλήματα στην συμπεριφορά (π.χ. επιθετικότητα, ξεσπάσματα)

Χρόνιο στρες : Το άτομο βρίσκεται μόνιμα σε μια κατάσταση στρες, την οποία μέσα από τον χρόνο συνηθίζει ως αναπόσπαστο μέρος της ζωής του. Η ζωή του φαίνεται "μίξερη" και στάσιμη. Το άτομο φθείρεται σωματικά και ψυχικά και νοιώθει δυστυχισμένο και ανικανοποίητο.

Το αποτέλεσμα αυτού του τύπου στρες είναι αρκετά σοβαρά, καθώς μπορούν να καταλήξουν σε σημαντικά σωματικά ή ψυχικά προβλήματα. Το στρες δεν είναι απαραίτητο κάτι το αρνητικό. Σε μικρή ένταση μάλιστα, μπορεί να είναι και η κινητήριος μας δύναμη. Πρόκειται λοιπόν, για μια φυσιολογική αντίδραση του οργανισμού σε εξωτερικές ή εσωτερικές απαιτήσεις ή ακόμη και σε κινδύνους, οπότε και στόχος του στρες είναι να μας βοηθήσει να αντιδράσουμε. Δεν χειρίζονται όμως, όλα τα άτομα όλες τις καταστάσεις με τον ίδιο τρόπο. Έτσι, σε πολλούς ανθρώπους η αντίδραση στο στρες ξεπερνά τα φυσιολογικά επίπεδα και αρχίζει να προκαλεί έντονη δυσφορία και δυσκολίες στην καθημερινή ζωή. Πολλές φορές, μάλιστα έχει μόνιμη κακή επίδραση στην καρδιά, στο κυκλοφορικό και σε άλλες βασικές λειτουργίες του οργανισμού.



ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ :
ΚΡΕΒΑΤΙ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΚΑΙ
ΤΡΑΠΕΖΙ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΟ ΤΗΛ.
6989 700 716
(κ. Σοφία)

Γίνε και εσύ μέλος για να παρακολουθείς :

ΔΩΡΕΑΝ
ΤΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ
ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ CIDESCO

Διάβαζε κάθε μήνα την εφημερίδα **ΚΡΙΚΟΣ** στην ιστοσελίδα **ΧΩΡΙΣ ΚΩΔΙΚΟ** Κάνε γνωστή την εφημερίδα μας στο δικό σου **site**
www.cidescHELLAS.gr

ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ
ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΟ

CROWNE PLAZA
ATHENS HOTEL

3-4-5

ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2023

ΣΤΟ ΜΕΓΑΛΟ ΕΤΗΣΙΟ
ΣΥΝΕΔΡΙΟ CIDESCO
HELLAS

ΜΕ ΕΚΛΕΚΤΟΥΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ
ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ

Cosmeticum

— nutricosmetics

Beauty is
our profession

FEEL A NEW BEAUTY
EXPERIENCE

Skin care categories with Hyaluronic Acid

- Serums
- Peel Off masks
- Mesotherapy

HYALURON'S
POWER



NEWPLUS IKE

+30 2310 547412

WWW.COSMETICUM.GR

INFO@COSMETICUM.GR

ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΣΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ (ΔΕΡΜΑ/ΠΝΕΥΜΟΝΑ)

Ο Χριστόφορος Κολόμβος και οι πρώτοι άποικοι που έφτασαν στην Αμερική στα μέσα του 15ου αιώνα βρήκαν τους ιθαγενείς στη Βόρεια και Νότια Αμερική να καπνίζουν φύλλα καπνού και πούρα. Η εισαγωγή καπνού στην Ευρώπη έγινε για πρώτη φορά κατά τον 16ο αιώνα. Το 1565 ο Sir Walter Raleigh πρότεινε και έπεισε την Βασίλισσα Ελισάβετ να αρχίσει το κάπνισμα. Ο ίδιος λίγο πριν τον αποκεφαλισμό του (για άλλους λόγους) το 1618, ζήτησε να καπνίσει για τελευταία φορά! Αρχικά, η χρήση του καπνού περιοριζόταν στην θεραπεία διαφόρων ασθενειών. Το 1560 ο Γάλλος Πρέσβης στην Πορτογαλία Jean Nicot de Villemain έστειλε σπόρους καπνού από τη Βραζιλία στο Παρίσι, προτείνοντάς το σαν θεραπευτικό φυτό για τις ημικρανίες στην Αικατερίνη των Μεδίκων. Από αυτόν πήρε αργότερα το όνομά του το φυτό αλλά και το κύριο δραστικό συστατικό του, η νικοτίνη. Στα μέσα του 19ου αιώνα το κάπνισμα έγινε συνήθεια της υψηλής κοινωνίας και προς το τέλος, του αιώνα εμφανίστηκαν οι πρώτες βιομηχανίες τσιγάρων. Τα κέρδη των βιομηχανιών ήταν υπέρογκα και ως εκ τούτου αυτές διέθεσαν ένα μέρος των επενδύσεών τους τόσο στη διαφημιστική τους καμπάνια όσο και στην προσπάθεια βελτίωσης της γεύσης των προϊόντων τους και της αύξησης του εθισμού που προκαλούν, ώστε όχι μόνο να διατηρούν αλλά και να αυξάνουν διαρκώς το φανατικό αγοραστικό κοινό τους.

Μετά τον 2ο Παγκόσμιο Πόλεμο άρχισαν οι πρώτες έρευνες ως προς τις επιπτώσεις του καπνίσματος στην υγεία του ανθρώπου, οι οποίες ήταν αποκαλυπτικές για την πληθώρα και τη σοβαρότητα των σχετικών επιπλοκών.

Έχει αποδειχθεί ότι το κάπνισμα προκαλεί τουλάχιστον 25 απειλητικές για τη ζωή ασθένειες. Αυτές κατά κύριο λόγο είναι η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, ο καρκίνος (ο καπνός του τσιγάρου περιέχει περίπου 50 από τις πλέον καρκινογόνες ουσίες καθώς και μικρού μεγέθους ανθρακούχα σωματίδια), με τον καρκίνο του πνεύμονα να κατέχει τη μερίδα του λέοντος, η στεφανιαία νόσος και περιφερική αρτηριοπάθεια. Οι περίπου 4.500 χημικές ουσίες που απελευθερώνονται από την φλεγόμενη άκρη του τσιγάρου, συνδέονται άμεσα ή έμμεσα επίσης με : αυτόματη αποβολή εμβρύου, συγγενείς ανωμαλίες, χαμηλό βάρος γέννησης, του νεογέννητου της καπνίστριας εγκύου και παχυσαρκία στην προνηπιακή ηλικία, αύξηση της επίπτωσης αιφνιδίου θανάτου, βρεφών, μειωμένο τελικό ύψος του παιδιού που υφίσταται την επίδραση παθητικού ή και ενεργητικού καπνίσματος, ανασταλτική επίδραση στη μαθησιακή και συμπεριφορική ανάπτυξη των παιδιών, επηρεασμένη αμυντική λειτουργία του οργανισμού, αυξημένη επίπτωση μηνιγγιτιδοκοκκικών λοιμώξεων, παροξύνσεις κυστικής ίνωσης, αύξηση της συχνότητας και της βαρύτητας ασθματικών παροξυσμών, λοιμώξεις του αναπνευστικού εκκριτική και μέση ωτίτιδα. Το τελικό

αποτέλεσμα της επίδρασης του καπνίσματος εξαρτάται από γενετικούς αλλά και περιβαλλοντικούς παράγοντες, όπως λοιμώξεις, φάρμακα, την ατμοσφαιρική ρύπανση κ.α.



Πολύπλοκες φλεγμονώδεις διαδικασίες και αλλαγές του ανοσιακού συστήματος παίζουν σημαντικό ρόλο στις διαταραχές που σχετίζονται με το κάπνισμα. Η φλεγμονή των αεραγωγών και οι δομικές αλλαγές που την ακολουθούν ευθύνονται για υπερπαραγωγή και συσσώρευση βλέννης, βλάβη του συνδετικού ιστού και χρόνια απόφραξη των αεραγωγών στον πνεύμονα. Σε ότι αφορά το δέρμα, ο καπνός του τσιγάρου, ο οποίος περιέχει πολλές ρίζες οξυγόνου και ενεργές αλδεϋδες, που αλληλεπιδρούν με διάφορα δομικά συστατικά του ιστού προκαλώντας μια αλληλουχία αρνητικών επιδράσεων στην φυσιολογική φλεγμονώδη διεργασία, αποτελεί ισχυρό, και ανεξάρτητο παράγοντα δημιουργίας ρυτίδων στο πρόσωπο και γενικευμένης πρόωρης δερματικής γήρανσης, αυξάνει την πιθανότητα ψωρίασης, ακμής, πυογόνου υδραδενίτιδας, εκζέματος, απώλειας μαλλιών, καρκινώματος πλακώδους επιθηλίου και πιθανόν και μελανώματος, συστηματικού

ερυθηματώδους λύκου, οξυτενών κονδυλωμάτων, ενώ αναστέλλει την φυσιολογική επούλωση του τραύματος. Σήμερα καπνίζουν 1 δισεκατομμύριο άνδρες και 250.000.000 γυναίκες. 5,4 εκατομμύρια θάνατοι το χρόνο στον πλανήτη οφείλονται στο κάπνισμα και 100 εκατομμύρια άνθρωποι απεβίωσαν τον 20ο αιώνα λόγω της συνήθειας αυτής. Οι καπνιστές έχουν 2,5-10 χρόνια ζωής, λιγότερα σε σύγκριση με τους μη καπνιστές. Ο κίνδυνος από τις επιπτώσεις του καπνίσματος αυξάνει όσο μικραίνει η ηλικία έναρξης της συνήθειας και όσο μεγαλύτερος είναι ο αριθμός τσιγάρων που καταναλώνονται. Το 2020, οι 4 από τις 5 πρώτες σε συχνότητα αιτίες θανάτου, θα οφείλονται στο κάπνισμα. Στην Ελλάδα, 20.000 ενεργεί και 700 παθητικοί καπνιστές χάνουν τη ζωή τους κάθε χρόνο από νοσήματα για τα οποία ευθύνεται το τσιγάρο. 700.000 μέρες νοσηλείας στο ΕΣΥ οφείλονται στο κάπνισμα και το κόστος για το κράτος ανέρχεται στα 2,14 δισεκατομμύρια ευρώ. Παρόλα αυτά, τα τελευταία πέντε χρόνια καπνίζουμε περισσότερο, καπνίζουν πιο πολλές γυναίκες, ενώ τα παιδιά ξεκινούν την συνήθεια αυτή σε μικρότερη ηλικία με τη χώρα μας να καταλαμβάνει την 1η θέση στην παγκόσμια κατάταξη στο κάπνισμα (42% των Ελλήνων καπνίζουν με ευρωπαϊκό μέσο όρο 31%). Εδώ και χρόνια ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας αναγνώρισε ότι το κάπνισμα είναι νόσο, και μάλιστα η συχνότερη χρόνια νόσος του αναπτυγμένου κόσμου και για τη διακοπή του απαιτείται κατάλληλη

και υποκατάσταση -θεραπεία. Τα κύρια στερητικά συμπτώματα που εμφανίζονται κατά την



προσπάθεια απεξάρτησης από τη νικοτίνη είναι ευερεθιστότητα, άγχος, ανησυχία, κατάθλιψη και αύξηση της όρεξης. Η διαδικασία διακοπής του καπνίσματος έχει δύο βασικούς άξονες-στόχους: το "βιομηχανικό" εθισμό προς τη νικοτίνη, για τον οποίο χρησιμοποιούνται υποκατάστατα της ουσίας (επιθέματα, τσίχλες, ρινικά σπρέϊ νικοτίνης και αντικαταθλιπτικά) και τον ψυχολογικό εθισμό για την αντιμετώπιση του οποίου απαιτείται ψυχολογική υποστήριξη.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΔΕΡΜΙΤΖΑΚΗ
Παιδίατρος



ΣΑΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΕΙ

!!!

Μοναδική ευκαιρία
για να αποκτήσετε

το ΔΙΕΘΝΕΣ ΔΙΠΛΩΜΑ

ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

CIDESCO INTERNATIONAL

από Ζυρίχη ΕΛΒΕΤΙΑΣ

ΤΩΡΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ.

Οι εξετάσεις γίνονται από
εκπρόσωπο εξεταστή από την
Cidescos International.

ΤΩΡΑ !!!

Ειδικό Διεθνές Δίπλωμα
CIDESCO INTERNATIONAL

MASTER

ΤΗΣ

ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

**Γίνε και εσύ μέλος για να
παρακολουθείς :**

ΔΩΡΕΑΝ

ΤΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ
CIDESCO

Διάβαζε κάθε μήνα την
εφημερίδα μας **ΚΡΙΚΟ** στην
ιστοσελίδα

ΧΩΡΙΣ ΚΩΔΙΚΟ

Κάνε γνωστή την εφημερίδα μας
στο δικό σου **site**

www.cidescoshellas.gr



**ΣΤΕΦΑΝΟΣ
ΚΑΡΑΓΙΑΝΟΠΟΥΛΟΣ**
Καθηγητής Παθολογίας
Πανεπιστημίου Αθηνών

ΕΝΑ ΜΗΛΟ ΚΑΙ ΕΝΑ ΨΑΡΙ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ ΤΟΝ ΚΑΝΕΙ ΠΕΡΑ

Οι Εσκιμώοι που τρώνε ψάρια και λάδι φάλαινας και φώκιας έχουν χαμηλές στάθμες τριγλυκεριδίων και μεγάλες συγκεντρώσεις καρδιοπροστατευτικής χοληστερίνης. Γι' αυτό δεν παθαίνουν εμφράγματα, κατά κανόνα. Ενώ οι Δανοί και Φιλανδοί, που έχουν άφθονα και φτηνά ολόπαχα γάλατα και κρέατα, έχουν την υψηλότερη θνησιμότητα από εμφράγματα στον κόσμο. Οι Ιάπωνες ψαράδες έχουν πολύ λιγότερα εμφράγματα στο ενεργητικό τους απ' ότι οι κτηνοτρόφοι Δανοί. Επίσης, οι Ιάπωνες που έμειναν στην Ιαπωνία και τρώνε την παραδοσιακή γιαπωνέζικη κουζίνα (ψάρια και ρίζες) παθαίνουν πολύ λιγότερα εμφράγματα από τ' αδέρφια τους που μετανάστευσαν στην Αμερική και τρέφονται με αμερικάνικη κουζίνα. Οι σημερινές γνώσεις της ιατρικής συνιστούν σκουμπρί και σολομό. Αυτά περιέχουν ένα ειδικό λάδι, το εικοσιπεντανοϊκό οξύ. Κι αυτό, επειδή στις θάλασσες που ζουν τα ψάρια έχουν την ιδιότητα να δημιουργούν στο σώμα τους ειδικά πολυακόρεστα λάδια. Αυτά τα λάδια έχουν ειδική δράση

πάνω στα αιμοπετάλιά μας και μας προφυλάσσουν από θρομβώσεις και εμφράγματα. Πολλές μελέτες που βρίσκονται ακόμα στα στάδια της έρευνας, πιστοποιούν όσα αναφέραμε, αλλά η πλήρης επιβεβαίωση αργεί! Τα ίδια ευεργετικά αποτελέσματα της Υψηλής Πυκνότητας Χοληστερίνης παρατηρήθηκαν σε ομάδα δώδεκα φυσιολογικών ατόμων ου έπαιρναν ειδικό λάδι ψαριού. Μια πρόσφατη έρευνα έδειξε πως πράγματι μ' αυτή τη δίαιτα αυξάνεται το κλάσμα της καρδιοπροστατευτικής χοληστερίνης, αλλά το κέρδος παραμένει μόνο για 8-9 μήνες. Άρα, η μόνη σωστή, σταθερή, μόνιμη, ασφαλής και ακίνδυνη αγωγή είναι η σωστή διατροφή.



Ο σύγχρονος άνθρωπος πεθαίνει από νοσήματα φθοράς. Η φθορά έρχεται με την πολλή χοληστερίνη που σαν πουρί βουλώνει τις αρτηρίες του εγκεφάλου και της καρδιάς. Η ολική χοληστερίνη αυξάνει αυξάνει με την ηλικία κι εξαρτάται από τη δίαιτα, το σωματικό βάρος, τη σωματική άσκηση και την κληρονομικότητα. Οι παχύσαρκοι έχουν την "καρδιοπροστατευτική" χοληστερίνη μειωμένη αυτή βελτιώνεται όταν το άτομο αδυνατίζει. Πρακτικά, λοιπόν, η αποκατάσταση του σωματικού βάρους στο ιδανικό βελτιώνει ουσιαστικά το πρόβλημα. Για να μην αγνοηθεί και η άλλη θέση, αφού τίποτα δεν είναι

τελεσίδικο στην ιατρική, θυμίζουμε την ύπαρξη τριών σχολών για την παθογένεση της αρτηριοσκλήρωσης. Η πρώτη αποκλείει κάθε συσχέτιση χοληστερίνης τροφής-χοληστερίνης αίματος- εμφράγματος. Την πάθηση τη θεωρεί εξαιρετικά πολυπαραγοντική. Η δεύτερη αποδέχεται μόνο μερική συσχέτιση των πιο πάνω παραγόντων και διστάζει να προτείνει ευρείες διαιτητικές αλλαγές.

Η τρίτη αυτή που υποστηρίζει αυτό το άρθρο, δέχεται την αιτιολογική συσχέτιση των παραγόντων. Έρευνα πρόσφατη (1982) σε 32.470 άντρες, που χρηματοδοτήθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, κατέληξε ότι υπάρχει τέτοιου είδους συσχέτιση. Η ίδια έρευνα προσδιόρισε σαν ιδεώδη στάθμη ολικής χοληστερίνης το 210 χιλιοστά/100 κυβ. εκ. αίματος. Εμείς προτείνουμε ποσοτική μείωση (ζωικών τροφών) και ποιοτική διαφοροποίηση (σύμπλοκοι υδατάνθρακες, καλομποκέλαιο ή ηλιέλαιο) για ν' αποφύγουμε σοβαρά προβλήματα εμφράγματος. Τελικά μπορούμε να πούμε :

ΕΝΑ ΜΗΛΟ ΚΑΙ ΕΝΑ ΨΑΡΙ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ ΤΟΝ ΚΑΝΕΙ ΠΕΡΑ

**ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΟ
CROWNE PLAZA ATHENS HOTEL
3-4-5-ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2023
ΣΤΟ ΜΕΓΑΛΟ ΕΤΗΣΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ
ΤΗΣ CIDESCO HELLAS
ΜΕ ΠΡΩΤΟΤΥΠΑ ΘΕΜΑΤΑ
ΑΠΟ ΕΚΛΕΚΤΟΥΣ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ ΠΟΥ ΘΑ
ΠΛΑΙΣΙΩΣΟΥΝ ΤΟ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ**



Η **NOON Aesthetics** αναπτύσσει και παρασκευάζει επαγγελματικά προϊόντα περιποίησης του δέρματος με εκτεταμένο χαρτοφυλάκιο προϊόντων και παγκόσμιο δίκτυο διανομής. Η πατενταρισμένη τεχνολογία **DermShield™** της εταιρείας, μια πρωτοποριακή προσέγγιση στην περιποίηση δέρματος, δίνει τη δυνατότητα στους επαγγελματίες να παρέχουν θεραπείες εξαιρετικά αποτελεσματικές, ασφαλείς και χωρίς ερεθισμούς, οι οποίες έχουν ως αποτέλεσμα ένα υγιές και όμορφο δέρμα για όλους.



Τεχνολογία DermShield™:

- Μια μοναδική φόρμουλα που μειώνει την ενεργοποίηση αλγούποδοχέων τύπου C και έτσι αποφεύγεται η νευρογενής φλεγμονή και άλλες ανεπιθύμητες ενέργειες.
- Αποτρέπει τη φυσιολογική αντίδραση του δέρματος σε χημικούς στρεσογόνους παράγοντες.
- Μειώνει κατά 95% τις ανεπιθύμητες ενέργειες που προκαλούνται από την υψηλή συγκέντρωση δραστικών συστατικών.
- Σε όλες τις θεραπείες δεν χρειάζεται χρόνος αποκατάστασης.

Τα προϊόντα Noon Aesthetics αντιπροσωπεύονται στην Ελλάδα από την εταιρεία **DERMACEUTICALS**.

Με θεραπείες που προδιαγράφουν το μέλλον και με προϊόντα που ξεφεύγουν των "συμβατικών" η εταιρεία Dermaceuticals, από το 2001 μέχρι σήμερα αποτελεί την πλέον αναπτυσσόμενη εταιρεία που δραστηριοποιείται στον χώρο της Ιατρικής Αισθητικής. Τα προϊόντα της έχουν το ανταγωνιστικό πλεονέκτημα να είναι καινοτόμα, αποτελεσματικά και ασφαλή, γεγονός που την κατατάσσει στην πρώτη θέση στον χώρο της. Σε συνεργασία με άρτια καταρτισμένους επιστήμονες συνεργάτες προσφέρει διαρκή ενημέρωση και τεχνογνωσία στην ιατρική κοινότητα. Η εταιρεία έχει βραβευτεί πολλές φορές για τα προϊόντα της, τα οποία ξεχωρίζουν. Φιλοδοξεί να παραμείνει η πρώτη εταιρεία με ολοκληρωμένες προτάσεις – λύσεις στον τομέα της ομορφιάς, γι' αυτό και προσαρμόζεται δυναμικά στις εξελίξεις της επιστήμης.



Δ.Σολωμού 4, Αγία Παρασκευή 15341 Τηλ.:2107214450 E-mail: info@dermaceuticals.gr

www.noonaesthetics.gr & www.dermaceuticals.gr

Ακολουθήστε μας





Eyelashes

- Επαγγελματική ποιότητα • 100% Φυσική τρίχα • Αόρατο δέσιμο

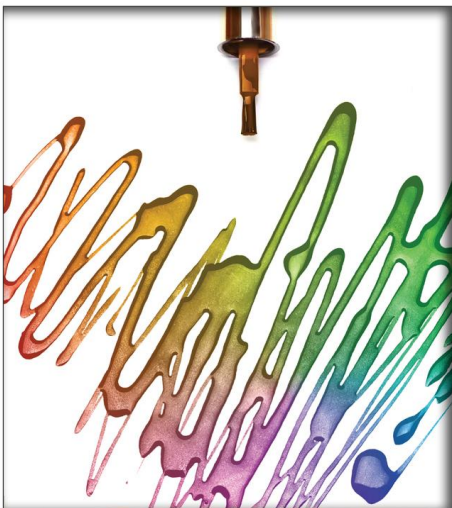


- Μεγάλη και πλήρης σειρά επαγγελματικών Gel



AcrylPOWDER

- Επαγγελματική ποιότητα • Σταθερότητα • Αντοχή



www.sergionails.gr



**GUMMY GP
COLORS**

Sergio
nails

**Star
Nails**

www.starnails.com.gr



ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ CIDESCO HELLAS

65 ΧΡΟΝΙΑ

ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΔΡΑΣΗΣ και ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ

Ελάτε να γιορτάσουμε **ΜΑΖΙ** στο **CROWNE ATHENS PLAZA HOTEL**

το **ΣΑΒΒΑΤΟ 4 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2023** και **ΩΡΑ 9:30 μ.μ.**

χοροεσπερίδα πλούσιο καλλιτεχνικό πρόγραμμα, ζωντανή μουσική και τραγούδια.

Για κρατήσεις θέσεων στο τηλ. 6977906057

* * * *

ΚΥΡΙΑΚΗ 5 Νοεμβρίου 2023 απόγευμα **6:30 μ.μ.**

Τέλος συνεδρίου, εορτασμός **65 χρόνων Cidesco**

θα απολαύσετε χορευτικά **SHOW**, καλλιτεχνικό πρόγραμμα,
τραγούδια, Body Painting και άλλα πολλά

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ και για το κοινό

www.cidescHELLAS.gr - facebook Cidesco - τηλ. 210.9587412 - 6977906057



Διαδικτυακή Εφημερίδα

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
CIDESCO HELLAS

Διεθνής Επιμορφωτικός Σύλλογος Αισθητικής Ομορφιάς -Υγείας

Γρυπάρη 118Α Πλ. ΔΑΒΑΚΗ-Καλλιθέα-Αθήνα 17673

τηλ. 210-9587412

ΕΚΔΟΤΕΣ

ΗΡΩ ΚΟΡΩΝΑΙΟΥ

Καθηγήτρια Φυσικής Αισθητικής -Πρόεδρος

Cidesco Hellas

Γρυπάρη 131 Καλλιθέα-Αθήνα Τηλ. 6977906057

ΚΑΙ

Δρ. ΠΑΡΙΣ ΑΜΟΡΓΙΝΟΣ

Αισθητικός Επανορθωτικός Χειρουργός Οδοντίατρος

Αντιπρόεδρος Cidesco Hellas

Ασκληπείου 30 ΤΚ 10680 Τηλ. 210-33903333

ΔΙΑΒΑΖΕΤΑΙ ΤΗΝ
ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

ΚΡΙΚΟΣ

ΤΩΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΩΝ

ΚΑΙ ΚΑΝΕΤΕ ΤΗΝ

ΓΝΩΣΤΗ ΚΑΙ

ΣΤΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ ΣΑΣ

Παρακαλούμε
όσους μας στέλνουν **email** για
τυχόν ερωτήσεις να γράφουν και
το **κινητό τους τηλέφωνο** για να
μπορούμε άμεσα να
επικοινωνούμε μαζί τους

Πλήρωσε την συνδρομή σου
ΤΩΡΑ 50 € ετησίως
για να μπορείς να παρακολουθείς
διαδικτυακά σεμινάρια **ΔΩΡΕΑΝ.**
ΤΗΛ. 210.95 87 412

Μειωμένες τιμές εισόδου
σε συνέδρια και ειδικά σεμινάρια