

Звезды о косметике: ничего, кроме правды

Краткое содержание проекта

Звезды кино, театра, искусства, шоу-бизнеса проходят курс процедур, которые предоставляют косметические фирмы. Затем делятся впечатлениями: что понравилось и что не понравилось; если не понравилось, то почему; насколько результат соответствует ожиданиям. Косметические фирмы, в свою очередь, должны быть готовы к тому,

что опубликованный материал представит все впечатления пациента, в том числе негативные.

В проекте уже участвовали актрисы Юлия Рутберг, Ирина Безрукова, Елена Захарова, Елена Дробышева, Марина Александрова, Евгения Крюкова, Светлана Немоляева, Татьяна Лазарева, Дарья Михайлова, художник Никас Сафронов, балерина Илзе Лиена, режиссер Андрей Житинкин (Кі, № 3/2003-2/2005).

Отношения «мужчина и его косметолог» — тема очень интересная. Это только кажется, что в ней нет ничего особенного: ну пришел, сделал массаж, маску увлажняющую или маникюр. Время такое — надо хорошо выглядеть, чтобы быть востребованным. Однако если даже женщины, приходя в салон, часто испытывают массу незнакомых эмоций и ощущений, то что уж говорить о мужчинах, которые порой и не афишируют свои визиты к косметологу? Как они чувствуют себя в такой «женской» атмосфере — косметика, пузырьки, баночки?

Мужчины в нашем проекте уже участвовали (Никас Сафронов и Андрей Житинкин). В стремлении расширить представления по предмету мы пригласили пройти косметический курс популярного актера Владислава Галкина. Ему предстояли процедуры для тела, которые проводились с помощью прибора Cellu M6 Keymodule французской марки LPG.

С Владиславом Галкиным работала врач косметолог-дерматолог Ирина Иванова и ассистент врача по коррекции фигуры Наталья Смирнова (медицинский центр «Эстетик Клуб»).

Почему Владислав Галкин согласился на эксперимент

Я всегда был «естествоиспытателем», мне безумно хотелось все попробовать самому: увидеть, потрогать, разобрать... Помню, в детстве нашел автомобильный аккумулятор, открыл



его, обмакнул туда палец и облизал, — мол, а что это там внутри? А внутри, как известно, кислота. Зато — масса впечатлений! Так что изначально на косметический курс меня подвигло чистое любопытство. Кроме того, моя жена (актриса Дарья Михайлова — ред.) несколько месяцев назад поучаствовала в этом проекте (Кі, № 2/2005 — ред.), и осталась очень довольна. Вот я и подумал — интересно!

Кроме того, я считаю большим заблуждением мнение, что заниматься собой и ходить в косметические кабинеты должны только женщины. К счастью, сейчас масса мужчин меняет свою ментальность и, преодолевая, наверное, очень серьезные стереотипы, все-таки заставляет себя придти к косметологу. И это правильно, я считаю. «Косметолог» — это же не ругательство, на самом деле. (Смеет-

ся.) С определенного возраста он необходим каждому — так же, как и стоматолог. Это, в конце концов, элементарная культура.

Как Владислав Галкин обычно ухаживает за собой

Очень люблю воду, готов из душа не вылезать часами, поэтому дома мы даже оборудовали отдельно ванную комнату и душевую, чтобы не создавать очередь. Не упускаю возможности посетить русскую и турецкую бани. Кроме того, неотъемлемая часть моей жизни — фитнес.

От каких проблем хотел избавиться Владислав Галкин

Может, я себе льщу, но проблем как таковых нет. Хотя у каждого чело-

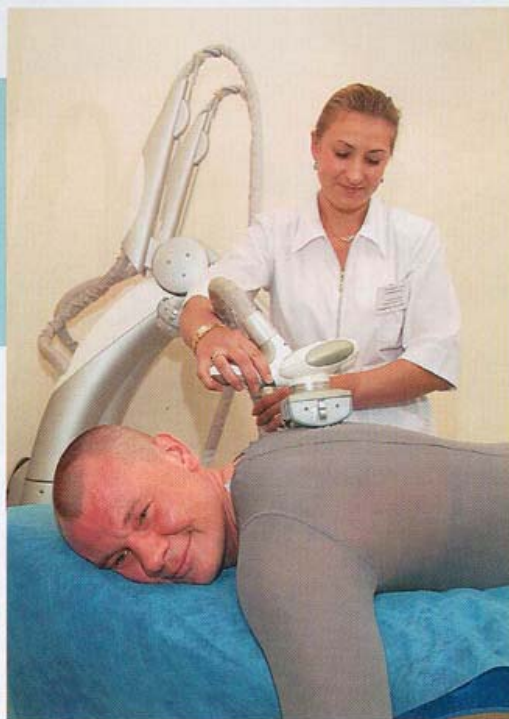
На мой взгляд, косметическая индустрия, помимо разных положительных эффектов, дает возможность человеку почувствовать себя человеком. И потом, кайф бешеный, — когда тобой занимаются, когда с тобой что-то делают!

века имеются места, которые плохо поддаются коррекции, — я это по занятиям в тренажерном зале знаю. Поэтому я наметил несколько зон, над которыми мы и работали. Конкретно — область талии, где кое-что следовало убрать. А еще — область поясницы. Здесь другой вопрос:

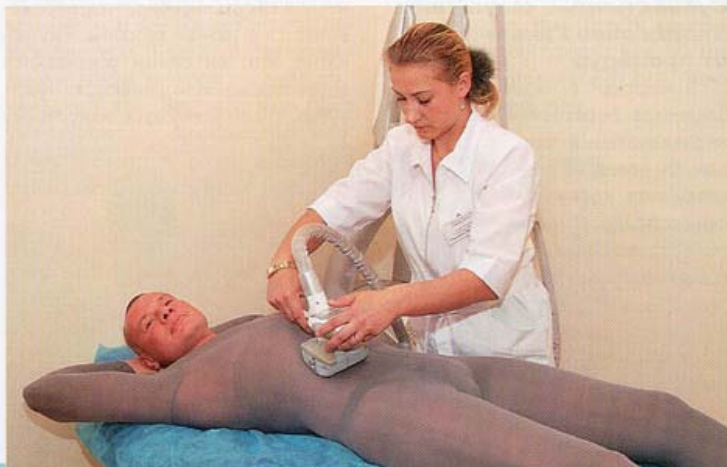
еще в девять лет на съемках меня продуло, и я заболел экзотической для ребенка болезнью — радикулитом. С тех пор эта зона периодически дает о себе знать, а предложенные мне процедуры, как я понял, обладают и терапевтическим эффектом.

Впечатление от общения с косметологами

Мне очень понравилось, что мы говорили на одном языке. Я понимал



предмет, о котором шла речь, и врачу не приходилось тщательно подбирать слова, «разжевывая» тему. Особенно расположило, что врач была сдержанна и строга: это еще раз свидетельствовало — здесь занимаются делом, и мы встретились для того, чтобы работать. Практическую часть процедур осуществлял ассистент, а врач все контролировала и кое-что корректировала. Чувствовалось, что программисты подстраивают под особенности



Я очень люблю массаж как таковой. Однако найти массажиста, который все делает правильно и не травмирует, крайне трудно. При аппаратном массаже, который делали мне, человек избавлен от травм, а эффект при этом — абсолютный.

Косметолог-дерматолог Ирина Иванова

Оценка косметологом состояния пациента до начала процедур

У Владислава спортивное телосложение, видно, что он регулярно занимается фитнесом, работает над собой. Но так устроен любой человек — все равно каждому хочется себя совершенствовать: подтянуть слегка кожу, уменьшить объемы в некоторых местах. И Владислав не исключение, несмотря на то, что состояние его тела вполне гармоничное для его возраста.

Мы ставили две задачи: слегка уменьшить подкожно-жировой слой на талии и поработать с проблемой периферических сосудов и отечности. Кроме того, рассматривали процедуру и с точки зрения релаксации.

Впечатления от первой встречи и психологической настрой пациента

В предварительной беседе я обратила внимание на то, что пациент настроен позитивно. Кроме того, поняла, что он заранее ознакомился с нашим информационным буклетом и примерно осведомлен о том, что ему предстоит испытать и зачем это нужно. А когда человек подготовлен и открыт чему-то новому, с ним гораздо легче работать. На консультации я попыталась выяснить, чего бы Владислав хотел от курса процедур. Наши мнения на этот счет полностью совпали. Кроме того, он пожаловался на периодические боли в области поясницы. Я объяснила, что при эндермологии, конечно, идет снятие мышечного спазма, вследствие чего уменьшается или совсем проходит боль, но сказать, что мы занимаемся лечением — будет некорректно.

Мне кажется, что от посещения нашего центра Влад не ждал, как некоторые клиенты, каких-то необыкновенных результатов, а в первую очередь решил поэкспериментировать и убедиться, насколько «это» работает.

Поведение пациента во время процедур

Владислав уходил после сеанса в приподнятом настроении — это было заметно. На контрольные вопросы об ощущениях отвечал, что ему все очень нравится. Кстати, уже давно к нам ходит довольно много мужчин, никто особо не стесняется и практически всем нравится эндермология. Так что Владислав — не исключение.

Необычно мужчины ощущают себя, надев в первый раз индивидуальный костюм для процедуры. Они с интересом смотрят в зеркало, многие улыбаются, поскольку напоминают

себе героев комиксов — Бэтмена, Каспера... Владислав тоже отнесся к этому с юмором.

Вопросов во время процедур он много не задавал — видно было, что доверяет, но и не молчал. Спрашивал кое-что о косметологии, например, интересовался, почему целлюлит бывает чаще у женщин, чем у мужчин; что-то рассказывал о своих съемках в кино, шутил, и постепенно расслабляясь, засыпал. Причем уходил в сон глубоко, все мышцы у него были расслаблены, что помогало делу.

Процедуры, предложенные Владиславу, действительно имеют хорошо выраженный расслабляющий эффект. Такая полная релаксация пациента положительно сказывается и на результатах. После процедуры несколько минут Владислав был слегка заторможен, что после часовой релаксации вполне естественно.

Какая программа была назначена Владиславу Галкину

Владиславу были назначены программы эnderмологии (минимально — 12–14 процедур с интенсивностью два визита еженедельно) и прессотерапии (10 процедур, выполняется перед эnderмологией). Но он, по понятным причинам, человек крайне занятой, и график посещений получился стихийным. Было выполнено лишь 6 процедур эnderмологии и 6 — прессотерапии.

Прессотерапия. На нижнюю часть тела, начиная с пояса, надевают специальные биндажи, в которые последовательно подается давление, и таким образом идет поочередное сжатие и разжатие разных зон. Очередность воздействия и силу вакуума можно регулировать. Смысл процедуры — лимфодренаж, уменьшение отечности путем воздействия на области лимфатических узлов. То есть, процедура стимулирует лимфоток, избавляя пациента от застоя лимфы. Продолжительность — 30 минут.

Эnderмология. Проводится по индивидуальному костюму из тонкой эластичной ткани, что позволяет сделать процесс достаточно эстетичным и нетравматичным. Во время процедуры ассистент работает с помощью манипулы — камеры с двумя роликами, способными вращаться в разных направлениях и с разной скоростью, создавая кожный гребень разной толщины и высоты. Прорабатывается все тело с акцентом на проблемные зоны. Цель — активно воздействовать на кожу и подкожно-жировой слой. У аппарата существует большое количество программ, в том числе — программы изменения контуров тела, локальной проработки подкожно-жировой клетчатки,



именно моего организма. Однако во все тонкости я не вникал, поскольку было ясно: я — в руках профессионалов, и этим рукам хочется доверять.

Как и таксистам от пассажиров, косметологам приходилось выслушивать от меня массу историй. Ведь сложно молчать полтора часа, разумеется, ты лежишь и треплешься: шутки-прибаутки, все очень непринужденно. Они корректно поддерживают беседу. Люди здесь — не просто психологи, а с чувством юмора, без которого невозможно работать. Это очень трогательно.

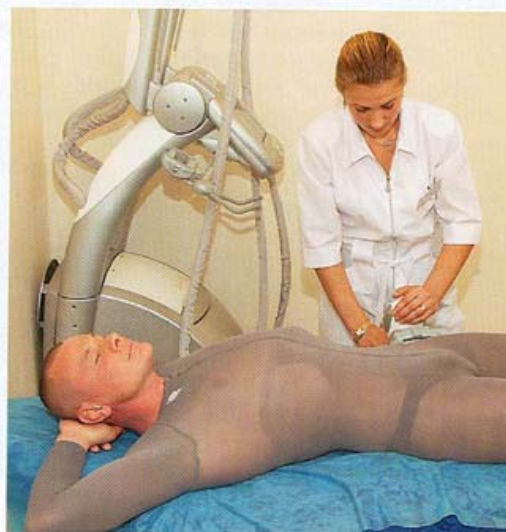
В общем, приняли меня очень хорошо, было легко и свободно. А человек, приходящий в салон, должен чувствовать себя комфортно, — если нет, то все процедуры, по-моему, бессмысленны.

Субъективные ощущения Владислава Галкина от процедур

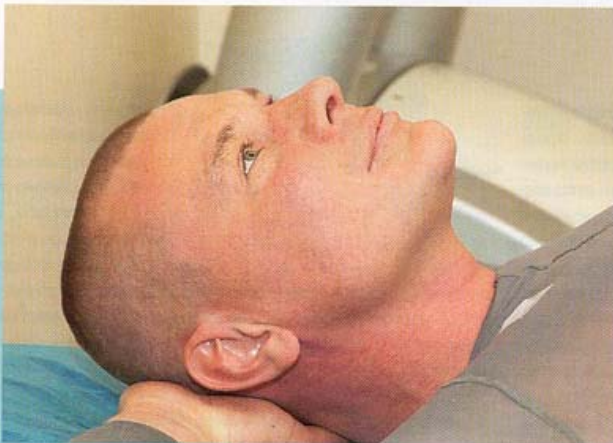
В мешочке с надписью «Галкин Владислав Борисович» мне выдали индивидуальный костюм. Он похож на поддевку под космический скафандр. (Смеется.) Это комбинезон, сделанный из плотного, очень эластичного, но при этом дышащего материала. Необходимость костюма обусловлена технологией, и гигиеной. Надеваем — и вперед, на кушетку.

Вначале мы делали лимфодренаж. Я лежал на спине, и каждую

часть моего тела заворачивали в небольшие покрывала: обе ноги в нескольких местах, бедра, паховую область, грудь. Покрывала эти действуют по принципу манжетки тонометра, и тоже на липучках. Потом включается пневмоустановка, и поочередно от ступней вверх идет волна — одно место надувается, другое сдувается. Эта волна заканчивается, и снизу вверх идет новая. Бешеный кайф! Длилось это минут двадцать. Затем с меня снимали покрывала, давали халатик беленький, тапочки, и я переходил в другой кабинет. Ложился на кушетку (вначале как бы перебирается, пережевывается в разные стороны. Ежу понятно, что тем самым усиливаются кровообращение и лимфоток. Чувствуешь, что по всему организму твоему



На время процедуры я отключал телефон и даже умышленно оставлял его в куртке в гардеробе: такие редкие часы отрешения от внешнего мира, от повседневности, очень ценны!



проходит как бы отбойный молоток. Потом переворачиваешься на спину, и все повторяется.

Эта процедура не дает никакой нагрузки — ты просто лежишь! Потом тебе о-о-очень хорошо! Абсолютно расслаблен. Я после первой процедуры вышел из клиники, сел за руль и понял, что сразу лучше не ехать. Но минут через десять ощущение «плавания в невесомости» проходит, и все возвращается в норму. При этом тебе очень легко. Ощущаешь тонус, которого добиться обычно непросто.

Как Владислав Галкин оценил результаты процедур

Как я понял, результаты очень зависят от количества времени, которое ты посвящаешь этому. У меня ходить в клинику в регулярном режиме не получалось, но мы изначально это оговорили. И все же результаты, безусловно, есть. Правда, после процедуры я всегда вечером посещал тренажерный зал. Все тело мое было уже разогрето, кровообращение — стимулировано, и занятия вдвойне шли на пользу. Убежден, что в вопро-

сах самосовершенствования просто так ждать милостей от природы — смешно. Если ты пришел заниматься собой, то должен помочь врачу, который с тобой работает.

Я не страдаю особой отечностью, но иногда бывает: просыпаешься, а лицо — будто вздувшееся, при этом накануне не выпивал и воды на ночь много не пил. Начинаешь думать — отчего это происходит, может, давление? А ответ простой — застой лимфы. Процедуры мои этот застой как раз разгоняли, и я заметил, что такие неприятные явления стали появляться у меня еще реже. И вообще, стало легче вставать по утрам.

Еще, может, мне кажется, но моя кожа будто «оживала» после процедур. Так бывает после хорошего массажа, когда ты начинаешь каждую свою клеточку чувствовать. Приятное ощущение, словно гибкость какая-то в теле образовалась. То есть, даже если эстетический эффект заметен минимально, терапевтический меня вполне удовлетворил.

Материал подготовила Мария Сперанская



уменьшения отечности, подтягивания кожи. Все они были использованы во время курса, предложенного Владиславу Галкину. Аппарат компьютеризирован, поэтому во время одной процедуры путем переключения программ можно добиться оптимального для конкретного клиента результата. Продолжительность — 35 минут.

Менялась ли первоначально выбранная тактика

Естественно, процедура не была стандартной. Обе части курса — и эндермология, и прессотерапия — очень индивидуальны, их можно скорректировать под каждого. Это обычный профессиональный порядок: врач делает назначения — какие выставлять параметры и программы, как конкретно проводить процедуру, а ассистент это выполняет. Например, однажды Владислав пришел к нам после простудного заболевания, и тогда мы изменили некоторые параметры, чтобы ускорить выздоровление. Если бы Владислав очень активно не занимался в тренажерном зале, ему бы рекомендованы и другие процедуры для тонуса мышц, но в его случае это излишне. Кстати, никаких противопоказаний к совмещению в один день наших процедур и фитнеса — нет. Это совершенно разные, но прекрасно сочетающиеся в любой последовательности вещи.

Оценка результатов

Начав курс, мы ориентируем наших клиентов не на быстрый результат, а на то, что лишь к 7–8-й процедуре будут заметны позитивные сдвиги. Однако Владиславу пока удалось посетить наш центр только шесть раз. Он достаточно хорошо отреагировал на первые процедуры: заметил, что испытывает легкость и хорошо себя чувствует не только в течение всего дня, но наблюдает улучшение самочувствия и в последующие несколько дней. Безусловно, при таком минимуме процедур говорить о какой-либо коррекции фигуры рано. Хотя, по мнению пациента, объем его талии «капельку ушел» — он это почувствовал по поясу своих брюк, который стал свободнее.

Какие рекомендации были даны Владиславу Галкину

При возможности все же завершить назначенный курс коррекции фигуры. Прессотерапию пока можно приостановить и делать лишь по необходимости. В перспективе неплохо провести курс процедур по лицу, способствующих повышению тонуса и тургора кожи, и включающих лимфодренаж.