

Gwiazdy pokochały pielęgnację holistyczną. Co to jest?



Jak szybko wykryć choroby i zadbać o zdrowie w gabinecie... kosmetycznym? Zdradza **Dorota Duda**, właścicielka warszawskiej kliniki **Ce Ce Beauty Clinic**.

Podziwiacie świetny look Kasi Cichopek czy Aleksandry Koniecznej? O ich wygląd dba Ce Ce Beauty Clinic - ulubione miejsce wielu kobiet na urodowej mapie Warszawy. Teraz klinika stawia na pielęgnację holistyczną. Co to tak naprawdę znaczy?



Jak zadbać o ciało i duszę? Jak szybko wykryć choroby i zadbać o zdrowie w gabinecie... kosmetycznym? **Dorota Duda**, właścicielka warszawskiej kliniki **Ce Ce Beauty Clinic** zdradza nam, o jakich zabiegach powinna myśleć każda kobieta, by nie chorować, pięknie wyglądać i mieć świetne samopoczucie. Tak, to wszystko jest teraz możliwe dzięki jednej wizycie u kosmetologa.

Holistyczna medycyna, holistyczna pielęgnacja... Słowo „holistyczna” robi ostatnio zawrotną karierę, choć czasem nie do końca zdajemy sobie sprawę, co ono tak naprawdę oznacza dla naszego ciała. Czym jest dla Ciebie holistyczna pielęgnacja?

Rzeczywiście określenie „holistyczne” stało się bardzo popularne, a czasem nawet jest nadużywane. W moim rozumieniu człowiek – pacjent jest „układem naczyń połączonych” i należy zająć się pielęgnacją całego organizmu, poprawiając kondycję jego ciała, umysłu i ducha. Dlatego też w naszej klinice tak konstruujemy ofertę zabiegową żeby klientka mogła otrzymać całą fachową pomoc w jednym miejscu.

Zadbać o siebie - i ciało, i psychikę, brzmi pięknie, ale... Zaczęło się... Jesień to dla większości z nas czas, gdy najchętniej schowałybyśmy się pod kocem. Jesteśmy ciągle przeziębione, zmęczone, niewyspane... Czy są zabiegi, które w tym ciężkim okresie mogłyby nam dodać energii i siły?

Wydaje mi się, że w tym okresie samo podarowanie sobie chwili na relaks już zdecydowanie poprawi nam nastrój. Wizyta na masażu, czy to leczniczym – limfatycznym, czy relaksacyjnym – czekoladowym, bądź ciepłymi kamieniami na pewno będzie dobrym rozwiązaniem. W jesiennym okresie warto też zniwelować skutki ekspozycji skóry na promienie słoneczne, a więc konieczna będzie wizyta u kosmetologa, który w sposób spersonalizowany dobierze właściwą kurację. Z naszej oferty polecałabym zabieg Hydra Facial, który jednocześnie oczyszcza i nawilża skórę. Jesień to również dobry czas na zabiegi bardziej inwazyjne takie jak laser X – Lase, który ma bardzo szerokie spectrum działania oraz całą gamę peelingów chemicznych. Zabiegi te w szybki sposób powodują poprawę wyglądu, a to zawsze dodaje kobiecie siły i energii.

Czasem jednak to zmęczenie jest oznaką realnego problemu ze zdrowiem. Dochodzą do tego wypadające włosy, problemy ze skórą. Wyglądamy coraz gorzej, czujemy się coraz gorzej. Na pewno przychodzą do was pacjentki, które mówią „nie wiem, co się ze mną dzieje”

Tak naprawdę to często kosmetolog, fizjoterapeuta bądź nawet fryzjer w pierwszej kolejności są w stanie wychwycić niekorzystne zmiany zachodzące w organizmie. Jeśli na przykład standardowe kuracje nie przynoszą spodziewanego efektu, oznacza to najczęściej problem na głębszym poziomie. Dlatego też stworzyliśmy naszym pacjentkom możliwość diagnostyki na miejscu. Rozpoczynając współpracę z uznanym laboratorium otworzyliśmy punkt pobrań, gdzie na podstawie wyników z krwi badamy np. problem z otyłością, wypadaniem włosów czy niewłaściwą kondycją skóry. Czyli najpierw dokładną diagnostykę, potem leczenie, a w dalszej kolejności dbanie o urodę.

Nasz wygląd bardzo często zależy od stanu zdrowia - np. od hormonów. W Ce-Ce oprócz kosmetologów czy stylistów fryzur można się umówić do endokrynologa czy trychologa. Kobiety prosiły o taką możliwość?

Tak, cały rozwój mojej kliniki jest odpowiedzią na potrzeby klientów. W tym przypadku mówimy o ewolucji w stronę medycyny, która w dzisiejszych czasach bardzo przenika się z kosmologią. Dlatego też dajemy pacjentom możliwość umówienia się do lekarzy specjalistów powiązanych z urodą tj. endokrynolog, dermatolog, lekarze medycyny estetycznej czy rehabilitantów.

Zdarza się, że kosmetyczka czy stylistka fryzur odsyła kobietę do lekarza, bo widzi, że potrzebna jest wiedza medyczna?

Tak, w naszej klinice wszyscy specjaliści, a zwłaszcza kosmetolodzy ściśle współpracują z lekarzami. Z tego powodu, że właśnie terapie łączone przynoszą najlepsze efekty.

W Ce-Ce można też umówić się do dietetyka. To też podejście holistyczne - dieta ma ogromny wpływ na nasz wygląd. Z jakimi problemami najczęściej zgłaszają się kobiety?

W ogromnej większości są to pacjentki, które chciałyby zredukować masę ciała, co niekiedy bywa trudne np. z powodu występowania chorób autoimmunologicznych takich jak np. Hashimoto i właśnie z tego powodu w naszej klinice endokrynolog współpracuje z dietetykiem. Nie możemy również pominąć istotnego elementu wspomaganie odchudzania jakim są zabiegi np. Icoone czy fala uderzeniowa Storz.

Zadbałyśmy już o zdrowie ciała, wygląd, ale co z emocjami? Psychiką? Mam wrażenie, że w ostatnich latach kobiety żyją w ciągłym biegu. Udowadniamy, że damy radę połączyć rolę pracowniczki, żony, matki, pani domu... Takie sytuacje mszczą się na nas. Przez całe życie myślałam, że moje bóle pleców to efekt zwyrodnienia kręgosłupa. W końcu mądry fizjoterapeuta powiedział: to nerwy, powinnaś chodzić na masaż przynajmniej dwa razy w miesiącu. Ale nam masaż wciąż kojarzy się bardziej z przyjemnością, a nie zaleceniem medycznym. Znalezienie czasu na masaż jest ostatnie na naszej liście...

Masaż relaksacyjny zawsze dobrze zrobi zestresowanym mięśniom, jednak jeśli to nie wystarczy mamy w zespole specjalistów od terapii manualnej i rehabilitacji. Natomiast, żeby zająć się szerzej tematem radzenia sobie z emocjami mamy w planach nawiązanie stałej współpracy z psychologiem, a na ten moment organizujemy warsztaty samorozwojowe dla kobiet.

Co Twoim zdaniem powinno się znaleźć w miesięcznym pielęgnacyjnym grafiku kobiety, by dobrze czuła się w swoim ciele?

Wydaje mi się, że powinniśmy zawsze znaleźć czas dla siebie i w miarę możliwości powinny to być zabiegi, o których wspominałam wyżej, a w szczególności masaż ciała i twarzy, ale też nie zapominajmy o nowej fryzurze czy zadbanych paznokciach.

Ce-Ce to ulubione miejsce gwiazd na mapie Warszawy. Stałymi klientkami salonu są Katarzyna Cichopek, Aleksandra Konieczna. Zdradź nam, jakie są ulubione zabiegi gwiazd.

Aleksandra Konieczna podczas przygotowań do wystąpienia na czerwonym dywanie najczęściej korzystała z zabiegów takich jak Hydra Facial, Intraceuticals. Natomiast Katarzyna Cichopek powierzyła nam dbanie o swoją fryzurę, a Katarzyna Zielińska preferuje zabiegi na ciało z linii Bioenergy marki Diego Dalla Palma.

Rozmawiała Aneta Wikariak.

Aleksandra Konieczna i Kasia Cichopek korzystają z usług kliniki **Ce Ce Beauty Clinic**.



Liubov Gorobiuk/Facebook