

ماهنامه تخصصی کلینیک تندیس

شماره ۱ - خرداد ۹۶

- کلینیک پوست، مو و زیبایی
تندیس

- راه‌هایی برای جوان‌تر ماندن
پوست

- جوان‌سازی در سراسر دنیا
مصاحبه با دکتر شینتا؛

- چگونه می‌توانیم اثرات
مثبت لیزر موهای زائد را
افزایش دهیم؟

- چه توقعاتی از عمل‌های
کاشت مو داریم؟

- چگونه می‌توان بیشترین
نتیجه را از لیزر موهای زائد
گرفت؟





فهرست

۳ معرفی کلینیک تندیس

۵ راه‌هایی برای جوان‌تر ماندن پوست

۷ جوان‌سازی در سراسر دنیا

۹ مصاحبه با دکتر شنیتا؛ چگونه می‌توانیم اثرات مثبت لیزر موهای زائد را افزایش دهیم؟

۱۱ چه توقعاتی از عمل‌های کاشت مو داریم؟

۱۲ چگونه می‌توان بیشترین نتیجه را از لیزر موهای زائد گرفت؟

ماهنامه تخصصی کلینیک تندیس

شماره ۱ - خرداد ۹۶

صاحب امتیاز:

کلینیک پوست، مو و زیبایی تندیس

مسئول تحریریه و تولید محتوا:

شرکت ویکی محتوا



کادر پزشکان کلینیک تندیس با کادری مجرب از جراحان، پزشکان و تکنسین‌های حاذق و با استفاده از جدیدترین و پیشرفته‌ترین دستگاه‌ها و تکنولوژی‌های روز دنیا همگام با کلینیک‌های معتبر و مشهور آمریکا و اروپا، برای این در کنار هم گرد آمده‌اند تا برای شما مراجعین محترم خدمات درمانی و مراقبت‌های پوست، مو، زیبایی و تناسب اندام را مطابق با آخرین و پیشرفته‌ترین امکانات ارائه نمایند.

کلینیک تخصصی پوست و مو تندیس با چندین سال تجربه ارزشمند افتخار دارد تا خدمات زیر را برای شما عزیزان ارائه دهد:


لیزر موهای زائد با پیشرفته‌ترین دستگاه‌های روز دنیا، جوانسازی پوست و پیشگیری از پیری زودرس، تزریق بوتاکس، ژل، مزوتراپی، PRP، تزریق چربی، لیفتینگ صورت (هایفو تراپی) در یک جلسه با دستگاه معروف دابلو (Double)، از بین بردن چین و چروک صورت و بدن با اسکارلت، از بین بردن تاتو (خالکوبی) با Q-Switched، روشن و

شفاف نمودن پوست با Fractional Co2، لیفت صورت با نخ، لایه برداری پوست با میکرودرم ابریشن، لاغری موضعی و فرم دهی، کاشت مو و ابرو طبیعی FIT و FUT، مشاوره جراحی‌های زیبایی، ارائه همه خدمات پوستی و زیبایی برای اطمینان خاطر برای عزیزانی که به تازگی قصد مراجعه به کلینیک ما و استفاده از خدمات پیشرفته کلینیک با کمترین قیمت ممکن را دارند، باید عرض کنیم که کلینیک تندیس در پنجمین اجلاس سراسری رضایت‌مندی مشتری موفق به دریافت نشان رضایت‌مندی مشتری شده است. حال که با یاری خداوند و همراهی شما عزیزان توانستیم اندکی از نتایج خدمت صادقانه خود را ببینیم، می‌کوشیم تا با تجربیاتی که در طول سال‌ها با بهای گران زمان کسب کردیم خدماتی بهتر از گذشته برای شما عزیزان ارائه کنیم. در منشور اخلاقی ما خدمات صادقانه در اولویت قرار دارد. برای اثبات ادعای خود کفایت یک بار افتخار ارائه خدمات را به ما دهید.



کلینیک تندیس





جوانی یکی از مقوله هایی است که از گذشته تا به امروز مورد علاقه انسان بوده است و او برای رسیدن به آن خود را به هردری می زده است و برای رسیدن به آن همه روزه راهکارهایی را خلق می کند که برخی از آن ها بی نتیجه و برخی دیگر بسیار نتیجه بخش و عالی هستند.

درمان ها زیادی برای پیشگیری از فرآیند پیری و یا کاهش عوارض ناشی از آن وجود دارند که تعدادی از آن ها در خانه و به صورت طبیعی نیز قابل انجام هستند. اما زمانی که مشکلات افزایش سن جدی تر و بیشتر می شود در بسیاری از مواقع این درمان ها به اندازه کافی نتیجه بخش نیستند و از این رو نیاز است تا با مداخله دانش پزشکی، که خوشبختانه امروزه پیشرفت های چشمگیری کرده است و راهکارهای زیادی را پیش پای انسان می گذارد، دست به حل چنین مسائلی زد.

اگرچه درمان های خانگی در بسیاری از موارد نتیجه بخش هستند و روند افزایش سن را در ارگان های بدن علی الخصوص پوست به تعویق می اندازند، اما این متدها به دلیل زمان بر بودن، برای گرفتن نتایج سریع و زیاد در یک بازه زمانی کوتاه دلخواه افراد نیستند. به این دلیل است که این افراد با توسل به شیوه های پزشکی اقدام به انجام اعمالی می کنند که افتادن چین و چروک روی پوست را به تعویق می اندازد و جوانی و به تبع زیبایی را به پوست هدیه می کند.

شیوه های متعددی برای جوانسازی و به تاخیر انداختن پیری پوست در پزشکی به وجود آمده است که پزشک متخصص زیبایی با توجه به شرایط فرد، سلامت عمومی و میزان عمق چین و چروک ها در پوست یک نفر، آن ها را برای او تجویز می نماید. متدهای جوانسازی پوست از گذشته

راه‌هایی برای جوان‌تر ماندن پوست

تا به امروز تغییرات زیادی کرده اند و در راستای این تغییرات تلاش پزشکان همگی بر این بوده که میزان اثر بخشی کار را در عین کاهش عوارض جانبی آن به بیشترین میزان خود برسانند. از کلاسیک ترین شیوه های جوانسازی پوست که توسط دانش پزشکی ایجاد شده است، تزریق بوتاکس و ژل می باشد که به دلیل داشتن عوارض جانبی زیاد و خارج کردن فرم صورت از حالت عادی دیگر چندان دلخواه افراد نیستند. در ادامه این شیوه ها متد های چون پی آر پی که طبیعی تر هستند به وجود آمدند و به صورت گسترده ای نیز مورد استفاده قرار گرفتند. اما پی آر پی نیز به اندازه کافی در جوانسازی اثر بخش نبود.

با اختراع لیزر و به کار بردن آن در درمان های پزشکی، این ابزار وارد حیطه زیبایی در پزشکی نیز شد. امروزه به وسیله این تجهیزات که بسیار مدرن هستند اقدامات زیادی در زمینه زیبایی و جوانسازی پوست انجام می شود. مقایسه این شیوه با متدهای قدیمی تر، از عوارض کمتر و نتایج بهتر خبر می دهد و بشر را برای برداشتن گام هایی در جهت به روز رسانی این شیوه ها امیدوار تر می کند.

در ادامه جوانسازی با لیزر راهکارهای دیگری از جمله میکرونیدلینگ، هایفو تراپی و آر اف به وجود آمدند که هر کدام تکمیل شده شیوه های قدیمی تر لیزر هستند. استفاده از این شیوه ها اثر بخشی بالایی دارد اما به دلیل استفاده از اشعه افراد بسیار زیادی از انجام آن سر باز می زنند.

در این راستا متخصصین پزشکی به شیوه های طبیعی تری برای جوانسازی روی آوردند که تزریق چربی یکی از آن هاست. در این شیوه به دلیل استفاده از چربی های بدن خود فرد برای رفع افتادگی اندام های بدن، شخص کم ترین عوارض ممکن را تحمل می کند و از خطر آسیب های احتمالی لیزر تراپی به دور است. همچنین به دلیل استفاده از سرنگ در کشیدن چربی ها فرد دچار اسکار و زخم های بعد از عمل نیز نخواهد شد و مانند سایر متدهای قدیمی مجبور به تحمل مواد خارجی در زیر پوست خود نخواهد بود چرا که از چربی بدن خودش برای فرآیند جوانسازی استفاده شده است.

در فرآیند به روز رسانی متد های رو به گسترش برای جوانسازی پوست همچنان مسیر پر پیچ و خم و درازی پیش روی دانش پزشکی است که خوشبختانه علم با برداشتن موانع آن هر روز شیوه های جدیدی از این حوزه را در اختیار افراد قرار می دهد.

جوان سازی در سراسر دنیا

جوانی از مهم ترین و اصلی ترین مقوله هایی است که بشر همیشه به دنبال آن بوده است. نمود این خواست بشری را در افسانه های کهن و اکسیرهای جوانی و جاودانگی می توان یافت. روش های جوانسازی پوست از گذشته تا به امروز تغییرات زیادی کرده است و مردم در سراسر دنیا شیوه های متفاوتی را برای رسیدن به خواسته خود که همان جوان ماندن است استفاده می کنند. این متدها متاثر از جغرافیا، اقلیم و مواد در دسترس مردم هر کشور هستند. حال بیایید تا نگاهی به این شیوه ها بیاندازیم و تا حدودی از آموزه های آن ها بهره مند شویم؛

برزیل: برزیل کشور رنگ ها و زیبایی هاست و زنان آن به داشتن پوست و موی براق مشهور هستند، با هم نگاهی به شیوه های این زنان در مراقبت پوست می اندازیم تا ببینیم چگونه می توان جوان و زیبا بود. در برزیل ماسکی از شیر و جو دو سر ساخته می شود که پس از قرار گرفتن روی پوست آن را شفاف می کند به طوری که چین و چروک های احتمالی روی آن کمتر دیده می شوند.

هند: کشور ادویه ها و طب سنتی گیاهی نیز راهکارهای زیادی برای جوانسازی پوست در اختیار مردمانش گذاشته است. یکی از مرسوم ترین روش های ساخت ماسک های جوانسازی استفاده از ادویه ها است، ادویه ها خاصیت لایه بردار و ضد چروک دارند و به حفظ جوانی و طراوت پوست کمک می کنند.

جمهوری چک: در این کشور مراتع سبز و غنی بسیاری وجود دارند و از این رو نیز صنعت دامداری به اوج خود می رسد. زنان در این منطقه از پنیر های اصیل و تازه ساخته شده از شیر گوسفندان، ماسک های ضد چروکی می سازند که در نوع خود بی نظیر هستند.

فنلاند: مردم فنلاند علاقه بسیار زیادی به سونا دارند. از این رو برای پاکسازی و جوانسازی پوست خود از سونا به همراه ماسک های عسل استفاده می کنند. عسل باعث کشش پوست می شود، ضمن این که لایه بردار بسیار خوبی است. لهستان: در این کشور اروپایی مردم به خاصیت شفا بخشی عسل پی برده اند و از ماسک های مختلف آن در ترکیب با سایر مواد برای جوانسازی پوست خود استفاده می کنند.

ژاپن: راز شفافیت و زیبایی پوست و موی مردم ژاپن را می توان در تغذیه سالم و گیاهی آن ها جستجو کرد. سبوس برنج که سرشار از ویتامین های گروه ب هست ضمن کمک به شفافیت و جوانی موها با تصفیه خون به پوست درخشندگی و جوانی بی نظیری می دهد.

مردمان سراسر دنیا از تکنیک های مختلف برای داشتن پوست زیبا استفاده می کنند که دانستن هر کدام از آنها خالی از لطف نخواهد بود و هر بار چیزی را بر ما افزون خواهد کرد.



مصاحبه با دکتر شنتیا

افزایش اثرات مثبت لیزر موهای زائد



ابتدا میخواهیم خودتان را معرفی کنید و کمی از سابقه ی کاری مفیدتان در زمینه ای انجام امور مربوط به لیزر برای ما شرح دهید. با سلام من دکتر مریم شنتیا هستم، پزشک عمومی، از سال ۷۸ در زمینه ی مدیکال استاتیک یا زیبایی در زمینه ی پزشکی فعالیت کردم و حدود ۱۰ سال است که در زمینه ی لیزر به خصوص لیزر موهای زائد فعالیت میکنم و دوره های آموزشی در مورد لیزر و مدیکال استاتیک را در انجمن های علمی پزشکی ایران مانند انجمن علمی پزشکی لیزر ایران، انجمن پزشکان عمومی و انجمن جراحان گذرانده ام.

تاریخچه ی استفاده از لیزر در درمان های زیبایی به چه زمانی باز میگردد؟
تاریخچه ی استفاده از لیزر در درمان به همان دوره ای که ابداع شد برمیگردد که تاریخ ابداع آن سال ۱۹۶۰ بوده که لیزر «روبی» ابداع شد و از آن لیزر هم میشد در حذف موهای زائد استفاده کرد. سال بعد هم لیزر «هلیوم نئون» که یک نوع لیزر گازی است توسط دکتر علی جوان ابداع شد.

فکر میکنید که در آینده متد های جدید تری درباره ی لیزر موهای زائد، وارد کلینیک های زیبایی بشود؟
من مطمئن هستم که این اتفاق خواهد افتاد، همچنین صرفا نوع لیزر ها تغییر نمیکند بلکه حتی کوچکترین تغییری در نوع دستگاه ها اعم از آنکه بتوانند کارایی را بالا ببرند و عمق نفوذ آن را زیاد کنند و گونه ای پیشرفت کنند که پوست آسیب نبینند؛ مطمئنا این همان پیشرفت در تکنولوژی است و این اتفاق قطعاً می افتد.

عملکرد لیزر را در از بین بردن موهای زائد چگونه ارزیابی میکنید؟
به نظر من این تکنولوژی انقلاب بزرگی برای نژاد های پر مو بوده است. در واقع ما در منطقه ی خاورمیانه نژادی هستیم که نیاز به کاهش و حذف موهای زائد، نه فقط به خاطر زیبایی بلکه به خاطر بهداشت، داریم.

کدام گروه از مردم به لیزر موهای زائد توجه و علاقه ی بیشتری دارند؟
ما در مراجعین کلینیکمان همه نوع مراجعی از خانم و آقا در سنین مختلف، داریم؛ اما معمولا خانم های بین ۲۰ الی ۴۰ سال توجه بیشتری را به این تکنولوژی نشان میدهند.

خود شما کدام متد انجام لیزر را کارآمد تر میدانید؟



برای پاسخ به این سوال باید وارد جزئیات شویم، اگر ما برای هر موی زائدی لیزر مناسب را انتخاب کنیم، قطعاً کارآمدتر خواهد بود؛ در واقع ما این را بدانیم که برای هر مشکلی چه راه حلی هست، به نتیجه‌ی مطلوب دست خواهیم یافت.

در حال حاضر چند نوع لیزر موهای زائد در کلینیک تندیس انجام میشود؟
در کلینیک تندیس دو نمونه از بهترین و کارآمدترین لیزرها استفاده میشود، یکی الکساندریت ۷۰۰ نواتر است که برای بسیاری آشنا میباشد و دیگری ایندیگ ۱۰۶۴ است که این لیزر هم برای کاهش موهای زائد استفاده میشود.

فکر میکنید برای بهینه کردن تاثیر لیزر بر پوست و مو میتوان اقدامی انجام داد؟
قطعاً کارهایی را میتوان انجام داد که یکی از آن اقدامها این است که اگر مراجع (خانمها معمولاً) میخواهند قسمتی از بدن را لیزر کنند، از تابش آفتاب بر آن قسمت پرهیز کنند، زیرا هر قسمت از پوستشان که برنزه و تیره شود کارایی عمل ما کم خواهد شد و ما مجبوریم توان دستگاه را پایین تر بیاوریم.
مورد بعدی توجه به مشکلات هورمونی و بیماریهای زمینه‌ای است. از جمله مشکلات تیروئیدی، مشکلات پرولاکتین، افزایش هورمونهای مردانه در بدن که در صورت وجود این مشکلات، قبل از لیزر باید این بیماریهای زمینه‌ای را درمان کنند.
همچنین میتوانند از لوسیونهای روشن کننده برای قسمتهای تیره‌ی بدن استفاده کنند، البته ممکن است این لوسیونها موقتا پاسخگو باشد اما هنگامی که برای لیزر مراجعه میکنند، اگر پوست روشن تر باشد، کار ما راحت تر خواهد بود.
مورد دیگر آنکه بعضی داروها میتوانند باعث افزایش موهای زائد و کلفت شوند که در صورتی که لزومی به استفاده از آنها ندارند، میتوانند آنها را قطع کنند.

به نظر خودتان انتخاب کلینیک تندیس جهت لیزر موهای زائد برای بیماران چه مزایایی خواهد داشت؟
به هر حال بیماران باید توجه داشته باشند که هنگامی که به این کلینیک مراجعه میکنند تحت نظر پزشک هستند و در صورتی که بیماری خاصی داشته باشند بررسی میشوند و حتی در صورت لزوم درمانهای موازی برای بیماران انجام میشود و یا اگر در زمان مشاوره تشخیص داده شود که نباید از لیزر برای آنها استفاده شود، به آنها گوشزد میشود و بیمار در جریان کار قرار میگیرد.

سپاسگذاریم از این که وقتتان را در اختیار ما قرار دادید.



چه توقعاتی از عمل‌های کاشت مو داریم؟

یکی از مولفه‌هایی که به زیبایی ظاهر و جوان ماندن یک فرد کمک شایانی می‌کند، مو است که داشتن آن برای عده زیادی از افراد موهبت و نداشتن آن نیز موجب ناراحتی و کاهش اعتماد به نفس افراد است. به دلیل افزایش گسترش تمایل به جوان ماندن و زیبایی در بین افراد، جراحی‌های کاشت مو نیز طرفداران زیادی را در سراسر دنیا پیدا کرده‌اند. خوشبختانه علم پزشکی به افرادی که خواهان بازیابی موهای خود هستند کمک‌های شایانی کرده است و همه روزه تکنیک‌های جدیدی را برای این کار به بازار عمل‌های زیبایی عرضه می‌کند. رویای افرادی که موهای خود را از دست داده و یا در حال از دست دادن هستند، این است که موهایی شاداب، پرپشت و مقاوم داشته باشند و عمل جراحی کاشت مو تا حدودی آن‌ها را به رویای خود می‌رسانند.

البته گاهی انتظاراتی که افراد از فرآیند کاشت مو دارند واقع بینانه نیست و این مسئله ای است که باید توسط پزشک متخصص و سرپرست تیم جراحی کاشت مو طی جلسات اولیه مشاوره، برای فرد روشن شود. واقع بینی در فرآیند کاشت مو به افراد کمک می‌کند تا از نتایج درستی که از این کار به دست می‌آیند احساس رضایت کنند و انتظار معجزه از انجام این نوع جراحی نداشته باشند.

این که پزشک کدام نوع از راهکارهای کاشت مو را برای فرد به کار ببرد به شرایط بیمار و سلامت عمومی او بستگی دارد ضمن این که میزان ریزش مو و سن مخاطب نیز در انتخاب نوع فرآیند تأثیر گذار است. به دلیل عوارض و اسکاری که این جراحی‌ها از خود به جای می‌گذارند در انتخاب پزشک و کلینیکی که می‌خواهید برای کاشت مو در آن اقدام کنید نهایت دقت لازم را به کار ببرید تا از این طریق بتوانید بهترین و کارآمدترین نتایج لازم را به دست آورید.

توقعات مختلفی از فرآیند کاشت مو وجود دارد، اما بیشتر افراد طالب

زیبایی ظاهری و جوانی هستند و این موضوع را به واسطه داشتن موهایی زیبا به دست می‌آورند. داشتن موهای زیبا همچنین می‌تواند به تقویت اعتماد به نفس افراد و حضور آن‌ها در اجتماع کمک‌های زیادی بکند.





چگونه می‌توان بیشترین نتیجه را از لیزر موهای زائد گرفت؟

موهای زائد یکی از چیزهایی است که افراد زیادی را درگیر خود کرده است و به دلیل تأثیرات منفی که بر ظاهر افراد می‌گذارد، در مورد پیدا کردن راهکارهای مناسب برای آن تا کنون چاره‌های زیادی اندیشیده شده است. از درمان‌هایی که به صورت خانگی و توسط طب سنتی تجویز می‌شوند تا وسایل و ابزارهای به روز پزشکی برای مقابله با این مشکل همگی راهکارهایی هستند که از دیرباز توسط بشر پدید آمده و استفاده شده اند تا انسان بتواند از این مسئله تا حدودی خلاصی یابد. یکی از شیوه‌هایی که با تلفیق فناوری روز و دانش پزشکی برای رهایی و خلاصی از موهای زائد استفاده می‌شود، لیزر است. لیزر موهای زائد یکی از اقداماتی است که در سال‌های اخیر جهت از بین بردن موهای زائد به صورت گسترده توسط افراد مورد استفاده قرار گرفته است. لیزرها به دلیل داشتن اثرات طولانی مدت و گاه دائم، طرفداران زیادی را در بین افرادی که تمایل به از بین بردن موهای زائد خود دارند، پیدا کرده است. برای این که بتوان بهترین نتیجه را از این عمل گرفت باید به نکاتی توجه کرد در این جا برخی از آن‌ها را مرور می‌کنیم؛

در وهله اول و زمانی که می‌خواهید برای لیزر موهای زائد اقدام کنید، باید دستگاه‌های موکن، مواد موبر و وکس‌ها را کنار بگذارید و تنها با شیو کردن موهای سطحی را از بین ببرید؛ دلیل این کار این است که لیزر فولیکول مو را تحت تأثیر می‌گذارد و انجام وکس و یا اپیلاسیون موجب می‌شود تا پیاز مو برای مدتی زیر پوست وجود نداشته باشد؛ بدین ترتیب عملکرد لیزر کاهش می‌یابد.

در وهله دوم عدم استفاده از کرم‌های برنزه‌کننده پوست است. به دلیل این که لیزر در پوست‌های تیره به خوبی نتیجه نمی‌دهد بهتر است که پوست

خود را تا می‌توانید روشن و سفید نگه دارید. لیزر به طور کلی در پوست‌های روشن با موهای تیره بهترین نتیجه را به همراه دارد.

Tandis Clinic

Tel. NO. : 021 - 88366080
021 - 22720124

