

Манифест минимализма

Что такое микродозинг

Мария Чекалина |

ПОМНИТЕ, сколько раз Николь Кидман обвиняли в злоупотреблении ботоксом? Видимо, ее врач поздно узнал о существовании микроботокса.

«Микроботокс» — условное название методики инъекционного введения ботулотоксинов (ботокс, диспорт, ксеомин) в малых дозах. В сфере эстетической косметологии эта техника применяется давно, но особую популярность обрела в последние пару лет. Спросу способствует общая тенденция: курс на бьюти-минимализм, естественность внешнего вида и осознанный подход к жизни. Взять хотя бы корейский тренд Skip Care, который в 2019 году пришел на смену десятиступенчатой системе ухода. Skip Care означает, что вы посадили свою косметичку на диету, и теперь у вас меньше «банок» на полке в ванной — благодаря многофункциональности каждого средства ухода. Пусть одна сыворотка сразу и увлажняет, и борется с пигментацией, а дневной крем будет с фактором защиты от солнца. Тогда на коже вместо десяти средств окажется три или пять. Подобный подход практиковали и раньше, например в Швеции марка Verso, чья концепция: минимально необходимый набор средств ухода. Но теперь до аскетизма дошли такие бьютиголики, как Корея и даже Россия. Около года назад на рынке появился российский бренд Beauty Minimalist, предлагающий базовый ассортимент для ванной: шампунь, кондиционер, гель для душа, крем для тела — все в простых, эстетически привлекательных упаковках. Этикие микродозы ухода и красоты.

Само слово «микродозы» чаще употребляется в разговорах о биохакерах из Кремневой долины и об их экспериментах с наркотическими веществами в малых дозах. Тоже своеобразная тенденция, родом из Америки. Экспериментаторы, сокращая объем вещества, избегают основного эффекта — сильного наркотического воздействия на психику. Микродозы психоактивных препаратов они используют для повышения продуктивности



работы мозга и борьбы с депрессией, хронической тревожностью, синдромом дефицита внимания.

В косметологии тренд затронул сферу инъекций, а именно ботулотоксинов. «Микродозы ботокса набирают популярность, потому что подобные инъекции помогают устранить заломы и морщины на лице за счет расслабления мышц, позволяя сохранить природную мимику», — рассказывает заведующая отделением косметологии, дерматолог-косметолог The Platintel Анна Смирнова. — Запрос существовал и раньше, но сегодня таких пациентов становится все больше. Людям хочется выглядеть естественно, а не быть похожими на закачанные филлерами и ботоксом лица из нулевых». Или на Николь Кидман трехлетней давности. «Большой плюс таких микродоз в том, что морщины разглаживаются, но мимика пациента не парализована. Особенно это ценно для актрис, телеведущих и всех, кто работает лицом», — объясняет врач-дерматолог, врач-косметолог клиники эстетической медицины и косметологии LITO Medical

Мила Парсян. — Но есть и минусы. Эффект ботокса длится недолго, два-три месяца. Приходится слишком часто повторять инъекции, что может привести к возникновению устойчивости к препарату у пациента. Поэтому рекомендуется делать перерыв между инъекциями хотя бы в полгода». Или сменить препарат. «Ксеомин — препарат с большей степенью очистки, поэтому он не дает эффекта резистентности организма», — рассказывает Анна Смирнова. — Его можно колоть раз в три-четыре месяца».

Важно понимать, что у каждого врача свое понимание термина «микроботокс», который также называют «мезоботоксом» и baby botox. С одной стороны, это классические инъекции ботулотоксинов, но в меньших дозах. Они применяются для коррекции морщин, и препарат вводится в мышцу, чтобы ее расслабить. С другой стороны, есть принципиально иной способ применения и введения — подкожные инъекции. В этом случае ботулотоксины спасают от излишней жирности кожи лица, купероза, сальности кожи головы, то есть их мишенью являются не мышцы,

а сальная железа или сосуды. Такие инъекции помогают при лечении акне и продлевают период ремиссии при розацеа. Препарат распределяется поверхностно, диффузно, вколов больше — как при мезотерапии. «Кроме того, мезоботокс хорошо справляется с такими проблемами, как мелкие морщины курильщика вокруг рта», — делится Мила Парсян. — И подходит для тех пациентов, у кого классический способ введения ботокса в зоне вокруг глаз вызывает опущение верхних век, лба или отечность. Плюс ботулотоксины можно разводить нестандартно, совмещая их с мезотерапевтическими коктейлями — чтобы заодно увлажнить кожу. Например, я в своей практике применяю такое сочетание, как ботулотоксин с препаратом NCTF Filorga (в его составе — гиалуроновая кислота, витамины, аминокислоты). Такой коктейль не вызывает отека, хорошо увлажняет кожу, подходит для пациентов любого возраста; прекрасен для использования в области шеи — там есть мелкие морщины, но нельзя полностью расслаблять мышцы. Мезоботокс спасает. Кожа становится гладкой, и в то же время мышца частично сохраняет свою подвижность».

Кроме того, существуют техники, когда ботулотоксин смешивают с гиалуроновой кислотой. «Получается волшебный коктейль под названием „гиалутокс“, — рассказывает врач-дерматовенеролог, косметолог, трихолог, медицинский директор клиники Remedy Lab Софья Пахомова. — Такая техника подойдет пациентам с мелкоморщинистым типом лица и людям с жирной обезвоженной кожей. По действию гиалутокс можно сравнить с пролонгированной биоревитализацией и разглаживанием мимических морщин в одной процедуре. Эффект — сияющая глянцевая кожа».

Микродозы ботокса — это прекрасный способ избавиться от морщин, сократить воспаления, подчеркнуть молодость и свежесть лица так, чтобы никто не назвал вас жертвой красоты. Ваше естественное выражение лица и подвижная мимика — гарантии успеха.