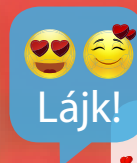


A fiatalos külső iránti vágy és a szépség hajszolása nem tekinthető globális kortünetnek, hanem évezredek óta működő genetikai program. Az optikai „tuning” érdekében azonban sokszor bármire hajlandóak vagyunk...

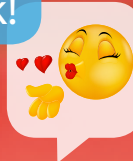
Svraka-Gévai  
Júlia írása



Nagyon csini!



Lájk!



# Elég jó vagy?

**É**letünk során majd' fél évet töltünk a tükör előtt szépítkezéssel, és olykor aggódva, önbizalomhiánnyal tekintünk testünk változásaira. Egy felmérés szerint Nagy-Britanniában a nők jobban félnek a hízás és az öregedés jeleitől, idehaza pedig minden második megkérdezett nő túl kővérnek látja magát, 97 százalékuk élete során legalább egyszer fogyókúrázik, és szorongva gondol arra, hogy az idő előrehaladtával el kell búcsúznia vonzónak vélt külső adottságaitól.

## 2/3

**KELL EGY  
KIS PÜDER**

A negyven év alatti magyar nők kétharmada smink nélkül ki se lépne az utcára, sőt a megkérdezettek 14 százaléka otthonra is kikészíti az arcát.

Mindenki „szép” vagy „még szebb” akar lenni, törekszünk rá, hogy lehetőségeinkhez mérten a legjobbat hozzuk ki magunkból. De miért dolgozik bennünk folyamatosan ez a vágy?

### GÉNJEINKBE KÓDOLVA

Az evolúciós pszichológia fejlődésének köszönhetően ma már tudjuk, hogy párvasztásunkat ősi működések irányítják, és bár a szépség fogalma kultúrkörönként, illetve koronként más és más, vannak olyan általánosan érvényes jellegzetességek, amelyek meghatározzák a vonzerőt.



**DR. MESKÓ NORBERT**  
pszichológus,  
szépségkutató

– Párválasztás esetén a férfiaknál a külcsín többet nyom a latba, mint a belbecs. Bizonyos testi jegyekből ugyanis, teljesen tudatlanul, következtetnek a nő termékenységi képességére és egészségére; vagyis a szépséggel kapcsolatos elvárásoknak biológiai alapjai vannak – magyarázza dr. Meskó Norbert pszichológus, szépségkutató. – Egy szimmetrikus arc a szemlélő számára jó genetikai minőségről árulkodik, ugyanígy ösztönösen figyeljük a test formáját, valamint súlyát is. A nagy átlag azért találja „megmagyarázhatatlanul” vonzónak a karcosú derekú és szélesebb csípőjű típust, és preferálja a nem túl sovány és nem túl kövér testalkatot, mert a bennük dolgozó program azt súgja: ezek a nők nagyobb eséllyel hoznak világra egészséges gyereket, mint szélsőségesebb paraméterekkel rendelkező társaik. Ha a jó adottságokhoz ráadásul a fiatalosság – vagy annak látszata – is kapcsolódik, tovább emelkedik a nő értéke, hiszen feltételezett életkora is előnyösnek tűnik a szaporodási készség szempontjából.

Tehát bőrt feszesítünk, cicit növelünk, pirosra rúzsozzuk az ajkainkat, hogy a fiatalosság és a termékenység illúzióját keltsük, és felhívjuk magunkra a férfiak figyelmét. Létezik azonban még egy tényező, amely komoly befolyással bír arra, hogy az adott korszakban mit találunk vonzónak. Ez pedig a szépségideál.

## EZ AZ IDEÁLOM...

Hívhatjuk trendnek is, a lényeg ugyanaz: egyfajta iránymutatás a tekintetben, hogyan kellene kinézniük. Az ideál egyben azt üzeni, hogy a női test a maga valójában nem elég szép, de különböző praktikákkal tökéletesebbé varázsolható, a korizlés igényeihez szabható. Már az elmúlt évszázadokban is gondolkodás nélkül alkalmaztunk különböző drasztikus szépségfokozó módszereket, és semmi, gyakran még az egészségünk sem volt elég drága, hogy gátat szabjunk vágyainknak. Nincs ez másként napjainkban sem.

Míg alig egy évtizede a betegesen sovány lányokat másolva nők milliói hányatták magukat a vécén, addig manapság inkább

az edzőterem súlyai alatt izzadnak, mert körünk szépe a sportos, napbarnított bőrű, még mindig nagyon vékony, de nagy mellű bombázó.

– Bár a minket elárasztó médiaüzenetek azt sugallják, „csupán” akaraterő és döntés kérdése a szépségideál elérése, a természet nem tart lépést a megváltozott elvárásokkal, amelyek ráadásul sokszor teljesen ellentmondásosak – mondja dr. Meskó Norbert. – Egy egészséges nő esetében a testszír mennyisége 22-30 százalék, míg a „kívánatos” néha 12-15 körül lenne... Ilyen mértékű fogyásra az emberi szervezet csak ideig-óráig képes, ráadásul az erőteljes testszírszázalécsökkenés már hatással van a menstruációra, a hőérzetre, valamint a szervezet ellenálló-képességének működésére is.

„Élvezd az életet, fogyassz, habzsolj, ugyanakkor tartsd szigorú kontroll alatt a tested!” – búgják a reklámok. Rengeteg nő tudja, hogy szálmalomharcot vív, mégis küzd, és annyira próbál azonosulni az aktuális szépségessz-ménnyel, hogy szegyenkezve tekint a tükörképére, ha az nem a divatnak megfelelő.

## EZEN MŰLIK?

Kutatások sora bizonyítja, hogy a nők sokkal elégedetlenebbek a testükkel, mint a férfiak. Haragot és frusztrációt élnek meg, amikor az ideállal mérik össze magukat, a kozmetikai ipar pedig részben pont erre a szorongásra épít. Elbizonytalanít a saját szépségünket illetően, de felajánlja a lehetőségét, hogy a termékeivel, szolgáltatásaival a „hozott anyag” adottságait javítja.

Hogy miért dőlünk be? Egyrészt mert nehéz függetlenedni a minden fórumon ránk zúduló üzenetektől, másrészt a közvélekedés szerint a szépség jellemzően kéz a kézben jár a sikerrel, a társas kapcsolatok erősödésével, illetve az anyagi javak halmozódásával. Vagyis aki „el akar érní valamit az életben”, annak széppé kell válnia. Lehetőleg minél gyorsabban...



## HAJMERESZTŐ PRAKTIKÁK

- + Az ókori görög nők fehér ólommal kenték be bőrüket, hogy elfedjék a szépséghibákat, nehézfém-tartalmú festékekkel emelték ki a szemüket, pirosították szájukat, amelyek felszívódva idegrendszeri károsodást, mozgás- és beszédzavart okoztak.
- + A 18. században divatos hatalmas parókák a tetvek bújóhelyei voltak, a viktoriánus korra jellemző szoros fűzőtől deformálódtak a bordák, az eszközzel elért darázsderék miatt pedig gyomor- és bélpanaszokkal küszködtek a nők.



„Ha szépülni szeretnél,  
a lelkeddel és a szív-  
veddel kell kezdened,  
különben egyetlen  
kozmetikum sem  
fog hatni!”

COCO CHANEL

## SZÉPRE SZABVA

Miért szenvedne a kalóriaszámlálgatással, ha a felesleges zsírpárnáktól zsírleszívással is megszabadulhat? És miért keseregne az idő múlásának nyomait szemlélve, ha egy pár perces kezeléssel ránctalanára várásolhatja a bőrét? Legyen szó bármelyik testrészről, a sebészkes tetterre kész, és a plasztikai műtét manapság már nem csak a szupersztárok kiváltsága.

A toplista élén a botox áll, ezt követi a ráncfeltöltés, illetve a kémiai hámlasztás. A műtėti eljárások között még mindig a mellnagyobbítás és a zsírleszívás vezet. De vajon mennyire biztonságosak ezek az orvosi beavatkozások?

– A plasztikai műtéteknél az általános sebészeti vagy nőgyógyászati műtétekhez képest jóval ritkább a fertőzés, a vérrögképződés – magyarázza dr. Pataki Gergely plasztikai sebész. – Szövődmény általában akkor lép fel, ha a szépészeti beavatkozást nem plasztikai sebész végzi, hanem valamely más szakághoz tartozó orvos, illetve olyasvalaki, aki nem is orvos. Például az ajakformálást más szakmák képviselői, fogászok, bőrgyógyászok is gyakran elvállalják, ami olykor riasztó eredményhez vezet, kémiai hámlasztást pedig kozmetikusok is kínálnak; ez jobb esetben nem hozza meg a várt hatást, rosszabb esetben egy életre tönkretetheti az arcbőrt, ugyanis a lehámlasztott felület bevérlezhet és felülfertőződhet.

Csábítóan olcsó ajánlatok ezreivel találkozunk nap mint nap, ám ha nem egy gyakorlott szakember segítségét kérjük, a következményeket örökre magunkon viselhetjük.



**DR. PATAKI  
GERGELY**  
plasztikai  
sebész

## HOL A HATÁR?

Dr. Pataki Gergely hangsúlyozza, hogy minden orvosi beavatkozás, akár egy injekció beadása is, egészségügyi kockázattal jár. És a szakember feladata, hogy ezt a veszélyt a minimálisra csökkentse.

– Az esztétikai plasztikai sebészet az orvoslás egyetlen ága, ahol elsősorban a páciens mondja meg, hogy mit szeretne látni, az orvos pedig segít megkeresni, ez milyen módon érhető el – mondja szakértőnk. – Persze vannak olyanok, akik túlzó elvárásokkal érkeznek. Azt szoktam mondani, hogy akár angyalszárnyat is képezhetnénk az emberen bőr-izom lebenyből, de nem tesszük, mert tudjuk, hol a határ. Bár az ilyesmit kérő páciens bizonyára a szárnyak méretével sem lenne elégedett...

## VERSENYBEN AZ IDŐVEL

A plasztikai sebészeti műtét „végeredménye” természetesen nem állandó, maximum tartós, hiszen az emberi test folyamatosan változik. Emiatt később szükség lehet újabb eljárások alkalmazására. Napjainkban már remek szimulációs programok léteznek, amelyek segítségével megtervezhető, hogy például egy mell miként mutat majd a műtét után. Ám hogy ez a mell milyen lesz 10-20 év múlva, azt csak megjósolni lehet.

Ami a testbe juttatott anyagokat illeti, ezek miatt felesleges aggódni. A plasztikai sebészet az egyik leginnovatívabb ágazat, a felhasznált anyagok és eszközök a legmagasabb színvonalat képviselik. Bár a korábbi, folyékony szilikonnal töltött, gyengébb mellimplantátumoknak volt egyfajta „szavatossági ideje”, a manapság alkalmazott eszközök rendkívül magas minőségi követelményeknek felelnek meg. Vagyis ha nem indokolt, 15-20 évig nem kell cserélni őket.

– Egy évtizede még ferde szemmel néztek arra, aki megműtötte magát, de már sokkal elfogadóbbak vagyunk – folytatja Pataki doktor. – Lehet arról vitatkozni, jó-e, hogy az esztétikai sebészettel kiszolgáljuk a nők szépség iránti igényét, én azonban úgy látom, hogy „a test és a lélek együttálása” meghozza az önbizalom növekedését. Ha pedig az illető jobban érzi magát a bőrében, magabiztosabb az életben. Minden korának megvoltak a maga eszközei, hogy vágyott célját elérje az ember. A 21. században ez a plasztikai sebészet. ❖

## MILYEN ÁLDOZATOK ÁRÁN?

**+ SIMA ARCBŐR:** A botox bőr alá fecskendezve csökkenti az ideg és izom közötti ingerületátvitelt, ettől az izomműködés gyengül, a ránc elsimul. Előfordulhat, hogy a két oldalon nem egyformán blokkolódnak az izmok, így aszimmetrikussá válik mozgásuk, a túlzásba vitt botoxozástól pedig az arc maszkyszerű lesz, mindaddig, amíg a szer ki nem ürül a szervezetből.

**+ KARCSÚSÁG:** A zsírleszívás, illetve a zsírsejtek bármilyen módszerrel történő eltüntetése átmenetileg csökkentheti a bőrfelszín érzékenységét, a kezelés helyén bevérzések léphetnek fel. A lehetséges szövődmények közül a zsírembólia a legveszélyesebb, amikor a leváló zsír-cseppek elindulnak a keringési rendszerben, és létfontosságú ereket zárhatnak el.

**+ KECSES ALKAT:** Járás közben testsúlyunk 1-1,5-szerese nehezedik a talpunkra. Az 5 cm-nél magasabb sarkú cipő rendszeres viselése megrövidíti a vádli izomzatát, térdízületi porckopást eredményez, a helytelen testtartás miatt pedig állandóslal a derék- és hátfájás.

**+ NAPBARNÍTOTT BŐR:**

Az UV-sugarak öregítik a bőrt, a szolárium ráadásul még szárítja is. A mesterséges fényvel való barnulás fokozza a kötőhártya-gyulladás lehetőségét, és kutatások igazolják, hogy jelentősen növeli a bőrrák kialakulásának esélyét. Világos bőrűeknek kifejezetten káros.

