



16 августа – День мужской красоты. Бьюти-секреты для мужчин

В это воскресенье мы отмечаем не совсем обычный праздник – день ухода за собой мужчин.

Обычно пользователями косметологических услуг являются женщины, но мир не стоит на месте, и гендерные границы бьюти-индустрии размываются – теперь мужчины тоже не прочь обратиться за помощью к косметологу. [Давайте разберемся](#), на что мужскому полу стоит обратить внимание, когда дело касается ухода за собой.

Начнем с разбора кожи. Как правило, мужская кожа более грубая и темная по причине большого количества тонких кровяных сосудов, к тому же из-за более толстого рогового слоя и большого количества коллагена в дерме она на 30% толще женской. Кстати, именно поэтому мужчины легче переносят испытания солнцем и холодом.

Однако из-за этого же мужчины гораздо чаще женщин сталкиваются с акне. Сильный пол может похвастаться более медленным и поздним старением кожи, но появившиеся морщины будут более глубокими, что приведет к сложностям во время коррекции. По этой причине мужчинам советуют в качестве профилактики использовать средства интенсивного действия, чтобы замедлить процесс старения.

Перейдем к уходу

Молодым людям в возрасте **от 18 до 25 лет** при угревой болезни косметологи советуют выбирать чистку лица, чтобы регулировать работу сальных желез, проводить химический пилинг (удаление поверхностных слоёв кожи с помощью слабых растворов кислот для устранения ороговения кожи). Также соблюдать домашний уход, включающий использование косметических средств с фруктовыми кислотами и лечебных мазей на основе ретиноидов (биологически активных форм витамина А).

Мужчинам в возрасте **25-35 лет** при утрате эластичности и нездоровом цвете лица следует обратиться к косметологам для мезотерапии (внутрикожного введения коктейлей из препаратов, содержащих витамины, микроэлементы, аминокислоты и другие полезные вещества), химического пилинга и биоревитализации (подкожного введения препаратов на основе гиалуроновой кислоты). Эти процедуры помогут увлажнить кожу и напитать активными веществами и витаминами, вернуть ей эластичность и устранить намечающиеся морщины.

Если вы столкнулись с расширенными сосудами на лице или куперозом (покраснением на

коже), вам поможет та же самая мезотерапия, электрокоагуляция (лечение током), лазерное удаление и домашний уход с использованием косметики с витамином К и рутином.

При кругах и мешках под глазами вашим верным другом станут снова мезотерапия, контурная пластика, инъекции пептидных комплексов и RF (радиоволновой) лифтинг. После этих процедур кожа станет подтянутой и укрепленной.

В возрасте **35-45 лет** кожа мужчины приобретает статус «зрелой». В это время может наблюдаться отечность, потеря объемов, опущение век, нездоровый цвет лица и мимические морщины. На данном этапе помимо химического пилинга, мезотерапии и контурной пластики, могут помочь биоревитализация, подтяжка лица с помощью мезонитей (тонких нитей из стерильного саморассасывающегося биоматериала, обладающего противомикробными свойствами) и ботулинотерапия (процедура инъекционного введения токсина ботулизма типа А, расслабляющая мышцы, разглаживающая морщины).

45-65 лет – сложный возраст в плане коррекции возрастных изменений. Для мужчин в этот период есть четыре направления медицины, которые помогут коже выглядеть моложе:

- косметология, способная грамотно заботиться о коже;
- эндокринология, помогающая держать гормональный баланс;
- пластическая хирургия;
- диетология.

Если говорить исключительно о косметологии, то мужчинам в этом возрасте подойдет нитевая подтяжка, направленная на устранение опущения мягких тканей лица. Если диеты и упражнения не помогают избавиться от жировых отложений, то можно предложить интралипотерапию – новейшую технологию удаления жировых отложений безоперационным путем, с помощью инъекций.

Продолжайте заботиться о себе в любом возрасте! И помните, что самое главное – ваше здоровье и личный комфорт!