

MOJA PSYCHOLOGIA

ČASOPIS, KTORÝ VIDÍ POD POVRCH

JÚL-AUGUST 2019 / 2,49 €

LIFE UP!

**ROB KAŽDÝ DEŇ
TO NAJLEPŠIE,
ČO VIEŠ!**

PRÍLOHA
LETNÝ
relax

**Lujza
Garajová
Schrameková**

„VŽDY JE OKOLO NÁS
VELA POZITÍVNEHO,
STAČÍ ZDVIHNÚŤ
HLAVU A UTRIEŤ OČI.“

**LÁSKA
V KANCELÁRII**
Má vzťah s kolegom
budúcnosť?

**ČÍM KŔMITE
EGO?**

ÚSPEŠNÍ ĽUDIA SA ČASTO POTKÝNAJÚ
O POCIT MOCI, KTORÝ ZÍSKALI
CHVÍLKOVÝM ÚSPECHOM





STRIEBORNÁ JE ELEGANTNÁ

Dlhé strieborné pramene aj krátky biely zostrih pôsobia elegantne, noblesne a svojej majiteľke dodávajú charakter. Navyše, kamkoľvek prídete, vzbudíte pozornosť. Medzi hrdé nositeľky prirodzenej striebornej patria napríklad herečka Helen Mirren či speváčka Annie Lennox. U nás sa zase za svoje „šediny“ nehanbí napríklad herečka Božidara Turzonovová či herec Boris Farkaš.

Hoci je lepšie svoje vlasy zbytočne nezaťažovať farbou, aj prirodzenosť má svoju cenu. Nie všetky vlasy šedivejú rovnako a istý čas môžete vyzerat' ako po zlom melíre. Vplyvom slnka a chlóru môžu dokonca chytiť žltý až zelený nádych.

„Prirodzene strieborné pramene sú suchšie ako normálne vlasy, zvyknú sa krepovať, padajú, sú mdlé a bez života. Ak o ne nechcete prísť, nezabudnite ich poriadne hydratovať,“ radí MUDr. Ján Popovič z Inštitútu Dr. Popoviča. Šedinám pomôže aj šampón pre sivé vlasy,



dobrý kondicionér či špeciálny vlasový olej. Nezabúdajte ani na vitamíny skupiny B. Vlasý sa vám odvdáčia.

POZOR NA DOMÁCE FARBENIE

Do farbenia vlasov na sivo sa určite nepúšťajte svojpomocne. Radšej sa obráťte na odborní-

ka. Silné zosvetľovanie vlasý veľmi vysušuje. Ak používate farby určené na domáce použitie, nielen že sa nedopracujete k želanému výsledku, ale môžete ich aj poškodiť. Slabšie a citlivé vlasý zase potrápi akékoľvek farbenie, a potom sa trápime ich nadmerným vypadávaním. Ak máte oslabené vlasý, zdravý vzhľad a pevnosť im dokáže vrátiť novinka medzi beauty zákrokmi. „Mezoterapia podporuje rast vlasov, zlepšuje ich výživu a vzhľad, a obmedzuje padanie. Pri mezoterapii sa liečivé substancie podávajú injekčne až do tesného okolia vlasových korieňkov. Navyše liečivý roztok neobsahuje iba jednu účinnú látku, ale celú zmes látok a živín,“ vysvetľuje doktor Ján Popovič z Inštitútu Dr. Popoviča.

Ak je už neskoro a vaše vlasý nadmerne vypadávajú z dôvodu nadmerného zosvetľovania, veku, choroby alebo genetiky, trvalým riešením je transplantácia. Pri nej sú vaše vlastné vlasové folikuly z darcovskej zóny (zadná časť hlavy) bezbolestnou metódou transplantované do častí pokožky hlavy, kde sú vlasý riedke. Bezplatnú konzultáciu ponúka napríklad Dr. Popovič Inštitút. ■