



♥ Elīna Līva Rudāne

Izkāpjot no gultas, tev gribas uzreiz izskatīties tikpat labi kā tad, ja būtu tikko krāsojusies, un tāpēc tevi neliek mierā doma par permanento grīmu. Varbūt izmēģināt?

Uzzīmē uzacis vasarai

Permanentā grīma veidošana prasa lielu atbildību – gan no tevis, gan no meistares, jo tas saglabājas ilgu laiku. Tev jāsaprot, vai to patiešām gribi, kāpēc un ar ko tu varbūt arī riskē. Atbildes uz šiem biežākajiem jautājumiem tev palīdzēs tikt skaidrībā un izlemt – jā vai nē.

1. Kas vispār ir permanentais grīms?

Permanentu grīmu sauc arī par permanento meikapu, dermopigmentāciju, kontūrgīmu, tatuāžu, mikropigmentāciju. Princips ir viens – tā ir pigmenta jeb krāsas

ievadīšana ādas slānī ar adatas palīdzību, lai iegūtu ilglaicīgu tonējumu. Visbiežāk vietās, kur mēs ikdienā lietojam kosmētiku, – tās ir uzacis, acu, lūpu līnijas.

Permanentais grīms bija populārs jau 20. gadsimta trīsdesmitajos gados ASV. Mūsdienās mikropigmentāciju izmanto daudz plašāk – tā dod iespēju iegūt ilgnoturīgu kosmētisko efektu, korigēt nepilnības vai pat noslēpt kādu neglītumu.

Piemēram, ja ir vitiligo slimība un uz ādas parādās balti plankumi, vai arī – ja nepieciešama krūts areolas imitācija pēc krūts vēža operācijas.

Biežāk permanentu grīmu izmanto sievietes, bet tagad arī vīrieši sāk interesēties – tieši par trihopigmentācijas metodi, kad ar pigmenta palīdzību imitē matiņu zīmējumu, ja vīrietim pastiprināti izkrīt mati vai ja vajag piekorigēt bārdu, kas varbūt nav tāda, kā gribētos.

Ņem vērā!

Ļoti svarīgi, lai speciāliste, kas tev veiks permanentu grīmu, vispirms būtu arī laba grīma meistare, ar labu gaumes izjūtu.

SKAIDRO:



Dr. TATJANA ĻIŅOVA

- Dermatoloģe Capital Clinic Rīga.
- Strādā arī Veselības centra 4 filiālē Dermatoloģijas klīnika.

2. Kā to dara un vai sāp?

Krāsas pigments ādā tiek ievadīts, izmantojot speciālu aparātu.

Jebkurā gadījumā tā ir ādas trauma – āda reaģē ar iekaisumu, pēc procedūras apstrādātā vieta dažas dienas var būt piesarkusi un pietūkusi. Pēc tam notiek dzišana ar krevēles veidošanos. Ļoti, ļoti jāpiesargājas no infekcijas riskiem, tāpēc pigmentētā vieta rūpīgi jākopj. Piemēram, ar medicīnisko vazelinu. Tas ir sterils, tāpat, lietojot vazelinu dzišanas periodā, mēs samazinām infekcijas risku. Krevēlītes nedrīkst nokasīt, jo tad izzudīs arī pigments. Sākumā krāsa var likties pārāk spilgta, taču jau no nākamās dienas tā kļūs bālāka, un galarezultāts būs gandrīz uz pusi gaišāks.

Permanents grims nav ikdienas grima aizstājējs, tas nav arī tik uzkrītošs. Efekts saglabājas 3–5 gadus.

3. Ar ko mikropigmentācija īsti atšķiras no tetovēšanas?

Pirmkārt, ar pigmenta ievadīšanas dziļumu – mikropigmentācijā tas ir virspu-

sējs un nepārsniedz vienu milimetru. Otrkārt, atšķiras pigmenta jeb ievadāmās krāsas sastāvs un ievades adatas diametrs. Krāsu veido tonis jeb pigments un nesējviela, kas palīdz noturēt šo toni ādā, neļaujot tam migrēt. Klasiskajā tetovēšanā izmanto tinti, bet permanentā grima jeb mikropigmentācijas procedūrā – pigmentu, kas bieži vien ražots no dabiskām izejvielām. Nesējvielas gan ir dažādas, bet lielākoties tās veido spirti, ūdens, glicerīns. Jāatceras arī tas, ka spilgtākas krāsas iegūšanai, un arī, lai mazinātu izmaksas, bieži vien tiek izmantoti smagie metāli, un tie gan var radīt diezgan briesmīgas sekas – pigmenta atgrūšanas reakciju, alerģiju un visbeidzot patoloģisku rētošanos. Starp citu, JEBKURA viela var izraisīt alerģiju, pat dabiska. Ko darīt, kā sevi pasargāt? Mans ieteikums: ja esi izlēmusi veikt mikropigmentācijas procedūru un tev ir aizdomas par alerģiju, noteikti pirms tam jāveic ievadāmā pigmenta aplikācijas tests, lai maksimāli izvairītos no nepatīkamiem pārsteigumiem – no alerģijas vai pigmenta atgrūšanas reakcijas. Pēc pieredzes zinu, ka alerģija var veidoties gan no nesējvielas, gan no krāsas. Ja cilvēks ir alerģisks vai arī

Kā sagatavoties?

Nedēļu pirms procedūras:

- nesauļojies – ne saulē, ne solārijā;
- neveic sejas ādas pīlingu, augļskābju procedūras un epilāciju.

No kā 2 nedēļas pēc procedūras jāizvairās?

- No sauļošanās (saules staru ietekmē pigments ātrāk noārdās).
- No saunas, pirts un baseina.
- Pigmentēto zonu nedrīkst kasīt, lobīt, berzēt, mazgāt.
- Ja permanents grims veidots lūpām, jāuzmanās, lai nesauktu herpesvīrusu. Apmēram piecas dienas nedrīkst skūpstīties!

viņam ir paaugstināta jutība uz kādu no permanentā grima sastāvdaļām, tāpat tas noteikti nav domāts viņam.

4. Kā saprast, ka veicot permanento grimu, neinficēšos ar kaut ko sliktu?

Obligāti prasi speciālistam parādīt adatas, kuras viņš gatavojas izmantot procedūras veikšanai. Adatām jābūt iepakotām vienreizējā, sterilā iepakojumā.

Permanents grims ir invazīva procedūra, un tas nozīmē, ka pastāv riski, kas saistīti ar higiēnas normu neievērošanu, jo tiek pārkāpta ādas barjera, –

tās ir infekcijas, alerģiskas reakcijas, patoloģiska dzišana. Neaizmirsti par B un C hepatītu un HIV riskiem. Tāpēc, lūdzu, neveic šo procedūru šaubīgās vietās. Pašam meistaram jābūt sertificētam konkrētajā metodē, visiem ievadāmajiem preparātiem jābūt sertificētiem, un meistaram jālieto cimdi. Tagad ļoti populāri ir pirkt preparātus no Ķīnas, jo tie ir lētāki, un piedāvāt permanento grimu veikt pie meistara mājās. Tā ir viņa un tava izvēle, bet, manuprāt, šāda individuālo speciālistu rīcība ir necieņa pret klientu. Var klibot higiēnas standarti, tāpat pastāv risks inficēties. Iespējams, individuālajam speciālistam nebūs

higiēnai

INTIMINA™



Lily Cup™



Lily Cup Compact™

Pasaulē pirmais sakļaujams menstruāciju kausiņš – Lily Cup Compact, no īpaši mīksta medicīniskās kvalitātes silikona, pilnīgai aizsardzībai līdz pat 12h.



InternetAptieka.lv

KATRU DIENU KOPĀ AR JUMSI!



BEZMAKSAS
PIEGĀDE



ZEMAS
CENAS



PLAŠS
SORTIMENTS

pieejama pietiekami plaša pigmentu krāsu palete, kā arī citi aksesuāri un līdzekļi ādas kopšanai pēc procedūras. Un galvenais – meistaram, kas strādā mājās, nav pret tevi nekādas juridiskas atbildības, ja nu vienīgi – sirdsapziņa.

5. Permanentais grims maksā līdz 180 eiro, vai pat vēl vairāk. Bet var atrast arī piedāvājumus par 50 eiro. Vai no tādiem uzmanīties?

Noteikti. Jau sacīju par higiēnas normām, infekcijām un ievadāmo vielu kvalitāti. Svarīgas arī meistara rokas, prasmes, jo viss ir ļoti atkarīgs no tā, kā mēs ievadām pigmentu un cik dziļi tas tiek darīts. Svarīgi, kā meistars kontrolē šīs krāsas ievadi, tas tomēr ir zīmējums sejas ādā, un mēs zinām, cik viegli var sabojāt tās izskatu.

6. Cik bieži drīkst veikt procedūru?

Intensīvāka vai ilgnoturīga rezultāta iegūšanai procedūru

iesaka atkārtot. Krāsas noturība atkarīga no ādas tipa, sievietes vecuma, pigmenta veida un zonas, kurā veikta procedūra. Interesanti, ka pigments ilgāk turas vecāka gadagājuma kundzēm, tas skaidrojams ar vājāku makrofāgu aktivitāti, mazāk izteiktu iekaisuma reakciju uz ievadāmo vielu. Vietās, kur āda plānāka, pigmenta noturība būs mazāka. Vēl tev jāzina, ka pēc permanentā grima uzacu matiņi aug un ir tādā pašā krāsā kā pirms tam. Tātad, neraugoties uz to, ka būs veikta procedūra un iekrāsotas uzacu līnijas, tik un tā vajadzēs korigēt matiņu augšanu un, laiku pa laikam tos piekrāsot, lai matiņi neatšķirtos no permanentā grima pamatkrāsas.

7. Vai atkārtotas permanentā grima procedūras ilgtermiņā nekaitē veselībai?

Grūti spriest, jo tādu klīnisko pētījumu nav. Bet principā jebkuru mikrotraumu

pavada fibrozes process jeb rētošanās. Ja krāsvielas ievade ir ļoti bieža un nekontrolēta, protams, tas var beigties ar neglītu rētu, piemēram, uzacu vietā. Atklāti sakot, bieži vien

pacientes vēšas pie dermatologa pēc palīdzības, jo viņas neapmierina permanentā grima forma, krāsa, vai arī tas vienkārši apnicis, taču permanentā grima korekcija ir laikietilpīga un nepatīkams process. Viens no pēdējiem gadījumiem... Jauna sieviete ar patoloģisku rētošanās procesu uzacu permanentā grima vietā. Beigu beigās mēs noskaidrojām, ka tā ir slimība, ko sauc par sarkoidozi un kas bieži vien izpaužas kā rētošanās tetovējumu vietās, bet pamatā tiek skarti daudzi orgāni, galvenokārt

PERMANENTO GRIMU LABĀK ATLIEC

- Ja uzmetušās aukstumpumpas, akūta herpesvīrusa infekcija.
- Ja ir alerģija un dermatīts – ādas iekaisums.
- Ja nesen bijis skābju pilinga sejai.
- Ja esi gaidībās vai baro bērniņu ar krūti.
- Mēnešreizi laikā (procedūra būs sāpīgāka).

plaušas. Tas tikai pierāda, ka mēs nekad nezinām, ar ko tas viss beigsies.

Ja cilvēks ir vesels un nelieto nekādus nopietnus medikamentus, piemēram, tādus, kas paredzēti vēža pacientiem, ja nav akūtas infekcijas, ja cilvēkam nav novērota patoloģiska rētošanās, tad noteikti var apsvērt domu par permanentā grima procedūru, tomēr riski vienmēr pastāv. Metode ir forša, bet tā jāveic pie profesionāļiem, kas to dara ikdienā un speciāli paredzētās vietās. ♥

PIEREDZE

LĪGA KĀRKLĪŅA,
ilustratore, dzīvo Dānijā:



Tas bija pilnīgi nesāpīgi

– Latvijā ar permanento grimu uztaisīju uzacis, tā bija mana pirmā pieredze. Mazliet bail bija, bet es meistarei pirms tam izstāstīju, kādas ir manas cerības. Gribēju, lai uzacis ir naturālā krāsā, jo man bija svarīgi, lai tās izskatās dabiski un lai krāsa aizpilda tās uzacs vietiņas, kur nav matiņu. Procedūra notika pie meistares mājās, bet viss bija profesionāli. Vispirms man bija jāparaksta dokuments, apstiprinot, ka man nav alerģiskas reakcijas vai citu veselības problēmu. Ja gadījumā kaut kas notiek, tad es pati uzņemos atbildību. Man pastāstīja, ko es varu sagaidīt un kam man pašai jābūt gatavai. Piemēram, nedrīkst lietot alkoholu, pirmo dienu nedrīkst mazgāt uzacis. Bija visi šie brīdinājumi, lai es būtu gatava sekām un lai zinātu, kā rūpēties par uzacīm pēc tam. Brīdināja arī, ka sākumā krāsa ir tumšāka un pēc tam tā noiet, kā arī, ka āda lobās, bet galvenais – nelobīt to pašai. Meistare man iedeva vazelinu, ko smērēt uz uzacīm. Serviss bija labs, un arī vēlāk nebija nekādu komplikāciju.

Pašas permanentā grima procedūras laikā bija sajūta, ka mazliet skrāpē, bet tas ir pilnīgi nesāpīgi. Sievietēm ir tik daudz dažādu skaistumprocedūru, kurās patiešām sāp. Salīdzinot ar vaksāciju, šis vispār ir nieks!

PIEREDZE

NORA KRIKE,
medicīnas studente:



Krevelle bija, pigments – ne!

– Man ir ļoti plānas un gaišas uzacis – ja es tās nepiekrāsoju, tad vispār nevar pamanīt. Tēta draudzene uztaisīja sev permanento grimu, tad sapratu, ka es arī gribētu. Sāku meklēt informāciju gūglē. Tad paskatījos *facebook.com*, tur parādījās reklāma ar kādu meistari, aplūkoju viņas darbus, izskatījās labi. Meistare piedāvāja procedūru veikt mājās un lētāk. Kaut gan permanentā grima cena bija sāļta – 180 eiro, paskatījos, cik šī procedūra maksā salonos – apmēram tas pats.

Pati procedūra ilga vismaz divas stundas, kamēr uzzīmēja formu. Par alerģijām kaut ko pajautāja, bet man tādu nav, un nekādu papīru parakstīt meistare neiedeva. Pēc procedūras uz uzacīm bija tikai melna, bieža krevelle, pēc nedēļas tā nogāja un pigmenta apakšā nebija. Laiks un nauda vējā!