

INTUICJA **i** DOŚWIADCZENIE

Współpraca lekarza i kosmetologa to dobra praktyka, ale i spore wyzwanie. Znacznie prostsze, gdy posiada się wiedzę z obu dziedzin. O wyborach edukacyjnych, rozwoju i kompleksowym podejściu do pacjenta rozmawiamy z **Piotrem Turkowskim** – lekarzem, kosmetologiem, specjalistą w dziedzinie



LNE: Ma pan za sobą ciekawą ścieżkę edukacyjną - równoległe z medycyną studiował pan kosmetologię, następnie kształcił się pan w zakresie medycyny estetycznej, a teraz jest pan w trakcie specjalizacji z chirurgii plastycznej. Jakie korzyści daje tak wszechstronne wykształcenie?

Piotr Turkowski: Przede wszystkim jestem specjalistą medycyny estetycznej i rezydentem chirurgii plastycznej. Studia na kierunku kosmetologii na Uniwersytecie Medycznym były świadomym krokiem, który pozwolił mi na uzupełnienie wiedzy z zakresu pielęgnacji skóry – największego ludzkiego organu,

z którym chciałem w przyszłości pracować. Wielokierunkowa edukacja pozwala mi na holistyczne podejście do pacjenta i jego problemów. Dzięki znajomości możliwości nowoczesnej kosmetologii mogę zlecić kompleksową terapię, która przyniesie maksymalny efekt.

Od początku miałem szczęście uczyć się i pracować z najlepszymi ekspertami. Będąc na piątym roku studiów, na stałe związałem się ze znaną kliniką chirurgii plastycznej w Poznaniu, w której pracuję do dzisiaj. Później dostałem się na wymarzoną specjalizację – chirurgię plastyczną, do renomowanego ośrodka w Polanicy-Zdroju,

a teraz kontynuuję specjalizację w Klinice chirurgii plastycznej przy ul. Czerniakowskiej w Warszawie. Bardzo cenię sobie również doświadczenie zdobywane na zagranicznych kursach i stażach. Przywiązuję szczególną wagę do wyboru specjalistów, od których się uczę i ośrodków, które odwiedzam.

Czy wypracował pan sobie już własne koncepcje pracy, do których warto przekonywać klientów gabinetów medycyny estetycznej?

Podczas pierwszego spotkania z moimi pacjentami zawsze ustalamy plan działania. Za cel stawiamy rozwiązanie problemu, z którym się zgłaszają. Wspólnie ustalamy, co można zrobić, w jakim czasie i jakimi środkami. Moich pacjentów traktuję bardzo indywidualnie, bo nie można stosować tych samych metod dla każdej osoby. Należy brać pod uwagę stan zdrowia, kondycję skóry, ale również upodobania, styl życia, gust, oraz oczywiście środki finansowe. Ten sam efekt można niekiedy uzyskać wieloma metodami, które trzeba dostosować do pacjenta – nigdy odwrotnie.

Ważną kwestię w mojej pracy stanowi poczucie estetyki. Jest ono szczególnie ważne przy stosowaniu wypełniaczy i toksyny botulinowej. W swojej praktyce kieruję się przede wszystkim zasadą „lepiej czuć lekki niedosyt niż przesadzić”. Nie zrobię „dwudziestki” z pięćdziesięciolatki, a na życzenie pacjentki nie przerysuję jej karykaturalnie ust, czy policzków. Staram się edukować moich pacjentów w kwestiach światowych trendów, a dziś odchodzi się od spektakularnych metamorfoz na rzecz wysubtelniania rysów twarzy, rewitalizacji, ujędrniania i nawilżania skóry. Właśnie takie działania moim zdaniem definiują najlepszych specjalistów. Dzięki rozmowie, pracy z lustrem, dzięki odpowiednim przykładom zdecydowaną większość pacjentów udaje mi się przekonać do koncepcji „wypielęgowanego, naturalnego efektu”. Nierzadko słyszę

później „Panie doktorze, dziękuję, że mnie pan przekonał. Miał pan rację.” Nie ukrywam – uśmiech i zadowolenie pacjenta przynoszą mi ogromną satysfakcję. W końcu pod każdym efektem podpisuję się swoim nazwiskiem.

Mówi pan o naturalnym efekcie. Obecnie swój renesans przeżywają zabiegi biostymulacji skóry. Jakie są do nich wskazania, na czym polegają, kiedy się szczególnie sprawdzają?

Spora grupa pacjentów, w tym mężczyźni, obawiają się pierwszego zabiegu medycyny estetycznej. Zależy im na dyskretnym, naturalnym efekcie. Obecnie dostępne są coraz nowsze preparaty, które nie powodują zwiększenia objętości tkanek. Produkty te mogą być używane – co jest dla mnie szczególnie istotne – w zabiegach profilaktycznych, chroniących przed ubytkiem np. kolagenu, a u dojrzałych pacjentów ujędrniają i zagęszczają skórę. Efektem tych zabiegów jest skuteczna biorewitalizacja skóry. Ale są też oczywiście stymulatory zwiększające objętość tkanek i chętnie używam ich np. przy rewitalizacji skóry rąk. Jednak przy przywracaniu objętości twarzy stosuję raczej kwas hialuronowy i tkankę tłuszczową pacjenta. Dostępne są także preparaty, które są formą mezoterapii (to już nie stymulator), które stosowane raz na 6–9 miesięcy dają znakomite efekty. Skóra jest po nich ujędrniona i rozświetlona, bardziej nawilżona. To szczególnie ważne dla pacjentów aktywnych zawodowo, którzy nie mogą sobie pozwolić na wykonywanie mezoterapii seriami, bo siniaki po każdym zabiegu utrzymują się do tygodnia.

Jakie zabiegi z zakresu medycyny najczęściej ze sobą łączymy?

W większości przypadków, aby osiągnąć pożądaną efekt musimy działać wielokierunkowo. Najpopularniejsze jest połączenie zabiegów laserowych z terapią osoczem bogatopłytkowym. Obie metody do-

Kieruję się zasadą, że lepiej czuć lekki niedosyt niż przesadzić. W pracy z wypełniaczami czy toksyną botulinową łatwo o przesadę i uzyskanie karykaturalnych efektów.

Kuracje trychologiczne wymagają wysiłku i cierpliwości, ale nagrodą jest olbrzymia satysfakcja z poprawy komfortu życia moich pacjentów.

skonale się uzupełniają, wzmagając efekt terapeutyczny i przyspieszając gojenie. Osocze bogatopłytkowe zawiera m.in. naturalne czynniki wzrostu występujące w ludzkim organizmie, laser zaś pobudza mechanizmy regeneracyjne skóry.

Innym przykładem jest połączenie toksyny botulinowej i kwasu hialuronowego – toksyna skutecznie relaksuje mięśnie, działając prewencyjnie w tworzeniu się zmarszczek, a kwas hialuronowy wypełnia już powstałe bruzdy oraz ubytki tkankowe.

W terapii łysienia natomiast z założenia stosujemy zabiegi łączone, które świetnie się uzupełniają, dając synergiczne efekty. W takiej terapii nie dopuszczamy do miniaturyzacji włosów poprzez zwiększenie ukrwienia i lepsze odżywienie cebulki.

Sporym wyzwaniem jest również modelowanie ciała, w którym stosuje się dość zaawansowane metody zabiegowe. Ma pan duże doświadczenie w liposukcji. Jakie są mocne i słabe punkty tego zabiegu? Od czego zależą efekty?

W tematykę liposukcji i przeszczepu włosów wprowadził mnie wybitny specjalista dr Samir Ibrahim. Regularnie szkolę się i doskonalam umiejętności z zakresu różnego rodzaju zabiegów liposukcji, np. liposukcji wodnej. Największe doświadczenie mam w stosowaniu nowoczesnej liposukcji ultradźwiękowej. Mocną stroną tego zabiegu jest fakt, że oprócz samego pobrania tłuszczu, urządzenie skutecznie napina skórę i ją ujędrnia – świetnie sprawdza się to, gdy chcemy pobrać większą ilość tłuszczu albo gdy skóra przed samym zabiegiem jest bardzo wiotka. Stosując tę metodę, możemy także wymodelować brzuch, a nawet wytworzyć tzw. „sześciopak” – szczególnie atrakcyjny dla mężczyzn. Oczywiście to zabiegi inwazyjne i minusem jest stosunkowo długi okres rekonwalescencji. Pacjent co prawda może szybko wrócić do pracy, ale obrzęki utrzymują się dłużej. W tym wypad-

ku należy nosić specjalny opatrunek uciskowy i przez dwa miesiące poddawać się masażom limfatycznym lub innym zabiegom endermologii, które wspierają rekonwalescencję. Bardzo ważna jest tu praca pacjenta, bo przeprowadzony zabieg nie kończy kuracji. Ważna jest dieta, a na ostateczny efekt trzeba czekać nieraz 2–3 miesiące. Dodatkowa zaleta zabiegu jest taka, że podczas liposukcji nie tylko odsysamy tkankę tłuszczową, ale możemy też zrobić transfer tłuszczu i modelować talię, pośladki czy naturalnie powiększyć piersi.

Pana konikiem jest też trychologia. Co sprawiło, że zainteresował się pan tą dziedziną i poświęca jej najwięcej czasu?

Trychologia to stosunkowo młoda, ale szybko rozwijająca się dziedzina. Pozwala lekarzowi wykazać się wiedzą i umiejętnościami, często przynosi spektakularne efekty, zwłaszcza gdy pacjent cierpiący na brak włosów z czasem może pochwalić się bujną czupryną. Do zabiegów związanych z łysieniem trzeba podchodzić z dużą pokorą – to często długotrwała kuracja, w której ważna jest systematyczność, cierpliwość, spokój i dobra współpraca na linii lekarz–pacjent. To, co przekonuje mnie do wysiłku i cierpliwości to olbrzymia satysfakcja z poprawy komfortu życia moich pacjentów. Do włosów przywiązujemy kulturowo dużą wagę. Stanowią atrybut urody ważny zarówno dla kobiet, jak i dla mężczyzn. Niestety, nawet młodzi pacjenci mają problemy z łysieniem i przerezedzeniem. Ważne, aby na wczesnym etapie zgłosili się do specjalisty. Zabieg przeszczepu włosów to ostateczność, na którą trzeba się zdecydować, gdy mamy do czynienia z łysieniem androgenowym – włosy utracone w tym schorzeniu nie odrastają. Natomiast na wczesnym etapie łysienia możemy skutecznie przeciwdziałać, używając leków i poddając się terapiom trychologicznym.

Do mnie pacjenci trafiają od trychologów – to kolejny etap działania. Nowoczesna terapia łysienia od lat jest moją pasją. Kieruję się zasadą, że komfort psychiczny pacjenta jest najważniejszy. Optymalnie dobraną metodą jest według mnie ta, która będzie dla pacjenta bezbolesna, pozwoli uzyskać jak najlepszy efekt kosmetyczny i nie pozostawi po sobie widocznych blizn. Stale poszukuję nowych rozwiązań pozwalających udoskonalać prowadzone przeze mnie kuracje. Swoje doświadczenie buduję na współpracy i szkoleniach z liderami w dziedzinie transplantacji włosów z całego świata. Uczestniczyłem między innymi w 2nd Mediterranean FUE Workshop w Madrycie, konferencji poświęconej tzw. metodzie FUE, w której używając specjalnych urządzeń o średnicy np. 0.8 mm pobiera się pojedyncze jednostki włosowe. Metoda ta jest mniej inwazyjna i nie pozostawia blizn.

Metodę przeszczepu dobiera się indywidualnie do pacjenta. Długo poszukiwałem urządzenia, które pozwoli mi udoskonalać technikę przeszczepów – w kwietniu uczestniczyłem w kongresie na Florydzie w Orlando, gdzie moją uwagę zwrócił wykład dr. Jeana Devroye oraz system zwiększający skuteczność zabiegu i dbający o każdą jednostkę włosową. Po rozmowie z doktorem postanowiłem pojechać na indywidualny staż do Belgii, który okazał się dla mnie bardzo cennym doświadczeniem. Teraz, jako pierwszy w Polsce mam przyjemność pracować na tym urządzeniu.

Jak pan postrzega możliwość współpracy lekarzy i kosmetologów?

Proszę sobie wyobrazić piramidę pielęgnacyjną. Jej podstawę stanowi kosmologia. To na tym etapie specjaliści definiują problemy skóry, włosów i paznokci. Od kosmetologa w dużej mierze zależy właściwa edukacja pacjentów oraz ich nawyki pielęgnacyjne. Specjaliści z tej

dziedziny prowadzą szereg działań, które mogą być bardzo skuteczne, jak zabiegi okluzyjne, karboksyterapia czy peelingi. Wykwalifikowany kosmetolog potrafi zdziałać cuda, zwłaszcza, jeśli ma do dyspozycji sprawdzone, profesjonalne kosmetyki. Ja szczególnie cenię markę Ercison Laboratoires, której skuteczność w dużej mierze opiera się na wykorzystaniu rozwiązań inspirowanych medycyną estetyczną, jak kosmetyczne odpowiedniki toksyny botulinowej czy mezoterapii.

Kolejnym poziomem pielęgnacyjnej piramidy jest medycyna estetyczna. Po zabiegi z tej grupy sięgamy, gdy podstawowe działania pielęgnacyjne nie są wystarczająco skuteczne, a problem narasta. Nowoczesne zabiegi medycyny estetycznej pozwalają ujędrnić skórę, zrewitalizować ją, nadać twarzy łagodniejszy wyraz.

Najwyżej w piramidzie znajduje się chirurgia plastyczna. Należy pamiętać, że zajmuje się ona nie tylko estetyką, ale przede wszystkim rekonstrukcją ciała zdeformowanego chorobowo lub w wyniku nieszczęśliwego wypadku. Chociaż zabiegi te są najbardziej efektywne, powinny być ograniczone, dobrze przemyślane i wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowanych specjalistów.

Lekarze wraz z kosmetologami to specjaliści z dziedziny anti-aging. Najlepsze efekty przynosi wspomaganie odpowiednio zaplanowanych zabiegów medycznych sesjami w gabinecie kosmetycznym. Dlatego właśnie nie wyobrażam sobie pracy lekarza bez wsparcia kosmetologa.



Dr Piotr Turkowski

lekarz medycyny estetycznej w trakcie specjalizacji z zakresu chirurgii plastycznej. Pracuje w klinikach Mandala Beauty Clinic w Poznaniu, Prime Clinic oraz fiuu Day Spa w Warszawie.

Podstawę piramidy pielęgnacyjnej stanowi kosmologia. To na tym etapie specjaliści definiują problemy skóry, włosów i paznokci. Od kosmetologa w dużej mierze zależy właściwa edukacja pacjentów oraz ich nawyki pielęgnacyjne.