



## BOTOKSLA İLGİLİ 6 YANLIŞ

Botoks son yıllarda hayatımıza giren en büyük yeniliklerden biri. Neredeyse yaptırmayan kalmadı! Yine de pek çok kişinin kafasını kurcalayan bazı sorular da yok değil. [Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Plastik Estetik ve Rekonstrüktif Cerrahi Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Ahmet Karacalar](#) son yıllarda estetik cerrahide hızla kullanılan botoks ile ilgili bazı yanlış bilgilerin şehir efsanesi gibi yayıldığını vurguluyor. Ve yanlış bilgiler şöyle düzeltiyor:

### 1 Botoks bir yılan zehiridir. (Yanlış)

Botoks bir yılan zehri değil, bir bakterinin ürettiği toksindir. Uygun dozda alınmazsa su bile zehir etkisi yapar.

### 2 Botoks ile hep aynı yüz ifadesi oluşur. (Yanlış)

Kişiyi, cinsiyete, meslek grubuna, mimik kasların durumuna göre botoks yapılsa tek tip yüz ifadesi oluşmaz.

### 3 Botoks ile olduğunuz hemen belli olur. (Yanlış)

Modern botoks uygulamalarında kasın deriye giden liflerinde sadece gevşeme sağlanırsa dinlenmiş ifadesi verir.

### 4 Botoks yapıldıktan sonra bazı bölgelerde kırıksıklık artar. (Yanlış)

Hiperkinetik (sürekli ve aşırı mimik kullanan) kişilere doğru yapılsa bu durum olmaz. Hipotonik (kas direnci düşük) kişilere yanlış yapılsa olur.

### 5 Botoks ileri yaşta başlanmalı. (Yanlış)

İleri yaşta botoksun yeri çok sınırlıdır. Hiperkinetik grupta ergenlikten sonra her yaşta yapılabilir. Asıl en iyi etkisini orta yaş grubunda gösterir.

### 6 Botoks dudaga yapılmaz. (Yanlış)

Dudak en titiz yapılması gerekli yerlerden birisidir. Çok düşük dozda ve çok yüzeysel yapılabilir.

## BU KAMPANYAYA DİKKAT!

Amerikan Moda Tasarımcıları Birliği'nin (CFDA) tüm dünyada meme kanseri konusunda bilinç oluşturmaya ve erken teşhis olanaklarını tüm kadınların hizmetine sunmayı hedeflediği "Fashion Targets Breast Cancer (FTBC) -Moda Meme Kanseri Hedefliyor" projesi kapsamında, ELSE firmasının Türkiye Meme Vakfı'na destek için tasarladığı ürünler Ekim ayı itibarıyla satışa sunulacak. "Farkındayım Korkmuyorum" projesi ile meme sağlığında bilinçlendirici projeleri gündeme taşıyan ve projenin Türkiye ayağını yürüten Türkiye Meme Vakfı MEVA, herkesi desteğe çağırıyor. Unutmayın satın aldığınız pek çok ürün kadınların hayatını kurtaracak. Koruyucu sağlık bilincinin gelişmesi ve meme sağlığının önemsenmesi ihtiyacına odaklanan bu sağlık eğitimi projesinde MEVA, "Farkındayım

Korkmuyorum" kampanyasının hedeflerine ulaşması için eğitim faaliyetlerine de büyük önem veriyor.

Bu yıl FTBC için beş parçalık küçük bir koleksiyon tasarlayan ELSE'nin koleksiyonunda FTBC logolu pembe bir gecelik, kaşorse tarzında bir atlet, pembe dantel fırfırlı bir külot, dantelden bir jartiyer bandı ve Katre marka doğal bir sabun bulunuyor. Ürünlerin sunulduğu çamaşır kesesinin içinde pembe bilezikli bir Farkındalık Paketi de yer alıyor. Anlaşmalı satış noktalarında 65 ila 69 TL'ye satışa sunulacak olan bu ürünlerden elde edilecek tüm kâr MEVA'ya bağışlanacak.

### Satış noktaları

Debenhams Cevahir AVM, Mendo's Akmerkez, Kanyon, İstinye Park, Mayadrom, İstinye Park.

## PORTAKAL SUYU SAĞLIKLI HAMİLELİK

*Türkiye Spina Bifida Derneği Yönetim Kurulu Üyesi ve Çocuk Cerrahi Uzm. Dr. H. Murat Mutuş hamilelik döneminde hücre bölünme hızının yüksek olması nedeniyle metabolizmada folik asit ihtiyacının arttığını, doğumsal anomalilerin başlıca sebeplerinden biri olan demir eksikliğinin, yeterli ve dengeli beslenme ile tamamlanabileceğini söylüyor. Hamile kadınlar günde 400-800 mikrogram folik asit almalı. Folik asit B9 vitamin olarak da biliniyor. Bir bardak portakal suyu (200 cc) ile gebelik döneminde günlük C vitamini ve folik asit ihtiyacı rahatlıkla karşılanabiliyor. Ayrıca önemli bir antioksidan kaynağı olan portakal suyu, içeriğindeki bioflavin maddesi sayesinde damarları ve kılcal damarları güçlendirip kalbin zarar görmesini engelleyerek gebelik döneminde çarpıntı hissini azaltır. Aynı zamanda içeriğindeki yüksek oranda bulunan potasyum ile de tansiyonu dengeliyor. Potasyum cildin kurumasını önleyen özelliğiyle de hamilelik sırasında kadınların büyük problemi olan deri çatlaklarının oluşmasını en aza indiriyor.*