

**REVITALIFT  
LASER RENEW**

**PRVÁ STAROSTLIVOSŤ PROTI VRÁSKAM  
OD L'ORÉAL PARIS,  
KTORÁ SA POROVNÁVA  
S LASEROVÝM ZÁKROKOM.\***



**VYHRAJTE KOZMETIKU  
OD L'ORÉAL PARIS V HODNOTE 120 €!**

\*Klinické hodnotenie mikro-reliéfu a jemných vrások v okolí očí počas 4 týždňov aplikácie 2-krát denne, 47 žien.



registrovat'

AS.SK LESK.SK ADAM.SK ŽIVOT.SK TIVI.SK KTOTOJE.SK SHOPPING KUCHARKY.SK

20. 03. 2013 06:00



OK

lesk.najcitanejsie

avte sa problému a  
hrajte audioknihu  
čuškine zápisky!



Podelite sa s  
čitateľkami Lesku o  
svoj príbeh a vyhrajte!

[Ďalšie súťaže](#)

## Mladosť v tégliku: TOP 5 najúčinnjších látok proti starnutiu

**Ktorý je pre mňa ten pravý? Investovať do superkrému**  
desiatky eur, alebo nám rovnakú službu urobí aj ten za pár  
drobných?



Bledá ako smrť: Heidi Klum  
ukázala svoju pravú tvár!

To je luxus! Bendová býva s  
deťmi ako v rozprávke

Mamička Koščová v akcii:  
Adamko rastie ako z vody!

Šokujúce prekvapko v posteli:  
Toto bol fatálny omyl!

Nevinná lož Dagmar Havlovej:  
Je za tým plastika tváre?

Diskusné fórum

Hovoriť s deťmi o sexe je  
fuška

Máte problémy s  
otehotnením?

Ako zvládnuť obdobie vzdoru

lesk.anketa

**Prijali by ste ako darček**  
poukaz na plastickú



módna.policia

operáciu?

uvítala by som to, uvažujem o menších kozmetických úpravách

23,3 %

áno, aspoň by som sa skôr odhodlala k zmene vizáže

27,1 %

nepotrebujem chirurgickú zmenu zovňajšku

12 %

nie, som proti zmenám zovňajšku pomocou skalpela

12,4 %

nie, taký darček by ma urazil

25,2 %

### muž.dňa



Taylor Lautner

2

> [Viac mužov](#)



Indiánsky horoskop

Viete čo máte napísané vo hviezdach?



Pošlite Lesku svoj príbeh!

Podelite sa s Leskom o svoj príbeh a vyhrajte.



Objednajte si online!

Knihy receptov za výhodné ceny!

### Kréme je vtedy dobrý, keď vám sadne.

Autor: shutterstock



Základné pravidlo znie: Efektívna starostlivosť nesúvisí s cenou, ale s obsahom a koncentráciou účinných látok. Niektoré z nich, napríklad kyselina hyalurónová či peptidy, vyhládzajú pleť okamžite. Iné idú viac do hĺbky a na to, aby sa dosiahol želaný efekt, potrebujú dlhší čas.

### PEPTIDY vypínajú pleť

Špecialistami na vyhladzovanie pleti sú peptidy. Obsahujú aminokyseliny a v organizme fungujú ako poslovia buniek, ktorí opravujú, vyživujú a prirodzene stimulujú tvorbu kolagénu. Peptidy s vyšším obsahom aminokyselín pôsobia okamžite – viažu sa s keratínom v pokožke a pleť vyhládzajú ihneď. Polypeptidy a oligopeptidy pomáhajú udržiavať našu pleť mladistvú a pružnú. Redukujú vrásky a bránia vzniku pigmentových škvŕn. Ich účinok sa síce prejaví až po určitom čase, ale efekt je dlhodobý.

### OVOCNÉ KYSELINY zjednocujú vzhľad

Alfahydroxy kyseliny (AHA-kyseliny) sú látky, ktoré sa bežne vyskytujú v prírode. Na pleti pôsobia ako chemický piling – vyvolávajú olupovanie zrohovatených buniek, podporujú tvorbu kolagénu, prekrvujú suchú a unavenú pleť. Pokožka sa stáva hladšia, miznú nečistoty a drobné nerovnosti, jemné vrásky sa vyhladzujú a pigmentové škvŕny zosvetľujú. Pleť pôsobí sviežejším, mladším a jednotnejším dojmom.

### VITAMÍN A spevňuje štruktúru

„Anti-aging“ vitamín číslo 1 často nájdeme pod označením **retinol**. Je to skutočný multitalent. Aktivuje delbu unavených buniek, čím vznikajú nové, mladé, zlepšuje sa



Viagra je na predpis, Amante nie je! Teraz v akcii 2 balení za cenu jedného!



Najširšia ponuka nehnuteľností na Slovensku



E-shop bicyklov a cyklo doplnkov. Vernostný systém zaručí najlepšie ceny.



Vyhrajte osobného trénera v hodnote 500 €



Zlava až 600€ – najvýhodnejšia letná dovolenka s CK FISCHER!



Akcia na manželské postele z masívu, matrace a rošty za Super ceny.

**BMI.kalkulačka**

Vypočítat

Diéty a chudnutie

Miška vážila 139 kí! Chútky ma ovládali na celej čiare

Posadnutosť štíhlosťou: Nepodľahnite anorexii a bulímii!

Diéta Scarsdale! Schudnite

Štruktúra elastických vlákien. Výsledný efekt: redukcia hlbokých vrások, vyhladenie a spevnenie pleti. Dokáže však ešte viac. Opravuje poškodenia spôsobené slnečným žiarením, zosvetľuje pigmentové fláky, zabraňuje tvorbe červených cievok a uvoľňuje upchaté póry.

### **KYSELINA HYALURÓNOVÁ obnovuje pružnosť**

Tento polysacharid sa prirodzene nachádza v tkanivách pokožky a jeho úlohou je viazať veľké množstvo vody, vďaka čomu je pleť pružná a má prirodzený objem. Zásoby kyseliny hyalurónovej sa vekom znižujú, v pleti je menej vody, pleť ochabuje a vznikajú vrásky. Našťastie ju môžeme doplniť zvonka – kyselina hyalurónová vytvorí na pleti jemný film, ktorý ju vyhladí. Je výborná aj pri zapálenej a aknóznej pokožke.

### **KOENZÝM Q10 zjemňuje vrásky**

Ide o látku podobnú vitamínom, ktorú si naše telo vytvára samo a potrebuje ju pri látkovej premene. Vekom sa tvorba tohto koenzýmu znižuje – v 50 je hladina kolagénu o štvrtinu nižšia ako v 20. Krémy s Q10 zvyšujú energetickú hladinu buniek, čím zlepšujú fungovanie látkovej premeny. V praxi to znamená, že pleť si vytvára viac vlastného koenzýmu Q10, jemné vrásky miznú. Ako silný antioxidant redukuje Q10 dokonca aj poškodenia buniek.

### **3 otázky pre MUDr. Janu Šrámekovú z 1. LDC v Bratislave**

#### **Fungujú protivráskové krémy naozaj?**

Ak sú prejavy starnutia len mierne, používanie anti-aging produktov môže priniesť viditeľné výsledky. V prvom rade však slúžia ako prevencia v boji proti starnutiu pleti. Pri viditeľných vráskach, strate tonusu pleti, ochabnutých kontúrach tváre, pigmentáciách a cievkach neočakávajte zázrak. Tieto zmeny sa dajú odstrániť len medicínskymi zákrokmi.

#### **Od akého veku odporúčate používať „anti-aging produkty“?**

Je to individuálne, závisí to od genetiky, počtu vyfajčených cigariet a vypitých pohárikov. Proces starnutia pleti urýchľuje aj cielený pobyt na slnku a v soláriách. Vo všeobecnosti je nevyhnutné začať s používaním týchto produktov okolo 35. roku života.

#### **Má zdravý životný štýl vplyv aj na proces starnutia pleti?**

Určite áno. Zdravá a vyvážená strava, pitný režim, cvičenie a dostatok spánku má nesmierny význam pre celý organizmus a udržanie mladistvého vzhľadu celého tela.

### **Náš tip**

Na zjemnenie vrások a spevnenie línií je odborníkom **Tru Face™ Instant Line Corrector od Nuskin**. Desať minút mu stačí na to, aby vaša pleť vyzerala o niekoľko rokov mladšie a bola na dotyk o poznanie hladšia. Tento efekt vydrží až dvanásť hodín. Stačí krém jednoducho vklepať do pokožky a potom si už len

deväť kíľ za dva týždne

Jarné aktivity, pri ktorých spálite najmenej 200 kalórií

Zatočte s kilami! 50 najlepších trikov pre ľahké chudnutie

[Ďalšie články](#)

#### **Erős Kft**

[www.eros.hu](http://www.eros.hu)

Csempe Szaniter Szerelvény Padlólap Olyan nincs, hogy nincs!



#### **Mladý Zelený jačmeň**

[www.detoxipan.sk](http://www.detoxipan.sk)

Vysoký koncentrát výživných látok Koncentrovaná sušená šťava.



Vaša voľba ▶

#### **Vichyonline.hu webáruház**

[www.vichyonline.hu](http://www.vichyonline.hu)  
Legnagyobb választék -  
Legjobb ár N°1 a  
dermokozmetikában



Vaša voľba ▶



užívať lichôtky príjemne prekvapeného okolia.  
Téglik s objemom 15 ml dostanete za 74,72 eur.



138

**Autor:** Beata Suchá, Nový Čas pre ženy, miš



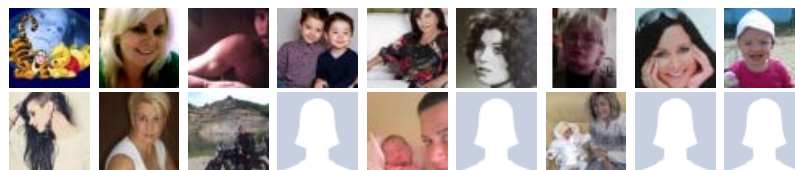
Lesk.sk

Páči sa mi to

Páči sa mi to.

✓ Páči sa mi to

Vy a 10.281 ďalší ste označili, že sa vám páči Lesk.sk. 10.281 ľuďom sa páči Lesk.sk.



Facebook Social Plugin

### Súvisiace články

Dajte si na ne pozor! 5 najväčších spúšťačov akné

Toto nerobte: 5 zlozvykov, ktoré najviac škodia pleti

Máte pigmentové škvrny a vrásky? Piling s nimi zatočí

Tajné triky hollywoodskych žien: Krásna za 5 minút!

Pridaj názor Diskusia k článku

Čítať celú diskusiu | Počet reakcií: 1

Najnovšie príspevky

20. 03. 2013 08:07 - Blbost... - Madam Madam predava vo svojom skraslujucom krame aj

Pridať svoju reakciu

diva.sk



Pravidelný sex ako cesta k múdrosti?



Foto: Módne inšpirácie na jar & leto 2013

Konope je lepšie ako ryby alebo o nakupovaní zdravých

Foto: Pestrofarebné účesy na medzinárodnom



potravín



festivale Crystal Angel

**čas.sk**

správy  
prominenti  
krimisprávy  
šport

**váš.čas.sk**

prichytení  
obchody  
kuriozity  
hľadá sa

lesk.sk

móda  
krása  
sex a vzťahy  
recepty

adam.sk

auto  
sex  
zaujímavosti  
macho

život.sk

život online  
príbehy  
rozhovory  
kuriozity

tivi.sk

sexi telá  
krimi  
funny videá  
zaujímavosti

**lesk.sk**

Ringier Axel Springer Slovakia, a.s.


Autorské práva sú vyhradené a vykonáva ich vydavateľ.  
Spravodajská licencia vyhradená.

Podmienky poskytovania a využívania online služieb vydavateľstva Ringier Axel Springer Slovakia, a.s.

**ringier  
axel springer**

Aplikácie pre mobily a tablety

 Čas.sk pre iPhone | Nový Čas pre iPad | Fotosprávy Čas.sk pre iPad | iStánok pre iPad

 Čas.sk pre Android | iStánok pre Android

**NOKIA** Čas.sk pre telefóny Nokia Symbian | Čas.sk pre Nokia N9

Kontakty: redakcia | inzercia | marketing | RSS