

PLAZA

20
ÅR

Kvinna

NR 05 2014
59 KRONOR
NOK 69 € 6.90

Noga utvalt!
**VÅRENS
SNYGGASTE
SOLGLASÖGON**

**SPORTY
CHIC**
– SPORT
IN THE CITY

*Säsongens
HETASTE
BIKINIS –
SÅ STYLAR
DU DEM!*

Vi testar:
**PLATT MAGE
PÅ 4 SÄTT**

*Instagram-
fenomenet*
YOGA_GIRL

**MODE-
VÅREN
I PARIS**

Beach body boost

2014

– Stor hälso-
och träningspecial



★ PROSHOCK ICE Iskall slimming!

– PERMANENT FETTREDCERING MED KYLA

Var: Allavie Clinic, allavieclinic.com. Den enda kliniken i Stockholm som utför den här behandlingen, se förteckning med fler salonger i övriga landet på dinsalong.com, samt mer info på preswede.se.

Pris: Varierar beroende på vilket område som behandlas, men ligger på ca 1 900 kr – 3 500 kr per behandling.

Upplevelse: 🌟🌟🌟🌟

Resultat: 🌟🌟🌟

Att minska midjemåttet är något jag verkligen vill, men jag gör inte så värst mycket för att det faktiskt ska ske. Jag äter och dricker det jag tycker är gott, helt enkelt. Jag vantrivs inte med min kropp, men samtidigt vore det trevligt att bli både smalare och fastare. Jag har inget intresse av att ta till så drastiska metoder som ett kirurgiskt ingrepp och en riktig fett sugning. När jag upptäckte att det finns en ny behandling som ska reducera fett utan kirurgi, var jag inte sen att nappa. Vid sex olika tillfällen, med två-tre veckors mellanrum, har jag besökt Allavie Clinic och fått behandling av kunniga hudterapeuten Jeanette.

Behandlingen, Proshock Ice, är en ickekirurgisk behandling som ska reducera oönskade fettdepåer och celluliter. Man kan välja mellan att behandla mage och kärlekshandtag eller rumpa och lår. Eftersom mitt problemområde är min mage är det den varianten jag väljer. Terapeuten börjar med att mäta mig kring magen och midjan så att vi sedan kan se att resultatet blir rätt och riktigt. Därefter används en maskin med vakuumsug och kyla som ska frysa mina fettceller. Detta pågår i 30 minuter, och Jeanette placerar föremålet runt om på magen. Visst är det lite kallt, men det gör inte ont. Under själva behandlingsprocessen får man en lätt rodnad, men huden tar ingen skada av nedkylningen. Efter en halvtimme smörjs min mage in med en fuktcreme för att ge glid och underlätta för nästa och avslutande steg, vilket är maskin nummer två som med stötvågor splittrar fettcellerna som sedan bryts ned, transporteras och tas upp av levern där de förbränns. Efter 15-60 dagar utlovas ett långsiktigt resultat, dock i kombination med motion och hälsosam kost.

När min behandling är avslutad har mina mått minskat, men jag är inte helt övertygad om att jag ser det själv. Främst känner jag en uppstramning av huden, och jag får inte den där uppsvullna och "mätta" känslan som jag ibland kan uppleva. Kombinerar man detta med att lägga om sin kost och träning får man nog ett bättre resultat. Så, inför beach 2014 är det bara att hit the gym lite oftare så kanske den där bikinin kan kännas helt och hållet tilltalande!

Cooltech fryser ned en putmage till minus 8 grader. De frysta fettcellerna dör och slussas sedan på naturlig väg ut från kroppen.



Fryshock!

★ COOLTECH

– FRYSER BORT DINA FETTCELLER

Var: På salonger med Cooltech, se cooltech.nu. Vi testade på Aktiv Hudvård i Stockholm, aktivhudvard.se.

Pris: 2 495 kr, men kan variera beroende på salong.

Upplevelse: 🌟🌟

Resultat: 🌟🌟🌟🌟

När fettceller kyls ned till åtta minusgrader dör själva fettcellerna, medan hud, muskler och nervtrådar klarar av kylan utan att skadas. När fettcellen dör tas den upp av kroppens lymfsystem och slussas på ett naturligt sätt ut ur kroppen. Det tar ungefär en månad innan du ser resultatet av din fryshandling, och efter 90 dagar har du nått det slutgiltiga resultatet. Självt gjorde jag bara en behandling, men för att få ett riktigt bra resultat bör man nog göra den två eller tre gånger. Det bästa med den här behandlingen är att det är permanent. När en fettcell har dött så kommer den inte tillbaka.

Att få en del av min egen kropp nedfrysad till åtta minusgrader är en av de märkligaste upplevelser jag haft. Det var inte smärtsamt alls – bara en liten, men obetydlig stickande känsla. Partiet på magen, som jag ville förminska, täcktes med ett munstycke och en vakuumsug sög in min "överskottsmage". Magen som sugits in i munstycket frystes ned till rätt temperatur, och i en timme låg min mage i denna frysmaskin. När terapeuten sedan lossade på munstycket hade jag en cirka tio centimeter bred och tre centimeter tjock, fryst klump på min mage. Jag fick känna med fingrarna på min frysta mage, en överklig och skrämmande känsla där det frysta helt saknade känsel. Klumpen kändes precis som när man tar ut ett fryst köttstycke ur frysen – med den enda skillnaden att detta stycke satt fast på min kropp.

När terapeuten därefter masserade ut de frysta kristallerna över mitt magparti var det som en stor lättnad, och min frysta del av kroppen fick äntligen liv igen. Endast en rodnad och en svag avdomnad känsla fanns kvar av det frysta köttblocket efter massagen. Före behandlingen blev jag varnad om att man kunde känna en viss smärta och få blåmärken på det behandlade området, men jag fick varken märken eller smärta. Känseln var dock lite nedsatt i cirka en månad efter behandlingen.

Eftersom jag inte hade en jättestor mage innan själva behandlingen var det svårt att avgöra om magen blivit mindre. Men före- och efterbilderna talade sitt tydliga språk och efter 90 dagar visade måttbandet två centimeter mindre runt magen, och en minskning av vävnadsfett på en centimeter. Så, att det fungerar att frysa bort fett är jag övertygad om. Och vill man få bort fett på de ställen där det är näst intill omöjligt med bara träning och kost, är detta definitivt ett alternativ som fungerar. Trots superbra resultat kommer jag nog hålla mig till normala kroppstemperaturer framöver. Att frysa ned sig själv var en alldeles för onaturlig upplevelse.



Proshock Ice är en maskin som jobbar både med vakuum och frysteknik.

Nya för våren är Cellulinov, 1610 kr, Sisley, som fokuserar på att motverka apelsinhud och Body Sculpter, 465 kr, Biotherm, som med sin gelkonsistens gör sig perfekt för boostande massage.

