

# Piękna cera? Pisz na forum

[Red.media](#) > [Redakcja](#) > [Portfolio](#) > Piękna cera? Pisz na forum

Forum Gazety.pl o urodzie zmieniło się dzięki jej aktywności. Zaczęła na nim gościć rzeczowa dyskusja, fachowe terminy i wymiana wiedzy z dziedziny dermatologii, kosmetyologii, chemii. Wątek z pytaniami do niej jest przyszpilony na górze i liczy ponad 900 wpisów. Udziela również porad e-mailowych. Nie wdaje się w forumowe pyskówki, jej wpisy są precyzyjne, a pytania i odpowiedzi – szczegółowe.

Anna Jurgielaniec ukończyła Collegium Medicum w Bydgoszczy. Jest właścicielką Gabinetu Kosmetyologii „Geranium” w Koszalinie. Pisze artykuły, współpracuje z licznymi portalami jako ekspert do spraw kosmetyologii. Bezlitośnie odziera ze złudzeń kobiety, które wierzą, że drogi, reklamowany krem zlikwiduje ich zmarszczki. Wskazuje jednocześnie, co ma realny wpływ na cerę i na czym warto się skupić w pielęgnacji urody. Czytelniczki, które dotąd swoją wiedzę o kosmetyce opierały na reklamach i lekturze kolorowych pisemek, bywają bardzo zaskoczone. Mnóstwo jej internetowych znajomych żałuje, że do Koszalina mają tak daleko. Okazuje się jednak, że można wiele poprawić nawet na odległość. Obsmiewany doktor Google potrafi być skuteczny – pod warunkiem, że trafimy na eksperta.

## Rozmowa z kosmologiem Anną Jurgielaniec

### Dlaczego tak wiele dorosłych kobiet ma problemy z cerą typowe dla nastolatek?

Przyjęło się, że jeśli trądzik, to tylko młodzieńczy. Trądzik pospolity, bo o nim mowa, może występować w każdym wieku. Fakt, częściej u młodych osób, ale jest też bardzo duża część młodzieży, której ten problem nie dotyka. Nie wiek jest wyznacznikiem, ale duża liczba innych czynników. Część tych problemów wynika z łatwego dostępu do świata kosmetyków i zabiegów. Kobiety są zasypywane natłokiem informacji na ten temat. Czują się zagubione i nie wiedzą, co wybrać, a presja na dobry wygląd jest ogromna. Dlatego wybierają zwykle nieodpowiednie dla siebie specyfiki. Jak to tłumaczą? Bo ekspedientka poleciła, koleżanka zachwalała, opakowanie było ładne, dostałam w prezencie, była promocja, zapach mi odpowiadał i wiele innych w ogóle nie mających znaczenia powodów. Mimo tego że trądzik pospolity to domena młodych ludzi, wygląda on bardzo podobnie jak u dorosłych kobiet. W ich przypadku jednak duży procent przyczyn stanowi nieodpowiednia pielęgnacja. Jej zmiana powoduje zwykle znaczną poprawę. Wpływ na cerę mają również zaburzenia hormonalne, które są coraz częstsze u kobiet po 30. roku życia. Prócz tego ogromne znaczenie w rozwoju trądziku ma stres i sposób odżywiania. Te dwa ostatnie czynniki często nie są w ogóle brane pod uwagę, a dotyczą coraz większej liczby kobiet. Oprócz tego negatywnie działa również brak umiejętności radzenia sobie z emocjami i brak ruchu. Czasami, by sobie pomóc w kwestii jednego problemu, należy zająć się sobą kompleksowo. Tylko takie podejście przyniesie trwałe zmiany.

### Na co przeznaczyć pieniądze, gdy mamy ograniczone fundusze? Zabiegi, kremy, dobra żywność? Jeśli kosmetyki, to jakiego typu – oczyszczające, na noc, z filtrami?

Wszystko zależy od problemów, z jakimi się borykamy. Każdy będzie wymagał innej opieki. Generalnie jest tak, że im mniej możemy przeznaczyć na leczenie lub pielęgnację, tym mniej możemy mieć wymagań co do komfortu jej stosowania. Czyli może być na przykład tak, że nie lubimy formy żelowej, a jedyny w tym przedziale cenowym specyfik odpowiedni dla naszej skóry ma właśnie taką konsystencję. Tańsze środki są bardziej drażniące, mają mniej sprzyjające konsystencje i zapachy. Ale nie znaczy to, że jeśli pieniędzy mamy mniej, to w ogóle nie będzie efektów. Z doświadczenia mogę powiedzieć, że najbardziej kosztowna jest skóra trądzikowa (czas leczenia i terapii podtrzymującej trwa długo), skóra wrażliwa, naczyniowa i z przebarwieniami. Najtańsza w pielęgnacji jest skóra sucha, tusta, skóra ze zmarszczkami. Co wybrać? Dobra jakościowo zdrowa żywność to podstawa zdrowia ciała i ducha, tak więc to właśnie ona powinna być na pierwszym miejscu. Taka

[Red.media](#)

[Kontakt](#)

[Kategorie](#)

[Redakcja](#)

[Program telewizyjny](#)

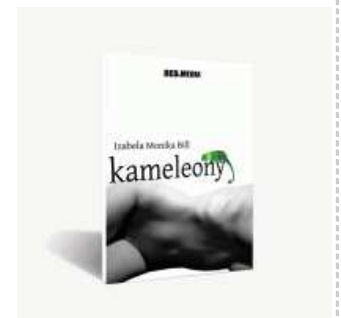
[Wydawnictwo](#)

[Linki](#)

[zdjęcia: Agata Łaszcz](#)

Search

**POLECAMY**



Właśnie ukazała się pierwsza wydana przez nas książka – tomik poezji erotycznej „Kameleony”.

żywność nie jest bardzo kosztowna. Ważniejsze jest wybieranie świadomie tego, co dobre dla zdrowia. Należy unikać konserwantów, żywności przetworzonej, kiełbas, salami, pasztetów i podrobów, ryb słodkowodnych, owocowych przetworów mlecznych (są dosładzane), śmietany, tłustych serów, lodów, cukru i wszelkiego rodzaju słodczy. Bardzo często producenci do słodzenia wybierają tani i szkodliwy syrop glukozowo-fruktozowy. Najlepiej jeść warzywa, bez ograniczeń, zwłaszcza na surowo. Ograniczać owoce – większość z nich ma dużą zawartość cukrów. Unikać pszennego, białego pieczywa. Wskazane są gruboziarniste kasze (gryczana, pęczak), ryż basmati i razowy, makaron durum. Ważne jest, by tego typu produkty gotować zawsze al dente. Jeśli chodzi o kremy, ważny jest ich odpowiedni dobór. Jeśli ktoś stoi przed dylematem „kupić, ale nie wiem co, czy nie kupować wcale?” – to lepiej nie kupować. Często zły kosmetyk przynosi więcej szkody niż pożytku. Dlatego tak ważne jest trafienie na kompetentne osoby, pracujące w branży kosmetycznej i dermatologicznej, które chcą i potrafią zająć się nami kompleksowo. Dobre zabiegi są warte uwagi, ale nie da się powiedzieć jednoznacznie, czy lepsze niż kremy. Wszystko zależy od oczekiwań. Jeśli kosmetyki, to najważniejsze są dobrej jakości kremy z filtrem, antyoksydanty, środki nawilżające, łagodne środki do mycia i środki złuszczające, np. kwasy i retinoidy.

### **Co z manualnym oczyszczaniem twarzy u kosmetyczki i samodzielnym wyduszaniem zaskórników? Czy pewne nawyki mogą mieć równie duży wpływ na cerę jak kosmetyki?**

Manualne oczyszczanie twarzy, zarówno domowe, jak i gabinetowe do niczego dobrego nie prowadzi. Wyciskanie i czyszczenie skóry z zaskórników uszkadza i poszerza ujście gruczołów łojowych, dając w efekcie obraz szeroko otwartych, ziejących porów. Lepszym rozwiązaniem są metody lecznicze skierowane na złuszczenie skóry, działanie przeciwbakteryjne i przeciwzapalne. Nieodpowiednie traktowanie skóry będące nawykami to coś znacznie gorszego niż źle dobrane kosmetyki. Kosmetyki łatwo zmienić i wprowadzić nowe, a walka z nawykami do łatwych nie należy.

### **Wątek z pytaniami do Ciebie na popularnym forum o urodzie ma ponad 900 wpisów. Jak osiągnęłaś taką popularność?**

Użytkownicy tego forum wielokrotnie informowali mnie, że darzą mnie zaufaniem. Jestem wyrozumiała i cierpliwa, staram się dawać moim klientom i czytelnikom poczucie bezpieczeństwa. Im więcej prawdy i szczegółów na swój temat powiedzą, tym lepiej mogę im pomóc. Największym sukcesem dla mnie jest, kiedy klient mówi: „Miała pani rację, warto było”. Myślę, że to wynik tego, że praca jest dla mnie pasją. Poświęcam dużo czasu swoim klientom. Priorytetem jest dla mnie rzetelna wiedza.

### **Czy czujesz się w pewnym sensie rewolucjonistką, wyznaczającą nowy sposób myślenia o urodzie? Czy taka rewolucja jest potrzebna?**

Rewolucjonistka – to chyba słowo o zbyt dużym znaczeniu. Czuję jednak, że moja filozofia pracy jest inna niż ta, którą się na co dzień spotyka. Traktuję klienta kompleksowo, przekazuję mu opiekę na wysokim poziomie. Jakość obsługi jest dla mnie bardzo ważna. Interesują mnie detale. Jeśli tą inność nazwiemy rewolucją, to tak – jest ona potrzebna. Na pewno znaczące jest to, że wykracza poza ramy szablonowego i spopularyzowanego myślenia na temat pielęgnacji i leczenia.

### **Czy nie masz wrażenia, że jesteście oszukiwane przez przekaz medialny? Nie mam na myśli wyłącznie reklam, ale do rzetelnej wiedzy dotyczącej dbania o urodę trudno dotrzeć, mimo istnienia Googla i wielu gabinetów kosmetycznych i dermatologicznych wokół nas.**

W jakiś sposób na pewno. Myślę, że to jeden ze sposobów przemysłu na to, by dobrze sprzedać swoje produkty. Zresztą w innych branżach jest podobnie. Nie zawsze celem jest dobro klienta. Firmy produkujące kosmetyki czchają na niewiedzę potencjalnej klientki, obiecując nierealne efekty.

### **Czy twoim zdaniem kobiety interesują się tak naprawdę, dogłębnie swoją urodą, czy raczej szukają doraźnej pomocy?**

Większość klientów oczekuje czegoś, co zadziała od razu. Szukają cudownego środka, który pomoże na długo i usunie ich problemy raz na zawsze. Chcą wielkich zmian, mają duże oczekiwania, najlepiej za niewielkie pieniądze i małym kosztem starań. Wiele osób żyje w przeświadczeniu, że to wszystko jest możliwe. Dlaczego? Bo reklamy nas tego uczą. Chcę uświadamiać klientów, co mogą osiągnąć, co jest realne i możliwe do zrobienia, od czego to zależy. Gdy uda mi się to im wyjaśnić, wtedy już wszystko zależy od osobowości człowieka. Im więcej usłyszy prawdy, tym jest bardziej cierpliwy i spokojny. Proces leczenia przebiega wtedy zupełnie inaczej. Bywają też klienci, zwłaszcza kobiety, które rzeczywiście wiedzą, co robią, po co i dlaczego. Mają świadomość tego, że jeśli chcemy trwałych efektów, możemy je osiągnąć tylko ciężką pracą. Szukają tej wiedzy w fachowych czasopiśmie, w Internecie, na forach internetowych, zadają pytania osobom z branży. Z takim

klientem praca jest równie przyjemna, jak z tym, który nie ma zielonego pojęcia o metodach pielęgnacji skóry i chce się tego dowiedzieć.

Więcej o Annie Jurgielaniec:

[www.geranium.koszalin.pl](http://www.geranium.koszalin.pl)

[www.kosmetologonline.pl](http://www.kosmetologonline.pl)

Tweetnij < 0

Like 4

0

Share

## One Response



Dorota says:

10 marca 2013 at 16:31

Od ponad roku jestem pacjentką Pani Anny Jurgielaniec. Etyczny fachowiec – którego cenię za kompleksową, fachową i opartą na rzetelnej wiedzy opiekę. Efekty współpracy odczuwam na „własnej skórze” i we własnym portfelu. Dobro pacjenta w każdym wymiarze – to potwierdzona przeze mnie dewiza Pani A. Jurgielaniec. Pod „okiem” Pani Anny mogę bez lęku „pięknie dojrzewać”! Dziękuję i pozdrawiam.

[Odpowiedz](#)

## Dodaj komentarz

Podpis \*

E-mail \*

Witryna internetowa

– cztery = 1

Comment

[Opublikuj komentarz](#)

Red.media

Wydawnictwo

Program telewizyjny

Redakcja

[REaD.ME](#)