



„Wykorzystuję tylko sprawdzone procedury i zabiegi”

Autor: Andrzej Mielcarek | Fotograf: Izabela Bobrowicz

Rozmowa z Agatą Zejfer, koszalińską kosmologką, która stworzyła autorski model pracy oparty o wartości, które ceni – harmonię, rozwój, samoświadomość.

- W swej kosmologicznej pracy poszła pani własną drogą, wydaje się, że odmienną niż większość gabinetów. Na czym ona polega?

- Podstawowa zasada w mojej pracy to „praca na przyczynach”, czyli docieranie do źródeł skórnych problemów pacjentów oraz świadomość, że kosmologia to nie tylko obszar urody, lecz przede wszystkim zdrowia. Trafia do mnie dużo osób z trądzikiem albo przebarwieniami, które w innych miejscach odbijają się od ściany, bo kolejne zabiegi nie przynoszą trwałej pożądanej zmiany. W trakcie wywiadu często okazuje się, że nie miały wykonanych potrzebnych badań. U pacjentów z trądzikiem konieczne trzeba sprawdzić gospodarkę hormonalną. Z przebarwieniami to samo. Ogromne znaczenie dla stanu skóry mają zaburzenia jelitowe. Rozpoznanie sytuacji zdrowotnej powinno być punktem wyjścia do dalszego działania. Nie ma sensu wykonywać zabiegów, jeśli nie została określona i usunięta – o ile się da – przyczyna zmian skórnych.

- W kosmologii co rusz pojawiają się nowości. Jaki ma pani do nich stosunek?

- Od samego początku samodzielnej działalności wykorzystuję tylko sprawdzone procedury i zabiegi. Nie mam odruchu, że kiedy wchodzi na rynek jakaś nowość sprzętowa, to muszę ją mieć, bo to najczęściej jest tylko marketing. Ufam bardzo naukowej części kosmologii: co udowodniono, że działa, to stosuję. Co nie znaczy, że nie śledzę nowinek. Wprowadziłam w tym roku w moim gabinecie bardzo dokładne badanie skóry wykonywane za pomocą aparatu Observ 520x. Klientka po badaniu dostaje obszerny raport z opisem, co się dzieje z jej skórą. To jest bardzo pomocne narzędzie, które zmieniło moją pracę, bo gwarantuje precyzyjną ocenę sytuacji.

- Wyraźnie widać, że stawia pani na wiedzę, ukończyła pani studia kosmologiczne na Uniwersytecie Medycznym w Poznaniu oraz studia psychologiczne w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Sopocie, otworzyła pani przewód doktorski...

- Wiedza to fundament. Połączona z doświadczeniem zdobywanym w praktyce buduje naszą kompetencję. W każdej dziedzinie, nie tylko w kosmologii. Nie wyobrażam sobie, bym mogła działać inaczej.

- W tym roku wydała pani w renomowanym wydawnictwie - Państwowym Zakładzie Wydawnictw Lekarskich - książkę zatytułowaną „Kompleksowa terapia problemów skórnych”. Do kogo jest ona skierowana?

- Napisałam ją z myślą o profesjonalistach. Pokazuję w niej zależność między wyglądem i zdrowiem skóry a ogólnym stanem psychofizycznym człowieka. Jestem zwolenniczką podejścia holistycznego, które pozwala spojrzeć na problemy skórne z szerszej perspektywy i stworzyć od podstaw kompleksową terapię kosmologiczną. Uważam, że w swojej pracy kosmolog powinien wykorzystywać wiedzę z zakresu psychologii, medycyny, chemii, biochemii

i wielu innych dziedzin, ale także umiejętnie współpracować z lekarzami różnych specjalności.

- Wiem, że w przygotowaniu jest kolejna publikacja.

- Rzeczywiście, na przyszły rok mam zakontraktowaną drugą publikację. Odnalazłam się w naukowej części kosmologii. Na co dzień prowadzę również szkolenia dla profesjonalistów.

- Działają pani w sferze szkoleniowej, ale cały czas również praktykuje w gabinecie?

- Oczywiście. To co przekazuję podczas szkoleń wyrasta z mojego doświadczenia w pracy w gabinecie. Pracuję w sposób holistyczny i to ten sam kierunek pracy przekazuję podczas szkoleń. Dla mnie holistyczna praca rozpoczyna się od szczegółowego wywiadu - konsultacji, podczas której dopytuje klienta o sposób funkcjonowania na co dzień, dietę, aktywność fizyczną, radzenie sobie ze stresem. Ważną częścią pierwszej wizyty jest zapoznanie się z wynikami badań. Przed rozpoczęciem terapii muszę wiedzieć, w jakiej kondycji jest zdrowie pacjenta, na jakie działania możemy sobie pozwolić, a z czego należy zrezygnować. Jestem osobą wymagającą, wierzę, że taki model pracy przynosi największą korzyść dla obu stron. Czasami potrafię w ogóle zrezygnować z terapii, jeśli klient nie współpracuje. Odbywamy drugie, trzecie spotkanie, a klientka na przykład nie wprowadza pielęgnacji domowej. Kolejne spotkania byłyby w takiej sytuacji tylko stratą czasu, a dla niej również pieniędzy.

- Wróć jeszcze do wątku nietypowej drogi, na którą się pani zdecydowała. Inne gabinety w miarę zdobywania popularności raczej rozbudowują zespół, a u pani tego nie widać.

- U mnie model oparty na zespole się nie sprawdził. Wchodziłam wtedy w rolę przedsiębiorcy: szefa i zarządcy. Nie mogłam się skupić na klientce, bo myślałam bardziej o pracownikach, zobowiązaniach, podatkach. Będąc przedsiębiorcą, trudno mieć empatyczne podejście do klienta - a ono jest dla mnie ważne. Swobodę finansową daje mi działalność naukowa. Nie mam parcia, że muszę robić promocje i przyciągać wciąż nowych klientów.

Moim zdaniem bardzo często za reklamą zogniskowaną na wyposażeniu gabinetu nie idzie jakość usług, a raczej powierzchowne podejście, bo konsultacje trwają kilka minut, na zabieg jest ściśle wliczony czas, nie ma zindywidualizowanych zaleceń pielęgnacji domowej. Chcę być dobrze zrozumiana: tak się dzieje nie tylko w Koszalinie. Ja wolę inne podejście.

- Po raz drugi użyła Pani stwierdzenia: pielęgnacja domowa. Uściślijmy, co to znaczy?

- Można to objaśnić na przykładzie trądziku. Kosmetyki stosowane w domu powinny odpowiadać na potrzeby skóry. W przypadku trądziku będzie to działanie przeciwzapalne, antybakteryjne, sebo-regulujące, które można osiągnąć z pomocą: kwasu salicylowego, kwasu migdałowego, azelainowego,



retinoidów. Pielęgnacja domowa jest niejako przedłużeniem pozytywnych skutków zabiegu a czasem, kiedy na przykład celem jest odbudowa naturalnej bariery ochronnej skóry, po pewnym czasie zabieg okazuje się w ogóle zbędny.

- Czyli właściwie proces terapeutyczny odbywa się w domu, poza gabinetem?

- Dlatego zawsze mówię o tym, że to jest terapia. Bo klient, który do mnie się zgłasza, zanim jeszcze przyjdzie do gabinetu, musi wykonać badania, będące wstępem do oceny stanu zdrowia. Jeśli ktoś ma anemię, nadczynność lub niedoczynność tarczycy, inne zaburzenia, to one w dużym stopniu wpływają na skórę. Podejmowanie przy anemii niektórych zabiegów jak mikronakłuwanie, średnio głębokie czy głębokie peelingi chemiczne, może generować stany zapalne. Taka skóra będzie się bardzo długo goiła, a efekt okaże się odwrotny do oczekiwanego. Tkanka nie jest w stanie się zregenerować. Dlatego najpierw zajmujemy się organizmem. Czasem konsultacja kończy się wystaniem kogoś do innego specjalisty, najczęściej ginekologa albo endokrynologa. Dlatego dla mnie ważny jest szeroki wywiad: co to są za zmiany i od kiedy są zauważalne? Jak człowiek funkcjonuje, jak śpi, jaka jest jego dieta? A kiedy są uchybienia w zdrowym stylu życia, to z czego one wynikają: czy to brak chęci, czy brak wiedzy? Taka konsultacja trwa godzinę, czasem półtorej godziny. Później robimy badanie skóry za pomocą wspomnianego urządzenia Observ 520x. Badanie pozwala określić rodzaj i głębokość zmian skórnych - umiejscowienie przebarwień, aktywność sebocytów, kondycję bariery naskórkowej i inne.

- Na jakiej zasadzie działa ten aparat? W jaki sposób jest w stanie zanalizować głębsze warstwy skóry?

- Zastosowanie w nim mają wiązki światła. Wykorzystujemy to, że różne chromofory inaczej świecą, inaczej świeci melanina, inaczej świecą naczynia krwionośne. Dzięki temu wiemy, gdzie coś jest zlokalizowane i jak mocno nasilone. Na przykładzie

trądziku: trądziki są różne, bo można mieć stan zapalny, ale bez komponentu bakteryjnego. I to może pokazać wspomniane urządzenie - że mamy stan zapalny, bez świecenia metabolitów bakterii. W przypadku takiego klienta, nie ma potrzeby wdrażania leczenia przeciwbakteryjnego. U niego trzeba wprowadzić kosmetyki przeciwzapalne, antyoksydacyjne, budujące naturalną barierę ochronną.

- Taki sposób postępowania z cerą trądzikową jest alternatywą dla Izoteku, leku będącego pochodną witaminy A, mocno obciążającego organizm?

- Mam dużo klientek, które stosowały Izotek. Są to osoby, które skutki uboczne odczuwają do dnia dzisiejszego, często mają bóle stawowe, problemy z kręgosłupem. Nie jestem przeciwniczką takiego leczenia, ale w praktyce w Polsce jest niewielu lekarzy, którzy współpracują z kosmetologami i ma to negatywne konsekwencje dla klienta. Klient otrzymuje tylko lek, nie ma informacji o suplementacji, diecie, pielęgnacji domowej.

- Działań ubocznych może być dużo, ale podobno dosyć szybko pojawia się oczekiwany efekt.

- To pytanie do nas, czego chcemy. Bo efekt nie jest najczęściej długoterminowy, z reguły utrzymuje się rok. A przyjmowanie po raz kolejny Izoteku oznacza jeszcze poważniejsze skutki uboczne, problemy z zajściem w ciążę. To nie jest lek, który można brać nieustannie lub do niego powracać. Im szybciej rozpoczęta jest kompleksowa terapia kosmetyczna, tym szybciej będą efekty. Nie ma co odkładać tego w czasie. Nie radzę sobie z trądzikiem, terapia domowa nie pomaga, to trzeba dojść, co jest tego przyczyną i albo usunąć przyczynę, albo - kiedy znaczenie ma komponenta genetyczna - ograniczyć ją do minimum, zmienić styl życia, żeby stał się inny niż naszych rodziców. To działanie małymi krokami, systematyczna pielęgnacja. Ja w tym procesie chętnie wspieram moich klientów, bo wierzę, że da to lepsze efekty niż drastyczna ingerencja farmakologiczna.