

ЮЛИЯНА ДОНЧЕВА

КОД
„ЧЕРВЕНО“

БЮТОКС В УМА

ЕГМОНТ

ЕГМОНТ

Всички права запазени.

Нито книгата като цяло, нито части от нея могат да бъдат възпроизвеждани под каквато и да е форма.

Copyright © 2018 Юлияна Дончева

Редактор Радка Бояджиева
Коректор Таня Симеонова
Консултант доц. д-р Росица Николова
Снимки Иван Коловос

Издава „Егмонт България“ ЕАД
1142 София, ул. „Фритъф Нансен“ 9
www.egmontbulgaria.com

Отпечатано в „Инвестпрес“ АД, София, 2018
Тираж: 5000 бр.
ISBN 978-954-27-2191-8

*Посвещавам на моя баща, който ме научи
да търся истината и да ѝ давам гласност!*

ПРЕДГОВОР

Излюбената красота

Всеки от нас може би си има някоя любима фраза, мисъл на велик човек или по пионерски вдъхновяващ девиз, който да го мотивира в по-специалните житейски моменти.

Но такива кратки изразни форми на моментно прозрение или мъдрост невинаги се разчитат правилно. Понякога може да бъдат толкова повърхностно разтълкувани, че да се превърнат в досадни клишета. Веднага се сещам за любимия на някои млади дами цитат, изричан под път и над път – „Красотата ще спаси света!“.

Великият Достоевски едва ли е предполагал колко елементарно ще бъдат разбрани тези негови думи и колко неуместно ще бъдат използвани.

Днес, ентузиазирани от идеята за спасителната си мисия, много жени са готови на драстични промени във външния вид само за да попаднат в графата красиви. А и това, оказва се, вече не е толкова трудно с модерните техники за разхубавяване и подмладяване. Чрез тях и най-семплата визия може да се превърне в ефективна, а позавехналият от годините вид – значително да се освежи.

Вече е въпрос на лично желание – и разбира се, на достатъчно

средства – да се реши каква точно да бъде промяната. Дали се налага моделиране на носа, устните или скулите, или пък удължаване и уплътняване на косите, а може и поставяне на импланти там, където е нужно. Всичко зависи от това, каква точно визия се търси.

Ако пък се чувстваме депресирани от все по-видимите следи на времето, то с подходящите процедури, пластики и грим лесно могат да бъдат стопени няколко години.

И във всичко това нямаше да има нищо смуцаващо, ако днешните фабрики за красота не бълваха клиширани образи. Те сякаш работят по зададен шаблон, очертан от псевдокритерии. Новите визии отговарят на изискванията на онези жени, които много искат да приличат на някоя друга, задължително известна и много успешна дама. Следвайки такива стандарти или просто някаква мода, новите лица понякога може да са дори перфектни, но някак еднакви и скучни.

Така в налагането на модерната визия май се оказва, че губим автентичната красота. Онази, която е хармонична, спокойна и мъдра. И винаги много различна...

Днешния ѝ изкривен образ някак съвсем безразсъдно поверихме на скалпела, химикалите и атрактивните гримове.

Истина е, че съвременните разбирания налагат нова концепция за красота. Но дали изкуствената ѝ версия, наложена от медийни стереотипи, ако не по-грозна, е поне странна и доста фалшива?

Днес по-често от всякога си задаваме подобни въпроси, защото сме раздвоени между носталгията по отиващата си класика и красотата, която е дело на скалпела, химикалите и професионалният грим. Все по-малко вярваме, че младежкият вид на кожата, отразяваща свежест и светлина, е по-красив от гладкото, подпълнено с филъри, напластено с гримове и издърпано на всяка цена лице. Вече е все по-трудно да се чувстваме спокойни и уверени в себе си, защото сами не знаем как точно искаме да изглеждаме – дали да сме натурални и напълно естествени, или да приемем, че успехът ни е пропорционално зависим от броя на пластичните интервенции и количеството на ботокса и грима.

Мисля си, че вина за тази несигурност имат както безбройните снимки от поредицата „преди и сега“, така и обработените с фотошоп образи, изскачащи безмилостно отвсякъде. Те създават измамно усещане, че едва ли не всичко зависи от избора на правилния хирург и професионален гримьор, които да доизкусурят образа и да го превърнат в успешен.

Но всичко ли е толкова ясно и просто? Знаем ли каква точно е тъмната страна, скрита зад изкуствения блясък на излъсканата от химикалите визия? В пътя към желания образ готови ли сме за неуспешните опити, несполучливите резултати или неочакваните странични ефекти? Замисляме ли се някога, че в стремежа си да бъдем перфектни и да запазим тялото и лицето си по-дълго свежи и млади, ползваме все повече синтетика, която съвсем не е безобидна. Дори и не предполагахме какво точно слагаме върху себе си и какви може да са дългосрочните рискове от това.

Въпросите, които и аз като много жени си задавам през годините, нямат еднозначни отговори. Но си струва да поговорим за всичко това. Тук и сега. Трябва да сме наясно, че цялата индустрия, която работи за промяна на визията, за поддържането на кожата и косата в блестящ вид, всъщност крие недотам светла история. Те някак остават встрани от нашия поглед като тайни, за които никой не иска да знае.

Стремежът към по-дълга младост също не е извинение за безразсъдно ползване на всякакви средства. Той не включва задължително прекаляване със силикон и пълнители, не се нуждае и от парализа с ботулин. Нито пък от все по-агресивната химия, която навлиза отвсякъде в нашето тяло. Желанието за младост е нещо много различно – да живееш в хармония със себе си, в умереност, в свободно движение и здравословни емоции.

Бръчките не трябва да плашат, а да бъдат приети спокойно, защото разкриват истински чувства и личност.

А и да не забравяме – красотата не е вълнуваща, ако замразим лицето си с ботокс. Тя е истинска само когато е жива...

БОТОКС

Ровя си нещо в интернет, като се старая да избягвам заглавия, започващи с думите ШОК, УЖАС, СТАВА СТРАШНО, защото ги възприемам като вербални терористи, които насила отвличат вниманието ми в нежелана посока. В момента искам да се настроя на позитивна вълна и имам нужда не от стрес, а от нещо, което да повдигне духа и самочувствието ми. Нещо от рода на това, че най-после е открита тайната за вечната младост, или поне признанието, че 50-годишните вече ги възприемат като новите 30 например.

Не че съм толкова наивна, за да вярвам в подобни евтини измишльотини, но понякога и зад най-несериозните заглавия може да се открие нещо ако не полезно, то поне забавно. Като това, че някаква американка толкова се вманиачила в идеята за подмладяване с ледена терапия, че започнала да спи в хладилника. Веднага се опитвам да си представя колко голям е нейният хладилник и дали ще мога да се побера довечера в нашия, но финалът на статията идва достатъчно бързо, за да ме предпази от подобна лудост. Ако искаме да имаме младежки вид, трябвало да слагаме билкови ледчета по лицето, защото те изтривали следите на времето като с парцал – разкриват великата тайна на младостта авторите на този материал.

По-наивно и несериозно заключение едва ли мога да си пред-

ставя! Но това не спира упорството, с което продължавам да се гмуркам в безкрайното море от всякакви полезни (и не толкова) съвети за подмладяване. Усърдно като атлет прескачам безбройните опити с клониране на мишки и възпроизвеждането на стволови клетки, за които се твърди, че давали шокиращи (пак този шок!) резултати и надежди. Подобна информация може и да е интересна за най-младите, но мен лично не ме ентусиазира достатъчно. Перспективата ми се струва прекалено далечна и доста мъглява. А нямам никакво време за чакане.

Имам спешна нужда от нещо вече изпитано, доказано и ефектно.

На помощ идват фотографиите на холивудски знаменитости на средна възраст с опънати чела и замръзнали физиономии, все едно са снимали не тях, а восъчните им фигури в Музея на Мадам Тюсо. Нямам никакво съмнение за процедурата, на която са се подложили тези любими мои звезди, за да изглеждат толкова безизразни и бледи: ботокс и пак ботокс.

Обхваща ме леко колебание – дали да си губя времето с по-редната статия за него, или да премина бързо през новината като трамвай през ромска махала. Не харесвам ботокса и въобще не разчитам на неговите възможности, но любопитството ми все пак надделява най-вече заради заглавието: *Ботокс: най-замразените лица на Холивуд**.

От статията разбирам, че дори и ботоксът вече си има свои празници. В „чест“ на юбилейна годишнина от датата, на която е поставена първата инжекция, известният пластичен хирург доктор Антъни Йон коментира онези световноизвестни личности, които са най-пристрастени към този продукт. Първа в класацията, разбира се, е не някой друг, а риалити звездата Ким Кардашян. Тя още на 30-годишна възраст стартирала смело с първата процедура. За нея д-р Йон коментира:

Някои звезди започват лечението рано, надявайки се да предотвратят появата на бръчки, но така те

* Shape Magazine.

рискуват да ограбят от лицето си изразяването на естествените емоции.

Леко архаично ми се струва това заключение. Та коя голяма звезда вече мисли за емоции, а не за личния си рейтинг? Нали зрителите на нейното предаване видяха, че Кардашиян получи инжекциите за поредната си ботокс процедура директно пред камерите на телевизионното предаване. Какво по-важно и интересно от такова шоу? Някак не разбирам притеснението на д-р Йон, че „едва“ на 30 години Кардашиян започнала да прилага въпросната процедура. Сигурна съм, че този авторитетен човек няма никаква идея каква е родната българска действителност, за да има повод за истинско удивление. Такива като Ким тук вече ги смятат не за закъснели, а направо за изпуснали влака. Доста наши млади дами устремно се втурват към тази процедура още когато са на 20, и то не по необходимост, а за „престиж“!

Да не говорим пък за безхаберията на някои родители, които с гордост и умиление подаряват първата инжекция ботокс за аби-туриентския бал на порасналото си момиченце. Правят го, без да се замислят, с идеята, че така животът ще потръгне успешно. И въобще не се съобразяват, че подобни прибързани процедури са абсолютно излишни, поне на този етап. Приложени върху младите дами, те се превръщат в цъкаща бомба, която неминуемо ще избухне след време.

Не знам доколко всички сме наясно с някои важни последствия от прилагането на ботокс. Блокираните мимики и безизразните лица са само началният ефект след неговото поставяне. Освен тях младите дами рискуват по-ранно повяхване и преждевременно състаряване, които стават видими след броени години. А и инжекции с ботокс не могат да се поставят безкрайно, поне по сегашния метод. Тук за малко ще ударя спирачка на предупрежденията за мрачното ботоксирано бъдеще, което очаква по-нетърпеливите млади момичета. Никак не ми се иска да заприличам на онези квартални жени(ци) от моето детство, които недоволно об-

съждаха всяко лудо младежко решение. Мисля, че съм достатъчно подкована теоретично относно подобни детайли за ботокса. Изучавала съм ги старателно, за да разясня за себе си какво точно е действието на този токсин, дали е илюзия, или реална алтернатива за постигане на младежки вид. Аргументите на специалистите обаче са много полярни, което продължава да ме разколебава.

Съсипаната визия е само една от сигурните перспективи, които се откриват пред нетърпеливите да набодат лицата си. Те могат да се сдобият и със здравен проблем като последица от непрофесионално извършена процедура – предупреждават известни дерматолози, което някак е в унисон и с личните ми усещания. Винаги съм се страхувала от последствията на която и да е процедура. И с право, защото не знам как точно се получава, но на мен все нещо ми се случва, дори и след най-елементарно убождане. По тази причина следя внимателно всяко предупреждение, за да не пропусна нещо наистина важно. Да видим какви са следващите съвети на специалистите...

Ако за поставянето на ботокс изберем някое квартално козметично салонче, а не кабинет на лекар дерматолог, има вероятност токсинът да бъде поставен не на точното място. А това може да доведе до непредвидими последствия. Освен начина на поставяне, качеството на продукта също е от голямо значение. Огромен риск за пациентите е поставянето на нелицензиран ботокс, който най-вероятно може да се окаже с азиатски произход – чета в поредната статия за ефекта от ботокс, в която се пояснява, че преди време в Щатите са осъдени около 160 лекари. Те използвали нерегистриран китайски токсин, който предизвикал тежки странични действия след употребата му. Има информация, че и в България съществува подобна практика някои центрове да ползват нелицензирани продукти. По-ниската им цена е примамлива опция за онези, които не се замислят особено върху евентуалните последствия. Лично аз одобрявам low cost тарифите само за самолетните полети. На ниски цени можеш да обиколиш света и да се порадваш на естествената му красота. Но когато става въпрос

за лична естетика, няма как да повярвам, че обезценената услуга с ботокс може да е достатъчно качествена.

Преди време имах две служителки във фирмата, които много държаха да са „в крак“ с модата на измамните визуални ефекти. Първо си сложиха всички възможни удължения – екстеншъни, изкуствени мигли, ноктопластика – и тогава доволни преминаха на второ ниво. То включваше поставянето на ботокс и пълнители на всички възможни места – скули, устни, около очите, в големи бръчки, в малки бръчки, въобще навсякъде, където може и не може. И тъй като инвестицията в подобни „разкрасителни“ процедури не е за подценяване, те търсеха само сериозни промоции по темата.

Така един ден се организираха да пътуват до друг град, където всичко било „на половин цена“. Никак не се изненадах от крайния резултат. Още на другата сутрин двете кандидат-хубавици се явиха на работа с изкривени лица и силно главоболие. Това наложи бързата им замяна с техни колеги. Промоцията явно е включвала некачествени продукти, които можеха да предизвикат още по-сериозни последици.

Ако все пак желанието за ботокс надделява над разумната преценка, специалистите предлагат така наречения растителен ботокс, който може да се използва и от млади момичета. Просто трябва да се доверим на компетентните хора, а не на съветите на близката ни приятелка например.

Увлечена в размишления за този толкова популярен токсин, май забравих за звездния списък с холивудски знаменитости на д-р Йон. Връщам се отново към него, защото идва ред на актрисата Джени Макарти.

Тя също признава в интервю, че за да запази младежкия си вид, поставяла в лицето си ботокс, и то прекалено често – на всеки два месеца. Въпреки че лекарите ѝ препоръчвали не повече от една процедура в рамките на 6 месеца.

Тази непредпазливост на известната дама доста ме изненадва, защото съветът на специалистите да се изчака до пълното

изчерпване на действието на ботокса не е случаен. Това е предпазна мярка срещу наслагването на продукта и неговото възможно предозиране. При неспазване на тази препоръка се получава т.нар. осъщен ефект – лицето се лишава от мимики и изражение, кожата става по-бледа и изглежда изкуствена.

Все пак експресивността е неизменна част от красотата и чара на едно лице. Когато то застине, не може да бъде естествено красиво или поне приятно. Това правило важи с особена сила за хората на изкуството, чиито лица трябва да показват вълнения, емоции, чувства, а не куха безизразност. Какво ли не прави желанието за младост – въздъхвам аз и се връщам отново към класацията на доктор Антъни Йон. Някъде надолу в нея срещам името на актрисата, която харесвам най-много – Никол Кидман.

Минаха години, докато актрисата се реши да признае, че използва (и то прекалено) ботокс, въпреки че това беше очевидно за всички – казва д-р Йон.

Пред списание People Никол Кидман най-после сподели, че е спряла да го използва и е благодарна за това (не разбрах на кого), че най-накрая отново може да раздвижи челото си.

Тук нямам какво да кажа, освен това, че никак не можех да възприема тази прекрасна актриса в периода ѝ на активно прилагане на ботокс. Надявам се повече да не се връща към него поне заради нас, зрителите...

След разобличаване на част от звездите, използвали прекомерно инжекции ботокс, минавам на по-сериозно четиво по темата: **Плюсове и минуси на ботулиновия токсин според дерматолог и пластичен хирург.** Зачитам внимателно статията, защото усещам, че приближава моментът за финалното ми решение. Ще се претраша ли най-после да си поставя заветната инжекция, или ще се откажа от нея завинаги?

От статията разбирам, че се води истинска война между лека-

рите, отричащи ботокса напълно, и онези, които го смятат за единственото съвременно безоперативно оръжие срещу бръчките.

Ботоксът е отрова и някои научни изследвания са наистина притеснителни – твърди д-р Антонино ди Пиетро от Милано, президент на Италианския институт за регенеративна пластична дерматология.

Следя от години дейността на този италиански лекар, който е автор и на няколко книги, една от които точно за ботокса. Знаем, че е изключително компетентен и на него се доверяват много шоу-звезди в Италия, така че мнението му е наистина ценно за мен.

Едно проучване върху мишки, проведено от Университета в Калгари (Канада), показва, че ботоксът може да доведе в дългосрочен план до странични ефекти дори в области на тялото, където не е поставян – алармира д-р Ди Пиетро.

В подкрепа на това твърдение искам да цитирам още едно изследване, ръководено от д-р Кристиане Г. Фрик от Масачузетската болница в Бостън. То показва, че и при плъховете, инжектирани с ботокс, се проявяват трайни ефекти не само върху инжектираните мускули, но и върху тия, които са далеч от третираното място.

Освен здравословните проблеми, които може да бъдат предизвикани от ботокс терапиите, ефектът от тях не е особено естетичен. Такова горе-долу е обобщеното мнение на онези лекари, които са противници на използването на токсина за подмладяващи процедури.

Нещо повече, д-р Ди Пиетро предупреждава, че съвсем скоро ботоксът ще се възприема като абсурден кич. Към него ще се отнасяме със същата насмешка, с каквато днес гледаме на модерните преди 50-ина години златни зъби и метални усмивки, смята той.

Това леко напомняне за онзи крайно срамен етап, през който мина световната мода и естетика, ме ободрява. Почти съм готова отново да обърна гръб на ботокса, но преди да взема окончателно решение, искам да вникна в аргументите и на другата страна. Трябва да изясня за себе си защо толкова упорито години наред избягвам срещата си отблизо с този най-популярен токсин на света. Може би заради факта, че не приветствам с особена радост идеята някой да инжектира в челото ми отрова, дори и тя да е в съвсем минимално количество!

И аз като всички, които се интересуват от този козметичен продукт, съм наясно, че ботоксът всъщност е пречистена форма на ботулиновия токсин. А той все още продължава да оглавява класацията за най-мощната отрова, позната на човечеството до днес. Според някои злокобни предположения, само 1 грам от него може да убие около 1 милион души, а някакви си 2-3 кг са достатъчни, за да изтрият от лицето на земята целия противоречив и капризен човешки род.

Затова съм и толкова подозрителна към страничните ефекти, предизвикани от процедурите с ботокс. Въпреки мрачната слава на ботулиновия токсин трябва да призная един факт. Само за няколко десетилетия той беше толкова успешно префасониран и рекламиран като медицински продукт, че успя да се превърне в истински козметичен гуру за милиони жени (а и мъже) по света, които имат проблем с външността си и своето самочувствие.

И това е така, защото дори и в съвсем малко количество ботоксът върши чудеса, по мнение както на специалистите, така и на милионите му потребители. Инжектиран в определени лицеви мускули, той блокира нервните сигнали в тях, което временно парализира, или по-точно, релаксира третирания участък. Вследствие на това определени мимически бръчки могат да бъдат оментени, намалени или дори премахнати, което си е направо сбъдната мечта за всеки, решил да пробва тази процедура.

Има, разбира се, и странични ефекти, за които се пише навсякъде, а предупреждението звучи горе-долу така:

Усложненията при терапията с ботокс са минимални и преходни. Непосредствено след апликацията може да се наблюдава усещане за тежест, разпъване, повишаване на температурата, главоболие, дразнене на стомаха. Но това е в рамките на нормалното и обикновено отшумява с резорбирането на разтвора (разбирай 6 месеца минимум!). Най-сериозното нежелано явление, което може да се получи при прилагане на токсина, е птоза на клепача – спадане на клепача и невъзможност окото да се отваря напълно. Клепача възвръща първоначалната си позиция чак след постепенното резорбиране на токсина.

И ако на това се казва минимално усложнение – да ходиш поне 20 дена с притворено око, значи определено имам склонност да драматизирам излишно. А може всъщност да се окаже доста забавно да придобиеш един веселяшки вид с око, което намига, или да имаш изражение на постоянно учуден от света човек.

Но щом е в името на по-младежкия вид, такива странични ефекти вече започват да ми изглеждат почти незначителни. Усещам, че недоверието ми се пропуква и съм на път да се предам пред магията на токсина. За да туширам и последните следи на безпокойство, ровя за разни статистически данни.

По официална информация само за 2015 г. близо 7 милиона души по целия свят са се подложили на тази процедура. Ще е израз на черногледство и тотален песимизъм, ако си мисля, че точно на мен ще се падне като бонус от тотото някакъв страничен ефект.

За да се поразведря малко и да повдигна изпадналото си някъде настроение, започвам да превъртам през главата си случки с познати и приятели, пробвали неведнъж тази процедура. Най-забавна ми се струва следващата много свежа история, която ми разказаха съвсем наскоро.

Една приятелска група от суетни мъже, сред които известен адвокат, бизнесмен, лекар и още няколко популярни светски персони, измислили оригинален начин за провеждане на групови подмладяващи процедури. Тайно, без никой да знае.

Понеже тези модерни мъже обичали да ходят за риба, решили, че могат прекрасно да съчетаят това свое хоби с някоя бърза и ефектна терапия. Най-подходяща за конкретната обстановка на крак се оказала възможността за поставяне на ботокс. А и в групата имало лекар, който с радост подкрепил тази блестяща идея.

И така, докато господата чакали рибата да клъвне стръвта, докторът минавал от човек на човек и професионално поставял на всеки инжекция с нужното количество ботокс. Препоръката да не се ляга и да не се спортува след процедурата идеално подходила на спокойствието, което предполага ловенето на риба.

След няколко часа всички се разотишли по домовете си хем релаксирани, хем подмладени.

Сещайки се за тази мила история, най-после забравям всичките си песимистични предчувствия, казвам си едно „да става каквото ще“ и записвам час при доверения ми дерматолог.

Сядам на стола изненадващо спокойна и следя внимателно всяко движение на доктора. Разрешавам само 2-3 убождания в гневната бръчка и ненадейно дори и за себе си заявявам, че спирам дотук. Искам да видя каква ще бъде реакцията на парализирания ми мускул. Чак след седмица ще преценя дали евентуално да продължа с процедурата до пълно туширане на всякакви мимически бръчки.

Предпочитам този по-премерен подход, за да изследвам ефекта и да намаля неприятните изненади. А ефект май нямаше ника-

къв, но дискомфорта усетих веднага. Дали от внушение, или заради бунт на вътрешната ми система срещу отровата – не знам, но получих всички възможни описани реакции по темата. Разминах се, разбира се, с падналия клепач и затвореното око, но затова пък веждите ми започнаха някак странно да потреперват като крила на уморена лястовичка. Определено не бях доволна от резултата на първата процедура. Леката тежест в челото ми отшумя след няколко дни, но настъпи сериозна промяна в цялостната мимика на лицето ми. Вече вместо да се мръщя естествено, вдигах веждите си нагоре учудено, а това си е пълна подмяна на посланията, които изпращам към другите. На всичко отгоре неадекватните ми мимически реакции задълбочиха хоризонталните бръчки. Резултатът – ботоксът изтри временно следите на гняв от челото ми, но то постепенно започна да заприличва на плисирано парче плат. Помислих, че си внушавам, но подобна посока на развитие на нещата специалистите са наблюдавали и при други ползватели на процедурата. Според д-р Дейвид Бекер от Медицински колеж „Уийл Корнел“ в Ню Йорк след поставяне на ботокс някои хора са склонни да пресъздадат несъзнателно други изражения на лицето.

В областта, където мускулите са парализирани от отровата, може да се получи така, че съседните мускули да се свиват по начин, с който да компенсират усилията. Това неминуемо води до генериране на нови бръчки – твърди доктор Бекер. – Феноменът засяга преди всичко областта между веждите, една от точките, в които процедурата се прилага най-често.

И накрая, дългосрочните ефекти на токсина остават неизвестни досега. Подходящо е да се каже: който доживее, ще види...

След 6 месеца мускулът между веждите ми възстанови своята активност, но челото ми вече се беше сдобило с нови хоризонтални бръчки. За да съм максимално коректна, трябва да призная,

че не при всички крайният резултат е такъв. Имам приятелка, на която ботоксът ѝ се отразява прекрасно. Това тяхното си е като взаимна любов, тя го обича и той ѝ отвръща подобаващо. Затова приятелката ми винаги му се доверява, щом наближи някое по-специално събитие. Заедно с избора на подходящата рокля тя прибавя към нея – точно като аксесоар – необходимото количество ботокс. Слага го там, където са по-откритите части от тялото. Винаги съм мислила, че ботоксът е процедура само за челото, но някои му осигуряват по-широко поле за изява. Какво казват дерматолозите по този въпрос:

Всички фирми, които произвеждат ботулинов токсин за естетичната медицина, са регистрирали този продукт само за употреба в пет точки на челото. Въпреки това той масово се поставя в „пачия крак“ около очите, около устата, в шията и деколтето. Това са действия „извън регистрация“, които лекари приемат на лична отговорност.

И за да не предизвиквам излишни рискове, оставям нещата засега така и започвам да търся нови възможности...

ЗА АВТОРА

Юлияна Дончева е телевизионен журналист, политик и бизнес дама. Завършва природо-математическата гимназия в родния си град Шумен, след това продължава образованието си в УАСГ, София. Юлияна е била дългогодишен водещ в италианската телевизия RAI2, както и в Българската национална телевизия. През 2001 г. става депутат в 39-то Народно събрание от парламентарната група на НДСВ. По-късно е заместник-председател на парламентарната група „Новото време“. След като излиза от политиката, се отдава на бизнес кариера.

Като майка на двама синове Юлияна от години се интересува от здравословното хранене и активния начин на живот. През 2017 година излиза първата ѝ книга КОД „ЧЕРВЕНО“: МОЯТА ИСТИНА ЗА ХРАНАТА.