

De longevity sisters



De kliniek POMME Aesthetics & Longevity van de artsenzussen Charlotte en Catherine van de Berg in Amsterdam-Zuid is de eerste in Nederland die aesthetics en longevity onder één dak verenigt. Ze benaderen hun cliënten als een geheel: vanbinnen én vanbuiten. Charlotte is cosmetisch arts, Catherine is hormoonexpert en zet zich in om longevity serieus op de kaart te zetten.

Als artsen zien wij vrouwen van alle leeftijden. Maar de vrouw van 40 of 55 behandelen we fundamenteel anders dan die van 25. De botoxbehandeling – en daarmee injectieplekken en doseringen – verschilt enorm tussen vrouwen van 30 en 40. Waar je op je 25ste nog wegkomt met een goede crème en voldoende water drinken, is op je 40ste aandacht nodig voor de kwaliteit van de huid. Dit doen wij door volumeverlies, rimpels en pigmentatie te behandelen. Daarvoor zijn er bewezen behandelingen met lasers en injectables. We kijken samen wat het beste past en hoe we de kwaliteit van de huid, en daarmee de versteviging en verfrissing, kunnen verbeteren. Ook de samenwerking tussen injectablebehandelingen en lasers is van onschatbare waarde.

Met prikken alleen krijg je de huid niet egaal. Daarom zijn lasers essentieel, want een gezonde huid is een egale huid. De BBL-laser voor pigment en huidkwaliteit, en Sofwave voor collageenstimulatie die tot zeven maanden na de behandeling versteviging en verstrakking laat zien. Daarnaast injecteerbare skinboosters, zoals Prophilos, die de huid van binnenuit hydrateren en structuur teruggeven. Hiermee herstel je het verlies aan collageen, dat door de overgang in een stroomversnelling komt.

Wij vragen vrouwen om goed te luisteren naar hun lichaam, want het vertelt veel. Vrouwen die moe zijn, aankomen zonder dat ze anders eten, slechter slapen of zich niet meer zichzelf voelen, rennen soms jaren door zonder stil te staan bij een belangrijk stukje zelfzorg. Gelukkig is er steeds meer bekend over vrouwenzorg. Een veranderende stofwisseling, een tekort aan vitamine D of B12 en verschuivende hormonen kunnen invloed hebben op hoe je je voelt én op hoe je eruitziet. Op het moment dat een vrouw zich weer zichzelf voelt, goed slaapt, lacht, romantiek opzoekt en sport, ontstaat waar wij naar streven: where inner balance meets outer balance.

De behandeling stopt dus niet bij het verminderen van rimpels; het gaat óók om hoe iemand zich voelt. Als je dat negeert en alleen de buitenkant behandelt, mis je de helft van het verhaal. Dat is precies waar wij als zussen elkaar vinden. Charlotte ziet het als cosmetisch arts in de huid, Catherine zoekt de oorzaak erachter. Een vrouw met een droge, doffe huid kan baat hebben bij een laserbehandeling, maar misschien heeft ze ook een vitamine D-tekort, een lage ijzervoorraad of ervaart ze grove klachten door de menopauze.

Charlottes uitgangspunt is altijd hetzelfde, eruitzien alsof iemand genetisch geluk heeft gehad. Dat vraagt om de beste technieken én om terughoudendheid. Het draait om injecteren op precies de plekken waar de winst is te behalen. Die combinatie is een kunst. We wenden ons sinds een aantal jaar vaker tot huidkwaliteit-bevorderende injectables, zoals polynucleotiden (zalm-DNA) en skinboosters. Het is precies waarom POMME investeert in apparatuur als de BBL en de Sofwave: deze machines maken het mogelijk om resultaten te bereiken die verfrissend ogen en tegelijkertijd diepgaand verbeteren.

Daarnaast is met een gezonde leefstijl veel winst te behalen. Zorg voor voldoende slaap, eet voldoende eiwitten voor spierbehoud, combineer dit met krachttraining en voldoende beweging, en gebruik supplementen waarvan bewezen is dat ze belangrijk zijn tijdens de overgang: omega 3, vitamine D3 met K2, magnesium, een B-complex en probiotica. De basis van goede huidverzorging is hydratatie, SPF en actieve ingrediënten, zoals retinol, vitamine C en peptiden. Creatine, omega 3 en vitamine D ondersteunen de huid vanbinnen. BBL en Sofwave stimuleren collageenaanmaak op een diepte waar geen crème bij kan komen. Samen zorgt dit voor het meeste resultaat. @dr.charlottevandenbergh, @dr.catherinevandenbergh, @pommeclinics, pommeclinics.com



Organische sieraden van Gioia store

Ontdek The Soft Stone Collection: een zorgvuldig gecureerde collectie minimalistische sieraden met zachte tinten, organische vormen en tijdloze details. De collectie brengt subtiele elegantie en moderne eenvoud samen, voor vrouwen die houden van sieraden die moeiteloos onderdeel worden van hun dagelijkse stijl.

Scan de QR-code en ontdek The Soft Stone Collection.

Speciaal voor lezers van Hormonen Magazine ontvang je **15% korting** met code **HORMONEN15**

