



art of **BEAUTY
PRESTIGE
AWARDS**
2023
4
EDYCJA

CZŁOWIEK ROKU

Julia Trawińska

za innowacyjne badania naukowe w zakresie indywidualizowanych dietoterapii i sukcesy w upowszechnianiu wspomnianej metody na arenie międzynarodowej

Indywidualizowane dietoterapie

Julia Trawińska uzyskała podwójne wyróżnienie w konkursie AMWC Awards 2023:

- najlepsze niechirurgiczne modelowanie sylwetki (jedna z 3 najlepszych terapii na świecie)
- najlepsze efekty medycyny integracyjnej, poprawiające jakość życia (finalistka konkursu).

Czy może Pani opowiedzieć o badaniach, które Pani przeprowadziła?

To fantastyczne, że innowacyjne terapie opracowane w naszej klinice VIMED zostały zakwalifikowane do finału konkursu „Best Clinical Cases” na Światowym Kongresie Medycyny Estetycznej i Przeciwstarzeniowej AMWC Awards 2023 w Monako aż w dwóch kategoriach.

Jednak to nie wszystko. Do udziału w tej konferencji i przedstawienia wyników swoich badań w sesji Aesthetic Disruptors Young-Career Innovators From Around The World zostałam zaproszona jako jedna z 6 osób wyłonionych spośród 1000 kandydatów z całego świata.

Zaproszono mnie, bym mogła zaprezentować wyniki mojego badania, pod tytułem: „Innowacyjna, spersonalizowana terapia leczenia stanów zapalnych, uporczywej nadwagi i otyłości brzusznej u osób powyżej 40 roku życia”.

Badanie było efektem analizy 62 przypadków osób w różnym wieku, które zgłosiły się do naszej kliniki w ciągu roku z powodu uporczywej nadwagi i otyłości brzusznej. U wszystkich zastosowałam terapię, którą opracowałam wraz z moim opiekunem naukowym i partnerem biznesowym, profesorem Carmelo Rizzo z Rzymu. Wyniki badań pomogły mi opracować Pani profesor Długosz z Politechniki Bydgoskiej oraz

Pani dr Wioletta Tomaszewicz z Collegium Medicum w Bydgoszczy – Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu.

To, co zaskoczyło nas wszystkich to fakt, że bez względu na wiek pacjentów poddanych terapii, uzyskiwaliśmy równie znakomite wyniki. Uznaliśmy, że warto podzielić się tym odkryciem ze światem.

To naprawdę ciekawe, bo przecież wiadomo, że po ukończeniu 40 roku życia metabolizm spowalnia, organizm się starzeje i coraz trudniej pozbyć się zbędnej tkanki tłuszczowej. Obserwujemy tak wiele osób po 40., które straciły już nadzieję na zdrową, zgrabną sylwetkę, bo próbowały już wszystkiego i nic nie działało.

Wiele spośród tych osób dostało poważne ostrzeżenie od lekarzy różnych specjalności - kardiologów, ortopedów, endokrynologów, że jeżeli nie pozbędą się nadwagi i otyłości brzusznej, ich zdrowie i życie będzie poważnie zagrożone.

Tymczasem moi pacjenci w wieku od 20 do 73 lat pozbywali się nadwagi równie łatwo. Wszyscy, bez względu na wiek, uzyskiwali bardzo zbliżone wyniki. U wszystkich udało się dosłownie **zamienić tkankę tłuszczową w tkankę mięśniową** wspomagając jednocześnie regenerację organizmu.

Stosując nasze autorskie terapie uzyskujemy rzeczywiście rewelacyjne wyniki, zwłaszcza na tle dotychczas stosowanych metod leczenia nadwagi, które albo wiążą się z całą masą problemów jak to ma miejsce w przypadku bariatrii, albo przyspieszają proces starzenia się organizmu jak to ma miejsce w przypadku restrykcyjnych diet i nadmiernej aktywności fizycznej. Wszystkie te metody mają także tę wadę, że prawie zawsze prowadzą do efektu jo-jo, który w naszej metodzie prawie nie występuje.

Na czym polegają te terapie?

W kategorii „**Najlepsze niechirurgiczne modelowanie sylwetki**” – zgłosiliśmy przypadek

pacjenta, który w ciągu roku pozbył się ponad 50 kilogramów zbędnej tkanki tłuszczowej i odzyskał sylwetkę zdrowego mężczyzny, bez utraty tkanki mięśniowej, bez głodówek, leków i morderczych treningów.

W kategorii „**Najlepsze efekty medycyny integracyjnej poprawiające jakość życia**” – pacjentka cierpiąca od wielu lat na problemy związane z chorobami zapalnymi jelit, które uniemożliwiały jej normalne funkcjonowanie, dzięki terapii odzyskała zdrowie, pozbyła się chorób przewlekłych i związanych z nimi dolegliwości, odmłodziła i zaczęła nowe życie.

W obydwu przypadkach zastosowaliśmy nasze autorskie metody, które doskonalimy od lat. Polegają one na kompleksowym, wieloczynnikowym oddziaływaniu na organizm pacjenta. Zaczyna się zawsze od eliminacji pokarmowych źródeł przewlekłych stanów zapalnych, a następnie na wdrażaniu zabiegów wspomagających metabolizm komórkowy.

Czy opisane metody są już stosowane w praktyce? W jakich przypadkach dają najlepsze efekty?

Centrum Medyczne VIMED to klinika o 25-letniej tradycji. Jako jedna z pierwszych klinik na świecie, już w roku 2006, zaczęła wdrażać metodologię spersonalizowanej, funkcjonalnej medycyny stylu życia. Opracowaliśmy autorskie nieinwazyjne, personalizowane terapie, które stosujemy w leczeniu chorób przewlekłych i spowalnianiu procesów starzenia się organizmu. Przedłużamy życie w zdrowiu.

W ciągu 17 lat stosowania tego podejścia metoda została zweryfikowana na grupie prawie 50000 pacjentów, którzy korzystają z kliniki na zasadzie pełnej odpłatności, by zregenerować i odmłodzić swój organizm i pozbyć się problemów zdrowotnych!

W roku 2012 w naszej klinice, jako w jednej z pierwszych w Europie, zainstalowane zostały wysokociśnieniowe, medyczne, jednoosobowe

CEO VIMED Medical Health & Beauty oraz VIMED Longevity Clinic, Prezes Fundacji Medycyny Stylu Życia, Zarządca Centrum Diagnostyki Genetycznej i Immunologicznej Genelab.

Magister prawa i żywienia klinicznego: absolwentka Uczelni Łazarskiego (2013, wydział Prawa), studia podyplomowe z Psychodietetyki na Uniwersytecie SWPS (2017), Uniwersytet SWPS – studia doktoranckie z prawa (2021), Uniwersytet Unicusano we Włoszech (2022, Żywnienie Kliniczne – z wyróżnieniem rektorskim),

• Członek Aesthetic Multispecialty Society

• Członek Towarzystwa Medycyny Stylu Życia

Autorka wielu artykułów w prasie specjalistycznej i popularyzatorskiej, prelegentka na kongresach i konferencjach naukowych.



komory hiperbaryczne. Stanowią one niezastąpiony element wieloczynnikowych terapii wspomagających procesy odmładzania, regeneracji organizmu i leczenia chorób cywilizacyjnych. Nasze terapie znajdują zastosowanie w leczeniu niemal wszystkich chorób przewlekłych o podłożu zapalnym. Najlepsze efekty uzyskujemy u pacjentów, u których stan zapalny nie wywołał zbyt dużego spustoszenia. Im wcześniej wdrożymy nasze postępowanie, tym lepsze efekty uzyskujemy. Mamy wręcz spektakularne efekty u osób w wieku 30-40 lat, które cierpią z powodu chorób przewodu pokarmowego, ale także znakomicie na terapię reagują malenkie dzieci, u których wystąpiło atopowe zapalenie skóry, które potrafi zrujnować życie całej rodziny.

Nad jakimi badaniami i projektami Pani obecnie pracuje?

Dzięki kompleksowej ingerencji terapeutycznej na poziomie epigenomu uzyskujemy spektakularne efekty. Cofają się zmiany degeneracyjne spowodowane przez przewlekły stan zapalny, a naturalne procesy starzenia się organizmu ulegają spowolnieniu. W wyniku optymalizacji procesów glikacji i wytwarzania enzymu telomerazy oraz mobilizacji komórek macierzystych (Stem Cell), nasze terapie prowadzą do optymalizacji procesów metabolicznych i regeneracji wszystkich narządów, w tym oczywiście także skóry twarzy, na czym wielu z nas najbardziej zależy. Chciałabym głębiej poznać mechanizmy, które pozwalają spowolnić proces starzenia się na poziomie sub komórkowym. Staram się zgłębiać mechanizmy biochemiczne, jakie zachodzą wewnątrz komórki, na poziomie mitochondriów

i DNA. Poznawać rolę, jaką odgrywają błędne sekwencje RNA, a także jak możemy modyfikować ekspresję genów, nawet w sytuacji, kiedy mamy niekorzystny układ polimorfizmów.

Czym zajmuje się Pani w codziennej pracy?

Centrum Medyczne VIMED Health & Beauty w Warszawie jest pionierem Medycyny Przeciwstarzeniowej w skali światowej. Klinika VIMED to podmiot leczniczy, którego specjaliści są ekspertami w nowoczesnym, holistycznym leczeniu chorób cywilizacyjnych. Najczęściej pomagamy pacjentom pozbyć się uporczywej nadwagi, leczymy też przewlekłe choroby układu sercowo naczyniowego, choroby skóry oraz choroby układu pokarmowego. Oferujemy też naszym pacjentom najnowocześniejsze zabiegi odmładzające skórę twarzy i ciała.

Dzięki wysoce efektywnym, nieinwazyjnym i bezpiecznym metodom diagnostyki i terapii, opanowaliśmy technikę likwidacji uszkodzeń spowodowanych przez stany zapalne. W wyniku naszych terapii udaje się nam spowalniać procesy starzenia się niemal wszystkich komórek ciała i przywracać prawidłowe funkcje narządów. Regeneracja narządów, uszkodzonych przez choroby i stan zapalny dzięki mobilizacji komórek macierzystych to czasami wygląda jak cud, ale jeśli obserwujemy takie „cuda” na co dzień, to wiemy, że to nie cuda, tylko efekty moich działań.

Największy sukces to...

Nasze największe sukcesy to oczywiście nasi pacjenci. Pan Michał i Pani Joanna, którzy zgodzili się, by wykorzystać ich wizerunek podczas prezentacji w Monte Carlo to tylko dwie spośród

kilkudziesięciu tysięcy osób, którym zmieniliśmy życie. Pozwoliliśmy im dłużej cieszyć się życiem w zdrowiu. Mogą dzięki nam normalnie funkcjonować, pracować i korzystać z uroków życia. Nasz udział w największych światowych konferencjach poświęconych medycynie przeciwstarzeniowej w Las Vegas 2022 oraz Monte Carlo 2023 potwierdził, że jesteśmy jedną z najbardziej innowacyjnych klinik długowieczności na świecie! W związku z coraz większym zainteresowaniem ze strony pacjentów angielskojęzycznych, w roku 2023 uruchomiliśmy serwis VIMEDMLC Medical Longevity Clinic.

W jakim kierunku, Pani zdaniem, podąża medycyna stylu życia i medycyna estetyczna?

Medycyna estetyczna dotarła do punktu, w którym wydaje się, że udało się osiągnąć wszystko, co było do osiągnięcia przy zastosowaniu technologii chirurgicznych, a następnie coraz mniej inwazyjnych oddziaływań na skórę. Najpierw były lasery, jako metody znacznie mniej inwazyjne w porównaniu do metod chirurgicznych, a następnie zaczęto wykorzystywać energię w sposób jeszcze mniej inwazyjny niż czyniły to lasery frakcyjne. Mam tu na myśli lasery diodowe, fale radiowe, czy fale akustyczne. Ostatnim krzykiem mody wydaje się być mezoterapia wieloigłowa, choć nadal wykorzystuje się także botox, osocze, fibrynę, kwas hialuronowy i różnego rodzaju nici liftingujące.

Każdy przypadek jest inny i zapewne największe sukcesy odnosić będą kliniki, które oferują najbardziej wszechstronny pakiet usług, by móc zaproponować najlepsze rozwiązania dla każdego przypadku.

Dlatego obserwujemy, tak duże zainteresowanie żywieniem, bo zaobserwowano, że to właśnie odżywianie i inne czynniki stylu życia mają decydujący wpływ na spowolnienie procesów starzenia się organizmu oraz wygląd skóry i włosów. Zabiegi medycyny estetycznej nie odmłodzią przecież wątroby, jelit, serca, mózgu, płuc, czy naczyń krwionośnych, a te wszystkie narządy starzeją się w nie mniejszym stopniu niż skóra. Dlatego jestem przekonana, że nadeszła nowa era w medycynie estetycznej i przeciwstarzeniowej. Pacjentki i Pacjenci będą oczekiwali prawdziwego odmładzania - spowolnienia procesów starzenia się całego organizmu, a nie tylko poprawy wyglądu skóry.

Poza tym warto pamiętać, że wszelkie inwazyjne zabiegi na skórze, które powodują przyspieszenie procesu dzielenia się komórek, działają korzystnie w krótkim terminie, jednak na dłuższą metę przyspieszają starzenie się skóry. Po prostu ilość podziałów komórkowych jest ściśle ograniczona. Dlatego nie możemy bezkarnie korzystać zbyt często z laserów, czy mezoterapii, które uszkadzają skórę, by ją odmłodzić.

Rozwój wiedzy o żywieniu oraz o epigenetycznych właściwościach ludzkiego DNA pozwoli na przedłużenie życia w zdrowiu o kilka do nawet kilkudziesięciu lat. To są dzisiaj prawdziwe wyzwania medycyny anti-aging. Warto zadbać o to, by skóra nie zestarzała się szybciej niż reszta ciała.