

JUST

AJASTIN • MIELIPIDE • KULTTUURI •
TEEMAT • RADIO- JA TV-OHJELMAT • SÄÄ

HÄMEEN SANOMAT

TORSTAINA 9. JOULUKUUTA 2021

Joulun alla voi
muistaa myös
ruokalajalla

☛ RUOKA B6-B7

PEKKA RAUTIAINEN



Ase virtsankarkailua vastaan

Hämeenlinnalainen kosmetologi Natalia Kovaleva hoitaa naisten intiimivaivoja kasvojenkohotukseen käytetyllä menetelmällä. ☛ AJASTIN B2-B3

Metalli-iltamat Riihimäen Red Hotissa

RIIHIMÄKI. Vanhalla linja-autoasemalla, eli Red Hotissa järjestetään lauantaina 11. joulukuuta metallimusiikkitapahtuma.

Lavalle nousevat pitkän linjan thrash metal -yhtye National Napalm Syndicate ja paikallinen Horizon of the Mute.

Vuonna 1986 perustettu National Napalm Syndicate edustaa suomalaisen thrash metallin ensimmäistä aaltoa.

Yhtye on perustettu Pudasjärvellä, mutta nykyisessä kokoonpanossa on myös vahva riihimäkeläisedustus. Yhtye valmistelee uutta albumia, jolta on julkaistu ennakkoon single *God Plutonium*.

Horizon Of the Mute on riihimäkeläinen yhden miehen industrial metal akti, joka on julkaisutoiminnan ohella keikkailut noin kymmenessä Euroopan maassa.

Samalla juhlietaan Horizon Of the Muten viidennen albumin *Devious* julkaisua.

Kello 21 alkavaan tapahtumaan on 18 vuoden ikäraja. Osoite on Torikuja 2.

Brittiyhtye The Cure tulee Suomeen

HELSINKI. Tummanpuhuvan ja romanttisen brittipopin suur-lähettiläs The Cure konsertoi Hartwall-areenalla lauantaina 8.10.2022 osana tulevaa Euroopan-kiertuettaan.

Ensimmäisen keikkansa vuonna 1978 soittanut englantilainen The Cure on yksi maailman arvostetuimmista vaihtoehtorock-yhtyeistä.

Pörrötukkaisen **Robert Smithin** luotsaaman yhtyeen suurimmat hitit, kuten *Just Like Heaven*, *Boys Don't Cry* ja *Close To Me*, lukeutuvat rockin klassikkoihin.

Ensi vuoden Euroopan-kierue käsittää yhteensä 44 keikkaa 22 eri maassa. Yhtyeen viimeisin albumi on vuonna 2018 ilmestynyt *4:13 Dream*, jolle saadaan jatkoa ensi vuoden aikana.

Konsertin lämmittelijänä nähdään skotlantilainen post-punkin ja indierockin välimaastossa musisoiva The Twilight Sad.

Lipunmyynti konserttiin käynnistyy tänään kello 11 Ticketmasterissa.

PERUTTU

Tangokuningas Amadeus Lundbergin konsertti Vanajan kirkossa 15.12. on peruttu koronatilanteesta johtuen, kerrotaan laulajan Facebook-sivuilla. Ennakkoliput hyvitetään Ticketmasterin kautta.



Natalia Kovaleva puhuu avoimesti naisten vaivoista, joista moni vaikeenee. Hän aloitti Hifu-emäthinoidot marraskuun alussa Hämeenlinnassa ja on saanut

Hifu-hoitoa naisten intiimivaivoihin

● Hämeenlinnalainen Natalia Kovaleva uskoo, että kohdennettu ultraääni tehoaa virtsankarkailuun, limakalvojen kuivuuteen ja lisää emättimen kiinteytymistä.

Kari Laitinen
Hämeenlinna

Hämeenlinnalainen kosmetologi Natalia Kovaleva, 35, puhuu avoimesti ikääntyvien ja synnyttäneiden naisten ikävistä vaivoista.

Siitä, josta moni nainen vaikeenee, vaikka vaiva on yleinen.

–Virtsankarkailu ja limakalvojen kuivuminen ovat yleisiä vaivoja ympäri maailman, mutta aihe on tavallaan tabu. Miksi siitä ei puhuta, kun kerta vaiva on olemassa? Kovaleva kysyy.

Kovalevan käsityksen mukaan hän on tällä hetkellä toinen kosmetologi Suomessa, joka tarjoaa niin kutsuttua kohdennettua ultraäänihoitoa emättimen seinämän kiinteytykseen, kuivuuteen ja virtsankarkailuun.

Lyhenne tulee sanoista High Intensity Focused Ultrasound (Hifu) eli suuritaajuinen kohdennettu ultraääni.



asiakkaita jo ympäri Suomen. KUVAT: Pekka Rautiainen

Helsingistä löytyy Kovalevan mukaan toinen Hifu-emäthinhoitoa antava kosmetologi, joka on myös hoitoon soveltuvan ultraäänilaitteen maahantuojia.

KOVALEVA ALOITTI ultraäänien energiaan perustuvat emäthinhoitot marraskuun alussa. Hänellä on käynyt jo jonkun verran asiakkaita ympäri Suomen muun muassa Seinäjoelta ja Turusta. Emäthinhoito toimii Kovalevan mukaan samalla periaatteella kuin kasvojen kohotukseen käytettävä hoito.

– Hifu-kasvojenkohotuksessa rypyt silottuvat, ja esimerkiksi roikkuvaa leukanahkaa saadaan kiristettyä.

Tehokkaaksi kokemansa kasvojenhoito oli myös se syy, miksi Kovaleva innostui asiasta. Hän oli heti valmis panostamaan uuden, hintavan laitteen hankintaan.

– Ajattelin, että vau, siinä on vaikuttava hoito, jota me kosmetologit voimme tehdä. Jos Hifulla saa kasvoihin niin hyviä tuloksia, niin varmasti myös emättimessä saadaan hyviä tuloksia.

LAITE KÄYTTÄÄ fokuoitetua ultraäänä lämmöntuottamiseen. Lämpö (65–70 astetta) imeytyy kudokseen ja aiheuttaa pienen paineen. Vaikutus ulottuu 3–4,5 millimetrin syvyydelle. Tämä tuntuu Kovalevan mukaan lähinnä pienenä lämmöntunteena.

– Se aktivoi kollageenikuitujen jälleenrakentamista emättimen syväkerroksessa sekä sidekalvo-kerroksessa ja edistää lihaksiston kiinteytymistä ja supistumista. Hoito edistää myös liman erittymistä, Kovaleva listaa.

Limnan erittymisen kiihtymisen ja emättimen lihaksiston kiinteytymisen vaikuttavat myös seksiin positiivisella tavalla.



Kaksi vuotta sitten kosmetologiksi valmistunut Natalia Kovaleva toimii kosmetologina Hämeenlinnassa Hiusstudio Hämpötonissa.

VAIKKA KASVOJEN Hifu-hoito tuntuu pienenä pistelyä iholla, emättimessä se ei Kovalevan mukaan tunnu juuri mitään.

– Hoito on yksinkertainen ja

FAKTA**Käytössä myös syöpähoidoissa**

- Kohdennettua ultraäänä eli Hifu (taajuus yli 20 000 Hz) käytetään myös sekä hyvälaatuisten että pahanlaatuisten kasvainten hoidossa ja muun muassa tyvitumakehäirioissä.
- *Lääkärilehden* (25.1.2019) mukaan Hifu-hoitoa käytetään syöpäsairauksien lisäksi gynekologiassa, urologiassa ja neurokirurgiassa. Kohdennettu ultraääni aiheuttaa kirurgiaa vastaavan kudostuhoon. Menetelmällä voidaan myös muokata kudostuhoon ja fysiologisia toimintoja.
- *Duodecimin* artikkelissa (2017) Hifu-hoitoa kuvaillaan täysin kajoamattomaksi menetelmäksi, jossa saadaan aikaan välitön, kirurgiaa vastaava kudostuhoavaikutus.
- Neurokirurgian puolella Hifu-hoidon sovelluksilla on *Lääkärilehden* mukaan saatu mielenkiintoisia tuloksia, kun aivokudokseen on saatu aikaan kohdennettu joko pysyvä tai ohimenevä lämpövaurio. Menetelmää on käytetty muun muassa Parkinsonin taudin ja pakko-oireiden hoidossa.

Lähteet: *Lääkärilehti* 25.1.2019 ja *Duodecim* 2 / 2017.

”Ajattelin, että vau, siinä on vaikuttava hoito, jota me kosmetologit voimme tehdä.”

NATALIA KOVALEVA

la pyörii hitaasti akselinsa ympäri. Kapulasta lähtee kohdennettua ultraäänä tasaisesti emättimen seinämään.

– Kapulaa vedetään muutaman kerran ulospäin, jotta koko alue tulee käsitellyksi. Käsitellyn menne puolesta tunnista 40 minuuttia, Kovaleva selostaa.

KOSKA KOVALEVA on tehnyt hoitoja vasta muutaman viikon ajan, ei hänellä ole vielä kertoa omien asiakkaitensa kokemista hoitotuloksista.

Hoidon jälkeen muutoksia voi tuntea kahden tai kolmen kuukauden kuluessa.

– Laitteen maahantuojan asiakkaat ovat kokeneet muutoksia hoidon jälkeen. Heillä limantuotanto on parantunut ja emättimen lihaksisto on kiristynyt, Kovaleva sanoo.

HOIDON VAIKUTUKSEN kestoksi luvataan noin 18 kuukaudesta kolmeen vuoteen riippuen asiakkaan iästä. Ikääntyessä elimistön kollageenin tuotanto vähenee. Myös synnytysten lukumäärällä on vaikutusta.

Vanhemmille henkilöille ja paljon synnyttäneille Kovaleva suosittelee hoitoa noin vuoden välein. Heille suositellaan myös toista hoitokertaa heti kolmen kuukauden päähän ensimmäisestä hoidosta.

– Hoitoon voi tulla 2–3 kuukautta synnytyksen jälkeen, jos paikat ovat parantuneet ja vuotoja ei ole.

Hoito sopii myös pelkästään limakalvojen kuivuudesta kärsiville synnyttämättömille naisille.

KASVOJEN KOHOTUKSESSA Hifu on Kovalevan arvion mukaan käytetty noin kymmenisen vuotta, ja Hämeenlinnan keskusta-alueella hän on ainoa hoitoa tarjonnut.

– Laitte on kallis, joten siihen ei moni varsinkaan näin korona-aikana ole uskaltanut ottaa lainaa.

Kovaleva valmistui kosmetologiksi kaksi vuotta sitten ja toimii vuokra paikalla Hiusstudio Hämpötonissa. Hänen yrittäjyytensä on osunut vaikeaan korona-aikaan.

– En tiedä olenko tyhmä vai uhkarohkea, mutta tiedän, että laitteella saa tuloksia, hän kommentoi taloudellista riskinottoaan.

Emäthinhoito on kosmetologin mukaan jatkossa helppo markkinoida jo kasvohoitossa käyneille, koska ”he tietävät millaisia vaikutuksia Hifulla voi olla”.

ASIAKKAIDEN EI tarvitse hoitoon tullessaan nolostella, mutta halutessaan asiakas voi asentaa kapulan paikoilleen emättimeensä myös itse.

Kovalevan tehtäväksi jää tällöin vain laitteen käynnistäminen ja kapulan vetäminen asteittain ulospäin. Hoidon jälkeen hän lupaa asiakkaille vielä rentouuttavan lymfaboot-hieronnan.

Kovaleva uskoo, että vaikka Hifu-ultraäänilaitteet tulevat Suomessa yleistymään, eivät kaikki kosmetologit innostu näin itimiä hoitomuotoa tarjoamaan.

– Vähän kuin kaikki eivät halua tehdä brassivahauksia ja sokeroiteja. Minulle tämä on täysin ok. Ei siinä ole mitään omituista tai kiusallista. Olemme kaikki naisia ja samanlaisia.