

DOKTERFRODOGAYMANS

EERLIJK OVER MOOI ZIJN



FUNCTIONELE SCHOONHEID IS DE BALANS IN JE GEZICHT

Het is mijn vierde nachtdienst deze week. Hoewel de afgelopen nachten nog redelijk druk waren, was er deze nacht niets te doen wat betreft meldingen. Het is vijf uur in de ochtend, ik kijk in de spiegel en zie een vermoeid gezicht; getekend met een diepe groef tussen mijn wenkbrauwen, wallen en dikke rimpels rondom mijn ogen. "Jeetje die zaten er eerst niet!" Na lang kijken in de spiegel, denk ik aan mijn bed, maar begin ik ook te twijfelen aan mijn levensstijl. Had ik dat patatje aan het begin van de nachtdienst niet beter kunnen laten staan? En met bewondering denk ik aan mijn collega die iedere nacht zijn trommeltje met wortels en gezonde yoghurt mee heeft en om de twee uur eet. ➔

Maar wacht even..... hij heeft ook wallen! Veel collega's die ik lang niet heb gezien, zijn voor mijn gevoel oud geworden. Jaren werken in de nachtdienst lijkt je lijf en gezicht niet goed te doen. Hulpverleners maken lange uren, worden blootgesteld aan weer en wind en bovenal werken 24/7, de klok rond. Wat doet dit harde werken met je schoonheid en uitstraling? Laatst hoorde ik van Dokter Frodo. Hij zou ervoor kunnen zorgen dat je er goed uitziet en dat je je goed voelt over je uiterlijk. Daar wil ik meer over weten! Ik schrijf voornamelijk over wat wij meemaken bij de politie, maar nu werd ik toch benieuwd naar wat mogelijk is. Waar zit Dr. Frodo? Deze beste man die wereldwijd bekend is en alle cosmetisch artsen opleidt? Zou deze arts in het buitenland wonen en werken? Zou hij misschien mijn wallen kunnen weghalen? Zou ik dat wel kunnen betalen? De kliniek van Dr. Frodo zit in Amsterdam. Zijn volledige naam is drs. Frodo Gaymans. Hij heeft de meest vooraanstaande cosmetische kliniek van Nederland. Als cosmetisch arts heeft hij zich toegelegd op het zo lang mogelijk in een goede conditie houden van het gehele gelaat. Reden genoeg om Frodo te interviewen over de balans tussen hoe je je voelt en hoe je er uitziet.

Zie mij als een kunstenaar 'Ik wil weten waarom je je stoort aan een bepaald kenmerk in je gezicht. Waarom je je er zóveel aan stoort dat je er een dure behandeling voor over hebt om het te verhelpen. Ik werk samen in een team van twaalf mensen om zo goed mogelijk te achterhalen wat de achterliggende gedachte is: waarom komt deze persoon nu echt bij mij? Met respect voor uw gezicht laat ik je er zo fit en vitaal mogelijk uitzien. Zie mij als een kunstenaar die eerst een hele voorstudie doet voordat het canvas wordt beroerd. Hoe eerder je begint met het "onderhoud" van je gezicht en je lichaam, hoe jonger je uitstraling blijft. Het klinkt raar. Je kunt een oud schilderij restaureren, maar je kunt de leeftijd niet terugdraaien.

Ik geloof niet in gladde emotieloze gezichten. Ik zie het lijnenspel in het gezicht en dit moet zo goed mogelijk in balans zijn. Congruent uiterlijk. Ik vraag altijd "Hoe zou jij je willen voelen?" Die vraag kun alleen jij beantwoorden. "Psyche" en uiterlijk zijn met elkaar verbonden. Congruentie betekent voor mij letterlijk het passend maken van het gezicht en het gevoel van jezelf zijn. Eigenlijk zie je jezelf niet zoals je werkelijk bent. Bij de intake maken wij je bewust van je uitstraling en geven je inzicht in jouw eigen individuele schoonheid. We bespreken hoe we negatieve aspecten kunnen verbeteren en positieve aspecten juist kunnen verminderen. →

'Wij hebben respect voor het menselijk gezicht en willen mensen mannen en vrouwen er zo fit en vitaal mogelijk laten uitzien.'





We laten zien hoe we jouw unieke gezicht kunnen aanpassen zodat je er beter uitziet zonder dat ook maar iemand kan zien dat je behandeld bent. Maar misschien belangrijker nog: We maken je bewust van je unieke eigen schoonheid.

Noem het Cosmetic Art. Zo geef ik de klant zelfverzekerdheid terug en laat ze weer stralen. Ik begrijp soms niet dat mensen duizenden euro's aan een skivakantie uitgeven, maar geen consult doen om hun "wallen" weg te laten halen. Daarmee heb ik geen oordeel of je wel of niet duur op vakantie moet gaan, maar ik zie mensen rondlopen die met een relatief kleine ingreep er zo veel beter uit kunnen zien en zich daardoor zoveel beter gaan voelen over zichzelf. Daarbij kan een vermoeid uiterlijk je carrière ook nog in de weg staan. Zeg nu zelf. Als je bij een sollicitatie zou kunnen kiezen tussen iemand met een vermoeide uitstraling of een "fris uiterlijk" dan weet je het antwoord al.



Intrinsieke wensen

Ik vind het belangrijk dat mensen inzien dat verzorging van lichaam en geest belangrijk is en stimuleer iedereen om verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen leven; ongenoegen en blokkades aan te pakken. Ik kan natuurlijk niet de leefwijze van een cliënt wijzigen, maar ik hoop anderen wel te inspireren.

Selfcare

U bent drie en vijftig. Als je bij mij zou komen zou ik inderdaad vragen naar uw beroep en een gezichtsscan maken. Ik zie diepe groeven in het voorhoofd en de welbekende wallen. Dit maakt dat je, ondanks jouw goede conditie, er toch moe uitziet. Vanuit de holistische kijk op mijn vak moet je geestelijk ook stabiel zijn. Natuurlijk is het belangrijk dat je tevreden bent met jezelf, ondanks de imperfecties. Maar wat is er mis met het verbeteren van jezelf? Met deze gedachte kan mijn kliniek een uitkomst bieden. In verhouding zie ik weinig cliënten uit de hulpverlenende beroepen zoals verpleegkundigen, brandweer mensen of politiemannen of vrouwen. Deze zijn vaak veel meer bezig met andere mensen en vergeten soms om goed voor zichzelf te zorgen. Dat is jammer. Agenten hebben vaak een frons. Dit past bij het beroep en het kritische vermogen om te onderzoeken of iemand de waarheid spreekt. Dit sceptische denken heeft echter ook invloed op je uiterlijk. Een fronsende blik maakt je namelijk ook minder toegankelijk, terwijl je zou juist een open en uitnodigende houding wilt hebben als agent. Hoe krijg je dingen als wijkagent los? Hoe krijgt een rechercheur een goed gesprek. Juist! Door toegankelijk te zijn; en dat begint bij je uitstraling en gezicht. Een ander voorbeeld van deze paradox zie je terug in de kaakspieren.

'We stimuleren mensen om zelf verantwoordelijk te zijn voor hun eigen leven; om dingen/blokkades aan te pakken alvorens we ze behandelen.'

Krachtige mensen hebben bijna altijd krachtige kaakspieren. Zij bijten zich figuurlijk (en dus ook letterlijk) vast in een probleem. Dit uit zich door kaakklemmen en tandenknarsen waardoor de kauwspier groter wordt en de kaaklijn breder. Een brede kaaklijn is mooi en geeft kracht aan het gezicht, maar een te grote kaakspier versterkt echter een boos uiterlijk. Vaak doen wij een behandeling om de kaakspier te verkleinen. Hierdoor herstellen we balans in het gezicht waardoor deze meer toegankelijk wordt. Bij al mijn behandelingen streef ik naar een open, gezond en fris uiterlijk. Op zo'n manier dat je niet mag kunnen zien dat je behandelt bent.

Verouderen

Naarmate je ouder wordt, krimpt je schedel. Je huid wordt als het ware te groot voor je schedel. De spierspanning in je gezicht corrigeert dat. Hierdoor zie je meer spanning in het gelaat. Eigenlijk moet je genoeg volume hebben om je gezicht in de plooi te houden. Jonge mensen kunnen nachten doorhalen en er nog fris uitzien. Dat heeft dus niets met vermoeidheid te maken. Jonge mensen kunnen net zo moe zijn; alleen de huid is flexibeler. Wat ik in mijn kliniek doe is de liftende functie van de gezichtspieren balanceren. Dat doe ik met een combinatie van botox en fillers.



Een filler herstelt het krimpen van de schedel en Botox corrigeert overactieve spieren. Wallen en donkere kringen kunnen we bijvoorbeeld goed behandelen door volume te plaatsen rondom de ogen waardoor de donkere kring verdwijnt. Mijn kliniek geeft jou een objectieve blik over jouw gelaat en je uitstraling. Wat de jij vervolgens met deze informatie kan is uitzonderlijk groot. Ik vraag de emotie van de klant uit. Eigenlijk precies hetzelfde wat een rechercheur bij de politie doet. Na de intake komen wij stiekem toch wel vaak tot de conclusie dat het beter is om geen behandeling te doen. Mijn drijfveer en streven is dat mensen zich bewust zijn van zichzelf. Voor het bewust worden van jezelf is het lezen van een mindfulness boek niet voldoende. Je moet het uiteindelijk ook echt gaan doen. Leef ernaar en je ziet het terug in je houding en gedrag.

Met een behandeling kan ik je een mooier uiterlijk geven en jij zelf kan zorgen voor een geweldige uitstraling: een gouden combinatie!

Ben je bewust wie je bent. Het beslissende moment zit in het lezen van dit artikel en je te verdiepen in de vraag "wat zegt mijn gezicht over mijzelf?" Mijn kliniek kan helpen om je doelen te verwezenlijken. ■

'Je hebt een psychisch zelfbeeld en je ziet maar één vierde van je eigen gelaat. Wij laten doormiddel van een 360 graden scan je hele uiterlijk zien.'