

ETERNO

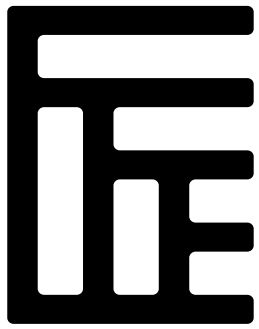


ISSUE N.02

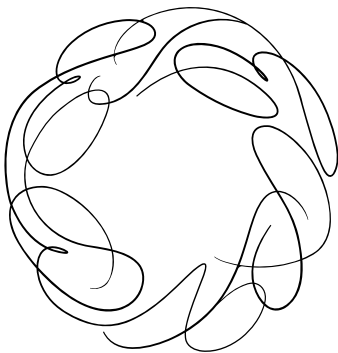


RADIANCE

ARCHITECTURE OF RADIANCE



[BLUEPRINT]



[LMDMT]



[DR. INBAL GAT]



[פסיפס של הזדקנות]

[RADIANCE] ארכיטקטורה של זוהר

זה אולי נשמע מייאש, אבל כאן בדיוק טמון הכוח. אם אוניברסיטת תל אביב היא סביבתית, זה אומר שהיא גם ניתנת להשפעה. קמט הוא לא גזירת גורל, הוא פגיעה בתפקוד. ומה שנפגע, ניתן גם לשיקום.

הצעד הראשון הוא לא "לטפל", אלא להפסיק לשבש. הגנה מהשמש היא לא רק מניעה של כתמים, אלא הגנה על ספר ההוראות של התא. כששומרים עליו, התאים יודעים להמשיך לעבוד.

עור צעיר הוא לא עור בלי קמטים. בעולמות ה-Skin Longevity, עור צעיר הוא עור עם חוסן, כזה שיועד להתמודד עם סטרס, לנקות את עצמו ולתקן נזקים בזמן אמת.

מאת ד"ר ענבל גת

תאי זומבי:

תאים עייפים שלא מתים, אבל ממשיכים להפריש דלקת ולשבש את הסביבה.

נקב בקוד התאי:

קרנית UV משבשת את ההוראות בתאים, והם מאבדים את היכולת לייצר קולגן בצורה תקינה.

פירוק הפיגמנטים:

סטרס חמצוני מפעיל "מספריים ביולוגיות" שחותכות את הקולגן והאלסטין הקיימים.

למה אזורים שונים בגוף מתבגרים בקצב אחר? ומה זה מגלה לנו על Skin Longevity?

תהיתם למה עור הישבן שלכם נראה אחרת מעור הפנים? שניהם נולדו באותה שניה. לשניהם בדיוק אותו קוד גנטי- ובכל זאת, הם נראים כאילו שייכים לשני אנשים שונים. למה אזור אחד צובר קמטים, ריפיון וכתמים- והשני כמעט שלא?

מחקרים מצביעים על כך שהתשובה היא שהעור שלכם לא מזדקן בבת אחת- הוא פסיפס.

עור הישבן מייצג את ה-20% שהטבע תכנן לכם- הזדקנות פיזית, שקטה, מוגנת.

אבל הפנים? הן בקו האש. השמש, הזיהום והסטרס אחראים ל-80% מהזקנה שאתם רואים במראה.

ומה קורה שם, מתחת לפני השטח? שלושה מנגנונים שמשנים הכל:

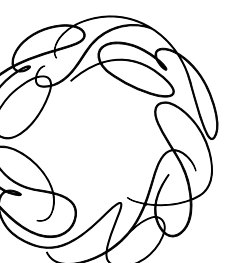
במצב של סטרס כרוני או חוסר ביטחון, הגוף מצוץ את המערכת בקורטיזול-הורמון שמפרק קולגן ומגביר דלקת, זו שבסוף "מכבה" את האור התאי. לעומת זאת, ביטחון פיזי שקט, מוריד את הטון של מערכת העצבים ומאפשר למנגנונים הגנטיים שלנו לעבוד בשיאם. כשאנחנו מרגישים קורנים ובטוחים, קיימת אפשרות כי המערכת הביולוגית פשוט פועלת טוב יותר, והמפגש עם העולם הופך לחסר מאמץ.

הבחירות הקטנות שלנו בהווה, החל משימוש ברכיבים מתקדמים המפעילים את המיטוכונדריה, ועד ניהול מתחים מדויק, הן התווים המוזיקליים של האפיגנטיקה שלנו. אנחנו אלו שמחליטים איך יבוצע הלחן הזה בעוד עשור או שניים. אריכות ימים של העור, בגישה שלי, היא ההבנה שיופי הוא קודם כל תוצר של בריאות תאית. זה לא אומר שאנחנו מוותרים על כלי הבוטקס או חומרי המילוי. להפך, אנו משתמשים בהם בדיוק רב, בכדי למקסם את המראה, להתייפיף ולייצר את הפיניש המושלם. עם זאת, כשאנחנו בונים תשתית של עור נקי וחיוני באמת, טיפולים אלו אינם מעשה של כיסוי והסוואה. להפך, עבורי, זו ההשקעה הכי חכמה ב"אני העתידי" שלי. המעבר ממדרף אחרי נעורים אבודים, לבנייה של ארכיטקטורת בריאות מתמשכת, אסטרטגיה סדורה, כזו שידעת לא רק להאיר, אלא גם לפתח עמידות וחוסן עורי (Resilience) מול נזקי הסביבה והזמן.

אומרים כי מתהליכים ביניים אנשים שיחיו עד גיל 150. אבל כשאני מביטה במטופלים ובמטופלות שלי, אני לא מחפשת את מספר השנים הכרונוולוגי, אני מחפשת חיוניות. אני מחפשת את המראה המואר והחיוני, שנראה כאילו הוא בוקע מתוך העור ולא רק מונח עליו. בעולם של יופי מהיר ופתרונות קוסמטיים שטחיים, אנו נוטים לשכוח שהעור הוא לא רק המעטפת של הגוף, אלא המפגש שלנו עם העולם. כאשר אנו מדברים על רדיאנס (Radiance), ההתייחסות היא להגדרה הפיזיקלית שלו: האופן שבו האור פוגע במשטח, חודר דרכו ומוחזר ממנו. המדע המודרני של ה-Skin Longevity מלמד אותנו שזוהר אמיתי הוא בכלל עניין של שקיפות ביולוגי.

הדימוי של תאים המאפשרים לאור לעבור דרכם הוא לא רק פואטי, יש לו בסיס מדעי מוצק. מחקרים מציעים לראות כי לאורך השנים, העור צובר "רעש" ביולוגי, צבירת שגיאות גנטיות ותהליכים דלקתיים אשר מעכירים את המטריקס התאי. אחד האויבים השקטים של הזוהר הם ה-AGEs (תוצרי גליקציה מתקדמים) - מולקולות סוכר שנדבקות לקולגן ולאלסטין ויוצרות מעין "ערפל" עכור בין השכבות. כשרמת ה-AGEs יורדת, העור מחזיר לעצמו את השקיפות והבהירות הטבעית שלו. כאן נכנסת לפעולה האוטופגיה (Autophagy), מנגנון הניקוי העצמי המופלא של התא. תא שעבר אוטופגיה יעילה הוא תא נקי ומתפקד. הוא לא זקוק למסכה או הסוואה כדי להיראות חיוני, כי האור פשוט חודר דרכו ללא הפרעה.

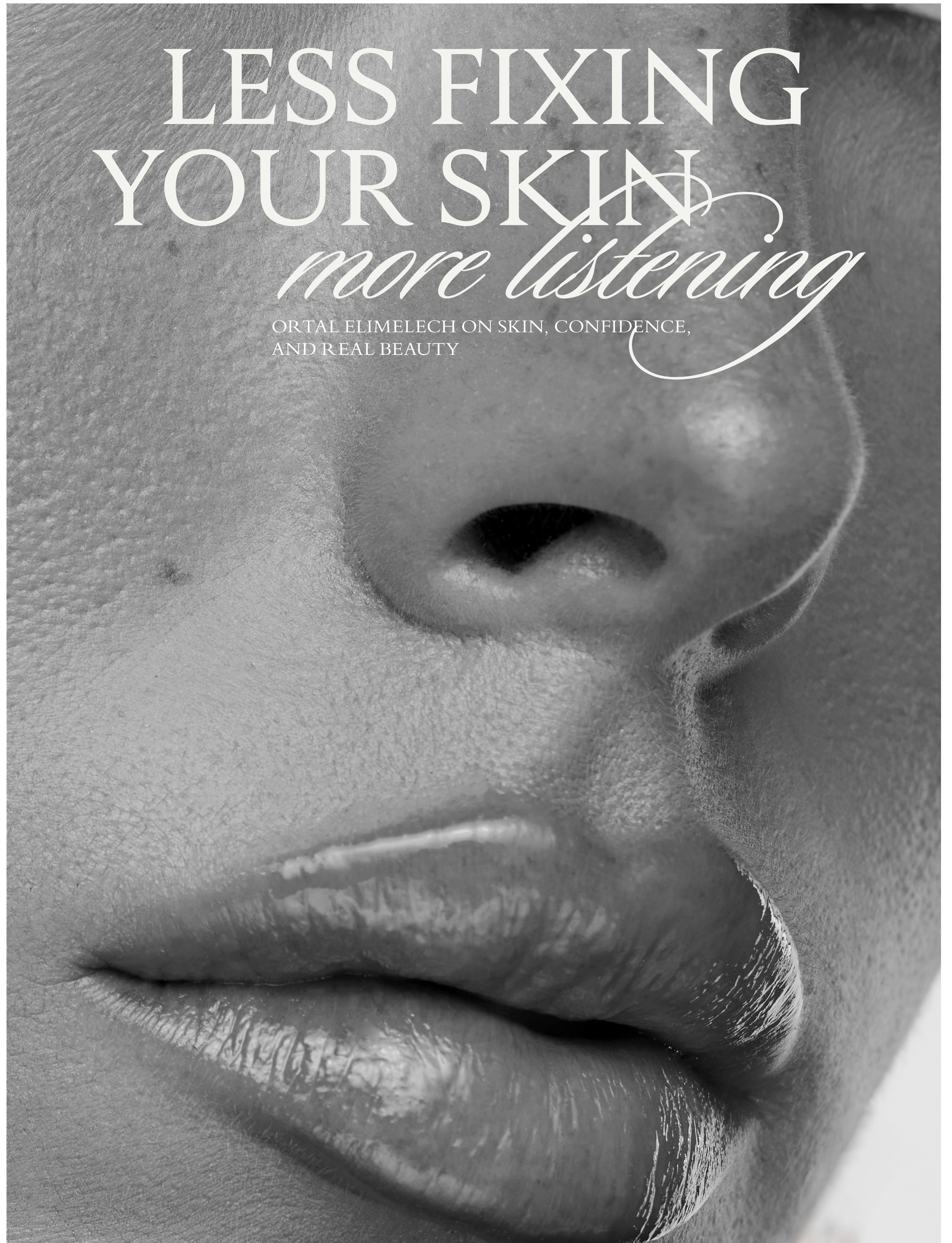
סקין לונג'יטי הוא לא רק מדע של מולקולות; הוא מדע של הוויה. הקשר בין ביטחון פיזי, לאיך שאנחנו נראים הוא תהליך הורמונלי ישיר. כשאנחנו חיים



LESS FIXING YOUR SKIN

more listening

ORTAL ELIMELECH ON SKIN, CONFIDENCE,
AND REAL BEAUTY



*start with
yourself*

העור ואני

דווקא היום אנחנו חיים לצד חוסר שלמות, מדגישים נמשים ונקודות חן, מה שפעם היינו מסתירים כמאפרים.

העור הוא מערכת חיה שמשקפת את מה שקורה לנו מבפנים, לא פחות ממה שאנחנו שמים עליו מבחוץ. ובתור מאפרת שעובדת שנים עם נשים, אני רואה את זה כל יום מחדש.

הרגע שבו העור נראה טוב באמת הוא לא הרגע שבו כסיונו אותו, אלא הרגע שבו הצלחנו להבין אותו, לעבוד אותו ולדייק אותו. להעצים אותו.

עולם הביוטי והאיפור מבחינתי הוא לא מסכה, אלא כלי. הוא לא בא להסתיר- אלא לגלות.

להעצים ולתרגם את העור למראה שהוא מדייק יותר, נכון יותר, כשהוא נראה חי ובריא מבפנים.

כי מי לא רוצה את המראה "גלאס סקין" הקוריאני הזה שמציף את הרשת בשנה האחרונה?

אנחנו מבנים שיש להם גנים אחרים, נכון? זה לא רק הקרם.

אבל כשמכניסים את העור והבסיס נכון- האיפור יושב אחרת, זו אחרת, נראה אחרת, נטמע בעור והופך להיות חלק ממנו.

והיום, עם כל הטכנולוגיות המתקדמות, הטיפולים החדשניים והפורמולות החכמות, יש לנו יכולת להגיע לתוצאות שלא היו קיימות בעבר.

אבל הכוח האמיתי לא נמצא רק במה שאנחנו שמים על העור, אלא באיך שאנחנו משלבות בין טיפול פנימי לחיצוני, כי זה תמיד דיאלוג.

רוצה שמוצרי האיפור שלך יאהבו את העור שלך?

הנה כמה טיפים ממני לשגרת היום שתשפר לך את העור:

שגרת טיפוח חמה לא אומרת אינסוף מוצרים כל בוקר. להפך- פחות מוצרים ולעבוד מדיק. ניקוי טוב יומימי ולא אגרסיבי. סרום, לחות, קרם הגנה. לא ללכת לישון עם איפור!

טיפולים וטכנולוגיות:

אוהבת מאוד, רק לעבוד חכם. ולהיצמד לטכנית שנתית שמותאמת לכן. לא טיפול אחד וביי- התמודד.

הטיפולים האלו עובדים טוב כשהעור מאוזן, כשיש המשכיות ושלא קופצים בין טיפולים.

עבודה מבפנים:

הבסיס האמיתי (הרוב ממספסות את זה). שיהיה קריטי לעור ולמראה עייף מתחת לעיניים. מים- ממש לא קלישאה! ועדיף מבקבוק 100% נחושת. תזונה- סוכר, חלב, מעובד רואים על העור. סטרס- אחד האויבים הכי גדולים של העור.

מאת אורטל אלימלך

המאפרת אורטל אלימלך על ההבנה כי העור לא צריך תיקון, אלא הקשבה

מאז שאני זוכרת את עצמי יש לי skin issues, זה אף פעם לא היה רק עניין חיצוני, אלא משהו הרבה יותר עמוק. זה חוסר ביטחון שליווה אותי מאוד צעיר והשפיע על איך שאני רואה את עצמי ואת העור שלי.

לאורך השנים עברתי אינספור ניסיונות; קוסמטיקאיות, משחות, טיפולים, איפור, כדורים, באמת הכל- מתוך רצון להגיע לאיזו נקודה שבה אני ארגיש שהעור שלי מושלם.

חשבתי שאם אני אשים יותר מייק-אפ, פחות ייראו את הפגמים.

ברור שההפך הוא הנכון.

עם הזמן והניסיון שלי כמאפרת, איפרתי מאות נשים. הבנתי שהרדיפה הזאת אחרי שלמות היא אשליה.

נתקלתי בכל כך הרבה סוגי עור, והיום אני יודעת שעור יפה זה לא איזה קרם מרחתי, איזה טיפול עשיתי או איזה תוסף נטלתי.

עור מדהים זה לא מוצר אחד ולא טיפול אחד. זה שילוב מדיק של הרגלים, חומרים וטכניקה.

צרי לעצמך תכנית שעובדת. אבל יותר מזה- תתמידי בה. אין זבנג וגמרנו.

היופי באיפור הוא שאפשר לעשות אותו קסמים, גם אם זה לערב אחד.

אפשר לטשטש, ליצור איזון, לתקן, לייפות, ליצור סימטריה. ובעיקר- להרים את הביטחון.

אבל כולנו יודעים שבסוף הערב ניפגש עם המסיר.

כמאפרת פיתחתי שיטות איך להתמודד עם כל מיני "בעיות" ולפתור באופן רגעי ומיידי.

המון מאופרות עושות היום טיפולי זוהר לפני אירועים, החדרת לחויות ופעולות שהן לא חלק מהשגרה שלהן כדי להקל עליי בזמן האיפור.

חשוב לי לומר שלפני אירוע חשוב לא לעשות שום טיפול חדש שהעור לא התמודד איתו לפני.

לפעמים זה יוצר פעולה הפוכה, והרבה נשים מגיעות עם עור סופר מיוש, ורואים את זה במיוחד כשהעור פוגש איפור. ולא רק לחות.

מניסיון אני יודעת שמי שתעשה דרך ותתמיד בשיטה- תראה תוצאות.

היום, בגיל 42, העור שלי מטופל, מתוחזק ומאוזן. אני מבינה מה ישיפע על הנראות שלו מבחינת מה אני מכניסה לגוף, כמה שתיתי, כמה ישנתי, מה אכלתי- וחיבת לומר שאני מרגישה הכי בשיא שלי בסקין שלי כרגע.

אני מבינה שמושלם זה לא עור חלק. מושלם זה עור שיש בו חיים, שיש בו תנועה, שיש בו נשימה. שהוא לא מופצץ באיפור ובכיסוי.

LESS POLISHED,

IT'S NOT MESSY - IT'S
INTENTIONAL.
AND THAT'S EXACTLY THE
POINT.



01



02



03



04

01 DOUBLE
LAYERS

02 CARGO
RETURN

03 MESSY ALL
OVER

04 THE
DETAILS

MORE YOU

הקאמבק של מכנסי ה-3/4, השכבות והבלגן המכוון

נסטיה ליסנסקי חולקת איתנו את כל מה שאנחנו צריכות לדעת לעונה הקרובה
היי מילינאליות יקרות!
!We are back
תחזית טרנדים לקיץ 2026 – בלי הקדמות מיותרות. תחנו ברייצ'ל גרין פינת האנה מונטנה,
ואנחנו מתחילות.

הראשון והקל ביותר לביצוע: מראה טי-שירט בשכבות

כפי שהנגישו לנו בMiu Miu – כבר לפני שנה, בצורת טי-שירט שלוש שכבות במחיר של 1500 יורו.
תודה למיוצ'ה על ההשראה, אבל לכולנו יש בבית בייסיקים. נשלב לבד: טי-שירט על חולצה ארוכה
בתקופת המעבר, שתתחלף לגופייה על טי-שירט כשתצא השמש. לכן תוסיפו מכנסי דגמ"ח, ויש
לכן לוק רייצ'ל גרין קלאסי.

מכנסי דגמ"ח גם הם עושים קאמבק. רוצות לדייק?

מייק איט 3/4 כפי שנצפו על כל דיוות הפופ בתחילת שנות ה-2000, מפרגי ועד דסטניז צ'יילד.
כאשר כתבתי בחיפוש הפינטרסט שלי "cargo pants 2000", התמונה הראשונה שעלתה היא של
קארי ברדשו לובשת מכנסי דגמ"ח בגובה ברך, עם חולצת רגלן (חולצת טי-שירט אמריקאית שבה
השרול תפור באלכסון), עם הדפס מספרים הלקוח מעולמות הפוטבול- והאינטרנט משתגע.

תרשמו לפניכן:
חולצת רגלן אמריקאית + מכנסי דגמ"ח בגזרת 3/4 + כפכפי אצבע = רייצ'ל גרין
חולצת רגלן אמריקאית + מכנסי דגמ"ח בגזרת 3/4 + סטילטו = קארי ברדשו
בכלל, מכנסיים בגזרת 3/4, המכונים קאפרי- עושים את הקאמבק הגדול של חייהם מאז האנה
מונטנה. וג'ן זי על זה בכל הצורות: מקלין גירלז (ראו ערך קרולין בסט) ועד מאסי גירלז (ראו ערך
קארי ברדשו).

מה שמביא אותנו למחנות הטרנדים

הניקיון והפשטות של קרולין בסט, בעקבות הצלחת הדרמה Love Story. מול הבלגניזם המכוון
המתבטא בשכבות, ריבוי אביזרים, והאהוב עליי מכל Messy hair, שמתבהר להיות הטרנד החזק
לשער בקיץ 2026.

ביי לבייביליס המלוקק והיי לשיער "הרגע התעוררת".
ותודה לאחיות אולסן שהביאונו עד הלום!

מאת: נסטיה ליסנסקי

[Skin Resilience]

היכולת של העור לא רק להראות טוב בזמן הווה, אלא לעמוד איתן מול נזקי הסביבה והזמן, כשאנחנו מרגישים קורנים ובטוחים, המערכת הביולוגית פועלת בצורה יעילה יותר, ומייצרת לחות וחיוניות באופן טבעי.

המעבר מטיפול בסימפטומים למדע של פוטו-ביו-מודולציה מאפשר לנו להבין את העור כפי שהוא באמת; מערכת ביולוגית הרגישה לאורכי גל ספציפיים. ה-Radiance הוא האינדיקציה הקלינית לכך שהמערכת נמצאת באיזון; המיטוכונדריה מייצרת אנרגיה, האוטופגיה מנקה את הפסולת, והגנים מייצרים את הלחות והחלבונים הדרושים.

האור פשוט שם, משתקף החוצה כעדות לבריאות תאית עמוקה וחוסן פנימי.

מאת ד"ר עובד גת

בתוך כל תא ותא בגוף שלכם, המיטוכונדריה לא רק מייצרת אנרגיה אלא פולטת ביופוטונים. המקורות מראים שלא מדובר בקסם, אלא בפיזיקה טהורה. בזמן הנשימה התאית מתרחשת זליגה של אלקטרונים, המגיבים עם חמצן ויוצרים מצבים מעוררים, כמו "חמצן סינלטי" - מולקולה שספגה עודף אנרגיה, המצויה במצב לא יציב. כמו קפיץ מתוח. כאשר המולקולה שואפת לחזור לשיווי משקל, האנרגיה משתחררת בצורה של חלקיקי אור - פוטונים.

חו בדיוק הסיבה ש- Radiance הוא עדות למערכת שמייצרת אנרגיה. וכאשר מבינים את זה כל הגישה משתנה.

אחת החזיתות המרתקות ביותר בתחום ה"רפואה הקוונטית" היא חקר הביו-פוטונים (Ultra-weak photon emissions) מתברר כי תאים חיים פולטים אור חלש מאוד כתוצר לוואי של המטבוליזם שלהם. המחקר מראה כי קיים הבדל מובהק בדפוסי פליטת האור, בין תאים בריאים לתאים תחת עקה. במצב של איזון (הומאוסטסיס), פליטת הפוטונים מתרחשת בדפוס מסודר, המעיד על מטבוליזם תאי תקין.

כדי שהאור יוכל לעבור דרך שכבות העור ולהשתקף החוצה, התא חייב להיות נקי מ"רעש" ביולוגי. כאן נכנס לתמונה מנגנון האוטופגיה, מערכת הניקוי היסודית של התא. האוטופגיה מפרקת חלבונים פגומים ופסולת תאית, שהופכת את התא לעכור. כשהתא עובר ניקוי רעלים עמוק, הוא הופך לצלול יותר. האור הפיזיקלי כבר לא נבלע בתוך "ערפל" של פסולת ביולוגית, אלא עובר דרך השכבות, משתקף מהדרימס הבריא ובוקע החוצה. זוהי השקיפות הביולוגית שיוצרת את ה- Radiance - האמיתי.

הקשר הזה בין עור-אור-מוח הוא ציר ביולוגי יציב. כשהמערכת התאית פועלת בצורה אופטימלית, היא משדרת אותות של חוסן פנימה, ומשפיעה ישירות על הביטוי הגנטי שלנו. גירוי נכון של התא מפעיל גורמי שעתוק המעוררים גנים חיוניים; פחות דלקת, יותר קולגן. היכולת הזו של העור להגיב לגירויים, לתקן נזקים ולשמור על יציבות, היא הבסיס לחוסן העורי -

Radiance is Biology: לא אמקט ולא פילטר; מערכת תאית הפועלת נכון. מבט מדעי על הדרך שבה התא מתחיל להאיר מבפנים.

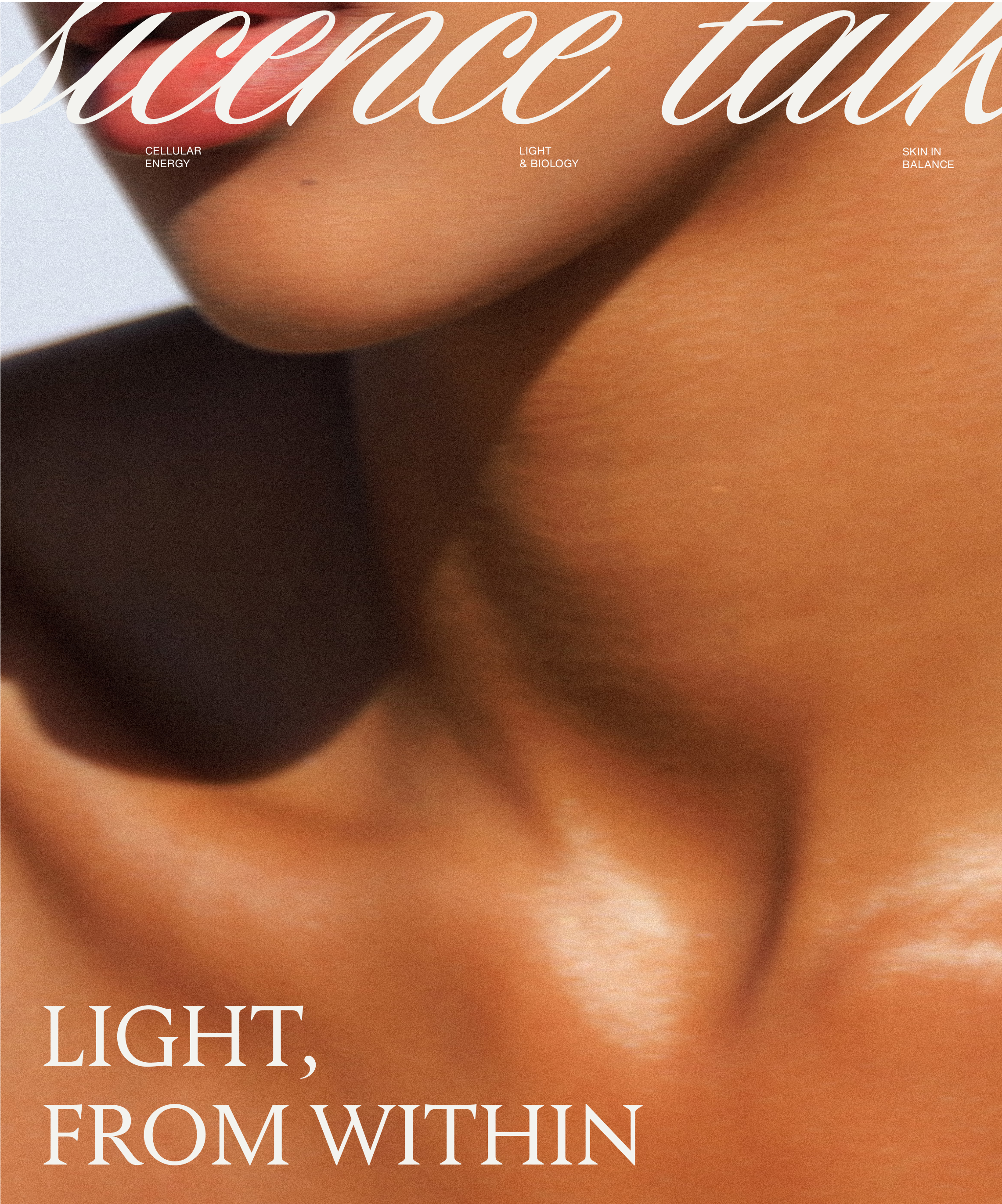
בעולם ה-Skin Longevity, המושג Radiance אינו רק תיאור אסתטי של עור חיוני, אלא ביטוי קליני למצב ביולוגי מוגדר: עור שנמצא בתהליך תיקון מתמיד (Repair Mode) ולא במצב עקה (Stress). כשאנחנו מביטים בפנים קורנות, אנו למעשה צופים בתוצאה של מנגנונים תאיים הפועלים בשיא היעילות שלהם. במובן העמוק ביותר, המדע מציע לנו לבחון את האופציה שהתאים שלנו לא רק קולטים אור; הם מייצרים אותו.

מחקרים חדשים חושפים כי התאים שלנו הם יחידות ביו-אנרגטיות שמתפקדות כמעין "מנורות" קטנות המקרינות חיוניות כשהן מאוזנות. זוהי "שקיפות ביולוגית" הנוצרת כאשר המנגנונים התאיים פועלים בצורה אופטימלית.

במרכז התא שוכנת המיטוכונדריה, תחנת הכוח האחראית על ייצור אנרגיה (ATP). המדע המודרני בתחום הפוטוביולוגיה חושף כי המיטוכונדריה מתפקדת כפוטו-אקספטור. היא מצוידת במולקולות רגישות לאור, ובראשן האנזים ציטוכרום c אוקסידאז. במצבי סטרס, מולקולות של תחמוצת חנקן (NO) נצמדות לאנזים זה וחוסמות את יכולת התא לנשום ולייצר אנרגיה.

כאן מתרחש קסם פיזיקלי מרתק: חשיפה לאורכי גל ספציפיים (כגון אור אדום או NIR) גורמת לניתוק ה-NO-מהאנזים. שחרור זה מפעיל מחדש את שרשרת הנשימה התאית, מאיץ את ייצור האנרגיה ומשחרר אותות ביולוגיים. אלו נמצאו כמרחיבים כלי דם ומשפרים את זרימת החמצן לעור. זהו הרגע שבו ה"חסימה" משתחררת, והעור מתחיל להקרין חיוניות.

כאשר חושבים על המושג Radiance, בקלות ניתן לדמיין עור מבריק על שלט חוצות בפרסומת למוצר קוסמטי. אבל האמת היא שבראש שלי האסוציאציה שונה לגמרי. זיכרון שהדהים אותי מהרצאה ששמעתי בזמן לימודי, אשר עוסקת ביכולת תאים אנושיים לייצר אור בעצמם.



RADIANCE IS BIOLOGY

אל הקקאו מצטרף שורש המאקה

הרכיב השני במשקה הרבעוני, צמח אדפסווגני חזק (צמח הכם היודע להתאים את עצמו לצורכי הגוף, ולעזור לו לאזן מצבי דחק וסטריס פיזיים ונפשיים). שורש המאקה גדל בתנאים הקיצוניים של הרי האנדים. הישרדותו בסביבה זו הובילה להתפתחותן של מולקולות נדירות, שנראה כי אינן קיימות בשום צמח אחר בטבע, הנקראות מאקמידיים. מחקרים מראים כי כאשר המאקה נספגת בגוף, היא מתניעה תהליך קריטי הנקרא אוטופגיה, מנגנון הניקוי העצמי של התא, המפרק ומפנה רעלים ופסולת שהצטברו עם השנים. תא נקי הוא תא שמסוגל לייצר אנרגיה בצורה יעילה, יציבה ומדויקת יותר. במקביל, המאקמידיים מתקשרים עם המערכת האנדוקרינאיד במוח, ומעכבים את האנזים שאחראי על פירוק "מולקולות האושר" שהעניק לנו הקקאו. כך מתארכת ההשפעה שלה גם ברמה הביוכימית.

בנוסף, המאקה פועלת לאיזון ציר ה-HPA במוח, מערכת הבקרה המרכזית, האחראית על תגובת הגוף למצבי סטרס. היא מפחיתה את הפרשת הורמון הקורטיזול, ומגנה על העור ועל המערכת החיסונית מפני ההשפעות השוחקות של סטרס כרוני.

זהו לא שילוב מקרי, זוהי אסטרטגיה, יצירת דיאלוג ביולוגי מדויק.

שילוב של כך קקאו נא, וחצי כפית אבקת שורש מאקה בשייק הבוקר שלכם, הוא פעולה קטנה, אך כזו שמשנה את כללי המשחק: ניקוי המערכת התאית, הגנה על המוח מפני זק חמצוני, שיפור תפקוד המיטוכונדריה, ואיזון מערכות שמכתיבות את קצב ההזדקנות שלנו.

זוהי אנרגיה טהורה, שנראה כי המשתקפות ישירות בעור בריא וקורן.

בסופו של דבר ההבדל אינו רק בין קקאו לשוקולד, זהו הבדל בין הרגל לבחירה.

כל משקה הוא הזמנה לעצור ולהתבונן במה אנו מכניסים לגוף שלנו. מתוך רצון לדייק, לבחור בחומרים שפועלים נכון לאורך זמן. כך בדיוק נראית אריכות ימים אקטיבית, חכמה ומבוססת מדע.

הרכיב הראשון במשקה הרבעוני הוא קקאו נא

או בשמו הבוטני תאוברומה קקאו (Theobroma cacao). חשוב להבדיל אותו מהשוקולד המעובד והמוכר, שעבר קלייה בטמפרטורות גבוהות אשר פוגעות בערכים התזונתיים שבו.

הקקאו הוא שומר על פרופיל עשיר של מולקולות ביולוגיות פעילות בשם פוליפנולים, אלו תרכובות טבעיות הפועלות כנוגדי חמצון עוצמתיים. הכוכב המרכזי שבהם הוא פלבנול ייחודי בשם אפיקטכין (Epicatechin). זהו חומר הנמצא כמסוגל לחדור לתאים ולהפעיל חלבונים ספציפיים הנקראים סירטואינים, אותם "גנים של אריכות ימים" מחקרים מראים כי הפעלתם מעודדת את הגוף לייצר מיטוכונדריות חדשות ולהאט את ההזדקנות התאית. במקביל, הקקאו הוכח כמצעיר את תאי האנדוטל, המרפדים את כלי הדם, ובכך משפרים משמעותית את זרימת החמצן בגוף. לצד זאת, הקקאו מכיל גם תיאוברומין (Theobromine), רכיב שוקשר מדעית לעיכוב השעון האפיגנטי, המדד לגיל הביולוגי האמיתי של הגוף (בשונה מהגיל שכתוב בתעודת הזהות), וכן האנדמין, המכונה "מולקולת האושר", התורמת לאיזון נפשי ולתחושת רוגע. בכדי לשמר את כל אלו, תהליך העיבוד של פולי הקקאו חייב להיות בטמפרטורה נמוכה, אחרת אותם מנגנונים ביולוגיים עדינים פשוט אינם שורדים.

תזונה תומכת לונג'ביטי: האם משקה האלים העתיק הוא הסוד ללונג'ביטי?

האוצר האבוד של בני המאיה.

לפני אלפי שנים הוא נקרא "מזון האלים", בני המאיה האמינו שקקאו הוא מתנת האל שמעניקה זוהר וכוח.

היום, המדע מגלה שהיה משהו באמונתם. בין השוקו, השוקולד המוכר והמעובד לבין הקקאו הנא- קיים פער משמעותי. כזה שלא מורגש בטעם בלבד, אלא באופן שבו הגוף מגיב אליו, סופג אותו ונבנה ממנו.

ב-Longevity Bar של ETERNO, הבחירה בקקאו אינה נוסטלגית ואינה קולינרית. היא מדויקת. כזו שמבקשת לחזור אחורה, לפני העיבוד, לפני החימום, לחזור אל הצורה שבה הטבע התכוון שנפגוש את החומר.

בתוך כל תא בגופנו פועלת מערכת מתוחכמת. במרכזה עומדות המיטוכונדריות, ותנועת הכוח המיקרוסקופיות של התא. הן מייצרות את האנרגיה הדרושה לנו כדי לחשוב, לפעול ולשמור על עור קורן וחיוני. בצעירותנו, התהליך הזה, המכונה ביוגנזה מיטוכונדראלית (יצירת תחנות כוח חדשות), מתרחש בקצב מהיר ונטול מאמץ. אך עם חלוף השנים, תפקוד המיטוכונדריות יורד, ונזק חמצוני מתחיל להצטבר בתאים.

החדשות הטובות הן שמחקרים מראים כי המדע המודרני מאפשר לנו להתערב בתהליך ההזדקנות הזה בדיוק ברמה המולקולרית, גם בעזרת שילוב רכיבים תזונתיים עוצמתיים. מתוך תפיסה זו נבנה המשקה הרבעוני של ETERNO.



LONGEVITY, *From*
The INSIDE OUT.

THE DRINK OF THE MONTH, THE SECRET TO LONGEVITY

THE GODS'
SECRET DRINK

THE NAD⁺ PROTOCOL

A PRECISION PROTOCOL THAT RESTORES NAD⁺ - REACTIVATING REPAIR, ENERGY, AND SKIN RESILIENCE FROM WITHIN.

שתי המולקולות המרכזיות הן NMN ו-NR.
Nicotinamide Riboside (NR) הוא נגזרת של ויטמין B3 שנחקרה רבות ונחשבת לבטוחה ויעילה להעלאת רמות ה-NAD⁺ בדם פי שניים עד שלושה.
NMN נחשב לדור הבא, הוא נמצא צעד אחד לפני ה-NAD⁺ בשרשרת הייצור, ולכן מהווה ספק ישיר ומהיר יותר. מחקרים עדכניים בפיברובלסטים (תאי מפתח בעור), הראו כי NMN לא רק מגביר את ייצור האנרגיה, אלא גם מפעיל מחדש את מנגנון האוטופגיה.
הטיפול הרבעוני (LFT - Longevity Facial Technology) שבניתי, מבוסס על ההבנה ש Skin Radiance הוא תוצאה של מערכת מתפקדת, לא של התערבות נקודתית. הפרוטוקול העונתי ל Membeship שלנו, משלב שימוש בפורמולת NAD⁺ יחד עם טכנולוגיה שמגרה את הפטו-אקספטורים במיטוכונדריה באמצעות אורכי גל מדויקים.
זהו תהליך של רענון עקבי, שנועד לתמוך במערכת ובתקשורת הבין-תאית, עוד לפני שהיא נכנסת למצב של עקה כרונית. כאשר אנו רואים עור שמשדר חיוניות לאחר טיפול LFT, אינו עדים ל"קסם", אלא לתוצאה של ביולוגיה שחזרה לתפקד.
הגרעין מדבר שוב עם המיטוכונדריה, והסירטואינים חוזרים לבצע את עבודת התיקון שלהם. זוהי ארכיטקטורה ארוכת טווח של בריאות, כזו שבה הבחירה המקצועית היא לתחזק את המנגנונים הפנימיים, כדי לאפשר לעור לפעול כמערכת יציבה ועמידה לאורך זמן.

-
מאת ד"ר ענבל גת

הטיפול הרבעוני החדש פועל במקום שבו ההזדקנות מתחילה באמת. פרוטוקול LFT הרבעוני מבוסס על הפעלה מחדש של מנגנוני תיקון כבסיס לזוהר אמיתי שאינו תלוי בהתערבות שטחית.

קיימות מעט מאוד מולקולות הנמצאות בלב כל מה שמתרחש בתא שלנו. אחת המדוברות אינה ויטמין גנרי ואינה תוסף טרנדי; זהו קו-אנזים קריטי שהגוף מייצר מיום לידתנו, ורמתו צונחת כמחצית עד גיל הביניים. שמה: NAD⁺.

במובן המדעי, NAD⁺ הוא המתווך המרכזי של האנרגיה בגוף. דמיינו אותו כמטבע האנרגיה שבלעדיו התא לא יכול "לרכוש" שירותי תיקון ותחזוקה. כאשר רמותיו יורדות, נוצר "עקב אכילס" ביולוגי: הגרעין והמיטוכונדריה (תתנת הכוח של התא) מאבדים את יכולתם לתקשר, והתוצאה היא קריסה הדרגתית של המנגנונים השומרים על חיוניות התא.

כאן נכנסים לתמונה הסירטואינים - צוות התחזוקה של התא. SIRT1, הפועל בגרעין, משמש כמנהל הפרויקט האחראי על תיקון ה-DNA, לצידו SIRT2, שומר של יציבות התא בציטופלזמה, ו-SIRT3, הפועל במיטוכונדריה, הוא מהנדס הכוח, שמשמר את ייצור האנרגיה. שלושתם פועלים על סוללות NAD⁺. כאשר "הסוללה" מתרוקנת, צוות התחזוקה מפסיק לתפקד. ה-DNA צובר שגיאות, והאנרגיה התאית דועכת.

כדי להשיב את הגלגל לאחור, ואת המערכת לאיזון, המחקר המדעי ממשיך לחשוף את חשיבותו של NAD⁺ ומתמקד ב"חומרי המוצא" (Precursors) של NAD⁺.

WHERE DOES REAL REPAIR BEGIN?
AT THE CELLULAR LEVEL.
WHEN NAD⁺ DECLINES, ENERGY FADES
AND REPAIR SLOWS.
BY RESTORING IT, WE REACTIVATE THE
SYSTEMS THAT SUSTAIN SKIN HEALTH,
RESILIENCE, AND RADIANCE.

repair, heal
and renew



Recovery Room



Waiting Area



 ETERNO
Skin Longevity clinic
Dr. Inbal Gat

Skin Longevity clinic
Dr. Inbal Gat

MANDARIN,
TEL AVIV

053-9458960

צילום וניהול אומנות
אלון שפרנסקי

קריאייטיב
רועי ברגר

מיתוג ועיצוב גרפי
dmwa.co

הפקה
אלה רוכמן

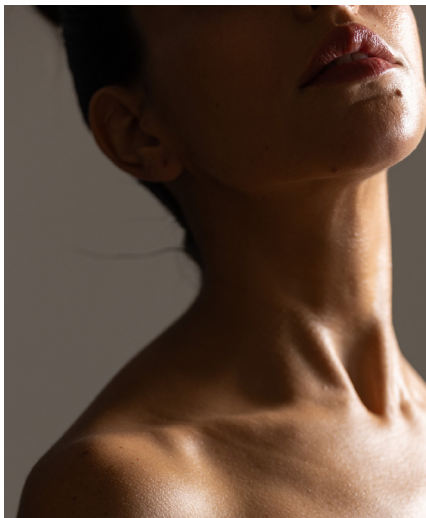
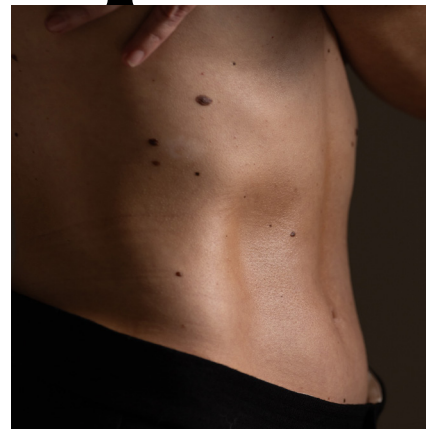
עיצוב הקליניקה
יואב פולטורק



THE TRUTH BEHIND



LONGEVITY MYTHS:



ניפוך מיתוסים בעולם הלונג'ביטי:
שתי הטעויות הגדולות המעכבות
אנשים מלהתחיל

מאת ד"ר ענבל גת

[01]

מיתוס ראשון: "אני במשרד כל היום,
אני לא צריכה למרוח קרם הגנה"

הנחת היסוד ששהייה במשרד "מגינה" על העור אינה
מדויקת ביולוגית.

מחקרים מראים כי קרינת ה-UVA אינה מזיקה רק אם
יצאת לים. היא חודרת זכוכית, מופצת ממסכי מחשב
ומתאורה יומיומית שגרתית. היא פועלת בשקט
לאורך שעות.

הנזק המשמעותי לעור לא מגיע מחשיפה דרמטית אלא
מחשיפה יומיומית מצטברת, כמעט בלתי מורגשת.

בדיוק בגלל זה ב-Skin Longevity ההסתכלות היא על
האפקט המצטבר, העניין הוא לא כמה זמן היית בשמש,
אלא כמה חשיפה מצטברת העור חווה לאורך שנים.

קרם הגנה הוא כלי הגנה משמעותי מנזק לתאים.

גם יום "משרדי" לחלוטין הוא חלק מהסיפור הכולל של
העור שלך.

[02]

מיתוס שני: "אני אשן כשאני אמות"

האמת היא ששינה היא לא רק לעצלנים, היא תהליך
ביולוגי חשוב.

במהלך היום מצטברת במוח פסולת מטבולית. בלילה, הגוף
מפעיל מנגנוני ניקוי שמפנים, ומנקים אותה. כאשר לא ישנים
מספיק, או לא ישנים נכון הפסולת הזו מצטברת. ואז מתחילות
בעיות בתפקוד המנטלי, ביכולת הקוגניטיבית ואפילו סיכון
למצבים נוירולוגיים מורכבים כמו דמנציה.

ישנם גורמים רבים אשר משפיעים לנו על איכות השינה:
טמפרטורה, אור, חשיפה למסכים ואף הרגלים כמו צריכת
קפאין ואלכוהול בטווח זמן שאינו מספק לפני השינה.

המשפט "אני אשן כשאני אמות" נשמע כמו בחירה
בפרודוקטיביות. בפועל, זוהי בחירה בשחיקה.

שינה היא מנגנון תיקון שאסור לזלזל בו.