



MOOI ZIJN IS JE MOOI VOELEN

Je lichaam: het enige 'huis' waar je van geboorte tot dood in blijft wonen. Ondanks alle aandacht die in de media besteed wordt aan plastische/ esthetische chirurgie, hangt er nog steeds een taboesfeer rondom dit onderwerp. Vaak hoor ik in mijn praktijk patiënten vertellen dat behalve hun partner of een enkele vriendin niemand weet dat men een ingreep laat uitvoeren. De redenen die men er voor aanvoert zijn dikwijls dat men bang is voor kritische geluiden uit de omgeving. Angst voor veroordeling 'dat men daar zijn geld aan uitgeeft'. Ook durft men blijkbaar niet kenbaar te maken dat men een complex zou kunnen hebben van hetgeen men middels een ingreep laat verbeteren. Schaamte is een remmende factor. Waar komt die schaamte vandaan? In onze cultuur is het kennelijk 'bon ton' om het uiterlijk van het lichaam maar te accepteren zoals het is. Dat men regelmatig naar de kapper gaat en nieuwe kleren koopt, is wel een geaccepteerde zaak. In die zin mag er wel aan 'verfraaiing' worden gedaan. Wanneer men zijn huis verbouwt, nieuwe meubels koopt en de tuin opnieuw aanlegt, wordt het oordeel van de omgeving kennelijk niet gevreesd. De belangrijkste criticus van je uiterlijk ben je zelf. Het beeld dat men van zichzelf heeft wordt samengesteld uit het eigen spiegelbeeld en herinneringen uit het verleden, soms getoetst aan een vergelijking die men treft met leeftijdsgenoten. Dit zou een aanleiding kunnen zijn tot het bezoek aan een plastisch chirurg. 'Ik voel me als twintig jaar geleden, maar als ik in de spiegel kijk klopt het niet meer'. Een veel gehoorde uitspraak in mijn praktijk. Er zijn diverse oorzaken voor het veranderen van het uiterlijk in de loop van het leven. Op de eerste plaats is er het natuurlijke verouderingsproces. Dit proces kan onder invloed van gezonde voeding, vermindering van stress en bescherming tegen overmatige zonnestralen vertraagd worden. Deze factoren kan eenieder van ons zelf in de hand nemen. Op de tweede plaats is bij vrouwen de zwangerschap en het geven van borstvoeding een belangrijke oorzaak voor veranderingen in de lichaamscontouren. Later speelt ook de veranderende hormoonhuishouding door de menopauze een rol. Ten derde zijn er de erfelijke factoren die er voor zorgen dat de een veel sneller tekenen van ouderdom of vermoeidheid vertoont dan de ander. Met het verbeteren van de lichaamscontour of het aangezicht neemt het welzijn toe, men voelt zich letterlijk 'beter in zijn vel', het leidt tot een grotere innerlijke tevredenheid en meer zelfvertrouwen. Nu, midden in de zomer, neemt het bewustzijn van het eigen lichaam toe omdat men meer naar buiten gaat en anderen ontmoet. Het ideale moment om eens extra in de spiegel te kijken. Het moment om het enige 'huis' waar u uw leven lang in blijft wonen, eens extra in het zonnetje te zetten.

dr. Roberto Roddi

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Roberto Roddi'.