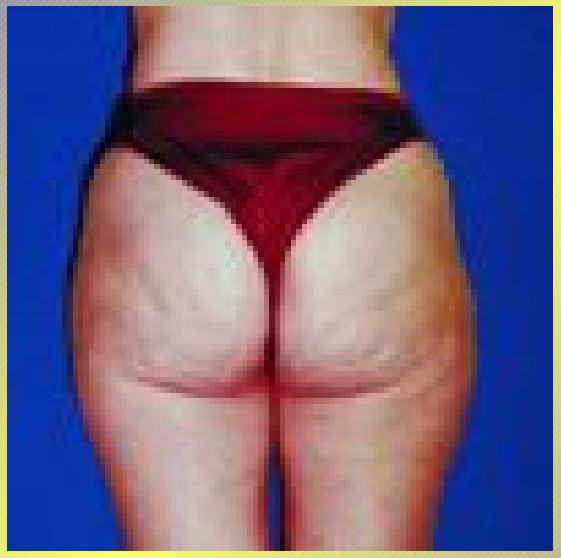
Cellulit, metody leczenia, Endermologia



Cellulit

Zmiana ukształtowania skóry występująca głównie u kobiet w okolicy bioder, brzucha, ud, wewnętrznych powierzchni kolan, pośladków.

Charakteryzuje się tworzeniem nieregularnych zgrubień, guzków pod skórą, czasami bolesnych, przyjmujących charakterystyczny wygląd "skórki pomarańczowej" lub "materaca".

Objawy cellulitu pojawiają się zwykle w okresie pokwitania (12%) lub w czasie ciąży (20%) oraz u kobiet przed menopauzą (20%).

Z punktu medycznego cellulit rozpatrywany jest jako choroba o charakterze metabolicznym tkanki podskórnej, dotycząca patologii komórek tłuszczowych, tkanki łącznej oraz mikrokrążenia skóry i tkanki podskórnej.

(c) itt 2007

Inne określenia cellulitu:

- guzkowe twardniejące zwyrodnienie tłuszczowe (nodular liposclerosis)
- obrzękowo – włókniejące zwyrodnienie tkanki podskórnej (oedemato – fibro - sclerotic panniculopathy)
- zmiany zwyrodnieniowe tkanki podskórnej (panniculosis)
- lipodystrofia typu kobiecego (gynoid lipodystrophy – GLD)

Czynniki predysponujące do wystąpienia cellulitu:

1. Genetyczne:

- płeć (prawie wyłącznie u kobiet)
- rasa (najczęściej biała)
- typ biologiczny (u kobiet latynoamerykańskich zmiany lokalizują się głównie na biodrach, u kobiet o typie nordyckim lub anglosaskim – na brzuchu)
- rozkład tkanki tłuszczowej, liczba, stan gotowości i czułość receptorów hormonalnych
- predyspozycja do rozwoju niewydolności żylnej

2. Środowiskowe:

- złe nawyki żywieniowe:
  - nadmierne spożycie tłuszczów i węglowodanów
  - nadmierna podaż soli (gromadzenie wody)
- siedzący tryb życia:
  - zmniejszenie masy mięśniowej na korzyść tkanki tłuszczowej
  - zwiotczenie ścięgien i mięśni
  - zmniejszenie wydolności pompy mięśniowej w kończynach dolnych (zastój płynów)
- noszenie obcisłych ubrań (utrudnia odpływ żylny)
- noszenie butów na wysokich obcasach (sprzyja dysfunkcji mięśni łydek, utrudnia odpływ żylny)
- palenie papierosów (zmiany w mikrokrążeniu, wyzwala tworzenie wolnych rodników)
- picie alkoholu (nasila tworzenie tłuszczu)

3. Hormonalne:

- głównie nadmiar żeńskich hormonów – estrogenów

4. Choroby współistniejące:

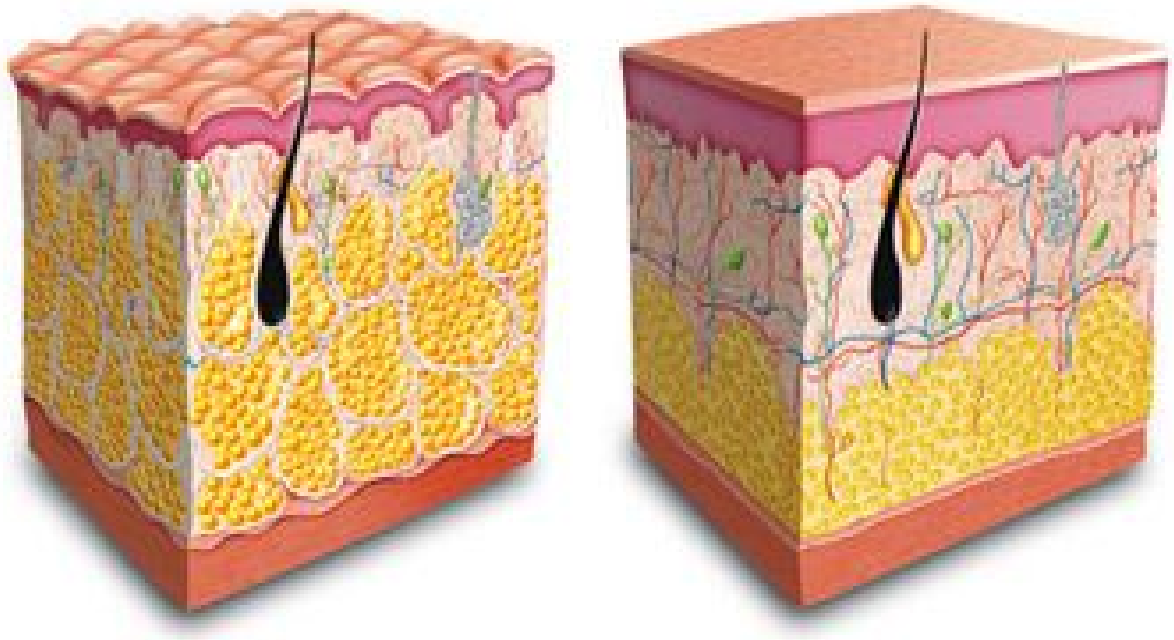
- metaboliczne
- hormonalne
- choroby układu krążenia
- choroby ginekologiczne
- choroby nefrologiczne
- choroby żołądka i jelit

5. Czynniki związane z leczeniem:

- preparaty antykoncepcyjne
- preparaty przeciwhistaminowe
- preparaty przeciwtarczycowe
- beta-blokery

6. Ciąża

- w patogenezie cellulitu udział bierze wiele czynników, w związku z tym stosuje się wiele różnych metod terapeutycznych, m. in. leczenie fizykalne, mechaniczne, chirurgiczne, środki farmakologiczne oraz metody mające na celu osłabienie czynników nasilających zmiany.



Mechanizm powstawania cellulitu:

- Zwiększenie ilości komórek tłuszczowych.
- Zagęszczanie się tkanki tłuszczowej.
- Zwolnienie przepływu krwi.
- Rozciągnięcie przegród międzykomórkowych.
- Powstanie "pomarańczowej skórki"

Mechanizm starzenia się i wiotczenia skóry jest procesem długotrwałym.

Momentem początkowym przyspieszonego starzenia się skóry oraz cellulitu jest zastój płynów międzykomórkowych.

Wystąpienie takiego efektu prowadzi do obrzęków międzytkankowych i zwłóknień, które z kolei prowadzą do blokady tkankowej. Zmiany te przebiegają z coraz większym nasileniem, powodując różne patologie skóry.

Przebieg kliniczny

Rozwój cellulitu jest długotrwałym procesem i stąd przyjmuje się czterostopniową makroskopową i termograficzną skalę nasilenia zmian.

Skala makroskopowa nasilenia zmian:

0. pojawianie się nieznacznych pobruzdowań po ujęciu w fałd skóry.

I. pojawianie się zagłębień po ujęciu w fałd tkanki podskórnej, odpowiadających dodatniemu objawowi "skórki pomarańczowej".

II. zaburzenia w tkance tłuszczowej pod postacią grudek i drobnych guzków, w obrębie objętej cellulitem tkanki tłuszczowej, zagłębienia występują podczas napinania mięśni, np. w pozycji stojącej, co określamy spontanicznym objawem "skórki pomarańczowej".

III. zraziki tkanki tłuszczowej tworzą guzki większych rozmiarów i guzy, będące poprzedzielane tkanką włóknistą, są widoczne również w spoczynku.

Rodzaje cellulitu:

- **Postać twarda** - występuje najczęściej u młodych kobiet, aktywnych, sprawnych fizycznie, ćwiczących, także i szczupłych. W pierwszym momencie cellulit jest mało widoczny, często w korelacji z występującymi rozstępami. Podczas przesuwania tkanek wyczuwa się płaskie ułożenie zmian i przesuwanie tkanek odbywa się łatwiej w poziomie. Nie leczony może przechodzić w bardziej zaawansowaną, ciężką postać.

- **Postać wiotka** - występuje najczęściej u kobiet po 40 roku życia. Skórze i mięśniom towarzyszy spadek napięcia i wiotkość tkanek. Zauważalne są zmiany relacji pomiędzy zanikającą tkanką mięśniową, a powiększającą się tkanką tłuszczową. Odnotowuje się także ogólną różnicę masy ciała
- **Postać obrzękowa** - najcięższa, rzadko występuje - zalecana bezwzględnie terapia kliniczna

LECZENIE:

Jak dotąd leczenie cellulitu stanowi główną domenę kosmetyki.

Działania kosmetyczne polegają na:

- działaniu lipolitycznym,
- działaniu przeciwobrzękowym,
- aktywowaniu przepływu krwi w tkance tłuszczowej,
- regulacji przepuszczalności naczyń włosowatych,
- hamowaniu aktywności aromatazy steroidowej.

Metody fizykalne i mechaniczne:

- **Jonoforeza**: wpływ na kurczliwość naczyń krwionośnych, lepsza penetracja leków
- **Ultradźwięki**: rozszerzanie naczyń krwionośnych, co zwiększa penetrację leków, działanie na degenerację komórek tłuszczowych
- **Termoterapia**: rozszerzanie naczyń krwionośnych
- **Presoterapia**: poprawa odpływu żylnego
- **Drenaż limfatyczny**: stymulacja przepływu limfy, redukcja obrzęków
- **Elektrolipoforeza**: udział prądu o niskiej częstrotliowości na eliminację komórek tłuszczowych
- **Endermologia**: podciśnienie + masaż: stymulacja układu krążenia, limfatycznego, eliminacja toksyn, poprawa utlenowania komórek; metoda nieinwazyjna, bezpieczna, pobudza jedynie naturalne procesy w organizmie

Leczenie farmakologiczne:

- Metyloksantyny (kofeina, teofilina, teobromina, aminofilina)
- Koenzym A, L–karnityna: destrukcja komórek tłuszczowych
- Wyciągi z bluszczu i kasztana indyjskiego (bogate w saponiny) oraz miłorząb japoński, rutyna: uszczelniają drobne naczynia krwionośne, poprawiają odpływ żylny
- Jod i wodorosty: przeciwdziałają gromadzeniu się tłuszczu w komórkach tłuszczowych
- Pentoksyfilina: reguluje przepływ krwi w naczyniach
- Retinol: wzrost grubości i napięcia skóry poprzez wzrost ilości kolagenu
- Krzem

Leczenie farmakologiczne, c.d.:

- Flawonoidy: działanie przeciwzapalne, normalizacja przepuszczalności naczyń włosowatych, spadek lepkości krwi, zmniejszenie tworzenia wolnych rodników
- Algi morskie
- Koenzym Q
- Plankton

Leczenie chirurgiczne:

- liposukcja – tzw. odsysanie tłuszczu

Jednym z podstawowych zabiegów o potwierdzonej skuteczności w leczeniu cellulitu jest masaż. Najczęściej stosowane są:

- Manualny drenaż limfatyczny
- Dynamiczny masaż antycellulitowy
- Masaż pompą próżniową (vacuum)
- Presoterapia (masaż pneumatyczny)
- Endermologia

Endermologia

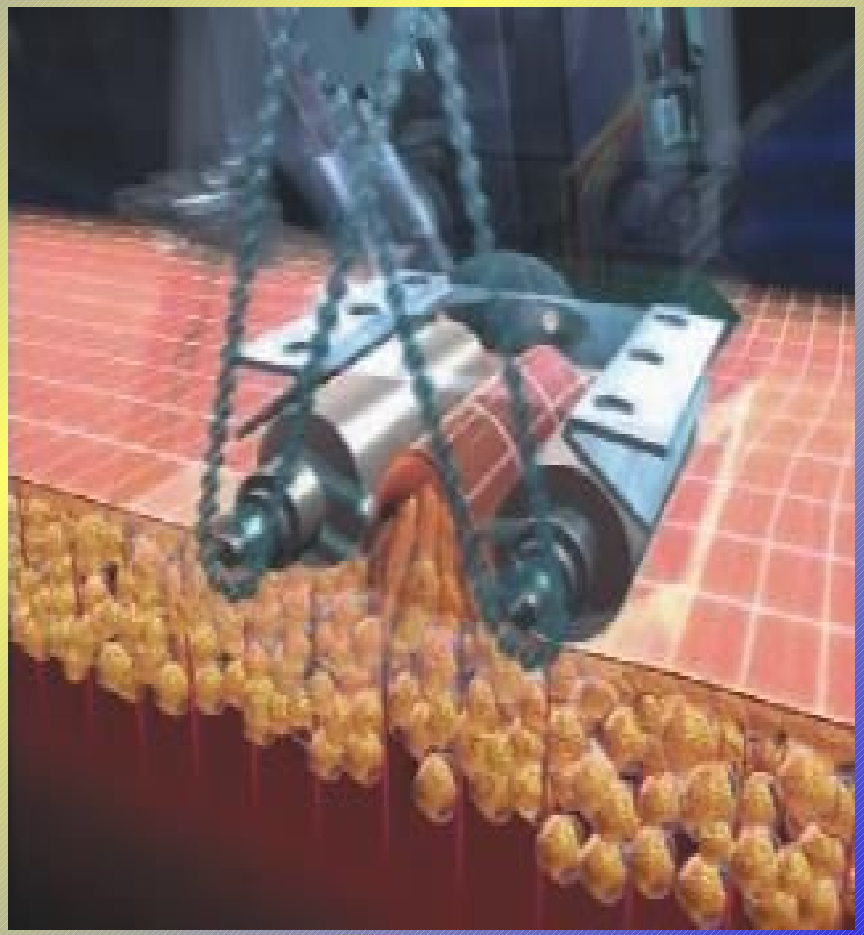
Jest to masaż całego ciała specjalną głowicą wyposażoną w dwie ruchome rolki, które masują zassany do głowicy fałd skóry. Zabieg jest wykonywany w specjalnym trykocie, aby zwiększyć poślizg rolek i nie dopuścić do uszkodzenia skóry.

Endermologia jest jedną z najskuteczniejszych metod walki z cellulitem.

ENDERMOLOGIE

Przebieg zabiegu:

Każda sesja Endermologii trwa ok. 35 min., a jej zalecana częstotliwość wykonywania to 2 x w tygodniu, następnie 1 x w miesiącu. Podczas każdej sesji pacjentka zakłada specjalnie zaprojektowany kostium. Ciało poddawane jest masażowi mechanicznemu przy zastosowaniu dwóch elektronicznie sterowanych rolek , które umieszczone są w hermetycznej komorze i działają w połączeniu z podciśnieniem. Rolki masują skórę ruchem obrotowym wokół własnych osi, a także poprzez przesuwanie się względem siebie.



CEL ZABIEGU:

- redukcja cellulitu (w każdym stopniu zaawansowania)
- ujędrnianie skóry (po porodach oraz kuracjach odchudzających)
- modelowanie i kształtowanie sylwetki (efekt wyszczuplenia)
- wzmacnianie tkanki łącznej (ogólna poprawa stanu skóry)
- zmniejszenie retencji wody poprzez uaktywnienie układu żylnego i limfatycznego
- usuwanie toksyn i zbędnych produktów przemiany materii
- wspomaganie leczenia blizn, oparzeń, obrzęków, regeneracja skóry po operacjach
- mechaniczne złuszczanie naskórka

BEZPIECZEŃSTWO

Endermologia jest metodą absolutnie bezpieczną, bezinwazyjną, pobudzającą jedynie naturalne procesy organizmu.

Czujniki w jakie wyposażone jest urządzenie, dostarczają ciągłej informacji o grubości fałdu skórnego i reakcji na zabieg.

Wyświetlacz kontrolny pełni rolę systemu sterującego z biologicznym systemem zwrotnym, dostarczając wszystkich danych terapeucie.

LPG
3.5
LPG
3.0

Tajemnica skuteczności

Działając głęboko na fałdy i zmarszczki skórne pobudzamy fibroblasty do produkcji kolagenu, elastyny i proteoglicyny, uzyskując efekt ujędrnienia skóry.

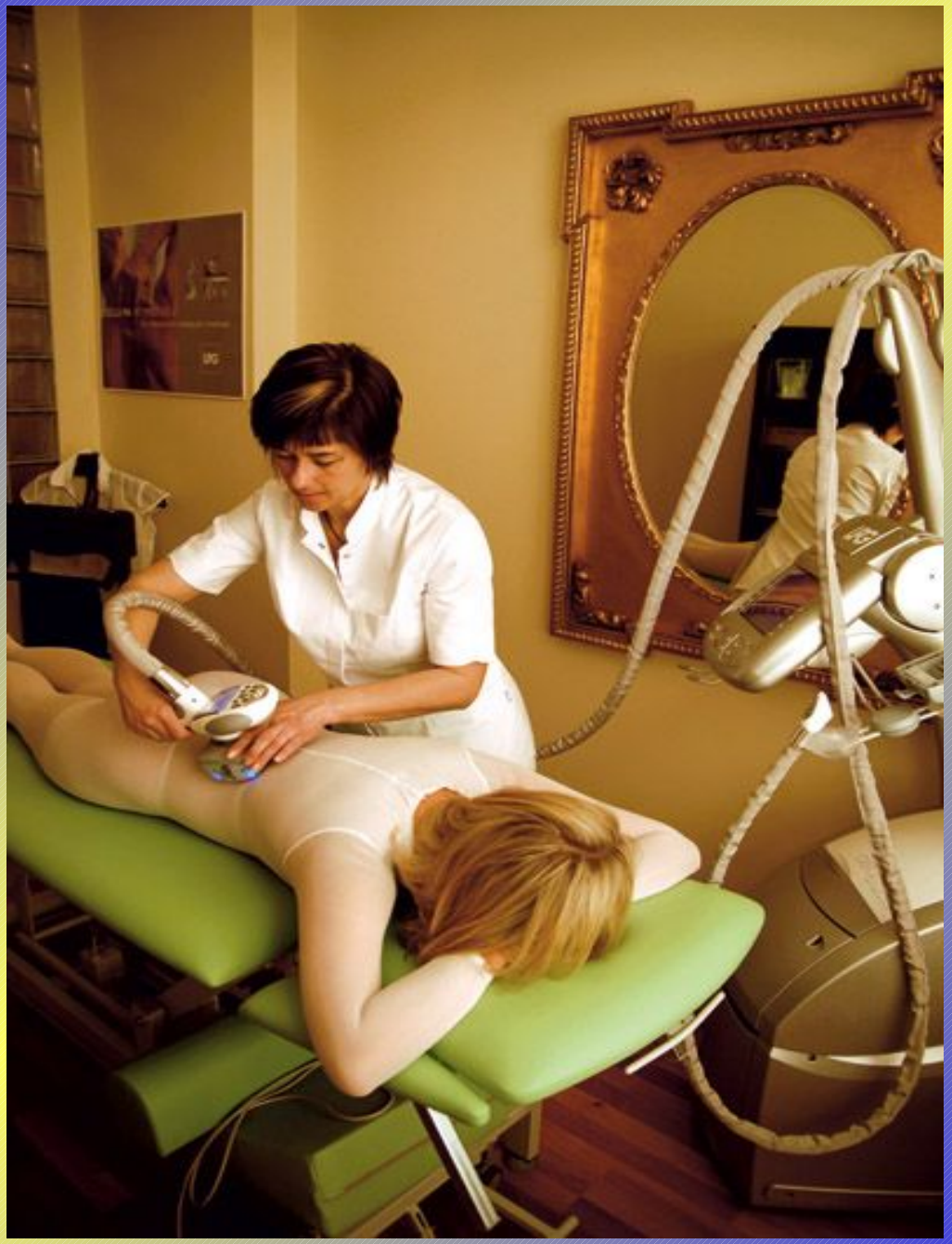
Proces starzenia się skóry zatrzymujemy poprzez zwiększenie przepływu:

- krwi w tętniczkach o 450%
- limfy o 300%
- krwi żylnej o 250%.

Uzyskujemy poprawę metabolizmu i odżywienia komórkowego przy natychmiastowej likwidacji obrzęków międzykomórkowych oraz zwłóknień.

Zastosowanie Endermologii:

- **w zabiegach estetycznych:**
  blizny, blizny pooparzeniowe, cellulit, zwłóknienia, rozstępy, żylaki, sklerodermie, po liposukcji i mammoplastyce
- **w urazach sportowych:**
  obrzęki pourazowe, zmniejszenie zakwasów, przyspieszenie regeneracji układu mięśniowo-więzadłowego
- **w zabiegach rehabilitacji leczniczej:**
  bóle reumatoidalne, niedowłady mięśni, przykurcze, dolegliwości bólowe kręgosłupa



Przeciwwskazania:

- zapalenie żył
- czynny nowotwór
- ciąża
- leczenie antykoagulantami
- stany zapalne skóry
- rumień słoneczny
- trądzik zapalny
- bielactwo
- uszkodzenia mechaniczne skóry
- operacje na twarz przebyte w ostatnich 6 miesiącach
- peeling, mikrodermabrazja, dermabrazja w ostatnim miesiącu
- popękane naczynka
- Botox wstrzyknięty w ostatnich 4 miesiącach

Niezaprzeczalne rezultaty

Bardzo spektakularne rezultaty zabiegów Endermologii można zaobserwować poprzez pomiary i zdjęcia wykonywane przed i po leczeniu.

Niektóre pacjentki zanotowały redukcję rozmiaru ubrania nawet o dwa numery, a efekty chudnięcia widoczne są w najbardziej pożądanych miejscach, a nie np. na twarzy, czy na biuście.

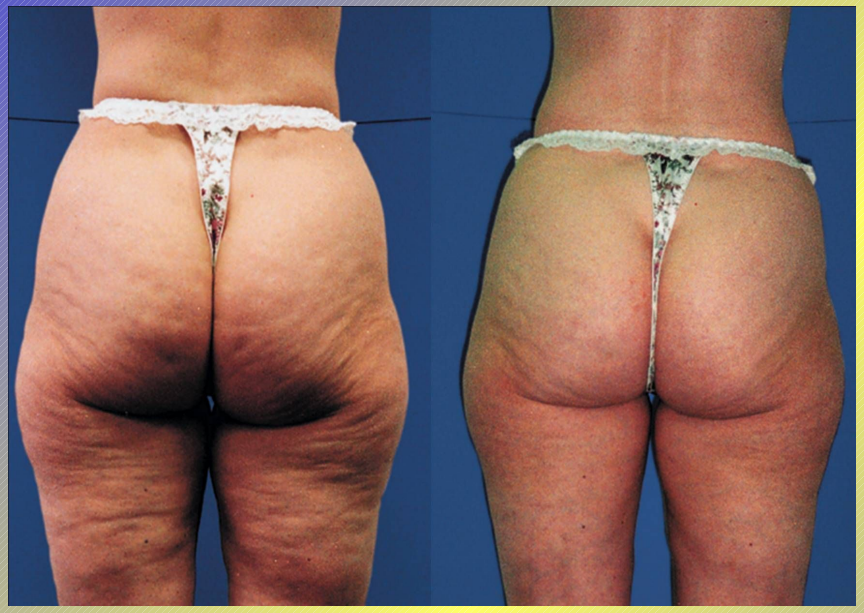
Wyniki stosowania zabiegów Endermologii zależą od indywidualnej morfologii, fizjologii i zwyczajów żywieniowych.

A before
B after

Profilaktyka cellulitu i utrzymanie efektów Endermologii:

- regularne ćwiczenia fizyczne (np. pływanie, spacery, jazda na rowerze, taniec)
- unikanie długotrwałego przebywania w pozycji stojącej lub siedzącej
- dieta bogata w warzywa, uboga w tłuszcze (sok z buraków, seler, ogórki, sok aloesowy, wit. C i E)
- wypijanie co najmniej 2 litrów wody dziennie
- ochrona tkanki tłuszczowej przed urazami (unikanie ciasnego ubrania)
- unikanie gorących kąpieli i nadmiernego opalania się
- regularne ćwiczenia fizyczne
- kontrola wagi
- unikanie noszenia obuwia na obcasie wyższym niż 5cm

Widoczne efekty



Widoczne efekty

Pracę wykonały:

- Magdalena Sulowska
- Małgorzata Krawczyk

Kosmetologia, sem. III, gr. L5