Metody leczenia cellulitu

Do najstarszych metod radzenia sobie z cellulitem należą masaże oraz endermologia. Warto przyjrzeć się również diecie, dbałości o ćwiczenia fizyczne oraz stosowaniu odpowiednich kosmetyków.

Dr n. med. Elżbieta Podgórska, dermatolog, specjalista medycyny estetycznej, Klinika Medycyny Estetycznej Elesthetic Clinic

LipSkuteczne zabiegi lekarskie

KARBOKSYTERAPIA – terapia „cudownym gazem"- śródskórne lub podskórne precyzyjne wstrzykiwanie dwutlenku węgla (CO2). Podawany w ten sposób gaz rozchodzi się równomiernie pod skórą, rozszerzając naczynia, zwiększając natlenienie tkanek i przywracając prawidłowy metabolizm komórkom. Jest to terapia bodźcowa, co oznacza, że pod wpływem CO_2 stymulujemy w tkance procesy regeneracyjne i naprawcze. Dochodzi do szybkiej eliminacji zalegających w skórze toksyn. Zabieg ma dodatkowe działanie przeciwobrzękowe i przeciwzapalne. Dzięki niemu **poprawia się napięcie i elastyczność skóry** (również po porodzie). Skóra staje się wyraźnie odżywiona, zregenerowana i „wyprasowana". Zanika efekt „pomarańczowej skórki".

Gaz jest sterylny, jego ilość i prędkość podania są ściśle kontrolowane. Udoskonalona metoda podgrzewania gazu wpływa na redukcję bólu. Gaz CO_2 podawany podczas zabiegu wchodzi w reakcje z cząsteczkami wody, tworząc cząsteczkę kwasu węglowego, który obniża pH tkanki. Następuje zakwaszenie danego obszaru i zwiększenie uwalniania tlenu z hemoglobiny. **Lepsze dotlenienie tkanek przyczynia się do zwiększenia angiogenezy (proces tworzenia nowych naczyń włosowatych), przebudowy kolagenu i regeneracji skóry właściwej.** W wyniku dalszych reakcji chemicznych zachodzących w tkankach, ich pH staje się zasadowe, co prowadzi do uzyskania efektu znieczulającego i spazmolitycznego, nasilając m.in. utlenianie tłuszczu w komórkach tłuszczowych.

Aby rezultaty były trwale dobrze jest skorzystać z serii zabiegów, najlepiej dziesięciu (optymalnie po dwa zabiegi w ciągu tygodnia). **Karboksyterapia jest zabiegiem dla każdego, kto pragnie pozbyć się cellulitu, ujędrnić skórę twarzy i ciała.** Karboksyterapia to metoda całkowicie bezpieczna, mało inwazyjna i klinicznie sprawdzona. Działa również na obrzęki, sińce pod oczami, stymuluje porost włosów, stymuluje gojenie się ran. Zalecane jest wykonanie od 3-10 zabiegów, 2 razy w tygodniu. Cena jednego zabiegu na dany obszar – 300 zł.

METODY INIEKCYJNE – klasyczna mezoterapia i podskórne podawanie specjalnych koktajli do wygładzenia nierówności (np. RRS HA Cellutrix, Cellu Care) zawierających w swoim składzie: nienasycony kwas hialuronowy, krzem organiczny, antyoksydanty, lipolityki, flawonoidy, mikroelementy, witaminy, rutynę, wyciągi roślinne z karczocha, nostrzyka żółtego, milorządu japońskiego. Oprócz redukcji cellulitu dochodzi do ujędrnienia skóry i poprawy jej jakości, redukcji lokalnego nadmiaru tkanki tłuszczowej. Zalecane jest wykonanie 4-6 zabiegów w odstępach tygodniowych, 1-3 sesje w roku. Cena zabiegu od 300-600 zł.

AQUALYX – lipoliza iniekcyjna. Wspomaga leczenie cellulitu z tzw. lokalnym nadmiarem tkanki tłuszczowej. Polega na wstrzykiwaniu do leczonego obszaru substancji działających niszcząco na komórki tłuszczowe (deoksycholan sodu, nie fosfatydylocholina). Zniszczone komórki tłuszczowe transportowane są do wątroby i wydalane z organizmu przez nerki. Aqualyx podaje się specjalna metoda intralipoterapii. Polecane jest wykonanie kilku zabiegów co dwa tygodnie. Cena zabiegu od 500 zł.

FALE RADIOWE, czyli radiofrekwencja – THERMAGE: nowatorska metoda polegająca na wykorzystaniu fal radiowych do zwiększenia napięcia i ujędrnienia skóry oraz likwidacji cellulitu. Polecana dla osób z nadmiarem skóry na wewnętrznych powierzchniach ud i ramion oraz osób
z obwisłymi pośladkami. Daje widoczny efekt poprawy elastyczności i napięcia skóry dekoltu oraz piersi. Rewelacyjne efekty uzyskuje się stosując ją na zwiotczałą skórę brzucha (np. po ciąży).

Zabieg pobudza naturalne mechanizmy organizmu powodujące regenerację włókien kolagenowych, które odpowiadają za właściwe napięcie, elastyczność i młody wygląd skóry. Efekty zabiegu Thermage widoczne są już po jednym zabiegu i utrzymują się przez 4-5 lat, w zależności od stanu skóry i naturalnego procesu starzenia. Zabieg wykonuje się jednorazowo. Cena zabiegu 6900zł za jeden obszar (np. brzuch, pośladki lub ramiona).

NICI PDO – biodegradowalne, samorozpuszczalne nici o różnej długości zbudowane z polidioksanonu, substancji z której składają się wchłanialne szwy chirurgiczne. Podane do obszaru objętego cellulitem napinają i wygładzają mechanicznie skórę, tworząc rodzaj rusztowania. Ponadto stymulują produkcję naturalnego kolagenu i elastyny. Wchłaniają się w ciągu 2-9 miesięcy, dając efekt utrzymujący się ponad rok. Cena zabiegu zależy od ilości zaimplantowanych nici, średnio od 1000zł.

Jeszcze raz o cellulicie

Cellulit (GLD) – gynoid lipodystrophy, lipodystrofia typu kobiecego, liposkleroza, powszechny kosmetyczno-medyczny defekt skóry, któremu sprzyjają estrogeny. Obraz kliniczny oraz histopatologiczny jest bardzo zróżnicowany i zależy od stadium zaawansowania. Lipodystrofia rozwija się w kilku etapach przez wiele miesięcy lub lat.

Etap I – bez typowych objawów klinicznych. Występuje zastój w naczyniach żylnych i limfatycznych
i wzrost przepuszczalności ich ściany, obrzęk tkanek, rozpoczyna się nadmierne gromadzenie
i odkładanie tłuszczu. Pojawia się ciastowatość skóry, zmniejszenie jej elastyczność i hipotermia.

Etap II – po ujęciu skóry w fałd pojawia się wgłębienie i uwypuklenie „pomarańczowa skórka". Obrzęk jest stały, dochodzi do uszkodzenia skóry i tkanki podskórnej, gromadzi się przesięk, dalsze zaburzenie mikrokrążenia.

Etap III – „skórka pomarańczowa" jest utrwalona, tworzą się mikroguzki, dalsze upośledzenie mikrokrążenia, obniżenie elastyczności skóry, zwłóknienie tkanki podskórnej.

Etap IV – objawy bardziej nasilone niż w stadium III. Guzki wyraźniej zaznaczone i wyczuwalne palpacyjnie, mogą dawać dolegliwości bólowe.

Rodzaje cellulitu

Nazewnictwo poszczególnych postaci cellulitu zależy od struktury zmian wyczuwalnych pod palcami oraz różnic w budowie tkanki.
Postać twarda (zwarta) występuje głównie u nastolatek i młodych kobiet, często w korelacji rozstępami.
Postać wiotka dotyczy głównie kobiet prowadzących siedzący tryb życia lub po dużej utracie wagi, szczególnie po 40 oku życia i wiąże się z obniżeniem napięcia mięśni.
Postać obrzękowa to odmiana najrzadsza, ale najcięższa. Skóra jest blada i obrzęknięta, towarzyszy temu uczucie ciężkości.
Postać mieszana cellulitu występuje najczęściej. W różnych okolicach ciała mogą występować wszystkie wcześniej wymienione postaci.

Ze względu na konsystencje zmian cellulit dzielimy na:
• **wodny** – pojawia się niezależnie od wieku, już w okresie dojrzewania (czynnik hormonalny).
W tkankach odkładają się lipidy i woda w celu przystosowania organizmu do ewentualnej ciąży.
• **lipidowy** powstaje w głębszych warstwach skóry i tkanki łącznej. Jest skutkiem nieprawidłowego gromadzenia się i odkładanie cukrów i kwasów tłuszczowych,. Tworzy tzw. „pomarańczową skórkę".

- Czynniki wpływające na rozwój cellulitu
- nieprawidłowa dieta – nadmiar słodyczy, tłustych potraw i przetworzonego jedzenia, nadmiar soli
- leczenie hormonalne
- stres
- brak regularnej aktywności fizycznej, siedzący tryb życia
- obuwie na wysokim obcasie i zbyt obcisłe ubrania zaburzające ukrwienie

dr n. med. Elżbieta Podgórska

Dermatolog, specjalista medycyny estetycznej. Założycielka Kliniki Medycyny Estetycznej Elesthetic Clinic. Członek Stowarzyszenia Lekarzy Dermatologów Estetycznych. Wykładowca w Podyplomowej Szkole Medycyny Anti-Aging przy Stowarzyszeniu Lekarzy Dermatologów Estetycznych. Trener technik medycyny estetycznej dla lekarzy.
www.elesthetic.pl