

# ESTETYCZNA I ANTI-AGING

Czarownice  
XXI wieku

**IMPLANT**

inny niż wszystkie

**POWIKŁANIA**  
przed sądem

**MAKIJAŻ**

W ZGODZIE Z NATURĄ

**Kuchnia koszerna**

tradycja i współczesność

**»» KOREPETYCJE  
Z OPALANIA**

ISSN 1897-3132 Nr indeksu 228850



9 771897 313603

**QUIZ**

Wybór, którego  
wystarczy dokonać

**» Reportaż: PRYWATNA REPUBLIKA**





# ELESTHETIC

CLINIC

dr n. med. Ewa Drozd-Styk  
specjalista chorób wewnętrznych,  
endokrynologii i medycyny anti-aging



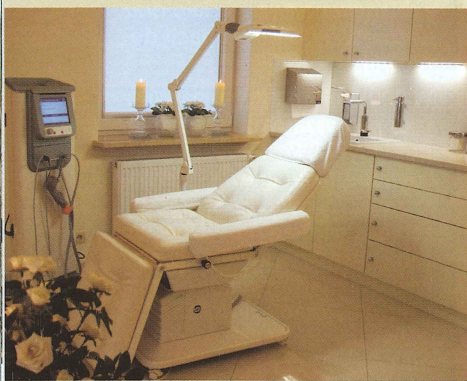
Endokrynolog z wieloletnim doświadczeniem, specjalizująca się w medycynie anti-aging (z ang. medycyna „przeciw starzeniu

się”) – nowej gałęzi medycyny, której celem jest wydłużenie życia, zapobieganie chorobom związanym ze starzeniem się, zapewnienie optymalnej, najlepszej kondycji i zdrowia na wszystkich etapach życia. Medycyna przeciwstarzeniowa pozwala ocenić stan zdrowia, ryzyko schorzeń, aby w porę podjąć działania mające na celu osiągnięcia optymalnego stanu zdrowia poprzez zmianę stylu życia, wprowadzenie zdrowej diety, uzupełnienie niedoborów witamin, mikroelementów i brakujących hormonów. Połączenie zaleceń z zakresu medycyny anti-aging z zabiegami i działaniami prewencyjnymi z zakresu medycyny estetycznej daje możliwość uzyskania optymalnych rezultatów zachowania zdrowia i urody.

Lekarz medycyny estetycznej, członek Stowarzyszenia Lekarzy Dermatologów Estetycznych. Wykładowca w Podyplomowej

Szkole Medycyny Anti-Aging przy Stowarzyszeniu Lekarzy Dermatologów Estetycznych i trener technik medycyny estetycznej dla lekarzy. Autorka wielu publikacji prasowych oraz programów telewizyjnych poświęconych tej dziedzinie medycyny, m.in. *Alchemia zdrowia i urody*. Współautorka pierwszego polskiego wydania książki *Medycyna estetyczna w praktyce*. Propagatorka holistycznego podejścia do medycyny estetycznej i przeciwstarzeniowej, łącząca wiedzę ogólnomedyczną, wynikającą z posiadanej specjalizacji II stopnia z zakresu chorób wewnętrznych i medycyny rodzinnej, z najnowszą wiedzą z zakresu medycyny estetycznej, anti-aging i dermatologii.

dr n. med. Elżbieta Podgórska  
specjalista medycyny estetycznej



**E**lesthetic – Klinika Medycyny Estetycznej, oferuje pełne spektrum zabiegów z zakresu medycyny estetycznej, z uwzględnieniem najnowocześniejszych trendów, technik, procedur i preparatów stosowanych w dermatologii estetycznej, przy zachowaniu bezpieczeństwa i indywidualnej troski o pacjenta. Propaguje holistyczną dbałość o zdrowie i urodę, łącząc wiedzę z zakresu dermatologii estetycznej z endokrynologią i medycyną przeciwstarzeniową. Proponuje nowoczesne interdyscyplinarne podejście do usuwania oznak starzenia się, oparte na opracowaniu indywidualnych, optymalnych i przede wszystkim bezpiecznych programów odmładzania i powstrzymywania procesów starzenia się w ujęciu całościowym, z zachowaniem ładnego wyglądu, poprawy samopoczucia, kondycji, witalności, energii i dobrej kondycji psycho-fizycznej przez cały dzień.

Elesthetic Clinic  
ul. Dereniowa 2 lok.3, 02-776 Warszawa  
Tel.: +48 600 333 433, +48 607 382 930  
elesthetic.clinic@gmail.com  
www.elesthetic.pl



# Redermalizacja

nowa metoda odmładzania skóry  
i zapobiegania jej starzeniu



Jak wiemy, starzenie się organizmu jako całości jest procesem nieuniknionym. Współczesna medycyna prewencyjna i przeciwstarzeniowa oraz dermatologia estetyczna podpowiadają, jak zniwelować oznaki upływu czasu i opóźnić procesy starzenia się skóry. Szybkość postępowania tego procesu – podobnie jak wiek, w którym pojawiają się jego pierwsze symptomy – są uwarunkowane genetycznie.

**S**tarzenie się skóry można podzielić na: chronologiczne, czyli fizjologiczne, i niechronologiczne (fotostarzenie, starzenie postępczne); albo inaczej – na wewnątrzpochodne (tzw. właściwe, uwarunkowane genetycznie) i zewnątrzpochodne (związane z czynnikami zewnętrznymi, które przyspieszają starzenie się organizmu).

Również starzenie się skóry właściwej jest procesem nieuniknionym, postępującym w czasie. Zależy od czynników genetycznych i hormonalnych. Grubość skóry zmniejsza się z wiekiem o około 20 procent. Z punktu widzenia patomorfologii następują: zanikanie naskórka i skóry, zmniejszenie licz-



dr n. med.  
Elżbieta Podgórska  
specjalista medycyny  
estetycznej  
Elsthetic Clinic  
w Warszawie

by fibroblastów i komórek tłuszczowych oraz wzrost ilości kolagenu typu III w stosunku do kolagenu typu I. W wyniku starzenia dochodzi do zwiększenia w macierzy komórkowej ilości metaloproteinazy – enzymu powodującego degradację elastyny. Objętość podskórnej tkanki tłuszczowej zmniejsza się najbardziej w obrębie twarzy i powierzchni grzbietowej dłoni. W starzejącej się skórze dochodzi także do redukcji naczyń, nawet o 35 procent, co powoduje zmniejszony przepływ krwi, pogorszenie zaopatrzenia w substancje odżywcze, zaburzenia termoregulacji, obniżenie temperatury powierzchniowej skóry oraz jej błądź. Starzejąca się skóra staje się sucha



**Wskazania do rederymalizacji (w każdym wieku) to:**

- pierwsze oznaki starzenia się skóry
- przebarwienia
- zmiany potrądzikowe
- nasilone zmiany związane z wiekiem (atonia, atrofia, opadanie grawitacyjne)
- zmarszczki (mimiczne oraz grawitacyjne) o różnej głębokości

i tłuszcząca, co wynika z zanikania jej funkcjonalnej bariery na skutek zmniejszenia ilości lipidów oraz większej utraty wody poprzez naskórek. Z wiekiem następuje też spadek produkcji kolagenu i jego dezorganizacja. W młodej skórze białko to stanowi 70 procent jej zawartości i tworzy regularną siatkę. W starzejącej się – ilość kolagenu maleje, a jego włókna układają się w pęczki, dające obraz nieładu. W młodej skórze mamy około 80 procent kolagenu typu I i około 15 procent kolagenu typu III, natomiast z wiekiem ubywa kolagenu I (o ponad 50 procent), pogarsza się zatem stosunek jego ilości do kolagenu typu III. Maleje też ilość kolagenu typu IV i VII, co prowadzi do ścięnięcia złącza skórno-naskórkowego, a w konsekwencji – do formowania się zmarszczek.

Za objętość twarzy i wygląd jej rysów są odpowiedzialne kwas hialuronowy (HA) wraz z kolagenem i elastyną. W miarę upływu czasu całkowita ilość kwasu hialuronowego w skórze pozostaje względnie stabilna, podczas gdy w naskórku zanika on prawie całkowicie, co także prowadzi do wiotkości skóry i powstawania zmarszczek. U kobiet fizjologiczne starzenie się skóry jest dodatkowo zależne od poziomu estrogenów.

Przedwczesne, zewnętrznego pochodzenia starzenie się skóry jest procesem, któremu można zapobiec, a który jest powiązany z:

- paleniem tytoniu,
- złym odżywianiem,
- ilością używek (takich jak alko-

hol, nadmiar kawy),

- ekspozycją na promienie UV.

Jego efekty są najbardziej widoczne na odsłoniętych częściach ciała (twarz, dekolt, ramiona) i najbardziej związane z wystawianiem ich na działanie promieni słonecznych. Kliniczne oznaki fotostarzenia to: zmiany o typie przebarwień i odbarwień oraz zmarszczki i bruzdy. Dochodzi również do zwiększenia wrażliwości skóry, pęknięcia słabych naczyń krwionośnych i tworzenia się teleangiektazji.

W zależności od indywidualnych, genetycznych uwarunkowań młodo wyglądającą skórą możemy się cieszyć do około 30. roku życia. Choć drobne zmarszczki i przebarwienia pojawiają się nawet wcześniej, to są słabo zauważalne i w pełni akceptowane. Potem proces starzenia się skóry znacznie przyspiesza – aż o 30 procent spada produkcja tłuszczu, włókna kolagenowe rozciągają się, podziały komórkowe zachodzą znacznie wolniej. Rezultatem jest wiotkość skóry, pogłębienie się zmarszczek oraz powstawanie nowych, a także spowolnienie procesów regeneracyjnych.

Po 40. roku życia liczba gruczołów łojowych, odpowiedzialnych między innymi za zapobieganie nadmiernemu przesuszeniu naskórka, spada aż do 20 procent. Metabolizm komórek znacząco zwalnia, a skóra staje się coraz słabiej ukrwiona i niedotleniona. W pewnym okresie, najczęściej po 50. roku życia, u kobiet aż o 75 procent spada poziom estroge-

nów, a skóra staje się coraz cieńsza, wysuszona i bardziej wrażliwa. Nasilają się także pozostałe procesy towarzyszące jej starzeniu się. W tym momencie, jeśli nie zaobserwujemy odpowiednio wcześniej o kondycję skóry, trudno będzie naprawić skutki upływu czasu bez interwencji chirurgicznej.

Dermatologia estetyczna i kosmetologia lekarska oferują wiele metod mających opóźnić procesy starzenia się skóry lub zniwelować jego oznaki. Metody te, mając różne mechanizmy działania, wykazują synergizm w poprawianiu jakości skóry. Do tych najskuteczniejszych zaliczamy:

- biostymulację – biorewitalizację (np. mezoterapia, rederymalizacja, PRP, karboksyterapia),
- biostrukturyzację (kontrolowane „uszkodzenie” skóry w celu pobudzenia procesów regeneracji i odbudowy (np. laser frakcyjny CO<sub>2</sub>, mikronakłuwanie, peelingi lekarskie). Inna bardzo skuteczna metoda to stymulacja skóry falami



zdj.: dystrybutor preparatów Xela Rederm

**Redermalizację można łączyć z innymi procedurami medycznymi. Może być zabiegiem przygotowującym skórę przed innymi planowanymi terapiami, takimi jak:**

- operacje plastyczne
- peelingi chemiczne
- laserowy resurfacing skóry
- fototerapia

radiowymi (m.in. Thermage).

Biostymulacja i biorewitalizacja służą pobudzeniu syntezy białek strukturalnych macierzy zewnątrzkomórkowej i zapewnieniu równowagi wodnej w skórze. Ideałem byłoby zastosowanie metody, która uwzględniłaby wspomniane wyżej mechanizmy, z jednoczesnym spowolnieniem procesów metabolicznych w komórkach, przeciwdziałaniem odwodnieniu skóry i gromadzeniu się wolnych rodników.

W 2009 roku na rynku europejskim pojawiła się nowa i skuteczna metoda biorewitalizacji skóry: **redermalizacja**. Została opracowana przez szwajcarską firmę Institute Hyalual po przeprowadzeniu szeregu badań i testów z użyciem – działających synergicznie – kwasu hialuronowego i bursztynianu sodu. Ten ostatni bezpośrednio wpływa na mitochondria fibroblastów, reguluje biochemiczne i fizjologiczne procesy w komórkach, zapewniając silny efekt regeneracyjny. Dzięki aktywacji metabolizmu, pobudza syntezę podstawowych białek skóry (kolagenu i elastyny), poprawia mikrokrążenie, ma też działanie przeciwutleniające.

Ta metoda odnowy skóry i zapobiegania jej starzeniu działa po-

przez złożone procesy na poziomie biochemicznym i strukturalnym komórki (wzrost produkcji energii w cyklu Krebsa w fibroblastach skóry, poprawa oddychania komórkowego, transport jonów, synteza kolagenu i elastyny, poprawa mikrokrążenia), wywiera więc wpływ na wszystkie podstawowe patomechanizmy starzenia się skóry. W redermalizacji stosuje się preparaty Xela Rederm®, zawierające bursztynian sodu w stężeniu 1,6% oraz kwas hialuronowy w stężeniach 1,1%, 1,8%, lub 2,2%. Bursztynian sodu jest aktywnym składnikiem preparatów, natomiast kwas hialuronowy wzmacnia jego działanie, dzięki przywróceniu równowagi wodnej i zapewnieniu właściwego środowiska dla aktywności fibroblastów.

Xela Rederm® poprawia więc odżywianie i właściwości ochronne skóry, zapobiega starzeniu i przedwczesnej śmierci komórek, ma działanie przeciwutleniające – hamuje peroksydację lipidów i uszkodzenie genomu komórki.

Redermalizacja hamuje procesy starzenia skóry nie tylko poprzez jej odpowiednie nawodnienie, lecz także poprzez wpływ, jaki wywiera

na procesy energetyczne w komórkach. Jest to więc innowacyjna metoda, otwierająca nowe możliwości dla terapii anti-aging.

Odpowiednia mieszanka kwasu hialuronowego z bursztynianem sodowym wywołuje efekty, które można podzielić na trzy grupy. Do pierwszej można zaliczyć bezpośredni wpływ na metabolizm komórek prowadzący do regeneracji skóry, dzięki czemu staje się ona elastyczna i sprężysta.

W drugiej grupie mieści się pobudzenie syntezy podstawowych białek strukturalnych, czyli kolagenu i elastyny, co prowadzi do wzmocnienia własności podporowych skóry i zwiększenia jej sprężystości. Po zabiegach możemy zauważyć wyraźne wygładze-

nie drobnych zmarszczek oraz poprawę owalu twarzy.

Wreszcie po trzecie – kwas bursztynowy ha-

muje niedotlenienie i degenerację tkanek dzięki poprawie mikrokrążenia i przeciwdziałaniu niedoborowi tlenu (tzw. hipoksja tkanek).

Aby uzyskać jak najlepsze efekty, zaleca się przeprowadzić redermalizację w cyklu 4–6 zabiegów w odstępach 3–4 tygodni. Natomiast prewencyjnie lub w celu podtrzymania rezultatów wskazane jest po serii zabiegów ich powtarzanie co kilka miesięcy. W tych przypadkach harmonogram zabiegów obejmuje dwa etapy: 3 zabiegi co 2 tygodnie, a następnie po 6–9 miesiącach 1 sesja w miesiącu lub jeszcze jedna seria zabiegów.

Podsumowując: redermalizacja powoduje przedłużone nawodnienie skóry, wygładzenie drobnych zmarszczek, poprawę faktury skóry, zwiększenie jej napięcia i elastyczności, poprawę kolorytu, a w konsekwencji – efekt liftingu. ■



**Ponadto redermalizacja daje dobre efekty w leczeniu tzw. skóry problematycznej:**

- sucha i cienka skóra
- skóra tłusta i mieszana, blizny potrądzikowe
- odbudowa strefy okołowargowej
- poprawa jakości skóry różnych okolic