

Rejuvenácia dekoltu

MUDr. Hana Zelenková, PhD.

Neštátne zdravotnícke zariadenie Dermatovenerologické oddelenie sanatórneho typu DOST Svidník, Slovensko

Rejuvenácia dekoltu je dôležitou a komplementárnou súčasťou ošetrov v estetickej dermatológii. Využívajú sa mnohé metodiky, pričom pred samotným ošetrovaním je nevyhnutné zvážiť monoterapiu, alebo kombináciu metód a časový faktor dĺžky pôsobenia. V práci sú uvedené niektoré možnosti s ohľadom na očakávanú efektívnosť a bezpečnosť.

Kľúčové slová: rejuvenácia, dekolť.

Neck rejuvenation

Neck rejuvenation is an important and complementary part of the treatment in aesthetic dermatology. Many methods are used, the before a treatment is necessary to consider monotherapy, or combination of methods and length of exposure time factor. The work are some options with respect to the expected efficiency and safety.

Key words: decoleté, rejuvenation.

Dermatol. praxi 2012; 6(2): 90–93

Starnutie je prirodzený, súvislý jav, začínajúci už po narodení človeka a absolútna spravodlivosť, ktorá sa dotýka každého organizmu na planéte. Ruku v ruku s tým ide odveká snaha ľudí proces starnutia zvrátiť, spomaliť. Preto rejuvenácia – omladenie, je posledných 15 rokov jedno z najfrekvencovanejších slov užívaných širokou laickou populáciou, ale aj samotnými lekármi.

Ľudský vek sa predlžuje, čo zo sebou nesie určité výhody, ale aj problémy. Starnutie je vnímané ako seriózný medicínsky a vedecký problém a existujú pozorovania, potvrdzujúce geografické a sociálne rozdiely a nevyhnutnosť riešiť problematiku komplexne a zodpovedne.

Koža je vo väčšine prípadov prvým obrazom starnutia organizmu. Starne nielen koža tváre, ale celého tela. Sú samozrejme pozorované zmeny rôznych partií kože u rôznych sociálnych skupín (zátylie poľnohospodárov a rybárov v kontraste s kožou ľudí zamestnaných napríklad v administratívne). Je zaznamenávaný aj rozdielny vek pokožky z rôznych častí vlastného tela, napríklad obličaja, krku, trupu, stehien, chrbtov rúk, kde v konečnom dôsledku významnú úlohu zohráva efekt častej expozície UV žiarenia a slnku.

Základným fyziologickým procesom je fakt, že dermis stráca elasticitu, tvoria sa vrásky, koža je ochabnutá a s vekom nenávratne mizne „broskyňová koža“, tak typická pre mladých ľudí.

Mnohé ženy (aj muži) tento fakt dostatočne psychicky nezvládajú...

Za posledných 15 rokov je zaznamenaný mimoriadny rozvoj rôznych medicínskych a estetických metód rejuvenácie. Tieto predstavujú zlatý štandard poskytovaných ošetrov žien aj mužov. Súčasne s týmto trendom je evidentné

stále hľadanie nových postupov – ekonomicky únosných, čo najmenej agresívnych a nezaťažujúcich pacienta.

Z tohto hľadiska estetická dermatológia definuje svoje možnosti a ciele:

- Adekvátne poradenstvo – stanoviť typ pleti a vhodné ošetrovanie, žiaduce korekcie, odporúčanie vhodnej dermatokozmetiky
- Komplexný anti-aging program so zameraním na redukciu vrások
- Riešenie hyper alebo hypopigmentácií
- Korekcia jaziev – hyper alebo atrofických
- Cílená preventívna a terapeutická aplikácia dermato a nutrikozmetiky
- Modelácie problémových partií obličaja, trupu, končatín za pomoci výplňových materiálov, botoxu, lipolýzy, liposukcií a iných metód
- Malá dermatochirurgia – odstraňovanie pigmentových naevov, multiplicitných seboroických verúk, sebocystomov alebo fibromov a iné
- Redukcia strií
- Odstraňovanie teleangiektazií
- Laserové ošetrovanie – rozširovanie indikácií
- Iné

Prvým krokom k spokojnosti pacienta sú adekvátne informácie o možnostiach pracoviska. Napríklad pri stanovení typu pleti využívať nielen klinické hodnotenie, ale aj špeciálne prístroje na meranie hydratácie, elasticity, pH, TEWL, sebumetrie, fototypu, digitálne zobrazenie videolupou (MultiSkin – Khazaka Courage, PRIMOS 3 a iné).

Dôležitá je kompletná kvalitná dokumentácia, fotodokumentácia (v prípade forenzne

riešených prípadov nevyhnutná), u zaznamenananej alergickej anamnézy a potreby následne vykonať epikutánne testovanie.

Manažment pacienta je nielen moderný výraz, ale nižšie uvedené poznámky sú pre finálny úspech nevyhnutné!!

- vytvorenie prostredia dôvery, používať zrozumiteľný jazyk, zdôrazniť bezpečnosť navrhovaného zákroku, informovať pacienta o potrebe zachovania prirodzeného vzhľadu, získanie súhlasu s postupmi, plánovanie liečby, načúvanie pacientovi, ponuka poradenstva a ďalšie efektívne konzultácie a sledovanie, zdôrazniť starostlivosť o pacienta v dlhodobom časovom horizonte, upozorniť na efekt opakovanej liečby.

Pokiaľ je pre ošetrovanie zvolená kombinácia metód, je potrebné definovať, ktorá metódika je nosná – hlavná, a ktoré sú v stanovenom terapeutickom pláne doplnkové, zvyrazňujúce finálny efekt. Každá z kombinovaných techník môže byť prvoradá, ale pokiaľ zvolíme kombináciu, je potom poradie vykonaných ošetrov veľmi dôležité a určujúce aj pre očakávanie klienta. V zásade rozlišujeme:

1. Krátkodobý, ale mimoriadne výrazný efekt
2. Dlhodobý efekt s pomalším nástupom, ale v konečnej fáze esteticky mimoriadne uspokojivý

Pri kombinácii techník je nevyhnutná znalosť mechanizmu účinku a nevyhnutná optimalizácia časového faktoru pre kombinácie. K úskaliam ošetrov patrí predovšetkým nadmerné očakávanie účinku ošetrov u pacientov a ich pochybnosti o potrebe opakovania ošetrov

a lekárovo zdôraznenie následnej adekvátnej domácej starostlivosti.

Rejuvenácia sa viac menej sa v medicínskej aj laickej verejnosti spája s oblasťou obličaja a nanajvýš krku. Menej už sa hovorí o rejuvenácii rovnako viditeľnej ženskej partie trupu – výstrihu, pričom o rejuvenáciu výstrihu prejavuje záujem čo raz viacej žien. Ženy si uvedomujú vzniknutý nežiaduci kontrast medzi mladistvou tvárou a ochabnutou kožou dekoltu alebo v tejto lokalite sa vo väčšej miere vyskytujúci nežiaducimi pigmentáciami.

Rejuvenačné techniky môžeme v zásade rozdeliť na agresívne a neagresívne. Rozhodujúcim faktorom pre voľbu techniky môžu byť aj možné dočasné nežiaduce efekty a časové alebo spoločenské obmedzenia po vykonaní zákroku. Nemalú úlohu zohráva aj ekonomická stránka – cena zákroku.

Aké sú v súčasnosti možnosti rejuvenačných techník dekoltu:

- Ošetrovanie laserom
- Minimálne (podprahové) dávky botoxu
- Rôzne techniky mezoterapie
- Mikroneedling – dermarolery
- Rôzne typy peelingov
- Mikrodermabrázia
- Hydroabrázia
- Karboxyterapia
- Nutripeel masky
- Aplikácia PRP
- Aplikácia fibroblastov
- Aplikácia hodvábných vlákien
- Výplňové materiály (?)

Veľa klientov žiada, alebo je u nich potrebné, viacero typov ošetrovaní dekoltu a ich rôzne kombinácie v ten istý deň. Nie všetky kombinácie sú vhodné. K možným kombináciám patrí napríklad mikrodermabrázia + mezoterapia, hydroabrázia + peeling, karboxyterapia + rôzne typy masiek.

V nasledovnom prehľade budú uvedené niektoré techniky využívané na rejuvenáciu pre lokalitu krku a výstrihu.

Klasická mezoterapia. Jeden z najpopulárnejších a najefektívnejších spôsobov antiagingu, rejuvenácie tváre, krku, výstrihu alebo chrbtov rúk či redukcie prejavov celulitídy. Predstavuje ale aj účinný systém analgezie v rehabilitácii, ortopédii a traumatológii. V súčasnosti zažíva celosvetovú mimoriadnu popularitu v estetickej dermatológii. Rodiskom metódy (vyvinutá v rokoch 1948–1952) je Francúzsko a otcom dr. Michel Pistor. Vlastný proces pozostáva z mnohopočetnej injekčnej aplikácie účinných

látok do kože (vitamíny, kyselina hyalurónová, analgetiká, rôzne liečebné „koktaily“). Rozlišujú sa techniky aplikácie:

- Napage – mnohopočetne povrchové vpichy
- Punkčná
- Aplikácia pomocou špeciálnej mezoterapeutickej pištole

Pri zákroku sa zvyšuje cirkulácia krvi a lymfy, ošetrovanie výrazne podporuje regeneračné schopnosti pokožky. Relatívnou nevýhodou je mierna bolestivosť počas i po zákroku u citlivých osôb. Nevyhnutným predpokladom je dokonalé zvládnutie aplikačných techník.

Napríklad pri punkčnej technike výstrihu sa ošetrojú postupne pravá a ľavá strana výstrihu, začína sa od sterna pod kľúčnou kosťou smerom do periférie do typického V. Drobné papuly cca 0,5 cm vzdialené, výsledný efekt vyzerá ako sieťka, lineárne vrásky sa vyplňujú technikou „blanching“ (obrázok 1).

Dermarolery – mikroneedling. Je moderný sofistikovaný systém ošetrovania a využíva sa rovnako technika mnohopočetných vpichov. História ošetrovaní siaha do roku 1995 (Orentreich). V roku 1996 Des Fernandes opísal techniku tzv. „needle stamp“, vďaka ktorej dochádza k perkutánnej indukcii a navodeniu novotvorby kolagénu. V súčasnosti používané nástroje sú malé mobilné valčeky husto osadené mikroihličkami (spravidla 192 ihličiek v 8 radoch) s rôznou dĺžkou – 0,15–1,5 mm a priemerom – 0,07–1,0 mm. Ihly sú natoľko jemné, že poranenie hlbších vrstiev pokožky je pri správnej technike vylúčené. Dermaroler sa pohybuje v rôznych smeroch a jemným tlakom vytvára mikrootvory, ktorými sa do kože môžu aj transportovať vopred nanesené účinné látky (obrázok 2). Špeciálne techniky predstavujú napr. „piercing roler“ – špecifická masáž, veľmi výrazne podporujúca tvorbu kolagénu a Derma Stamp alebo Beauty Mouse (tj. roller určený predovšetkým k domácejmu použitiu), ktoré sa využívajú pri korekcii jaziev po akné, popáleninách korekcii celulitídy a strií.

Chemický peeling. Rozlišujú sa v zásade 3 typy peelingu:

- jemný – superficiálny
- stredne hlboký
- hlboký

Výsledný efekt peelingu sa líši podľa používaných preparátov a techník. K základným indikáciám patrí rejuvenácia (tvár, krk, výstrih), redukcia vrások, hyper alebo hypo pigmentácie,

nerovnomernosti a zhrubnutie kožného reliéfu. Priaznivý efekt je zaznamenaný aj u niektorých dermatóz. Výsledný efekt závisí od erudície lekára a ošetrojúceho personálu. Ako sa zdôrazňuje – správne vykonaný peeling je umelecká disciplína.

Mikrodermabrázia je jemný mechanický peeling, ktorý akceleruje regeneratívne procesy kože. Predstavuje kompletnú starostlivosť pre problematickú a dospelú kožu. Metóda je spoľahlivá, moderná, absolútne bezpečná, jednoduchá. Využíva sa technika aplikácie jemného prášku (inertný keramický materiál – aluminium oxid crystals) s abrazívnymi vlastnosťami, ktorý je aplikovaný pod rôznym tlakom, alebo rôzne typy tzv. diamantových hlavíc. Mikrodermabrázia efektívne odstraňuje mŕtve korneocyty, normalizuje stratum corneum. V konečnom dôsledku vysiela pozitívne impulzy bazálnej membrány k novotvorbe buniek a zvyšovaní ich počtu (living cells) a má aj podiel na jej reštrukturalizácii.

Hydroabrázia využíva piezoelektrického efektu a ultrazvuku v oblastiach s nízkym kmitočtom. Pri styku pokožky s hranou špeciálnej ošetrovacej hlavice dochádza ku vibráciám, ktoré sú zdrojom elastických vĺn. Využíva sa tzv. kavitačný peeling. Pri výslednom efekte ošetrovania dochádza k odstráneniu odumretých buniek stratum corneum, a zlepšeniu metabolizmu a regenerácie buniek kože, lymfomasáži, depigmentácii. S praxi sa využívajú rôzne techniky hydroabrázie (obrázok 3).

Botulotoxin A – je zmes proteínov s biologicky aktívnym neurotoxínom labilný na zmeny pH, svetla a tepla. Základným efektom je blokáda cholinergnej synapsie – fokálna, časovo obmedzená chemodenervácia. Efekt nastupuje spravidla 3–5 dní po aplikácii a trvá cca 2–6 mesiacov. Okrem indikácií v estetickej dermatológii, sa využíva pri liečbe hyperhidrózy, v neurológii na fokálne dystonie, dyskínezy, v ORL, očnom lekárstve. Pri rejuvenácii dekoltu sa aplikujú minimálne dávky technikou mnohopočetných vpichov (vzdialenosť cca 1 cm) – maximálne 1–2 UI na vpich, neodporúča sa prekročiť dávku 100 UI. V súčasnosti je k dispozícii pomerne veľká škála komerčných výrobkov.

Karboxyterapia – kontrolovaná aplikácia čistého medicínalného oxidu uhličitého cestou mnohopočetných vpichov do rôznych oblastí tela s cieľom rejuvenácie, zlepšenie prekrvenia tkanív, zvýšenie elasticity kože, redukcie lokálnych tukových vankúšikov, vrátane zlepšenia kozmetického efektu po liposukcii. V estetickej dermatológii sa využíva predovšetkým efekt

Obrázok 1. Mezoterapia – technika aplikácie – punkčná technika – drobné papuly cca 0,5 cm vzdialené – ako sieťka, lineárne vrásky na krku výplň technikou „blanching“



Obrázok 2. Ošetrovanie dekoltu dermarolerom



Obrázok 3. Ošetrovanie krku a výstrihu hydroabráziou



vazodilatácie a schopnosť navodenia prestavby intradermálneho kolagénu. Ide o jedinečnú minimálne invazívnu a neagresívnu metódu. Pri opakovaných ošetrovaniach rejuvenácie dekoltu (1x za 14 dní celkovo 4x) sú zaznamenané vynikajúce efekty pretrvávajúce 8–12 mesiacov.

Aplikácia obohatenej plazmy. Rastové faktory získané krvných doštičiek (*platelet-rich plasma – PRP*) pôsobia na revaskularizáciu, aktivujú fibroblasty, diferenciáciu buniek a iné.

PRP stimuluje tak chemotaxiu, bunkovú diferenciáciu a prispieva k aktuálnemu procesu tkanivovej regenerácie. Pri rejuvenácii dekoltu formou mezoterapie (napage alebo punkčná technika) sa aplikuje centrifugovaná frakcia I a II, čistá, alebo obohatená.

Aplikácia fibroblastov – novinka medzi omladzovacími metódami. Rejuvenizácia pokožky kmeňovými bunkami využíva slogan – tam kde farmaceutické firmy končia, metódika začína. Výsledný efekt spočíva v aplikácii výťažku z vlastných kmeňových buniek odvodených z adipózneho tkaniva s rastovými faktormi upravenými bioinžinierskymi technológiami. Kmeňová bunka odvodená z adipózneho tkaniva (ASC) je multipotentná a mnohočetná a teda ideálna ako zdroj buniek v oblasti regeneratívnej medicíny. Výsledok: vyhladenie vrások respektíve omladenia pleti je viditeľný po 2–4 mesiacoch od aplikácie. Po odbere tkaniva z podpazušia, alebo z miesta za uchom (veľkosti špendlíkovej hlavičky v lokálnej anestéze) je tkanivo transportované do laboratória tkanivového inžinierstva v klimatizovanom aute za stabilných teplotných podmienok 2–4 °C. Po izolácii buniek z odobratého tkaniva sa tieto následne množia niekoľko týždňov v CO₂ inkubátore a po pomnožení na potrebné množstvo sa vlastné bunky aplikujú injekčne do tkaniva klientovi, ktorý si nechal tkanivo odobrať. V konečnom dôsledku sa teda mladé formy buniek dostanú do vlastného tkaniva. To začne v priebehu niekoľkých mesiacov produkovať vlastné mladé formy buniek. Dochádza k regenerácii a rejuvenácii tkaniva.

Nutrikozmetika (starostlivosť o pleť zvnútra) – pojem, ktorí mnohí podvedome registrujú v oblasti potravinových doplnkov. Často je zamieňaný s pojmom antioxidanty alebo kozmetika v tabletách, čo nie je celkom správne. Nutrikozmetika v užšom slova zmysle predstavuje lipidický, anti-age program bunkovej regenerácie a vychádza z vlastností bunkovej membrány a jej afinity k lipidom. Je postavená na myšlienke obnovy rovnováhy mastných kyselín a enzýmov bunkovej membrány.

Nutrikozmetika pôsobí nielen na starnúcu kožu, ale aktívne ovplyvňuje pocit celkového zdravia. Je vhodným doplnkom mnohých dermoestetických výkonov, zlepšuje a predlžuje ich finálny efekt – výplne, blefaroplastiky, laserové ošetrovania, mikrodermabrázia, aplikácia PRP a iné. Hlavnými zložkami produktov sú: minerály (magnézium, zinok), kyselina hyalurónová, výťažky z ananásu, viniča, omega 3 mastných kyselín, vitamínov E, C, betakaroténu a koenzýmu Q, extrapanenský olivový olej v unikátnom vyváženom pomere.

Rejuvenačné techniky dekoltu – odporúčania. Tak ako pre rejuvenáciu obličaja, tak aj pre krk a dekolt platí cieľená ochrana pred nežiaducimi UV žiarením, predovšetkým poučenie o kontinuálnej správnej aplikácii sunscreenov. Vhodné je poučenie o aplikácii adekvátnych lokálnych prípravkov a ako bolo spomenuté vyššie, podávanie komplementárnej, systémovej substituenej terapie – antioxidanty, nutrikozmetika.

Rejuvenácia dekoltu je dôležitou a doplnujúcou súčasťou ošetrovaní v estetickej dermatológii dôležitý je interval medzi jednotlivými ošetrovaniami. Pokiaľ sa zvolia sofistikované a pre klientku adekvátne a príjemné metódy, výsledkom je výborný kozmetický a estetický efekt a zlepšenie psychokomfortu.

Literatúra u autorky

Článok prijat redakci: 23. 1. 2012
Článok prijat k publikaci: 22. 5. 2012

MUDr. Hana Zelenková, PhD.

Neštátné zdravotnícke zariadenie
Dermatovenerologické oddelenie
sanatórneho typu DOST Svidník
Dr. Pribulu 2, 089 01 Svidník
zelenkova@vl.sk

