

wprost.

DODATEK PROMOCYJNY
NR 23 CZERWIEC 2023

WT.

MEDYCYNA URODY *i Zdrowie*

PARTNERZY



SZPITAL
NA KLINACH
Grupa Neo Hospital



dr Dawid Lisiecki

AESTHETIC GYNECOLOGY

GABINET
KOSMETYKI
LEKARSKIEJ
BELLA

EMFACE®

Less Wrinkles More Lift

Needle-Free

średnio
-37%*

SPŁYCENIE
ZMARSZCZEK

EFEKT
LIFTINGUJĄCY

średnio
+23%*

EMFACE to połączenie
zsynchronizowanych fal radiowych oraz technologii HIFES®,
które oddziałują na trzy poziomy starzenia twarzy:
skórę, system mięśniowo-powięziowy i mięśnie.



BTL Polska Sp. z o.o., ul. Leonidasa 49, 02-239 Warszawa,
tel. 22 667 02 76, btlnet@btlnet.pl, www.emface.pl

Medycyna urody

Lato w gabinecie medycyny estetycznej

Medycyna urody

Słońce, wiatr, wysokie temperatury – lato to pora, w której pojawiają się szczególne wyzwania dla naszej skóry. Jak przygotować ją na spotkanie ze słońcem, upałem i wiatrem? **CZY WSZYSTKIE ZABIEGI MEDYCYNY ESTETYCZNEJ MOŻNA WYKONYWAĆ O TEJ PORZE ROKU? DR MARIUSZ KACZOROWSKI WYJAŚNIA WSZYSTKIE WĄTPLIWOŚCI.**

Tekst: **Katarzyna Świrydowicz**

„Wprost”: Latem w pańskim gabinecie jest mniej tłoczno niż przez pozostałą część roku? Pacjentki wyjeżdżają na wakacje?

DR MARIUSZ KACZOROWSKI: Może jest ich trochę mniej, ale na brak nie narzekam.

Panie chcą pięknie wyglądać podczas urlopu? Przychodzą zlikwidować zmarszczki?

Rzeczywiście, wiele pacjentek prosi o zabieg toksyną botulinową, popularnie nazywaną botoksem. Jest to

Medycyna urody

jeden z najczęściej wykonywanych zabiegów w gabinetach medycyny estetycznej.

Skąd ta popularność botoksu?*Dr Mariusz
Kaczorowski*

Dyplomowany lekarz medycyny estetycznej, z medycyną estetyczną związany od ponad dziesięciu lat. Członek Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging oraz Polskiego Towarzystwa Medycyny Prewencyjnej i Przeciwwstarzeniowej. Absolwent Podyplomowej Szkoły Medycyny Estetycznej Polskiego Towarzystwa Lekarskiego w Warszawie. Szkoleniowiec i trener w zakresie nowoczesnych technik medycyny estetycznej. Specjalizuje się w bezoperacyjnych i laserowych korektach defektów estetycznych twarzy i ciała. Wykonuje zabiegi zapobiegające przedwczesnemu starzeniu się skóry. Współpracownik, konsultant medyczny kilku renomowanych klinik i gabinetów w kraju.

Medycyna urody

Toksyna botulinowa jest niezastąpionym lekarstwem na kurze łapki i inne zmarszczki mimiczne – np. te tworzące się na czole – wywołane nadmierną pracą mięśni. A latem często odruchowo mrużymy oczy, co dodatkowo sprzyja powstawaniu zmarszczek.

Po zakwalifikowaniu pacjentki lub pacjenta do leczenia takiej nadmiernej kurczliwości mięśni danej okolicy wyznaczam właściwe punkty podania leku. Delikatne iniekcje i... wystarczy cierpliwie poczekać na efekt. Zwykle już po kilku dniach można się cieszyć młodszym wyglądem. Taki rezultat utrzymuje się przez mniej więcej pół roku.

Ostrzyknięcie toksyną botulinową, jeśli się na nie zdecydujemy, warto wykonać przynajmniej dwa tygodnie przed urlopem.

Bezpośrednio po zabiegu **NALEŻY JEDNAK PAMIĘTAĆ, BY STOSOWAĆ SIĘ DO ZALECEŃ LEKARSKICH**, takich jak: brak aktywności fizycznej, niepochylenie się i niekładzenie się przez kilka godzin.

Medycyna urody

Podobno leczy pan toksyną botulinową nie tylko zmarszczki...

Toksyna botulinowa to lek o wielu zastosowaniach w medycynie, „boją się” go nie tylko zmarszczki. W swojej praktyce stosuję go również do leczenia bruksizmu (zgrzytanie zębami), tzw. uśmiechu dziąsłowego oraz migren.

Jakie jeszcze zabiegi warto wykonać przed wymarżonym urlopem, by nawilżyć suchą skórę, zredukować drobne zmarszczki, czyli po prostu lepiej wyglądać?

Na pewno pomocne będą zabiegi mezoterapii igłowej. Tak nazywamy podanie preparatu do skóry na tzw. grudkę przy użyciu igły i strzykawki. Mezoterapia zarówno na bazie stężonego kwasu hialuronowego, jak i kwasu lekko usieciowanego, dobrze nawilży skórę, a kwas hialuronowy w niej zawarty zabezpieczy i ograniczy skutki przesuszającego działania wiatru i słońca.

Kwas hialuronowy króluje w zabiegach mezoterapii?

Medycyna urody

Rzeczywiście, najczęściej stosuje się preparaty kwasu hialuronowego, wzbogaconego hydroksypatytym wapnia, glicerolem, witaminami, mikroelementami czy innymi organicznymi związkami chemicznymi. Lekarz w zależności od potrzeb skóry konkretnego pacjenta może skorzystać z gotowego preparatu albo sam dobrać odpowiednie składniki, mieszając je bezpośrednio przed zabiegiem.

Alternatywą dla bardziej wymagających skór są mezoterapie z użyciem lekko usieciowanego kwasu hialuronowego. Dzięki tej formule kwas utrzymuje się w tkankach dłużej niż preparat nieusieciowany, a procedurę podania można wykonywać rzadziej, tj. w większych odstępach czasowych.

To jedyne zastosowanie kwasu hialuronowego w medycynie estetycznej?

Nie. Wypełniaczy z kwasu hialuronowego używa się do spłykania zmarszczek, wypełniania bruzd, korekt nosa i brody, a także poprawy kształtu owalu czy kości policzkowych. W zależności od okolicy, w której podajemy wypełniacz, dobiera się preparat o właściwej gęstości. Dla

Medycyna urody

poprawy komfortu pacjenta stosuję preparaty kwasu hialuronowego wzbogaconego substancją znieczulającą. Kwas hialuronowy powszechnie stosuje się również do poprawy kształtu ust. Subtelne powiększenie i moc nawilżenia – takie usta prezentują się najlepiej.

To boli? Trzeba bać się igły?

Nie! Pierwszym etapem – zarówno zabiegu mezoterapii, jak i wypełnienia – jest przygotowanie skóry polegające na dokładnym jej oczyszczeniu i zaaplikowaniu preparatu, czyli kremu znieczulającego. Dlatego zabieg mezoterapii nie jest bolesny. Po znieczuleniu obszaru lekarz wykonuje liczne iniekcje, im więcej „ukłuć”, tym korzystniej dla skóry - każde bowiem jest dodatkową stymulacją.

Mezoterpia tylko nawilża skórę? Czy też tą metodą można osiągnąć jeszcze jakieś dodatkowe korzyści?

W swojej praktyce metodą mezoterapii aplikuję również preparaty działające biostymulująco, czyli pobudzająco na skórę. To na przykład polinukleotydy, łańcuchy składające się z cząsteczek kwasów nukleinowych DNA i RNA. Stymulują fibroblasty, dzięki czemu zwiększa się

Medycyna urody

synteza kolagenu, elastyny, glikozaminoglikanów i glikoprotein. Wykazują również silne działanie antyoksydacyjne, co w dzisiejszych czasach, kiedy żyjemy szybko, nie zawsze dobrze się odżywiamy i jesteśmy narażeni na stres, ma naprawdę wielkie znaczenie.

Polinukleotydy również aplikujemy nieco głębiej, podobnie jak w przypadku zabiegów z kwasem hialuronowym usieciowanym. Po mezoterapii polinukleotydami uzyskujemy efekt nawilżenie tkanek głębszych, zdrową, odświeżoną skórę, a nawet subtelny efekt uniesienia tkanek.

Ostrzykiwanie stosujemy wyłącznie na twarz? Wiele kobiet latem ubiera wydekoltowane sukienki i bluzki. Czy można stosować mezoterapię na dekolt, na którym w starszym wieku niestety pojawiają się zmarszczki?

Tak, za pomocą mezoterapii można nawilżyć i rewitalizować skórę dekoltu. Zabiegi mezoterapii wykonuje się zresztą nie tylko na obszarach skóry twarzy, ale także szyi, dłoni, ciała oraz owłosionej skóry głowy – przy wypadaniu włosów. Na specjalną uwagę zasłu-

Medycyna urody

guje okolica oczu – do tych delikatnych struktur przeznaczone są specjalne rodzaje preparatów. Często oprócz wymienionych już substancji w tej i innych okolicach stosuję mezoterapię z kolagenu.

Jak działa kolagen?

Powoduje regenerację biorusztowania skóry.

To biorusztowanie, czyli strukturę skóry, poprawiają też zabiegi laserowe. Czy to prawda, że nie powinno się ich wykonywać latem?

Rzeczywiście, latem nie stosujemy na przykład laserów CO₂ (ablacyjnych) – bo skóry po zabiegu nie wolno wystawiać na słońce. Ten rodzaj odmładzania wykonujemy od jesieni do wczesnej wiosny. Nie ma jednak aż takich przeciwwskazań do zabiegów laserem frakcyjnym nieablacyjnym.

Jak działa taki laser?

Zabiegi z wykorzystaniem lasera frakcyjnego nieablacyjnego nie naruszają ciągłości naskórka ani skóry właściwej. Są polecane zwłaszcza do poprawy jakości skóry na niewielkich obszarach skórnych, takich jak kurze łapki, zmarszczki palacza, bruzdy, skóra dłoni,

Medycyna urody

zmarszczki na szyi i dekolcie, a także blizny i rozstępy. Urządzenie emituje wiązkę, która oddziałuje bezpośrednio na głębsze warstwy skóry, powodując w sposób kontrolowany ich podgrzanie. Efekty zabiegu są widoczne po kilku dniach, ale narastają jeszcze przez kolejne tygodnie dzięki produkcji nowego kolagenu.

Najlepiej wykonać tę procedurę w serii czterech-ośmiu zabiegów co trzy-cztery tygodnie.



Zabieg można wykonywać przez cały rok. Należy jednak pamiętać by **PRZESZ 14 DNI PO NIM UNIKAĆ NADMIERNEJ EKSPOZYCJI NA SŁOŃCE.**

Zabieg ten nie wymaga okresu rekonwalescencji, dzień po wizycie w gabinecie możemy już wrócić do swoich obowiązków.

A co z innymi zabiegami, do których wykorzystywane są nowoczesne technologie?

Nie widzę przeciwwskazań dla zabiegu HIFU, czyli stymulacji skóry falami wysokiej częstotliwości. Te pro-

Medycyna urody

cedury można wykonywać przez cały rok, bez względu na nasłonecznienie. Ich efektem jest poprawa wyglądu, kolorytu i napięcia skóry. Po takim zabiegu pacjentka będzie odpoczywała na wakacjach, a w tym czasie jej skóra będzie się regenerować dzięki zapoczątkowanemu procesowi naprawczemu...

Wyjaśnijmy: HIFU to zabieg, który polega na...

...wytworzeniu kontrolowanych mikrourazów w skórze przez fale wysokiej częstotliwości. Ta stymulacja uruchamia procesy regeneracji i naprawy poprzez wzmożoną produkcję kolagenu. Skóra w ciągu dwóch-trzech miesięcy odzyskuje sprężystość, staje się mocniejsza i poprawia się jej napięcie. Zabiegi HIFU nie wymagają rekonwalescencji.

HIFU bywa nazywany przez dziennikarzy liftingiem bez skalpela. Słusznie?

Ja powiedziałbym raczej, że to miękki lifting. Odpowiednio dobrane głowice zabiegowe pozwalają na znaczną poprawę jakości skóry. W zależności od okolicy – czyli od grubości skóry – możemy oddziaływać na różnych głębokościach podczas jednego zabiegu.

Medycyna urody

HIFU działa głęboko, ale bez uszkodzenia ciągłości naskórka.

Gdzie, czyli w jakich okolicach, się go stosuje?

Na twarz i ciało: wiotka skóra w okolicy oczu, luźny owal, czyli tzw. chomiki, drugi podbródek czy pogorszenie napięcia skóry szyi, dekoltu... To stany, w których z pomocą przychodzi siła zogniskowanych fal wysokiej częstotliwości.

Czy to prawda, że HIFU wspomaga odchudzanie, że dzięki temu zabiegowi można się pozbyć niepożądanych depozytów tłuszczu?

Tak, ta technologia jest również wykorzystywana do redukcji tkanki tłuszczowej – na przykład boczków czy brzucha, a także okolicy podbródka. Po zabiegu, który nie wymaga rekonwalescencji, na skórze może być widoczne lekkie zaczerwienienie, ale ono dość szybko ustępuje.

Kolejną skuteczną metodą redukującą miejscowo nagromadzoną tkankę tłuszczową jest kriolipoliza.

Sądząc po przedrostku, to zamrażanie tłuszczu?

Zabieg polega na oddziaływaniu odpowiednio niską temperaturą przez ściśle określony czas. Takie działa-

Medycyna urody

nie na tkankę tłuszczową powoduje apoptozę, czyli śmierć komórek tłuszczowych, które są odporne na dietę i ćwiczenia.

Kriolipoliza daje bardzo dobre efekty, redukując tłuszcz na obszarach takich jak: brzuch, boczki, bryczesy, wewnętrzne strony ud, okolice nad kolanami oraz pelikany.

Anici rewitalizujące i liftingujące – czy są przeciwwskazania, by je stosować o tej porze roku?

Nie ma. Nici PDO, gładkie, cienkie i delikatne, rewitalizują i przywracają utraconą sprężystość skórze. PDO, czyli polidiodoksanon, z którego są wykonane, to włókna rozpuszczalne, stymulujące procesy syntezy elastyny i wytwarzania kolagenu. Te nici są całkowicie biowchłanialne i ulegają rozpuszczeniu po sześciu-dwunastu miesiącach.

Za pomocą nici można też mechanicznie wspierać wiotkie partie skóry i wygładzać zmarszczki, przywracać młody owal twarzy. Do implantacji nici stosuje się znieczulenie preparatem w kremie lub miejscowe, dzięki czemu zabieg nie jest bolesny.

*Medycyna urody***Jakieś rady lekarza medycyny estetycznej na wakacje?**

Latem pamiętajmy o stosowaniu ochronnych filtrów przeciw promieniowaniu UVA i UVB. Wysoką ochronę dają preparaty oznaczone: SPF od 30 do 50 oraz PA+++, PA++++. Stosując kremy z wysokimi filtrami, nie tylko chronimy skórę przed fotostarzeniem, w tym przebarwieniami, ale również przed nowotworowymi chorobami skóry! Nie zapominajmy o piciu odpowiedniej ilości wody – bo od tego zaczyna się nawilżenie skóry. 

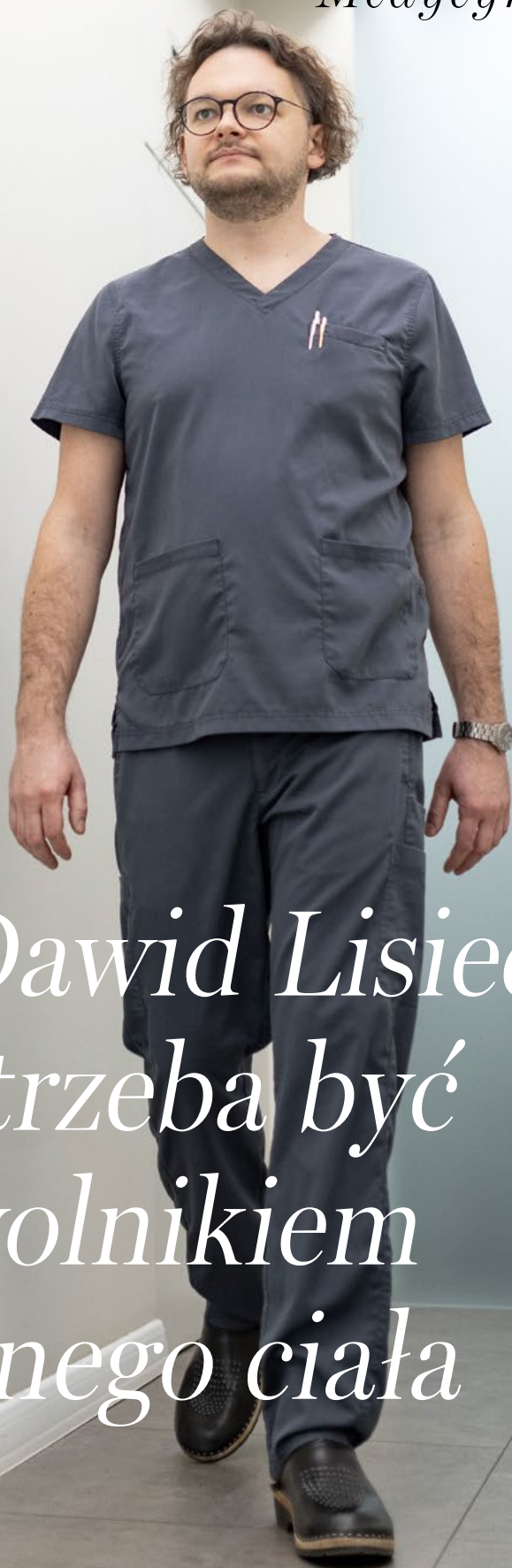
© Wszelkie prawa zastrzeżone

Dr Mariusz Kaczorowski

Zapraszam na konsultacje i zabiegi
tel. 601 255 353

[WWW.FACEBOOK.COM/DRMARIUSZKACZOROWSKI](https://www.facebook.com/drmariuszkaczorowski)

Medycyna urody



*Dr Dawid Lisiecki:
Nie trzeba być
niewolnikiem
własnego ciała*

Medycyna urody

Większość pacjentek zgłasza się do lekarza z poważnymi dolegliwościami – nie mogą normalnie funkcjonować. Utrudnione jest uprawianie sportu, współżycie, a nawet długie chodzenie czy siedzenie. **LABIOPLASTYKA JEST WÓWCZAS NAJSKUTECZNIEJSZYM ROZWIĄZANIEM. PYTAMY O TO, JAK SIĘ PRZYGOTOWAĆ DO ZABIEGU, Z CZYM ON SIĘ WIĄŻE I DLACZEGO WARTO GO ROZWAŻYĆ.**

Tekst: **Zofia Szkarłat**

Na czym polega labioplastyka?

Labioplastyka to operacja warg sromowych zarówno mniejszych – co dzieje się zdecydowanie częściej – lub większych. Najczęściej polega na ich redukcji, czyli zmniejszeniu. Jeśli chodzi o wargi sromowe większe, dotyczy ona najczęściej plastyki samej skóry – jeśli jest ona mało napięta, wykonuje się redukcję takiej skóry, żeby wargi wyglądały lepiej. W przypadku warg sromo-

Medycyna urody

wych mniejszych chodzi o ich zmniejszenie, zmianę kształtu bądź wyrównanie, jeżeli mamy do czynienia z asymetrią. Wówczas wykonuje się plastykę jednej wargi, tak żeby były one symetryczne.

Ważnym powodem wykonania labioplastyki są na pewno kwestie estetyczne, natomiast jest to operacja, którą najczęściej wykonuje się z powodów medycznych. Jeśli próbuje się wyszukać hasło „labioplastyka” w internecie, automatycznie trafiamy na określenia takie jak „redukcja bólu” czy „zniesienie dyskomfortu”. Z dyskomfortem, bólem, a nawet niemożnością siedzenia zgłaszają się do pana pacjentki. Labioplastyka to ważny zabieg medyczny, który może ułatwić życie.

Wskazania czysto estetyczne to tak naprawdę znaczna mniejszość – może jedna na 50-60 pacjentek przychodzi z tego typu problemem. Jest naprawdę niewiele przypadków, kiedy podczas wywiadu, który prowadzę, nie pojawiają się informacje o dolegliwościach czy bólu. I nie jest to tylko ból fizyczny – to często bardzo złożony problem psychologiczny, wpływający na

Medycyna urody

relacje z partnerem czy partnerką, na codzienne zachowania czy decyzje. W przypadku problemów z wargami sromowymi kobiety mówią o wielu ograniczeniach – pacjentki np. nie chcą chodzić na siłownię, bo wstydzą się założyć bardziej obcisłą odzież, albo na plażę, bo w kostiumie kąpielowym odstają im wargi. Pula dolegliwości związanych z przerostem warg sromowych jest ogromna i nie jest to tylko ból fizyczny, taki jak otarcia czy dyskomfort podczas siedzenia lub uprawiania sportu, ale także problemy natury psychologicznej.

Pacjentka trafia więc do gabinetu. Jak wygląda pierwsza wizyta?

Najpierw rozmawiamy – przeprowadzam wywiad internistyczny i ginekologiczny. Pytam, czy pacjentka przyjmuje jakieś leki, czy ma uczulenia, problemy z krwawieniem etc. W toku rozmowy ustalamy też kwestie dotyczące badań – np. cytologii czy ostatniego USG ginekologicznego. Jesteśmy przede wszystkim ginekologami i zajmujemy się przecież przede wszystkim profilaktyką chorób ginekologicznych.

Medycyna urody

Następnie poruszamy kwestie tego, skąd pojawiła się idea wykonania zabiegu – jakie są dolegliwości, kiedy się one zaczęły i... czy decyzję o labioplastyce podjęła sama, czy nikt, np. opresyjny partner lub partnerka, na nią nie naciskał. To bardzo ważne – jeśli kobieta nie chce nic zmieniać w swoim ciele, jeśli to nie jest jej suwerenna decyzja, nie powinno się przystępować do operacji. Potem przechodzę do opisu zabiegu, pokazuję zdjęcia pozabiegowe – rzecz jasna, tylko pacjentek, które wyraziły na to odrębną zgodę na piśmie.



Na tym etapie **OGLĄDAMY TEŻ ZDJĘCIA BEZPOŚREDNIO PO ZABIEGU**, tak żeby pacjentka była jak najbardziej świadoma tego, co ją czeka, jak to będzie wyglądać i jaki będzie efekt po wygojeniu.

Przechodzimy następnie do badania na fotelu i pobrania cytologii, jeśli jest taka potrzeba. Dla mnie najważniejszym momentem jest tutaj badanie przy użyciu lusterka. Daję je pacjentce i oglądamy wargi sro-

Medycyna urody

mowe razem – dzięki temu unikamy też nieporozumień, np. dotyczących tego, czy chodzi o wargi sromowe mniejsze, czy większe. Często na tym etapie okazuje się, że mamy do czynienia z przerośniętym kapturkiem łechtaczki, czego pacjentka w ogóle nie brała pod uwagę, a jeśli nie zrobimy też plastyki kapturka, efekt zabiegu będzie dużo mniej zadowalający. Bardzo często pacjentki odkrywają wtedy elementy swojej anatomii, z których nie do końca zdawały sobie sprawę.

Badanie lusterkiem chyba wręcz zostało w popkulturze nieco ukomicznione, a wydaje się badaniem istotnym.

Bardzo rzadko zdarza się, że kobiety w ten sposób się badają, a dzięki temu można wykryć zaskakująco wiele nieprawidłowości. Na szczęście wielu chociażby niektóre instagramerki zaczyna to badanie promować. Pozwala ono odkryć np. takie choroby jak chociażby liszaj twardzinowy sromu ponieważ kobieta która oprócz świądu zauważy „dziwne” zbielenie na skórze szybciej zgłosi się do ginekologa. Lusterko pozwala zauważyć, że coś się zmieniło.

Wróćmy do wizyty w gabinecie i decyzji o labioplastyce. Czy przeciwwskazaniem do niej może być np. wiek pacjentki?

Tak, może być – ale mówimy tu raczej o dolnej granicy. Nie wykonuję labioplastyki pacjentkom niepełnoletnim. Ważne jest dla mnie to, żeby osoba, która się na labioplastykę decyduje, miała świadomość swojej seksualności. Są np. panie, które nie rozpoczęły współżycia właśnie dlatego, że bardzo się wstydzą swoich warg sromowych i nie rozpoczną go, dopóki taki zabieg nie będzie wykonany. Zdarzają się jednak sytuacje, kiedy pacjentki nie są zdecydowane, nie wiedzą, czy będzie im to przeszkadzać, czy nie.

Czy labioplastykę można łączyć z innymi zabiegami?

Jest to nawet wskazane, bo mamy wówczas jeden okres rekonwalescencji. Labioplastyka bywa więc łączona z plastyką przedsionka pochwy albo plastyką skóry krocza lub wtedy, kiedy mamy do czynienia z problemem po nacięciu czy pęknięciu. Można łączyć też labioplastykę z zabiegami w obrębie warg sromowych

Medycyna urody

większych, takich jak rewitalizacja warg sromowych większych, np. laserowa albo osoczem; lub radiofrekwencją. Kluczowe dla takich zabiegów plastycznych jest to, żeby przez 6-8 tygodni nie współżyć, nie jeździć na rowerze, raczej nie ćwiczyć na siłowni, a jeśli już, to górne partie ciała. Chodzi nam o to, żeby w trakcie procesu gojenia nie doszło do pęknięcia czy powstania krwaka, bo pogarsza to chociażby efekt estetyczny takiego zabiegu.

Jak przebiega labioplastyka? W jaki sposób pacjentka jest znieczulana?

W dniu operacji robimy dokumentację fotograficzną, która jest absolutnie konieczna przy tych zabiegach. Ona jest oczywiście trzymana w tajemnicy. Nakładam znieczulenie w postaci maści, żeby przygotować pole operacyjne. Ostrzykuję później to pole – pacjentka ma delikatne uczucie rozpierania, podobnie jak u dentystry. W trakcie zabiegu pacjentka nic nie czuje. Cała operacja odbywa się w znieczuleniu miejscowym. Po redukcji warg sromowych zakładam szwy – wykonując to tak, żeby efekt był jak najbardziej naturalny. Po za-

Medycyna urody

biegu czekamy godzinę-półtorej czy nie ma krwawienia etc. Całość trwa 3-4 godziny. Zasadą numer jeden jest to, że wszystko wykonuję we właściwym tempie – bez pośpiechu.

Jakie kobiety mają oczekiwania po labioplastyce?

Priorytetem jest normalne funkcjonowanie – żeby można było założyć kostium kąpielowy, żeby nie było problemów przy siedzeniu lub podczas jazdy na rowerze. Przy dużych wargach sromowych i intensywniejszym współżyciu możemy mieć do czynienia z sytuacją, w której wargi potrafią się też podwijać do środka, co jest irytujące, a często także bolesne. Chcemy się więc tego dyskomfortu pozbyć. Radość daje też spojrzenie w lustro tuż po zabiegu – kiedy nic nie wystaje, nie przeszkadza, panie są zachwycone.

Więcej informacji: [HTTPS://DRLISIECKI.PL/](https://drlisiecki.pl/). 



Jak radzić sobie z trądzikiem latem

Medycyna urody

Trądzik nie dotyczy tylko nastolatków. **Z TRĄDZIKIEM, NAJCZĘSTSZĄ CHOROBA SKÓRY, ZMAGA SIĘ TEŻ NIEMAL POŁOWA KOBIET W WIEKU 21-30 LAT I CO CZWAR-TA KOBIETA W KOLEJNEJ DEKADZIE ŻYCIA.** Nieprawdą jest też, że na trądzik dobrze działa opalanie. To kolejny mit. Dowiedz się, jak pielęgnować skórę latem i jak leczyć trądzik. Skutecznie.

Tekst: **Katarzyna Świrydowicz**

Zaskórniki, grudki, krosty, torbiele ropne – objawy trądziku ma 85 proc. chłopców i 80 proc. dziewcząt. Trądzik kojarzy się z dojrzewaniem, ale może się pojawić w każdym wieku, nie tylko u nastolatków. Także u noworodków i osób dorosłych – do gabinetu dermatologów z prośbą o pomoc przychodzą dwudziesto-, trzydziestolatki i osoby starsze. Tyle że u osób dorosłych trądzik manifestuje się nieco inaczej niż u młodzieży.

Medycyna urody

Objawy pojawiają się u nich przeważnie na podbródku, żuchwie i szyi, a nie – jak u osób młodszych – zazwyczaj w tzw. strefie T, czyli na czole, nosie i w górnej części policzków. U dorosłych są to przede wszystkim różnej wielkości czerwone zmiany zapalne, które mogą być bolesne, zaś zaskórniki zamknięte i otwarte występują rzadziej niż u nastolatków. Trądzik u dorosłych przyjmuje zazwyczaj postać łagodną i umiarkowaną. To dobra wiadomość. Zła jest taka, że szybko się rozwija i ma tendencję do nawracania.

Hormony, podkłady i pudry

Dlaczego na skórze pojawiają się zmiany trądzikowe? U nastolatków naczelnym winowajcą jest hormonalny huragan okresu dojrzewania i rewolucja, którą wywołuje w organizmie. Zmiany hormonalne (nadmiar androgenów) powodują trądzik również w późniejszych etapach życia. Wiadomo także, że w powstawaniu trądziku pewną odgrywają rolę czynniki genetyczne, czyli rodzinne występowanie tej choroby skóry. U co szóstego

Medycyna urody

chorego za zaostrzenie choroby odpowiedzialny jest stres, który – jak wiadomo – nasila pocenie się (i również powoduje zmiany hormonalne). Wykwity skórne pojawiają się u kobiet kilka dni przed menstruacją. Zresztą panie do powstania tej dermatozy (choroby skóry) przyczyniają się często same, używając „zbyt ciężkich” podkładów, korektorów, pudrów i róży, które blokują ujścia gruczołów łojowych. Wiadomo również, że trądzik jest objawem niepożądanym niektórych leków np. steroïdów.

Cierpliwość i czas

Co zrobić, kiedy pojawią się problemy skórne? Jak wyleczyć trądzik? Z pewnością nie da się tego zrobić z dnia na dzień, z godziny na godzinę, mimo że taki efekt mogą sugerować niektóre reklamy. Do leczenia trądziku potrzeba trzech rzeczy: cierpliwości, czasu i odpowiednich preparatów. Na uzyskanie optymalnych rezultatów czasami trzeba czekać kilka tygodni, a nawet miesięcy. Dlatego nie należy przedwcześnie przerywać terapii. Po jej zakończeniu objawy mogą stopniowo po-

Medycyna urody

wracać, trzeba więc stosować odpowiednie leczenie podtrzymujące.

I jeszcze jedno: nawet jeśli na twarzy w widocznym miejscu pojawia się szpecąca krostka i ręce aż świerzbą, żeby ją wycisnąć, warto się jednak powstrzymać. Lekarze przestrzegają: nie należy na własną rękę drażnić ani wyciskać zmian chorobowych – Polskie Towarzystwo dermatologiczne zaleca wyeliminowanie zabiegów mechanicznego oczyszczania skóry. Można w ten sposób bardziej sobie zaszkodzić, niż pomóc.

”Takie działanie może się bowiem przyczynić do powstania **SZPECĄCYCH BLIZN, TRUDNYCH DO USUNIĘCIA PRZEBARWIEŃ** czy zmian potrądzikowych.

W aptekach dostępnych jest bez recepty wiele preparatów pomocnych w walce z trądzikiem. Co zawierają? Popularnym składnikiem są nadtlenki, działające utleniająco, a także antybakteryjnie i keratolitycznie (złuszczająco). Inną często stosowaną sub-

Medycyna urody

stancją czynną leków i kosmetyków przeciwtrądzikowych jest kwas salicylowy o właściwościach złuszcających i przeciwzapalnych. W terapii trądziku dostępnej bez recepty wykorzystuje się również siarkę, jednak uważa się także, że może ona potęgować zmiany skórne. Na uwagę zasługują preparaty z kwasem azelainowym o wielokierunkowym mechanizmie działania.

Kwas azelainowy – sprzymierzeniec w walce z trądzikiem

Czym jest kwas azelainowy? To substancja, która na skutek przemian metabolicznych w niewielkich ilościach jest wytwarzana w naszym organizmie. Spożywamy go także wraz z jedzeniem, ponieważ wchodzi w skład niektórych zbóż. W medycynie kwas azelainowy jest znany od dawna. Kiedyś był stosowany w leczeniu przebarwień, dziś ze względu na szerokie spektrum działania jest wykorzystywany w preparatach stosowanych w terapii trądziku pospolitego u młodzieży i dorosłych. Może być stosowany długotrwale, bo jest

Medycyna urody

dobrze tolerowany przez skórę. Działania niepożądane – przejściowy rumień i podrażnienie – występują rzadko i szybko ustępują.

Jak kwas azelainowy oddziałuje na skórę? Przeciwdziała tworzeniu się zaskórników, hamując nadmierne rogowacenie naskórka, przyczyniające się do ich powstawania. Ma również działanie przeciwzapalne – pomaga leczyć zmiany trądzikowe wraz z towarzyszącym stanem zapalnym. Posiada też właściwości przeciwbakteryjne – zwalcza bakterie odpowiedzialne za powstawanie trądziku, nie powodując powstania u nich oporności. Działa przeciwłojotokowo, zmniejszając frakcję wolnych kwasów tłuszczowych na skórze, które mogą powodować jej błyszczenie. Co nie mniej ważne przy trądziku – zmniejsza przebarwienia związane z nadmierną aktywnością melanocytów, nie tylko te potrądzikowe.

Preparatem zawierającym kwas azelainowy jest Skinoren, dostępny bez recepty w aptekach w postaci żelu i kremu. Skinoren można stosować razem z kosmetykami używanymi do pielęgnacji i do makijażu.

Sposób na lato bez trądziku

Słońce, wysokie temperatury – lato jest porą, w której pojawiają się szczególne wyzwania dla osób z cerą trądzikową.

Co robić, by nie doprowadzić do nasilenia objawów choroby? Przede wszystkim warto unikać słońca i stosować kremy z wysokim filtrem.

„Dermatolodzy przestrzegają, że **OPALANIE NIE JEST SPOSOBEM NA LECZENIE TRĄDZIKU**, mimo że wiele osób jest przekonanych o zbawiennym działaniu słońca na „pryszczę”.

Dlaczego? Słońce wysusza skórę, co rzeczywiście początkowo zmniejsza objawy trądziku i przyczynia się do poprawy jej wyglądu. Tyle że wkrótce po opalaniu trądzik powraca ze wzmożoną siłą. Ekspozycja na słońce (i wysokie temperatury) przyczynia się bowiem do produkowania większej ilości sebum (łój) w skórze i jednocześnie powoduje pogrubienie jej zewnętrznej war-

Medycyna urody

stwy. A to utrudnia prawidłowe wydzielanie łoju w mieszkach włosowych. Rezultat może być tylko jeden: dochodzi do zablokowania ujść gruczołów łojowych i niepowstrzymanego pojawienia się wyprysków.

Dodatkowo niektóre leki stosowane w leczeniu trądziku zwiększają wrażliwość na słońce. Ekspozycja na promieniowanie UV przy ich stosowaniu może powodować przebarwienia czy nawet przyczynić się do powstawania objawów alergicznych. Latem jednak unikać słońca nie sposób. Dlatego warto używać kremów z wysokim filtrem UV, a także sprawdzić, które leki można bezpiecznie stosować wtedy, gdy skóra będzie często wystawiana na promieniowanie słoneczne. W takim przypadku można wybrać żel lub krem Skinoren, który nie powoduje przebarwień skóry. Skinoren można nakładać na skórę zarówno latem, podczas ekspozycji na słońce, jak i po lecie – w terapii przebarwień związanych ze zmianami potrądzikowymi, a także z ekspozycją na promieniowanie UV.

W miesiącach letnich nie wolno także zapominać o właściwej pielęgnacji skóry. Należy oczyszczać cerę

Medycyna urody

dwa razy dziennie za pomocą wody i odpowiedniego środka o fizjologicznym pH, unikając przy tym nadmiernego pocierania i osuszania. Maski i pilingi odstawić na półkę, zastępując je medykamentami o działaniu przeciwtrądzikowym. Nie należy używać kosmetyków zawierających alkohol (wysuszają skórę). Kiedy pod wpływem słońca i temperatury wydzielanie łoju się zwiększa, trzeba stosować lekkie, niezatykające pory kremy (niekomedogenne). No i oczywiście warto unikać ciężkiego, zatykającego ujścia gruczołów łojowych makijażu.

Lekarze dermatolodzy mogą dziś zaproponować wiele środków do walki z trądzikiem. Odpowiednia terapia i dbałość o skórę pomoże pozbyć się tej dermatozy. Również latem.

Więcej informacji: WWW.SKINOREN.COM.PL. 

Medycyna urody

*Dr n. med.
Magdalena
Łopuszyńska*

Młodość ukryta w genach

Medycyna urody

Jak długofalowo poprawić wygląd swojej skóry?
JAK BARDZO MOŻEMY COFNAĆ NASZ BIOLOGICZNY ZEGAR? Czym jest ekspresja genów? I dlaczego wielozadaniowe urządzenia pobijają rynek medycyny estetycznej?

Tekst: **Dr n. med. Magdalena Łopuszyńska***

Wygład skóry to wypadkowa wielu czynników, w tym także genetycznych. Na jej młodość wpływają czynniki zewnętrzne, nawyki żywieniowe czy wreszcie wiek organizmu. Wiele zmian skórnych, na przykład barwnikowych, można na szczęście cofnąć. Okazuje się, że u pacjentów po 60. roku życia można uzyskać ekspresję genów zbliżoną do tej u osób 30-letnich. Jak pokazały badania przeprowadzone przez dr. Patricka Bittera na wydziale dermatologii Uniwersytetu Stanforda, pozwala na to terapia światłem szerokopasmowym, która stanowi przełom w podejściu do anti-agingu.

Medycyna urody

Właśnie wynik jego badań przekonał mnie do wyboru technologii, która pozwala usunąć widoczność oznak starzenia się skóry, jednocześnie wpływając na kluczowe geny odpowiadające za jej młody wygląd. Wykorzystując ekspresję genów, wpisuje się w potrzeby pacjentów, którzy pielęgnację skóry traktują jako inwestycję w siebie i bardziej od inwazyjnych zabiegów cenią sobie rozwiązania dające naturalne i długoterminowe efekty.

Terapia światłem

Nie tylko długoterminowe efekty i możliwość odmłodzenia skóry bez poddawania się inwazyjnym zabiegom, ale

Dr n. med. Magdalena Łopuszyńska

Dermatolog, certyfikowany lekarz medycyny estetycznej, założycielka gabinetu kosmetyki lekarskiej Bella. Ukończyła Akademię Medyczną w Warszawie w 1985 r. Staż i specjalizacje I i II stopnia z dermatologii oraz tytuł doktora nauk medycznych uzyskała pracując w Klinice Dermatologii CSK MSWiA. Jest autorką wielu prac naukowych z zakresu dermatologii oraz kosmetologii, publikowanych w czasopiśmie specjalistycznych.

Medycyna urody

i dostosowanie procedury do potrzeb – tego oczekują pacjenci klinik medycyny estetycznej. Urządzenie, które wykorzystuję do fotoodmładzania, opiera swoje działanie na zastosowaniu światła szerokopasmowego o długości fali 400–1400 nm. Dedykowane jest zarówno do leczenia zmian barwnikowych, rumienia czy trądziku, jak i do poprawy napięcia skóry. Dzięki temu mogę dostosować długość fali światła do problemów skóry pacjenta na wielu głębokościach, przez co wpływam m.in. na melaninę, hemoglobinę czy wodę zawartą w komórkach.

Terapia światłem szerokopasmowym dzięki wieloetapowemu leczeniu eliminuje oznaki starzenia na różnych poziomach skóry dając możliwość uzyskania długoterminowych efektów. Terapii można poddać twarz, szyję, dekolt oraz duże obszary ciała, takie jak plecy, nogi oraz ramiona. Trwałe wyniki daje nawet kilkuminutowy zabieg, który stymuluje komórki skóry do poprawy jej jakości. Niebagatelne znaczenie dla końcowych efektów i bezpieczeństwa pacjenta ma też konstrukcja. Wyższa prędkość działania, moc szczytowa oraz wydajne chłodzenie, w porównaniu do innych

Medycyna urody

urządzeń do fotoodmładzania, przekłada się na większy komfort pacjenta.

Synergiczne połączenie

Uzyskanie naturalnych efektów odmłodzenia skóry, przy jednoczesnym zachowaniu bezpieczeństwa zabiegów i komfortu pacjenta, to jeden z głównych powodów, dla których coraz chętniej stosuje się terapie łączone. Nie zawsze musi to być protokół składający się z zupełnie różnych zabiegów, co pokazują platformy zabiegowe łączące różne technologie. Tak jest też tutaj, gdzie urządzenie do fotoodmładzania terapią światłem szerokopasmowym łączę z właściwościami lasera tulowego.

Skąd takie połączenie? Z potrzeby wszechstronności działania i synergii przeprowadzanych zabiegów. W swojej praktyce skupiam się na technologiach, które zapewnią satysfakcjonujące efekty zabiegowe, jednocześnie skracając okres rekonwalescencji i pozwalając personalizować terapie.

Laser tulowy to nieinwazyjna, ale skuteczna opcja resurfacingu dla pacjentów szukających zabiegów da-

Medycyna urody

jących oczekiwane efekty bez konieczności poświęcania czasu na rekonwalescencję pozabiegową.

” Stosuję go zarówno u młodszych pacjentów, jak i tych, którzy **CHCĄ ZACHOWAĆ MŁODZIEŃCZY WYGLĄD SWOJEJ SKÓRY NA DŁUŻEJ**, dzięki lekkiej rewitalizacji.

Takie połączenie technologii pozwala mi do każdego pacjenta podejść indywidualnie, odpowiadając precyzyjnie na potrzeby jego skóry.

Doświadczenie w służbie pacjentów

Z medycyną estetyczną jestem związana już ponad 25 lat. Przez ten czas obserwowałam wiele zmian zarówno w dostępnych technologiach, jak i w potrzebach pacjentów. Czego oczekują aktualnie pacjenci? Odpowiedniej stymulacji skóry do przebudowy i odbudowy połączonej z pracą na wielu jej poziomach i możliwością odpowiadania na wiele problemów skórnych. Nowoczesne technologie, które wprowadzam do mojego

Medycyna urody

gabinetu, muszą jednak nie tylko odpowiadać na potrzeby pacjentów, ale i zapewniać – co dla mnie jest priorytetem – bezpieczeństwo. Stąd właśnie obecność światła szerokopasmowego połączonego z laserem tutowym w mojej praktyce lekarskiej – platformy zabiegowej, która spełnia oczekiwania pacjentów, zapewniając efekty poparte badaniami naukowymi. 

© Wszelkie prawa zastrzeżone

*Gabinet Kosmetyki Lekarskiej BELLA*

Warszawa, ul. Piękna 19

tel. 22 625 33 00, 608 094 484

WWW.BELLA-DERM.PL<https://www.facebook.com/Gabinet.Kosmetyki.Lekarskiej.BELLA>

Medycyna urody

*Dr n. med.
Paweł Wisz*

Chirurgia robotyczna wymaga właściwego szkolenia lekarzy

Medycyna urody

Na temat metod robotycznych stosowanych **W LE-
CZENIU CHORÓB PROSTATY ORAZ SZKOLENIA LEKARZY
POD KĄTEM JEJ STOSOWANIA MÓWI DR N. MED. PAWEŁ
WISZ** – chirurg krakowskiego Szpitala na Klinach,
międzynarodowy trener w chirurgii robotycznej
w Orsi Academy, członek zarządu sekcji robotycz-
nej Europejskiego Towarzystwa Urologicznego.

Tekst: **Konrad Lichoń**

**„Wprost”: Rak prostaty to obecnie najczęściej dia-
gnozowany nowotwór wśród mężczyzn. Dane Krajo-
wego Rejestru Nowotworów pokazują, że w roku 2020
w Polsce zachorowało na niego ponad 14 tysięcy męż-
czyzn, a prawie 6 tysięcy z tego powodu zmarło. Medy-
cyna dysponuje obecnie skutecznymi metodami lecze-
nia tego nowotworu. Jakie to są metody i od czego
zależy ich wybór?**

DR N. MED. PAWEŁ WISZ: Wybór metody leczenia raka
gruczołu krokowego uzależniony jest od stadium za-

Medycyna urody

awansowania choroby. Bierze się pod uwagę wyniki biopsji oraz rezonansu magnetycznego, stopień ryzyka określany na podstawie stężenia PSA i oceny w skali Gleasona, a także takie czynniki jak wiek oraz oczekiwana długość przeżycia.

Podstawowe metody leczenia raka prostaty to leczenie operacyjne lub radioterapia, stosowana w róż-

Dr n. med. Paweł Wisz

Specjalista z zakresu urologii robotycznej. Posiada wieloletnie doświadczenie w zakresie leczenia raka prostaty, w tym zabiegów wykonywanych z użyciem robota. Zdobywał je, między innymi, w Klinice Urologii w Leverkusen w Niemczech oraz w ośrodku ORSI Academy, największym na świecie centrum szkoleniowym w chirurgii robotycznej.

Jest jednym z siedmiu urologów na świecie, który zdobył certyfikaty w dziedzinie chirurgii robotycznej u boku prof. Alexandra Mottrie z Belgii oraz prof. Patela z USA. Jest również jedynym polskim międzynarodowym trenerem w chirurgii robotycznej w ośrodku ORSI Academy oraz jako pierwszy Polak pełni prestiżową funkcję w zarządzie Europejskiego Towarzystwa Urologicznego – Sekcja Robotyczna (ERUS).

Medycyna urody

nej w formie. Leczenie chirurgiczne polega na wycięciu zajętego nowotworem narządu stercza, a także, jeżeli jest to konieczne, okolicznych węzłów chłonnych. Operacje mogą być przeprowadzane techniką klasyczną (czyli otwartą) oraz jako zabiegi małoinwazyjne za pomocą laparoskopii lub z wykorzystaniem robota.

Operacje z wykorzystaniem robota to zaawansowane technologicznie zabiegi. Ile ich obecnie wykonuje się w Polsce?

W roku 2022 wykonano ich w Polsce około 3500. Zapotrzebowanie na te zabiegi rośnie gdyż dają one duże korzyści dla pacjentów, kadry medycznej oraz szpitali. Procedury wspomagane robotem dotyczą wielu różnych interwencji medycznych, takich jak usuwanie guzów nowotworowych, biopsje, naprawa zastawek serca czy bajpasy żołądkowe.

Z raportu „Rynek robotyki chirurgicznej w Polsce 2022. Prognoza na lata 2022-2027”, opublikowanego przez Upper Finance i Polską Federację Szpitali, można się dowiedzieć, że w Polsce do 2027 roku powinno być

Medycyna urody

około 70 robotów chirurgicznych o różnych profilach zastosowania. Do 2027 roku rynek ten osiągnie wartość prawie miliarda złotych.

Z tych 3500 tysięcy operacji jedną dziesiątą, czyli około 350, wykonał pan. Uczestniczył pan w szkoleniach w zagranicznych ośrodkach, a doświadczenie zdobywał pan w miarę wykonywania zabiegów. Chirurgia robotyczna zmieniła także podejście do szkoleń...

To prawda. Do tej pory korzystaliśmy ze starej metody dr. Halsteda – „see one, do one, teach one”, oznacza to, że uczyliśmy się od innych osób nie zawsze wiedząc czy robią to dobrze, możemy więc naśladować ich dobre lub złe nawyki.

Od kiedy rozwija się chirurgia robotyczna, zmienił się system nauczania, ponieważ

DYSPONUJEMY PRECYZJĄ ORAZ MOŻLIWOŚCIĄ

WERYFIKACJI EWENTUALNYCH BŁĘDÓW wykonywanych przez operatorów.

Jak powinno wyglądać szkolenie chirurga?

Odejście od tradycyjnego modelu nauczania oznacza, że szkolenie chirurga jest oderwane od bloku operacyjnego i pacjenta i odbywa się w warunkach laboratoryjnych, symulacyjnych, czyli najlepiej w dedykowanych temu celowi centrach szkoleniowych.

Praca na symulatorach polega na tym, że każdy błąd, każdy ruch pozostawia ślad. Taki sposób szkolenia jest oczywiście poparty pomiarami na temat uzyskanego poziomu efektywności w porównaniu do poziomu wzorcowego, który został zatwierdzony jako pewien standard, wypracowany w oparciu o specjalne metryki. To pozwala obiektywnie ocenić umiejętności uczącego się lekarza.

Czy dysponujemy takimi standardami?

Ponieważ nowe programy nauczania stały się przedmiotem badań naukowych i zostały podane weryfikacji, dysponujemy obecnie materiałami, opartymi na dowodach, które pokazują efektywność nowego podejścia. W jednej z najnowszych publikacji dokonano metaanalizy wyników (JAMA Surgery, wrzesień 2021 r).

Medycyna urody



Fot. materiały prasowe

Szpital na Klinach w Krakowie.

Medycyna urody

Wynika z nich, że w porównaniu do szkolenia tradycyjnego, uczestnicy treningu opartego na biegłości (proficiency based progression – PBP) uzyskiwali o wiele lepsze wyniki. Taki sposób szkolenia zmniejszył liczbę błędów wykonawczych aż o 60 proc. i skrócił czas zabiegu o 15 proc. Natomiast liczba poprawnie wykonywanych kroków w procedurze zabiegowej była większa o 47 proc.

Jako członkek zarządu Europejskiego Towarzystwa Urologicznego – Sekcja Robotyczna (ERUS) odpowiadam właśnie za opracowywanie i wdrażanie tych nowych programów szkoleniowych.

Czy w Polsce działają takie centra szkoleniowe?

Na razie, niestety, nie ma ani jednego. Tymczasem w Europie działają one od wielu lat i na dzień dzisiejszy lekarze z Polski muszą korzystać z takiego szkolenia zagranicą.

Ilu lekarzy przeszkolonych do pracy z robotem chirurgicznym jest w Polsce?

W polskich szpitalach, dotyczy to zarówno placówek prywatnych jak i państwowych, pracuje około

Medycyna urody

30 robotów chirurgicznych. Natomiast około 100 chirurgów posiada certyfikaty wydane przez producentów systemów robotycznych. Jednak taka certyfikacja jest jedynie warunkiem dopuszczającym do pracy z tymi narzędziami, nie jest wyznacznikiem osiągnięcia odpowiedniego poziomu umiejętności klinicznych.

„Nie zawsze liczba wykonanych zabiegów określa umiejętności operacyjne, dlatego **NALEŻY SZYBKO DĄŻYĆ DO UZYSKANIA ODPOWIEDNICH WSKAŹNIKÓW WYDAJNOŚCI** oraz efektywności.

Nie zawsze placówki, które decydują się na zakup robota, posiadają wykwalifikowaną w tym kierunku kadrę...

Celem zakupu tego typu urządzenia powinno być dobro pacjenta, a najważniejszym czynnikiem wpływającym na czas samego zabiegu oraz na jego skuteczność jest doświadczenie wykonującej go osoby. Ważne jest to,

Medycyna urody

aby wraz ze wzrostem liczby systemów robotycznych w szpitalach rozwijało się również szkolenie kadr.

Mam nadzieję, że to się zmieni, dlatego też wiele moich aktywności kieruję na mentoring zespołów w całej Polsce, które wchodzą na ścieżkę kształcenia. To wymagający proces. Adeptci robotyki nie są w stanie przyswoić go samodzielnie. Tak jak w sporcie, aby ukształtować zawodnika potrzebny jest dobry trener.

Jest to ważne także dlatego, że pacjenci coraz częściej doceniają ten sposób zabiegów...

Upowszechnienie tej metody operacji a także wzrost świadomości pacjentów sprawia, że według szacunków w roku 2023 już połowa wszystkich zabiegów radykalnej prostatektomii w Polsce odbędzie się właśnie tą metodą.

Warto podkreślić, że potencjał robotyki chirurgicznej dotyczy także innych dziedzin, takich jak ginekologia, chirurgia, kardiochirurgia i laryngologia.

Zabieg dotyczący leczenia raka prostaty za pomocą systemu robotycznego to szereg korzyści dla pacjenta..

Medycyna urody

Podczas takiego zabiegu wykonuje się przez sześć minimalnych nacięć w powłokach brzusznych pacjenta, przez które wprowadzane są, tzw. trokary, w środku których umieszcza się kamerę oraz minimalnej wielkości narzędzia chirurgiczne, które przymocowane są do ramion robota. Przeprowadzając ten zabieg chirurg nie znajduje się przy stole operacyjnym, ale siedzi za specjalną konsolą, za pomocą której steruje ramionami robota.

Warto podkreślić jednak, że to nie robot wykonuje operację, ale pozostaje ona w rękach chirurga i zespołu operacyjnego, a wykorzystywane urządzenie jest wyłącznie narzędziem wspomagającym pracę podczas tak skomplikowanych zabiegów jak usunięcie prostaty czyli prostatektomia.

Operacja z wykorzystaniem robota umożliwia bardzo dobrą wizualizację pola operacyjnego, nawet w 10-krotnym powiększeniu, co przekłada się na przeprowadzenie operacji w sposób precyzyjny, przy zachowaniu kontroli.

Zabieg taki minimalizuje ryzyko uszkodzeń pęczyków naczyniowo-nerwowych, które odpowiedzialne

Medycyna urody

są za erekcję a także pozwala na zachowanie zwieracza zewnętrznego cewki moczowej, co zapewnia prawidłowe trzymanie moczu po operacji. Ważne jest także, że pacjenci po zabiegu prostatektomii z wykorzystaniem robota odczuwają mniejsze dolegliwości bólowe, szybciej przechodzą rekonwalescencję.

Należy pamiętać, że podstawowym celem leczenia jest wynik onkologiczny.

Operacje robotyczne często bywają jedyną możliwością leczenia w przypadku pacjentów, którzy zostali zdyskwalifikowani z leczenia operacyjnego innymi metodami. Takiego pacjenta operował pan niedawno w krakowskim **SZPITALU NA KLINACH...**

W maju tego roku przeprowadziłem prostatektomię robotyczną u 64-letniego mężczyzny ze zdiagnozowanym rakiem prostaty, który został zdyskwalifikowany z leczenia operacyjnego we wszystkich ośrodkach, do których zgłosił się w Polsce. Był to pacjent, u którego wielokrotnie przeprowadzano operacje brzuszne, takie jak usunięcie pęcherzyka żółciowego,

Medycyna urody

przednia resekcja odbytnicy z wyłonieniem stomii, odtworzenie ciągłości przewodu pokarmowego, radiochemioterapia z powodu raka odbytnicy, a po rozpoznaniu raka prostaty została u niego włączona hormonoterapia.

Z powodu wcześniejszych zabiegów u pacjenta pojawiły się liczne zrosty, które utrudniały dotarcie do pola operacyjnego a radioterapia i hormonoterapia zaburzały budowę morfologiczną prostaty. Zabieg robotyczny polegający na odpreparowaniu zrostów i usunięciu samej prostaty odbył się bez powikłań i bez uszkodzenia okolicznych narządów, a pacjent po sześciu dniach od operacji opuścił szpital bez konieczności utrzymania cewnika.

W Szpitalu Neo Hospital stosowana jest między innymi metoda „Collar”, która minimalizuje ryzyko pooperacyjnego pozostawienia komórek nowotworowych, tzw. dodatnich marginesów...

Badania wykazały dużą skuteczność tej metody, przy jej zastosowaniu w przypadku nowotworu ograniczonego tylko do prostaty nie było w ogóle przypadków

Medycyna urody

z dodatnim marginesem w okolicy szczytu prostaty, a w grupie kontrolnej, czyli w przypadku zastosowania innej techniki było to 8,9 proc. Również w zaawansowanym miejscowo nowotworze, w przypadku nacieku nowotworu na pęcherzyki nasienne kolejne badania potwierdziły lepsze rezultaty operacji z wykorzystaniem robota. 

Medycyna urody

*5 kierunków, które
zmienią przyszłość
medycyny estetycznej*

Medycyna urody

Zawsze młoda skóra, postrzeganie siebie przez pryzmat aparatu w telefonie, nowa definicja męskości, etyczne podejście czy wyjątkowe doznania podczas wizyty w gabinecie. Oto **PIĘĆ GŁÓWNYCH KIERUNKÓW ROZWOJU MEDYCyny ESTETYCZNEJ OPUBLIKOWANYCH W RAPORCIE ALLERGAN AESTHETICS „ETYKA I PRZYSZŁOŚĆ MEDYCyny ESTETYCZNEJ”**.

Tekst: **Jan Matura**

Wkraczamy w dynamiczną erę medycyny estetycznej. Eksperci obserwują coraz większe zainteresowanie zabiegami na twarz i ciało, a także coraz większą akceptację społeczną związaną z ich wykonywaniem. Prognozują również, że zainteresowanie to będzie się nadal rozwijać.

W raporcie Allergan Aesthetics „Etyka i przyszłość medycyny estetycznej”, którego publikacja jest począt-

Medycyna urody

kiem kampanii edukacyjnej o tej samej nazwie, możemy poznać kierunki rozwoju tej dziedziny medycyny, a także sposób w jaki zmieniać się będą zachowania i potrzeby samych pacjentów.

Koniec starzenia się

Czy można zatrzymać proces starzenia? W Polsce zmiana wyglądu spowodowana upływem czasu to drugi powód rozważania zabiegu estetycznego¹. Chęć utrzymania młodego wyglądu sprawia, że na całym świecie coraz większą rolę odgrywają zabiegi związane z profilaktyką starzenia. Nie czekamy, aż na naszej twarzy pojawią się pierwsze zmarszczki, ale działamy prewencyjnie.

Dr Kamila Białek-Galas, specjalista dermatolog-wenerolog, lekarz medycyny estetycznej, przyznaje, że we wszystkich grupach wiekowych pacjentów obserwuje się wyraźną tendencję wzrostową zainteresowania zabiegami o działaniu przyczynowym. Co

¹ Badanie opinii na temat medycyny estetycznej, Kantar Public, luty 2023 r.

Medycyna urody

czeka nas w przyszłości? Z pewnością warto zapamiętać trzy definicje – samoodmładzanie, wydłużenie życia komórek i biohakowanie. Samoodmładzanie to korzystanie z zabiegów, w których wykorzystywana jest tkanka własna do odmłodzenia skóry. Od pacjenta pobiera się tkankę tłuszczową, oczyszcza, następnie wykorzystuje do wyprodukowania spersonalizowanych preparatów do iniekcji.

Naukowcy pracują również nad wydłużeniem życia komórek aby opóźnić proces starzenia – co ciekawe, w jedną z takich firm zainwestował założyciel i prezes Amazona Jeff Bezos². Według doniesień Pharmaceutical Technology, firma prowadzi badania nad biologicznym przeprogramowaniem komórek w celu ich odmłodzenia. Prawdopodobnie zamierza zastosować tę technologię u zwierząt, ostatecznie chcąc doprowadzić do zatrzymania biologicznego procesu starzenia się i wydłużenia długości ży-

² MIT Technology Review, “Meet Altos Labs, Silicon Valley’s latest wild bet on living forever”, September 2021, <https://www.technologyreview.com/2021/09/04/1034364/altos-labs-silicon-valleys-jeff-bezos-milner-betlivingforever/>. Accessed February 28, 2022.

Medycyna urody

cia człowieka. Biohakowanie, natomiast, daje ludziom możliwość kontrolowania własnego ciała i umysłu w celu optymalizacji ich „działania”. Na rynku są już dostępne zestawy do testów domowych, które mają na celu pomóc pacjentom zrozumieć ich epigenetykę. Pozwalają śledzić ich wiek biologiczny i skumulowane tempo starzenia się, aby zaoferować dostosowane do potrzeb porady, dotyczące możliwości spowolnienia tego procesu.

Nowa definicja męskości

Dzisiejszy mężczyzna, niezależnie od wieku czy statusu dba o swoje zdrowie jednocześnie coraz częściej szukając nieinwazyjnych terapii poprawiających wygląd. Na taki stan rzeczy wpływają media społecznościowe, aplikacje randkowe a nawet rywalizacja w miejscu pracy. W ramach nowej definicji męskości obok tradycyjnego, zachodniego archetypu mężczyzny z uwydatnioną zuchwą i jędrnym, umięśnionym torsem, pojawił się nowy, „łagodniejszy” wzorzec, reprezentowany przez japońskich beauty boys czy koreań-

Medycyna urody

skich flower boys. Azja to zdecydowany lider w definiowaniu nowego, męskiego wyglądu, który uwzględnia m.in.: miękką skórę, pełniejsze usta i mniejszy nos.

”A czego od medycyny estetycznej oczekują polscy mężczyźni? Zdaniem dr n. med. Igora Madeja, specjalisty chirurgii ogólnej i onkologicznej, lekarza medycyny estetycznej – **ZNIWELOWANIA OZNAK ZMĘCZENIA I MŁODSZEGO WYGLĄDU.**

Szczególnie ci zatrudnieni na stanowiskach menadżerskich czują za plecami obecność młodego pokolenia i nie chcą, aby różnice w wyglądzie były widoczne i działały na ich niekorzyść. Jak podkreśla dr Mariola Gałązka, specjalista medycyny sportowej i lekarz medycyny estetycznej, dla mężczyzn ważne jest zachowanie mimiki, rysów twarzy czy cech charakterystycznych, a od lekarza panowie oczekują profesjonalizmu i konkretnego planu działania, który da widoczne rezultaty.

Medycyna urody



Cyfrowa soczewka

Czy obserwowanie swojego wizerunku na ekranach laptopów i telefonów wpływa na wzrost zainteresowania zabiegami medycyny estetycznej? Zdecydowanie, tak. Ta zmiana będzie pogłębiać się w przyszłości, bo jak podkreśla analityk trendów Zuzanna Skalska – świat widziany przez cyfrową soczewkę to nie chwilowa moda, lecz alfabet przyszłości.

Dr Agnieszka Keller, periodontolog i lekarz medycyny estetycznej opisuje, jak cyfrowe środki komunikacji zmieniają sposób postrzegania siebie. „W przypadku video-konferencji widzimy to na przykładzie naszego nosa, który w perspektywie zmienia rozmiar nawet o około 30%. Pacjenci pracujący online coraz częściej zauważają u siebie wady zgryzu, zmarszczki na czole i między brwiami, cienie pod oczami, drugi podbródek, „chomiki”, pomarszczoną szyję. Wszystko skutkuje chęcią rozwiązania tych problemów i poszukiwaniem pomocy u lekarza medycyny estetycznej. Jej obserwacje, potwierdza badanie przeprowadzone na zlecenie Allergan Aesthe-

Medycyna urody

tics – aż 46% badanych Polaków³ deklarowało, że filtry poprawiające wygląd na zdjęciach czy filmach w mediach społecznościowych zachęcają ich do poddania się zabiegowi medycyny estetycznej.

Etyka

Przyszłością medycyny estetycznej jest z pewnością jej uregulowanie prawne, co zwiększy bezpieczeństwo pacjentów, wprowadzi standaryzację, a także zapewni przestrzeganie norm etycznych. Jak mówi dr Waldemar Jankowiak, specjalista chirurgii ogólnej, lekarz medycyny estetycznej, Prezes Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging: „Należy sprawić, by ta dziedzina medycyny była “prawdziwą” medycyną, z założeniami medycyny opartej na faktach, badaniach naukowych, a zabiegi wykonywane przez wykwalifikowanych profesjonalistów – lekarzy”.

Problem przeprowadzania zabiegów z zakresu medycyny estetycznej przez osoby nie posiadające odpo-

³ Badanie opinii na temat medycyny estetycznej, Kantar Public, luty 2023 r.

Medycyna urody

wiednich uprawnień i umiejętności to problem w skali globalnej. Wyniki badania Allergan Aesthetics potwierdzają, że w Polsce również istnieje niewielka świadomość i wiedza na temat medycyny estetycznej. Odpowiedzi respondentów zapytanych, u kogo wykonują zabiegi rozłożyły się niemal w takich samych proporcjach: 35% badanych zadeklarowało wykonywanie zabiegów u kosmetyczki, 30% u lekarza a 33% u kosmetologa. Kobiety częściej przyznawały się do zabiegów wykonywanych u kosmetyczki (45% kobiet vs 29% mężczyzn) oraz kosmetologa (40% kobiet vs 31% mężczyzn), lekarza natomiast wybierali zdecydowanie częściej mężczyźni niż kobiety (53% vs 29%).⁴

Wysublimowane doświadczenia w klinikach

Zabiegi medycyny estetycznej to nie tylko określona usługa, ale ekskluzywna propozycja i dopełnienie określonego stylu życia. Aby sprostać coraz bardziej wysu-

⁴ Badanie opinii na temat medycyny estetycznej, Kantar Public, luty 2023 r.

Medycyna urody

blimowanym oczekiwaniom pacjentów, kliniki przyszłości będą przypominać sklepy luksusowych marek z otwartymi przestrzeniami, sztuką i eleganckim wystrojem wnętrz.

Jak podkreśla dr n. med. Magdalena Stokowacka-Zakrzewska, specjalista psychiatrii, lekarz medycyny estetycznej: „Klucz do zapewnienia pacjentom luksusowych doznań ukryty jest w szczegółach. Począwszy od dogodnego parkingu przed kliniką i wyśmienitej kawy w porcelanowej filiżance, poprzez spokojny ton głosu pracowników.” Pacjenci coraz częściej oczekują, że lekarze będą podchodzić do ich wyglądu i zabiegów w sposób holistyczny i przeprowadzać je w miejscu, które w równym stopniu sprzyja wyciszeniu i dobremu samopoczuciu. Wyjątkowe otoczenie, połączone ze zindywidualizowanym zabiegiem, zapewniają pacjentom relaks oraz poczucie, że ich potrzeby są w pełni zaspokajane. 