

*Мельник Надежда Николаевна
студентка 6 курса
лечебный факультет
Московский медицинский университет «Реавиз»,
Россия, г. Москва
e-mail: 89199681746@mail.ru*

*Научный руководитель: Павлова О.Е.
кандидат биологических наук
Московский медицинский университет «Реавиз»,
Россия, г. Москва*

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ КУПЕРОЗА

***Аннотация:** Данная статья посвящена особенностям коррекции чувствительной кожи с куперозом. Рассматривается системный подход к диагностике, подбору аппаратных методов, профессиональных косметических средств для коррекции и профилактики купероза. Делается вывод об эффективности в решении данной проблемы комплексного подхода с учетом индивидуальных особенностей кожи клиента.*

***Ключевые слова:** купероз, чувствительная кожа, методы коррекции, профессиональные косметические средства, профилактика.*

*Melnik Nadezhda Nikolaevna
6th year student
Medical Faculty
Moscow Medical University "Reaviz",
Russia, Moscow*

*Scientific adviser: Pavlova O. E.
candidate of biological sciences
Moscow Medical University "Reaviz",
Russia, Moscow*

INTEGRATED APPROACH TO THE PROBLEM OF COUPEROSIS

***Abstract:** This article is devoted to the features of correction of sensitive skin with couperose. A systematic approach to diagnosis, selection of hardware methods, and professional cosmetics for the correction and prevention of couperose is considered. It is concluded that an integrated approach is effective in solving this problem, taking into account the individual characteristics of the client's skin.*

Key words: couperose, sensitive skin, correction methods, professional cosmetics, prevention.

Купероз - это заболевание кожи, которое развивается из-за хрупкости капиллярных стенок и локального нарушения кровообращения. Сопровождается нарушением цвета кожи, потерей её эластичности и появлением телеангиэктазий - сосудистых звёздочек или сеточек [1, с. 4].

Плохое состояние кожи лица может иметь негативное влияние на психологическое состояние женщины. Внешний вид играет важную роль в самооценке и уверенности в себе, проблемы с кожей могут вызывать чувство неудовлетворенности и дискомфорта. Это может привести к снижению самоуважения, социальной изоляции и даже развитию психологических проблем, таких как депрессия или тревожность. Если не заниматься лечением, симптомы купероза начинают прогрессировать. Капилляры значительно расширяются, кровь в них застаивается, из-за чего сосуды становятся синюшно-фиолетового цвета. На других участках кожи нарушается приток крови и выработка коллагена, кожа тускнеет, теряет эластичность, становится более дряблой [2, с. 38].

Все вышесказанное определяет актуальность данного исследования. Целью работы является создание комплексной программы лечения купероза с учетом индивидуальных особенностей пациента. Для предоставления обоснованных методов и технологий работы в рамках салона красоты был проведен анализ современных методов коррекции купероза, сравнение эффективности косметических средств при работе с чувствительной кожей лица с куперозом.

К современным методам коррекции чувствительной кожи с куперозом относят мануальные, аппаратные и инъекционные методы.

Лечебный пластический массаж является одним из методов мануальной терапии. В отличие от обычного массажа лица, применение которого противопоказано при куперозе, лечебный пластический массаж успешно применяется для устранения этого кожного дефекта, а также для его профилактики. Благодаря повышению тонуса кожи, проявление сосудистого

рисунка значительно уменьшается, снижается отёчность, улучшается цвет лица, разглаживаются отдельные морщины, сглаживаются носогубные складки, подтягивается кожа щёк.

Самый эффективный аппаратный метод лечения купероза – лазерная коагуляция. С точки зрения косметологии это самый безупречный способ избавиться от нежелательного дефекта, так как после лазерной коагуляции не остается никаких следов на коже. Кроме того, процедура безболезненна и очень непродолжительна. Иногда после лазерного удаления телеангиоэктазий может понадобиться курс сосудоукрепляющей мезотерапии, озонотерапии или нетравматичная фракционная лазерная шлифовка, так как мельчайшие сосуды практически невозможно удалить лазером [3, с. 27]. Также эффективен аппаратный лимфодренаж, который улучшает микроциркуляцию крови, укрепляет стенки сосудов и ультразвук с низкочастотным магнитным полем. Его использование позволяет добиться более глубокого проникновения в кожу антикуперозных препаратов и др. [4, с. 66].

Термокоагуляция (электрокоагуляция) и криодеструкция -травматичные методы, оставляющие рубцы и пигментные пятна на месте разрушенных сосудов, не рекомендуются к применению. Фототерапия - вчерашний день в лечении купероза. При фототерапии захватываются «лишние» площади, и велика вероятность ожогов прилегающих неповрежденных участков [4, с. 94].

Инъекционные методы включают в себя введение микроинъекционных препаратов, которые укрепляют стенки сосудов и улучшают циркуляцию крови. Мезотерапия позволяет улучшить микроциркуляцию, активизирует и регулирует обменные процессы в коже. Помимо этого, мезотерапия в косметологии улучшает лимфодренаж, стимулирует неоколлагенез, оказывает комплексное антиоксидантное действие и ингибирует меланогенез. Методика мезотерапии основана на доставке лекарственного препарата в проблемную зону, она осуществляется с помощью различных техник введения, при этом, в зависимости от области и желаемого результата, объём вводимого препарата может варьировать. По степени инвазивности техники могут быть поверхностные

(наппаж), внутрикожные (микропапулы), и подкожные (мезоинфильтрация и мезоперфузия). Выбор техники введения в разных зонах зависит от состояния кожи и оправданности её травматизации. Благодаря интрадермальному введению активные компоненты преодолевают кожный барьер и доставляют лекарственные средства строго в ту зону, которая требует коррекции. Мезотерапия позволяет комплексно решать широкий круг эстетических проблем кожи лица. Мезотерапия при куперозе лучший способ избавиться от проблемы за короткий срок. Эта косметологическая процедура позволяет быстро и эффективно избавиться от многих проблем с кожей, без применения хирургического вмешательства [5, с. 32].

Рассмотрим системный подход в работе с чувствительной кожей с куперозом на примере клиентки Е.В., 42 года. При первой консультации клиентка предъявила жалобы на сниженный тургор кожи и тонус мышц, мимические морщины вокруг глаз, чувствительность кожи и купероз.

В домашних условиях клиентка использовала пенку для умывания марки LOCITAN, крем для лица РАУОТ. Питается сбалансировано, соблюдает питьевой режима (2-2,5 л в день), рацион включает диетические каши, рыбу и морепродукты. Режим сна соблюдает. Хронических заболеваний нет, самочувствие отличное. Спортом не занимается. Также клиентка сообщила, что в 2022 г. ей были поставлены нити, что необходимо было учитывать в составлении программы по косметическому салонному уходу.

При визуальном осмотре мы определили: 1-ый фототип кожи, толщина кожи - средняя, поры средние, жирность нормальная. Уровень влажности эпидермиса достаточный. Дермографизм красный. Тонус и тургор кожи снижены, присутствует сеть мелких морщин. Присутствует купероз в области крыльев носа, открытые комедоны. На основании данных компьютерной диагностики мы заключили, что жирность немного снижена, присутствует смешанный тип себореи, имеются осложнения в виде гиперчувствительности и купероза. Необходимо подобрать программу лечения, чтобы снизить

реактивность кожи, увлажнить, напитать кожу, снизить проявления купероза [6, с. 16].

Был проведен анализ профессиональных косметических продуктов для коррекции чувствительной кожи с куперозом: средств очищения, тонизации, средств глубокого очищения, масок, завершающего крем-ухода производителей косметики Jean D'estrees, Egia, New Line, Chris Farrel, Skeyndor [7, с. 10-14].

В результате осмотра кожи пациента под лампой и компьютерной диагностики, а также после анкетирования о состоянии здоровья и сбора анамнеза, была выбрана марка итальянской косметики производителя EGIA, направленная на решение выявленных косметических дефектов.

Для работы с клиентом был составлен план работы, включающий три методики, направленные на последовательное решение конкретных задач.

Методика №1 включает очищение, тонизацию, глубокое очищение, уход.

Используемые средства: очищающий гель, тоник освежающий, пилинг легкий ULTRA PEEL LOTION LIGHT, маска успокаивающая SOOTHING PACK, сыворотка антикуперозная Couperose Serum, насыщенный крем для глубокого увлажнения UP-LIFT.

Для очищения кожи был выбран гель, который эффективно очищает кожу, не раздражая и не нарушая pH баланс. Содержит большое количество аминокислот, витаминов и микроэлементов, которые проникают в глубокие слои кожи. Гель оказывает хорошее антибактериальное и ранозаживляющим действие, нормализует работу сальных желез, снимает раздражение и воспаление. Содержит Е.С.А.- 3 комплекс.

Для тонизации кожи применяли тоник освежающий. Он содержит экстракт липы и розовую воду с биологически активными веществами, которые тонизируют и успокаивают кожу, стимулируют микроциркуляцию и ускоряют процесс обновления клеток, восстанавливают pH баланс.

Средство для глубокого очищения позволяет мягко и бережно удалить загрязнения и мертвые клетки с поверхности кожи, не нарушая ее

гидролипидный баланс. EGIA E.C.A.-3 комплекс обеспечивает антиоксидантную защиту, препятствуя преждевременному старению кожи.

Для ухода мы взяли антикуперозную сыворотку. В ее составе есть ниацинамид, который увеличивает синтез керамидов и свободных жирных кислот, восстанавливая барьерные функции кожи и снижая реактивность на агрессию окружающей среды. Пантенол и экстракт ромашки - успокаивают кожу, устраняя раздражение. Экстракт алоэ и растительные масла восстанавливают, питают, увлажняют и смягчают кожу, стимулируют процессы регенерации.

Крем увлажняющий был предназначен для коррекции возрастных изменений кожи. Благодаря наличию гексапептида он оказывает миорелаксирующее воздействие на мышцы лица, ослабляя сокращения мышц и устраняя основную причину возникновения мимических морщин. Уникальный EGIA E.C.A.-3 комплекс защищает от действия свободных радикалов и усиливает обменные процессы в коже, препятствуя преждевременному старению. Входящие в состав крема природные масла интенсивно питают кожу, повышают активность клеток базального слоя и фибробластов, стимулируют синтез коллагена и эластина, улучшают местный иммунитет и восстанавливают гомеостаз кожи. В результате применения крема кожа становится более плотной и эластичной, корректируется овал лица. Нежная текстура крема идеально подходит для 24-часового омолаживающего ухода за кожей лица, шеи и зоной декольте.

Методика № 2 включает очищение, тонизацию, экспресс уход, маску актилия и завершающий уход.

Используемые средства: очищающее молочко, тоник освежающий, экспресс уход (гелевая основа, маска бинтовая, лосьон моделирующий), маска актилия, сыворотка против мимических морщин, успокаивающий крем.

Для очищения кожи было выбрано молочко, т.к. оно предназначено для чувствительной кожи. Оно бережно очищает, увлажняет и смягчает кожу, не нарушая pH баланс. Благодаря содержанию масла душистого миндаля и ботанических экстрактов молочко поддерживает и предохраняет от

повреждений липидный слой кожи, оказывает антиоксидантное и противомикробное воздействие, снижает возникновение аллергической реакции.

Применяемый тоник освежающий был описан ранее (первая методика).

Экспресс уход обеспечивает хорошее увлажнение, оказывает противовоспалительное, дренирующее и кератолитическое воздействие, насыщает кожу витаминами и микроэлементами.

Маска актилия обладает противовоспалительным действием, обеспечивает эффективное насыщение влагой верхних слоёв эпидермиса, препятствует развитию явлений постакне. Папаин, содержащийся в маске, эффективно удаляет отмершие клетки, выравнивает рельеф кожи, стимулирует обменные процессы. Для нашей клиентки эта маска необходима, т.к. она эффективно решает косметические проблемы густой себореи – открытые комедоны.

Завершающий уход включает применение сыворотки против мимических морщин. Это интенсивное средство для коррекции возрастных изменений и предупреждения преждевременного старения кожи лица. Сыворотка обладает аналогичным ботоксу релаксирующим действием на мышцы лица и препятствует образованию мимических морщин. Содержит соединение нового поколения – ацетилгексапептид-8. Сыворотка интенсивно увлажняет кожу, регулирует проницаемость эпидермального барьера, активизирует процесс регенерации клеток и синтез коллагена и эластина. Антивозрастной EGIA E.C.A.-3 комплекс нейтрализует действие свободных радикалов. Экстракт пшеницы смягчает и увлажняет кожу. В состав препарата также входят аминокислоты, витамины, комплекс макро- и микроэлементов. Они эффективно активизируют кровообращение, улучшают обмен веществ и повышают иммунитет кожи. Применение препарата дает мощный лифтинг-эффект, кожа становится упругой и эластичной.

Применяемый успокаивающий крем - идеальное средство для чувствительной кожи. Крем обладает выраженным успокаивающим и противовоспалительным эффектом. Прекрасно восстанавливает липидную прослойку рогового слоя, может применяться при сухих дерматитах. Содержит

экстракт ириса флорентийского, который повышает эластичность кожи и укрепляет межклеточные связи, улучшает упругость кожи и уменьшает морщины. Крем стимулирует дыхание клеток, защищает кожу от потери влаги и негативных факторов окружающей среды.

Методика № 3 включает очищение, тонизацию, холодное гидрирование, ультразвуковой пилинг, маску успокаивающую, завершающий уход.

Используемые средства: гель очищающий, тоник освежающий, гель дезинкрустирующий для холодного гидрирования Гельтек, альгинатная маска успокаивающая, сыворотка антикуперозная, увлажняющий крем.

Для очищения применяли гель очищающий, для тонизации - тоник освежающий (описаны ранее).

Холодное гидрирование проводили гелем Гельтек (вода очищенная, гель алое вера, глицерин, пропиленгликоль, эластин, гиалуроновая кислота, витамин С) под пленку на 15 минут. Он эффективен для обезвоженной кожи с выраженными морщинами и куперозом.

Ультразвуковой пилинг осуществляли с использованием аппарата для ультразвукового пилинга (по воде).

Применяемая маска успокаивающая предназначена для чувствительной кожи, склонной к куперозу. Она обладает противовоспалительным действием, прекрасно увлажняет и успокаивает кожу, укрепляет стенки капилляров. Липовый экстракт и экстракты фруктов (папайи, яблока, чёрной смородины, черники и лимона) снимают гиперемии и раздражение, а экстракт ламинарии сахаристой нормализует деятельность сальных желёз.

Для завершающего ухода применяли сыворотку антикуперозную и увлажняющий крем.

Календарь проведения процедур:

1. Очищение, диагностика.
2. Методика №1.
3. Методика №2.
4. Методика №3.

5. Методика №2.
6. Методика №2.
7. Методика №3.
8. Очищение, диагностика.
9. Домашний уход.

Нами были даны рекомендации по домашнему уходу целью которых являлся подбор средств, направленных на питание, увлажнение и защиту кожи, с учетом выявленных проблем и косметических недостатков: очищающее молочко марки производителя EGIA - вечером, тоник для чувствительной кожи - утром и вечером после контакта с водой, а также специальный уход - антикуперозная сыворотка и антикуперозный крем. Рекомендованы поддерживающие салонные процедуры не реже 1 раза в месяц.

Даже после удачного лечения купероза, нет никаких гарантий, что он не появится снова. Но предотвратить его рецидив вполне реально. Венозный застой и низкая эластичность сосудов – главные виновники купероза. Для профилактики купероза крайне важно исключить или свести к минимуму курение, алкоголь, интенсивное ультрафиолетовое облучение, стрессы, агрессивные чистки лица, резкие перепады температуры, очень горячую, острую и жирную пищу.

Хороший профилактический эффект от рецидива купероза оказывает регулярное использование антикуперозной косметики. Желательно 2 раза в год проводить курсы сосудоукрепляющей мезотерапии.

Необходимо исключить маски из свежих фруктов, протирание лица кубиками льда из замороженных отваров и контрастные умывания, а также мед, алоэ, гвоздичное и эвкалиптовые масла как компоненты для домашних косметических средств. Полезно применять витамины С, Р, К, экстракты гинго билоба, калгана, дикого мирта, черники, мимозы, оливок, софоры, иглицы, купены, зеленого чая, лимонника, конского каштана, донника, масло из виноградных косточек.

Кожа с проявлениями купероза нуждается в круглогодичной защите. Летом важно пользоваться солнцезащитными кремами, а зимой жирными защитными кремами от мороза. Немного смягчают проявления купероза в домашних условиях маски из сырого картофеля, смываемые отваром комнатной температуры из ромашки и календулы. В рамках косметического кабинета нельзя делать процедуру срединного или глубоко химического пилинга. Ручной и вакуумные массажи могут затрагивать капилляры.

В результате направленной работы по выбору косметических средств мы получили положительную динамику: увлажнение кожи, разглаживание мимических морщин, уменьшение проявлений купероза, улучшение текстуры и качества кожи, повышение тургора кожи.

На основании анализа результатов можно заключить:

1. Подобранные косметические средства EGIA позволяют решить задачи косметического ухода. Не выявлено аллергических реакций в ходе процедур, что позволяет сделать вывод о безопасности косметики для клиентов с гиперчувствительной кожей. Применяемые препараты, направленные на решение проблем кожи с участками купероза, эффективны и решают поставленные задачи.

2. Проведение процедур курсом, позволяет эффективно корректировать косметические дефекты, а также способствует уменьшению чувствительности.

3. Комплексный подход в решении косметических недостатков: салонный уход (космецевтика и аппаратные методики) совместно с домашним уходом - неотъемлемая часть хорошего результата.

4. Бережный и постоянный уход в домашних условиях, с грамотно подобранными косметическими средствами, помогают коже оставаться красивой и здоровой.

Разработанная нами комплексная программа лечения купероза с учетом индивидуальных особенностей пациента эффективна и может быть применена при работе с клиентами, имеющими аналогичные проблемы с кожей.

Список литературы:

1. Проценко Т.В., Проценко О.А. Лазерные технологии в дерматологии и косметологии // Дерматология и венерология. 2009. № 1. С. 3-6
2. Эрнандес Е.И., Альбанова В.И., Калашникова Н.Г. Розацеа и купероз в практике косметолога. М.: ИД Косметика и медицина, 2021. 116 с.
3. Эрнандес Е.И., Раханская Е.М., Шептий О.В. Лазеры в практике косметолога и дерматолога. Принципы работы и возможности использования. М.: ИД Косметика и медицина, 2021. 72 с.
4. Эрнандес Е.И., Раханская Е.М. Микротоковая, ультразвуковая и LED-терапия в практике косметолога. М.: ИД Косметика и медицина, 2022. 120 с.
5. Эрнандес Е.И., Альбанова В.И. Чувствительная кожа в практике косметолога. М.: ИД Косметика и медицина, 2021. 152 с.
6. Родионов А.Н., Сыдинов А.А., Заславский Д.В. Клиническая дерматология. Иллюстрированное руководство для врачей. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2022. 712 с.
7. Эрнандес Е.И., Альбанова В.И. Комплексный косметический уход за кожей в практике косметолога. М.: ИД Косметика и медицина, 2021. 184 с.