

УДК 687.552 : 687.552.2

НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ СОВРЕМЕННОЙ ПРАКТИЧЕСКОЙ КОСМЕТОЛОГИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ И КОРРЕКЦИИ ХРОНОСТАРЕНИЯ

Тихонов А.И., Бобро С.Г., Ярных Т.Г., Шпичак О.С.

Национальный фармацевтический университет, г. Харьков

Старение является весьма сложным процессом, который протекает практически в каждой клетке организма, а старение кожи – только следствием проявлений этого процесса. На этот процесс влияет множество различных факторов, которые разделяют на две основные группы: внутренние факторы (наследственность, стрессы, нарушения иммунной и гормональной систем) и внешние (УФ-излучение, неблагоприятная экологическая обстановка, аллергены, механические повреждения, курение, нерациональное питание и т. д.).

В причинах старения ученые пытаются разобраться на протяжении значительного времени, предлагая при этом различные теории. В настоящее время общепризнанными считаются свободнорадикальная теория Хармана и теория гликации Мэйларда.

В отличие от фотостарения, которое вызвано неблагоприятным воздействием ультрафиолетового излучения на открытые участки кожи, хроностарение является отражением возраста человека.

Таким образом, если при фотостарении потеря тонуса, пигментные пятна и другие признаки увядания не встречаются на защищенных от солнца областях лица или тела, то при истинном старении утолщение рогового слоя, истончение стенок капилляров и прочие негативные изменения могут наблюдаться практически на любом участке кожи.

Основными признаками хроностарения являются: истончение кожи, ее сухость, отечность, снижение тургора, птоз, мелкие морщины, деформация мягких тканей лица и шеи, выраженность носогубной складки и др.

В основном выделяют несколько типов старения шейно-лицевой области:

I – «усталое лицо», при котором упругость мягких тканей несколько понижена.

II – «морщинистое лицо» – является наиболее распространенным типом ранней стадии старения (до 30 лет).

III – «деформированное лицо» – эффект двойного подбородка, при которой образуется сзади на шее жировая подушка, избыток кожи в области нижних век («мешки слез»), отвисшие щеки («бульдожки») и т. д.

IV – «комбинированный» – процесс естественного старения.

V – «мускульный» – процесс с резко выраженной мускулатурой лица (характерен для лиц монголоидной расы).

В 35-40 лет – возрастные изменения прогрессируют. Изменяется овал лица, углубляются морщины, появляются второй подбородок, глазные грыжи, отечность лица, провисание мышц, ухудшается тургор и эластичность кожи, которая становится сухой.

Для замедления процессов старения основным условием в косметологии считается регулярность косметического ухода и активность косметических препаратов.

В 40-45 лет начинается гормональная перестройка организма. В зависимости от состояния кожи показаны процедуры, направленные, на активизацию клеточного метаболизма, регенерацию тканей, ускорение отшелушивания верхних слоев эпидермиса. При отсутствии регулярного косметического ухода в прошлом с подобными клиентами необходимо работать очень осторожно. При плохом тургоре кожи лучше сначала сделать курс микротоковой терапии или провести курс пластического массажа и только после улучшения состояния кожи перейти к косметическому массажу.

В 45-55 лет кожа становится еще более тонкой и сухой, а иногда напоминает пергамент, морщины при которой больше углубляются, появляются дряблость, появляются пигментные пятна, складки кожи, отечность век, мешки под глазами, отложения жира в подчелюстной области (двойной подбородок).

Увядаящая кожа характеризуется атрофией коллагеновых и эластиновых волокон, снижением регенерации клеток, замедлением отшелушивания роговых клеток, недостаточностью функций сальных и потовых желез, что влечет за собой морщины, отечность, ослабление тургора и эластичности кожи. Данный тип кожи требует постоянного и интенсивного ухода в салоне домашних условиях. При необратимых изменениях также показаны пластические операции.

В этом аспекте также широкое использование в косметической практике принадлежит маскам, как самостоятельной процедуре или при комплексном уходе за кожей лица и тела. Современные маски являются многокомпонентными системами, иногда в их состав входят десятки составляющих ингредиентов. Маски разделяют по их предназначению тому или иному типу кожи, а также по эстетическим проблемам, которые необходимо решать. В зависимости от состава они могут оказывать различное действие: активизировать кровообращение, лимфодренирующее, отбеливающее, противовоспалительное, питательное и т. д. Маски являются активными косметическими средствами и, как правило, по истечении определенного времени должны хорошо смываться водой.

По форме косметические маски бывают пастообразные, жидкие, гелеобразные, порошкообразные.

Пастообразные маски содержат значительное содержание (около 25 % и выше) твердых веществ, диспергированных в жидкой среде.

Жидкие маски содержат гидрофильные коллоиды (желатин, целлюлозу и др.), которые при высыхании образуют тонкую пленку. В качестве жидкой фазы используется вода или водно-спиртовая смесь.

Гелеобразные маски в своем составе содержат синтетические и натуральные гидроколлоиды, и имеют более густую консистенцию по сравнению с жидкими масками.

Порошковые маски перед использованием разводят водой или специальным средством.

Для приготовления косметических средств используют различное сырье, как природного, так и синтетического происхождения различных классов химических соединений.

Косметические композиции в своем составе содержат следующие компоненты, выполняющие определенные функции: основу, биологически активные вещества (БАВ), эмульгаторы, консерванты и отдушки.

Классифицируют маски также и по месту их применения. Существуют маски для лица, для век и губ, для шеи и области декольте, для груди, для руки т.д. Косметический эффект масок основывается на нарушении теплообмена кожи с окружающей средой. Воздействие масок на кожу связано с ее нервно-сосудистым аппаратом, поэтому маски оказывают также и общее рефлекторное влияние на весь организм. Необходимо помнить, что маска – это не просто косметическая процедура, но и особый ритуал, в котором важно все: руки и голос косметолога, обстановка, тихая музыка, удобная поза, в течение этих 15-20 минут маска должна приносить не только нужный косметический эффект, но и способствовать расслаблению, избавлять от усталости и стресса.

Выбор маски зависит от типа, состояния кожи и возраста клиента. В зависимости от этого можно использовать маски, оказывающие различное действие.

Маски для стареющей кожи применяют с учетом типа старения. При деформационном типе старения показаны пластифицирующая или моделирующая маска, термоактивная и лифтинг-маска. Для мелкоморщинистого типа старения лучше подойдут кремообразные питательные маски с биологически активными веществами, а также коллагеновые маски, пропитанные питательной сывороткой. Для достижения наилучшего эффекта можно чередовать различные типы масок, учитывая индивидуальные их особенности.

Маски являются сильнодействующим средством, поэтому перед процедурой ее нанесения необходимо узнать, не страдает ли клиент аллергическими реакциями на косметические препараты. Особенно осторожно необходимо использовать новые средства для клиентов с чувствительной кожей, лучше провести предварительную пробу на локтевом сгибе.

Для клиентов, подверженных аллергическим реакциям, предпочтительны маски, содержащие небольшое количество компонентов, которые не стоит менять часто.

Правила нанесения масок

Маски наносят на чистую кожу. Перед процедурой иногда применяют vaporization или горячий компресс. На увлажненную кожу наносят только те маски, в аннотациях к которым требуется соблюдение этого условия.

Для кожи век используют специально для этого предназначенные маски. Все остальные маски не наносят на веки и над верхней губой. При отсутствии специальной маски для век во время процедуры можно положить на веки тампоны, смоченные в специальном лосьоне, отваре ромашки или чае.

При нанесении маска не должна попадать клиенту ни в нос, ни в глаза. Во время процедуры рекомендуется мимическая неподвижность. Время экспозиции

маски указывается в аннотации, что обычно колеблется от 10 до 40 минут. Снимать маски следует легко, стараясь не сдвигать кожу.

Маска наносится на лицо различными способами – специальными кисточками, которые отличаются от макияжных жесткостью (они плоские широкие), шпателем, а также рукой. При любом способе нанесения состав из банки следует брать стерильным шпателем, затем, нанеся необходимое количество на тыльную сторону своей руки (чистой), равномерно распределить маску на лице клиента. Маска наносится обычно более толстым слоем, нежели крем.

Во избежание переноса инфекции шпатели, кисти и спонжи требуют специальной обработки после каждого клиента.

Несмотря на кажущуюся простоту применения масок, тем не менее, встречаются и осложнения в виде аллергических реакций, сопровождающихся зудом, жжением, покраснением кожи. При появлении аллергии необходимо смыть маску, предложить клиенту принять антигистаминный препарат (супрастин, тавегил или др.), сделать компресс с отваром ромашки или череды.

При проведении лифтинговых масок, а также парафиновых, сопровождающихся сдавливанием мягких тканей лица и создающих ощущение замкнутого пространства, у клиента, страдающего клаустрофобией, могут возникнуть неприятные ощущения, превратив приятную процедуру в пытку. В этом случае необходимо попытаться успокоить клиента, взяв его за руку, разговаривать с ним до конца процедуры, объясняя ее пользу. Если клиент продолжает проявлять беспокойство, маску придется снять. Во избежание подобного осложнения перед началом процедуры необходимо тактично выяснить, не страдает ли клиент страхом замкнутого пространства.

Маски для кожи век требуют особо осторожного использования, так как при попадании на слизистую могут вызвать очень сильную аллергическую реакцию вплоть до гнойного конъюнктивита или ожога. В случае попадания маски в глаза необходимо срочно промыть их проточной водой, закапать специальные успокаивающие капли для глаз, положить компресс с отваром ромашки или чая.

Неправильно подобранная маска для данного типа кожи не даст желаемого эффекта, более того, ухудшит состояние кожи и может закупорить поры. Если подобное наблюдается после проведения 2-3 процедур, необходимо ее заменить.

Для получения наилучшего результата при проведении этой простой, но очень эффективной процедуры, необходимы тщательная диагностика кожи и хорошее знание состава косметических средств.

Гипсовая маска.

Гипсовые маски уникальны по своему эффекту. Они обладают разогревающим действием, а благодаря свойствам натурального природного гипса такие составы обладают еще и термическим воздействием, которое в профессиональной косметологии называют эффектом сауны. Моделирующие маски для лица, в число базовых компонентов состава которых входит гипсовая смесь, становятся отличной базой для подготовки кожи к усиленному восприятию антивозрастных процедур.

Состав гипсовой маски смешивается с холодной водой и накладывается на лицо слоем около 6 мм, после чего гипс затвердевает. После разведения гипса холодной водой происходит химическая реакция, в результате которой температура состава повышается до 42 градусов °С, тем самым нагревая кожу. Такое нагревание способствует улучшению кровообращения, усиливая обменные процессы, делая дряблую и сухую кожу более здоровой и молодой.

Температурное воздействие продолжается в течение 15 минут, после чего маска равномерно охлаждается. Кроме того, охлажденная и затвердевшая маска усиливает дренаж, улучшает микроциркуляцию, обеспечивает значительный лифтинг-эффект. Гипсовая маска накладвается на лицо на 20 мин, причем ни до, ни после такой процедуры не рекомендуется делать массаж лица, поскольку усиление кровообращения достигается действием самой маски. Действие гипсовой маски: моделирующее, лимфодренажное, ангиопротекторное. Косметический эффект: лифтинг тканей, уменьшение жировых отложений в области щек и двойного подбородка, улучшение микроциркуляции и дренажных свойств мягких тканей лица.

Маска предотвращает преждевременное старение, улучшает микроциркуляцию, усиливает обменные процессы, поддерживает естественную регенерацию, разглаживает и подтягивает кожу, моделирует овал лица, глубоко увлажняет, очищает от загрязнений, освежает уставшую кожу.

Показания гипсовых масок: моделирование и коррекция овала лица, дряблость, вялость кожи, одутловатость, пастозность лица, сниженный тонус тканей, отечность век, жировые отложения, двойной подбородок, брыли, «бульдожьбы щёчки».

Противопоказания гипсовых масок: повышенное давление, инфекционные заболевания, острые воспалительные процессы, купероз, розацеа, активная фаза акне, новообразования, чувствительная кожа.

Методика проведения гипсовой маски: в состав гипсового порошка входят различные вещества, оказывающие благоприятное воздействие на кожу. Однако для более качественного и комплексного ее воздействия перед маской наносят ампульный препарат или сыворотку, а также питательный или увлажняющий крем, затем накладывают специальное покрытие из марли или особого нетканого полотна, на которую толстым слоем выкладывается приготовленная масса из гипса. Веки и брови смазывают жирным кремом и дополнительно закрывают слоем специальной ткани или ватными дисками. Данная процедура применяется курсом из 5-15 масок в зависимости от сложности проблемы – для освежения и омоложения кожи достаточно нескольких процедур с интервалом в несколько дней, а для рассасывания рубцов понадобится более длительный курс.

Используя гипсовые маски и чередуя их с другими видами ухода, можно не только сохранить молодость и красоту кожи, но и улучшить свой внешний вид и избавиться от ряда проблем.

Интенсивный курс – 2-3 недели. Поддерживающий курс – 1 неделя.

Альгинатная маска

Альгинатные маски (пластифицирующие маски), направлены для профилактики и коррекции недостатков кожи и могут великолепно восстанавливать кожу любого типа.

Суть процедуры с применением такой маски состоит в том, что после нанесения она застывает на коже и не требует смывания водой, снимаясь единым пластом, в точности повторяющим все нюансы лица и кожный рельеф.

Альгинатные маски имеют такое название в связи с тем, что в их состав входят производные альгиновой кислоты (альгинаты) и диатомовые водоросли (диатомовая земля), составляющие основу таких масок, которые по физическим свойствам подобны агару или желатину, то есть обладают отличными загустительными свойствами образуя при этом плотную эластичную массу. Уже сама по себе, даже без добавок, альгинатная маска обладает лифтинговым (подтягивающим), моделирующим эффектом, оказывает дренажное действие, улучшая отток крови и лимфы, способствует рассасыванию застойных пятен.

Как правило, производители таких масок добавляют в альгинатные маски еще и дополнительные компоненты, которые делают маски более специализированными по применению: растительные экстракты, витамины и микроэлементы. Производятся альгинатные маски в виде порошка, который непосредственно перед использованием разводят в воде или специальных растворителях до консистенции густой сметаны, а затем наносят на лицо, шею, декольте. Если у пациента нет клаустрофобии, то маску можно нанести и на губы, и даже на кожу век. После нанесения маску можно легко снять. Процесс снятия такой маски тоже очень приятен, маска оставляет после себя ощущение свежести на коже. Рекомендуется под маску нанести специальную сыворотку или концентрат, поскольку под давлением маски все активные компоненты сыворотки впитываются в кожу, а лишняя жидкость из неё выводится.

Особенности применения альгинатных масок: маски на основе альгинатов выпускают в основном в виде порошков. Каждая маска имеет свои активные компоненты, которые подбираются в зависимости от показаний к применению. Ими могут быть растительные экстракты, эфирные масла, увлажняющие и питательные элементы, вещества, расщепляющие жиры и др.

Альгинатная маска сама по себе положительно влияет на кожу. Она увлажняет ее, оказывает дренажное воздействие, стимулирует кровообращение, что в итоге делает ее хорошей основой для экспресс-масок. Их особенностью является пластичность, а также водо- и воздухопроницаемость. После смешивания с водой или специальным раствором, порошок доводят до консистенции густой сметаны. Полученную массу быстро наносят на очищенную кожу, на которой она уже через пять-семь минут застывает. Снимается маска одним слоем.

Маска может оказывать как самостоятельное лечебно-косметическое действие, так и накладываться после различных процедур для закрепления такого эффекта.

Показания и противопоказания альгинатных масок.

Показания альгинатных масок может быть связано с их применением для устранения дефектов проблемной кожи, возрастных изменений, сухости, раздражения, потери тонуса, гиперпигментации и серьезных заболеваний кожи, в частности дерматозов, купероза и др. В первую очередь это касается поверхностных проявлений, однако на этом их действие не заканчивается. Их также используют при целлюлитах и проведении общей детоксикации организма.

Противопоказаниями к альгинатным маскам являются онкологические заболевания и индивидуальная непереносимость веществ, включенных в их состав.

Длительность применения альгинатных масок зависит от показаний и степени выраженности проблемной кожи. Рекомендуется их использовать как раз в неделю, так и через день, распределяя курс на 12-15 процедур.

Коллагеновый лист.

Коллаген является важным строительным материалом для организма человека. Он придает коже упругость и эластичность, увлажняет и защищает ее. Однако с возрастом выработка коллагена уменьшается, а кожа начинает шелушиться, сохнуть и стареть с появлением морщин. Ускоряет этот процесс и современная экология, недосыпание, постоянные стрессы и агрессивное солнечное излучение.

Коллагеновый лист в сухом виде представляет плотную пластину, похожую на лист бумаги, содержащую коллаген, витамины и гиалуроновую кислоту. При смачивании листа они высвобождаются и проникают в кожу. Лист лиофилизированного коллагена, насыщенный специальными активными ингредиентами, обеспечивает моментальный лифтинг, увлажняет, восстанавливает, омолаживает и смягчает кожу лица, глаз, шеи, декольте.

Коллагеновый лист также используют в комплексной терапии с инъекционными процедурами.

Эффект от процедуры: подтягивающее, увлажняющее и омолаживающее действие, ускорение кровообращения в верхних слоях кожи, улучшение обмена веществ, бережное восстановление кожи после пилинга и загара, улучшение заживления трещин и ран на коже, восполнение недостатка коллагена в коже и стимуляция ее клеток на выработку собственного коллагена, осветление кожи и уменьшение пигментации, уменьшение покраснений и раздражений, укрепление стенок сосудов, разглаживание небольших морщин и улучшение внешнего вида кожи.

Использование коллагеновых листов является намного эффективнее кремов и эмульсий. Уже после нанесения на кожу первой маски с коллагеном, кожа может выглядеть более подтянутой, освеженной и увлажненной.

Коллагеновые листы подходят для любого типа кожи с 25-30 лет, однако наилучший эффект может наблюдаться при сухой и чувствительной коже.

Проведение процедуры: кожу тщательно очищают, маске предшествует сеанс массажа, который восстанавливает кровообращение и мышечный тонус, а также разглаживает мелкие морщинки. Затем на кожу наносятся питательные

вещества или витамины по показанию, состав которых усиливает действие коллагенового листа.

Коллагеновый лист смачивают раствором, при котором он должен превратиться в плотный гель, поскольку именно в таком состоянии он активизируется. Влажный лист становится похож на очень тонкую резину, плотно прилегающую к лицу: кожа насыщается влагой, морщины разглаживаются, благодаря коллагену улучшается ее структура. Маску выдерживают на лице на протяжении 20-30 минут, после чего удаляют без каких-либо дополнительных препаратов и манипуляций.

Противопоказания коллагенового листа: инфекционные заболевания, острые воспалительные процессы, новообразования, индивидуальная непереносимость.

Несмотря на то, что кожа становится свежее и заметно выглядит моложе, даже после одной процедуры коллагеновые маски необходимо проводить курсом, обеспечивающим более выраженный и стойкий эффект. Минимальный и оптимальный курс – нанесение четырех масок в месяц, а затем ежемесячно поддерживать данную процедуру. В случаях с очень глубокими морщинами количество процедур немного увеличивают.

Парафинотерапия.

Парафинотерапия – это метод теплолечения с применением нагретого парафина в качестве теплоносителя. При ее проведении обычно используют высокоочищенный парафин белого цвета, лишенный примесей с температурой плавления 52-55 °С. При этом парафин должен быть полностью обезвожен.

Механизм действия метода парафинотерапии: парафин обладает высокой теплоёмкостью и низкой теплопроводностью, то есть отдает тепло достаточно медленно. В области аппликации парафина температура подлежащих тканей увеличивается на 1-3 °С. При нагревании усиливается приток крови за счет расширения капилляров. Гиперемия кожи усиливает метаболизм подлежащих тканей, а также ускоряет рассасывание инфильтратов и восстановление тканей в очаге поражения. Парафиновые аппликации стимулируют также трофические, регенеративные процессы, уменьшают спазмы мышц, боль, оказывают рассасывающий противовоспалительный эффект. При затвердевании парафин уменьшается в объёме на 10-12 %, оказывая компрессионное воздействие на подлежащие ткани.

В косметологии метод парафинотерапии применяют при сухости кожи, возрастных изменениях кожи, целлюлите.

Противопоказаниями к парафинотерапии служат острые воспалительные процессы, выраженный атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, стенокардия, хронический гломерулонефрит, цирроз печени, вторая половина беременности и период лактации.

Техника проведения процедуры. В косметологии применяют различные методики парафинотерапии. *Наслаивание.* Расплавленный парафин, нагретый до температуры 55-65 °С наносят на соответствующую поверхность кожи плоской широкой кистью слоем 1-2 см. Затем участок тела, подвергающийся

воздействию парафином, покрывают компрессной клеёнкой и укутывают специальным утеплителем.

Парафиновая ванна. Кисть или стопу сначала обмазывают парафином при температуре 50-55 °С, а затем погружают в ёмкость, наполненную расплавленным парафином до температуры 60-65 °С. Для усиления эффекта используют термоварежки и термосапоги.

Аппликационная методика. После нанесения на кожу по первому способу в 1-2 слоя парафина (до толщины 0,5 см) накладывают марлевую салфетку, сложенную в 8-10 слоев, смоченную в парафине при температуре 65-70 °С и слегка отжимают; салфетку покрывают клеёнкой, а затем одеялом или утеплителем.

Меры предосторожности при работе с парафином: во избежание ожогов парафин должен быть обезвожен подогреванием до 100 °С в течение 15 мин., кожу предварительно также тщательно обсушивают.

Дозирование процедур. Процедуры парафинотерапии длительностью от 30 до 60 мин проводят через день или ежедневно. Всего на курс лечения назначают 12-20 процедур. Отдыхать после процедуры следует не менее 30-40 мин. Повторные курсы назначают через 1-2 месяца.

Таким образом следует отметить, что косметологическими процедурами, применяющимися против хроностарения и позволяющими улучшить внешний вид кожи могут быть: практическая косметология, массажи, применение различных масок, пилингов, карбокситерапии и др. Также применяют метод биоревитализации или инъекционного введения препаратов на основе гиалуроновой кислоты, Rf-лифтинг, заключающийся в воздействии на клетки радиоволновых импульсов, посредством которого устраняются возрастные и мимические морщины, сосудистые звездочки, пигментные пятна. Метод мезотерапии (инъекции мезококтейля), состоящий из гиалуроновой кислоты, витаминов, антиоксидантов или др. Контурная пластика, позволяющая скорректировать морщины за счет их заполнения филлерами на основе гиалуроновой кислоты а также метод пластической хирургии.

Литература

1. Ахтямов С.Н., Бутов Ю.С. Практическая дерматокосметология: Учебное пособие. – М.: Медицина, 2003. – 400с.
2. Башура А.Г., Ткаченко С.Г. Лечебная косметика в аптеках и не только... - Х.: Прапор, 2006. – 392с.
3. Дрибноход Ю. Введение в косметологию. – С.Пб.: Питер, 1999. – 350с.
4. Дрибноход Ю. Советы косметолога. – С.Пб.: Питер, 2000. – 187 с.
5. Косметология: новейший справочник / Под общей ред. Проф. С.И.Данилова. – М.: Изд-во Эксмо; Спб.: Сова. – 570с.
6. Марголина А, Эрнандес Е. Новая косметология. Том 1. – М.: ООО»Фирма Кламель», 2005. – 424с.
7. Новая косметология. Том 2 / Под ред. Е.И.Эрнандес. – М.: ООО»Фирма Кламель», 2007. – 418с.
8. Практическая косметология: учеб. пособие / И.И.Медведева. – 2-е издание, доп – К.: ВБО «Украинский Допплеровский Клуб», 2010 – 464 с.