

Результати дослідження. Шкіра в пубертатний період має низку анатомо-фізіологічних особливостей. У цей період внаслідок підвищення продукції статевих гормонів відбувається поява фізіологічної себореї, що клінічно виявляється підвищеною сальністю волосся та невеликою кількістю елементів акне. Для підліткового періоду характерно дозрівання апокринових потових залоз та недосконалість нейровегетативної регуляції організму, що призводить до проблеми гіпергідрозу. Підлітки віком 13-14 років починають звертати увагу на проблеми, пов'язані з естетикою та красою, та активно цікавляться існуючими в даній сфері процедурами. Для оцінки стану шкіри підлітків використовують такі методи, як візуальний огляд: колір, еластичність, вологість та жирність шкіри, а також наявність висипів, подразнень або інших змін; пальпація, що дозволяє оцінити еластичність і вологість шкіри; дерматоскопія, за допомогою якої можна виявити дрібні зміни на шкірі, які неможливо побачити неозброєним оком.

При виборі косметичних засобів для підлітків необхідно враховувати тип шкіри. Шкіра підлітків може бути нормальною, жирною або сухою. Для кожного типу шкіри існують спеціальні косметичні засоби. Індивідуальні потреби шкіри, а саме наявність акне, пігментацій, стрій, для корекції яких застосовують спеціальні косметичні засоби. Також слід враховувати, що шкіра підлітків відрізняється від шкіри дорослих, тому косметичні засоби для підлітків повинні бути розроблені з урахуванням вікових особливостей шкіри.

При виборі засобів для догляду за шкірою підлітків слід також звернути увагу на те, що косметичні засоби мас-маркету – це продукти, які доступні за ціною та широко представлені на ринку, але зазвичай мають прості формули, містять невелику кількість активних компонентів, тому можуть бути не такими ефективними для вирішення індивідуальних потреб шкіри, ніж засоби лікувальної косметики. Часто до складу косметичних засобів мас-маркету входять синтетичні інгредієнти, що можуть викликати алергічні реакції. Засоби лікувальної косметики зазвичай мають більш складні формули, ніж косметичні засоби мас-маркету. Вони містять більш високу концентрацію активних компонентів, які можуть бути ефективними для вирішення серйозних проблем шкіри. Засоби лікувальної косметики часто містять натуральні інгредієнти, які є менш алергенними, ніж синтетичні інгредієнти. Однак засоби лікувальної косметики можуть бути більш дорогими, а також перед застосуванням даних засобів слід обов'язково проконсультуватися з фахівцем.

Висновки. Значний розвиток у галузі дерматології та косметології дає змогу глибше зрозуміти стан шкіри в різні вікові періоди, у тому числі в підлітковому віці. При виборі косметичних засобів для підлітків слід враховувати тип шкіри, наявність патологічних змін на шкірі, склад косметичних засобів.

НЕКОСМЕТОЛОГІЧНІ ШЛЯХИ ОМОЛОДЖЕННЯ ШКІРИ

Ковальчук М.О.

Науковий керівник: Філіпцова О.В.

Національний фармацевтичний університет, Харків, Україна

marinkacher777@gmail.com

Вступ. Організм можна уявити як велику та потужну машину, де ефективність роботи залежить від кожного маленького компонента, а також від якості «палива», яке подається всередину. Різні аспекти нашого харчування, рідини, вітаміни, добавки та спосіб життя мають вплив не лише на наше фізичне здоров'я, але й на зовнішній вигляд. Науково доведено, що

лише 20% нашого зовнішнього вигляду залежить від генетичних факторів, в той час як інші 80% обумовлені різноманітними іншими чинниками.

Мета дослідження. Дослідити впливи різних чинників на омолодження організму.

Матеріали та методи. У роботі було використано аналітичний, логічний, узагальнюючий методи.

Результати дослідження. Шкіра є важливим видільним органом, який як у дзеркалі, відображає стан всього нашого організму, включаючи і показник якості харчування. В передчасних ознаках старіння зазвичай «звинувачують» неправильний спосіб життя, а так само наявність вільних радикалів і токсинів. Проте під час чисельних досліджень вченими було виявлено, що старіння організму починається з процесу руйнування протеїнів, яке, як не дивно, починається завдяки залишкам цукрів у клітинах.

Сам процес такого пошкодження білків має назву глікація і виникає вона в тому випадку, коли в білкових тканинах накопичується надмірна кількість цукру. Крім цього молекули цукру здатні руйнувати в організмі не тільки зв'язки в протеїнах, але так само і у ліпідах. Внаслідок усього цього протеїни деформуються до такої міри, що починають самі виділяти в організм токсини, що порушують клітинний метаболізм.

Ще одним важливим аспектом для нашої шкіри є харчування. Насичена корисними вітамінами та мінералами їжа дозволяє отримувати для дерми всі необхідні мікроелементи. До того ж здорове харчування сприяє правильній детоксикації, що зменшує запальні процеси на шкірі та знижує кількість висипів.

Для забезпечення здоров'я шкіри важливо підтримувати загальне здоров'я організму. Збалансований харчовий раціон грає ключову роль у цьому процесі і повинна включати такі компоненти.

Достатню кількість білка – для забезпечення тургору та еластичності шкіри.

Омега-3 жирні кислоти – для покращення ліпідного балансу дерми та сприянню подовженню молодості шкіри.

Клітковину – для сприяння нормальному травленню та допомозі у виведенні з організму шкідливих речовин.

Крім того, важливо забезпечувати себе різноманітністю вітамінів та мінералів. Обмежувальні дієти, які не дозволяють отримати все необхідне з раціону, краще уникати.

Також треба вживати щодня продукти для молодості шкіри обличчя. Вони містять вітаміни, які діють як антиоксиданти:

- Е. Сприяє руйнації вільних радикалів, покращує колір обличчя, підвищує тонус епідермісу, робить його більш здоровим і привабливим на вигляд (рослинні олії, горіхи й насіння, особливо мигдаль, арахіс, фундук та насіння соняшника, зелені овочі, особливо шпинат і броколі, свіжі помідори, ківі, манго).

- А. Ретинол стимулює процеси регенерації, сприяє швидкому оновленню поверхневих клітин шкірного покриву, має омолоджуючу, але водночас фотосенсибілізуючу дію (печінка, м'ясо, риба, молоко, масло, сметана, сир, яйця, а особливо жовток, морква, гарбуз, солодкий перець, шпинат, броколі, зелена цибуля, петрушка, бобові, абрикос, манго, персики, виноград).

- К. Позбавляє від мішків і темних кіл під очима, зміцнює стінки судин; (шпинат, броколі, брюссельська капуста, спаржа, ківі, авокадо, чорниця, ожина).

- С. Гарантує яскраво виражений омолоджуючий ефект за короткі проміжки часу. Крім того, без цього вітаміну неможливий синтез колагену, від чого залежить пролонгована молодість шкіри (солодкі перці, полуниця, чорна смородина, шипшина, цитрусові (апельсини,

кві, лимон, грейпфрут), помідори, хрестоцвіті овочі (броколі, брюссельська капуста, капуста цвітна), біла картопля).

- В. Розчиняється у воді, прибирає надмірну сухість епідермісу, ефективно позбавляє від локальних вікових змін, має противугрову дію.

Окрім вітамінів, продукти для краси та молодості повинні містити калій, магній, кальцій, залізо. Не варто забувати про жири. Вони відповідають за зволоження шкірного покриву та його еластичність.

Також надзвичайно важливим є вплив спорту на молодість та наш естетичний вигляд. Науковці з Ball State University в Індіані провели дослідження серед людей, які почали займатись спортом ще у 70-х роках і займаються досі. За допомогою інтернету через оголошення знайшлося 28 літніх людей, які упродовж останніх 50 років підтримували активний спосіб життя. На противагу їм науковці набрали дві інші групи – стільки ж старших людей, які не займаються спортом, та спортивних молодих людей віком від 20 років. Всім учасникам експерименту провели низку аналізів, у них виміряли кількість капілярів, наявність певних ферментів у м'язах, аеробні здібності, оцінили стан серцево-судинної системи. Дослідники прогнозували очікуваний результат – молоді люди будуть цілком здорові, літні спортивні учасники експерименту покажуть гірші результати, а організм старших і малоактивних людей буде в найгіршому стані. М'язи тренуваних людей похилого віку містили майже таку ж кількість ферментів та капілярів, як і у молодих людей, натомість у неспортивних однолітків показники були значно менші. Коли дослідники порівнювали аеробні здібності організму літніх спортсменів, то з'ясували, що їхня серцево-судинна система молодша від них самих на 30 років.

Висновки. Отже, як висновок, слід вказати про те, що збалансоване життя, яке буде містити в собі фізичні навантаження, правильний та збалансований раціон, який закриває всі потреби та норми нашого організму, може стати одним з основних компонентів некосметологічного омолодження шкіри.

ВИКОРИСТАННЯ МІКРОСТРУМОВОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ЗМЕНШЕННЯ НАБРЯКУ В ПІСЛЯОПЕРАЦІЙНОМУ ПЕРІОДІ РИНОПЛАСТИКИ

Коновалова К.С.

Науковий керівник: Ковальчук К.О.

Національний фармацевтичний університет, Харків, Україна

k.380997113402@gmail.com

Вступ. Зменшення післяопераційного набряку у пацієнтів після пластичних та реконструктивних операцій є важливою метою спеціалістів естетичної медицини. Набряк – це набухання частини тіла внаслідок накопичення рідини в тканинах. Він є однією із головних незручностей для пацієнтів після ринопластики. Після оперативного втручання виділяються медіатори запалення, а збільшення розширення та проникності судин призводить до післяопераційної едеми. Вченими було проведено кілька досліджень для оцінки та зменшення післяопераційного набряку з використанням модифікованих хірургічних методів, післяопераційного лікування та фізіотерапії.

Мета дослідження. Метою даного дослідження було оцінити вплив мікрострумкової апаратної терапії на темпи зменшення набряку в післяопераційному періоді ринопластики.