

ÚSTŘEDNÍ VOJENSKÁ NEMOCNICE

...od nemoci ke zdraví...

Lidé zapomínají na umění stárnout,

říká zástupkyně primáře dermatovenerologického oddělení

MUDr. Hana ŠULCOVÁ

Dnes otiskujeme druhou část rozhovoru s MUDr. Hanou Šulcovou

Podle jakých kritérií indikuje kosmetolog jednotlivé výkony?

Raději bych v této souvislosti použila výraz korektivní dermatolog než kosmetolog. Jednoznačná kritéria stanovit nelze. Jak jsem zmínila již v úvodu, kosmetická poradna slouží bez rozdílu všem klientům, kteří o tyto služby projeví zájem nebo jsou doporučeni všeobecnými dermatology, eventuelně i jinými lékaři. A každý člověk, i se stejným problémem, je jiný a je nutno k němu i tak přistupovat.

Velmi důležité je vstupní vyšetření. Klienta je totiž nutno vnímat jako „celek“; pozornost věnujeme např. i tomu, jak vstupuje do dveří; chceme poznat, o jaký typ člověka jde, jak se vyjadřuje a jaký postoj zaujímá ke svému „problému“, netrpí-li nějakou interní nemocí. Při první návštěvě sleduji také řadu dalších subjektivně i objektivně vnímaných faktů, které mě do jisté míry navedou k volbě metody, jejíž použití nakonec společně s klientem zvolíme.

Po vstupním pohovoru je klient(ka) poučen(a) o poskytovaných metodách. Doporučíme mu (jí) postup tak říkajíc „šitý na míru“, popřípadě ho předáme jinému specializovanému pracovišti, které vhodný postup provádí. Na závěr vstupní návštěvy podepisuje klient tzv. informovaný souhlas.

K čemu je používáno nové fyzioterapeutické masážní zařízení, pokud jde o výkony v oblasti kosmetologie, a v čem spočívají jeho přednosti ve srovnání s minulostí?

Tento masážní přístroj pracuje na principu nastavitelného podtlaku (vakua) a patentovaného „roler pohy-

bu“ válečku pro tzv. lymfatickou masáž, po níž dojde k odplavování toxinů a nežádoucích látek z těla. Pokožka a celý organismus se omlazuje a regeneruje. Umožňuje využití pro krásu a péči o tělo (celulitida, lymfatické a relaxační masáže, pocit těžkých nohou). Velmi efektivní je využití přístroje při masáží obličeje se stimulací lymfatického oběhu; dále je možno ho využít při revmatických bolestech zad a při bolestivých syndromech horních a dolních končetin). Používá se také v traumatologii a v péči o sportovce (poúrazové stavy, hematomy, otoky, svalová ztuhlost, záněty šlach); v menší míře se používá i v reflexní terapii.

Vzhledem k nedostatku personálu a k omezeným časovým možnostem využívám tento přístroj zatím jen k lymfatickým masáží obličeje - buďto samostatně, nebo jako stimulaci lymfatického systému před manuální masáží obličeje a před lymfodrenážemi.

Jde o první přístroj tohoto typu, s nímž máme možnost pracovat. Proto je obtížné porovnat jeho přednosti s dřívější praxí. Nepochybně je to však přístroj s větším spektrem terapeutických možností; má pěkný design a je snáze ovladatelný.

Co je příčinou celulitidy a jak ji lze buďto odstranit, nebo alespoň její výskyt a potíže z toho plynoucí zmírnit?

Tzv. pomerančová kůže trápí většinu žen. V běžné populaci postihuje třiaosmdesát procent z nich. Mnohé klientky přicházejí do ordinací kosmetických klinik s touhou získat opět pokožku podobnou té dětské. Zkoušejí nízkotučné diety, léky i chirurgické zákroky nebo bandáž žaludku. Většina studií však prokázala, že tohle všech-



no vede ke zlepšení jen zřídka. Třetina všech pacientek pak odchází zdrcená, protože pomerančová kůže na kůži se ještě dále zviditelní. Hubnutí (zvláště u štíhlých žen) může mít nepříjemné následky. Celulitida se totiž po ztrátě hmotnosti výrazně zhorší.

Mezi hlavní příčiny vzniku celulitidy patří špatný krevní a lymfatický oběh, hormonální poruchy (antikoncepční pilulky, hormonální léčba), špatný dietní režim i dědičný vliv (ten se ale negativně projevit nemusí). Existuje jednoduchý test, podle jehož výsledku i laik rozezná, zda je o celulitidu – tzv. **PINCH TEST (štípací test)**. Zmáčknete-li kůži mezi palcem a dvěma prsty a na kůži se objeví důlky, jde o celulitidu. Příčinou vzniku celulitidy může být usazování toxinů a škodlivých látek v těle a nedostatečná funkce lymfatického systému; hlavně ten totiž odpovídá za odvod škodlivin z tkání. Často je na vině špatná životospráva a nedostatek pohybu. Lymfatický tok se tak zpomalí. Proto je při léčbě celulitidy důležité především aktivovat lymfu, aby rychleji proudila a odváděla z těla toxické látky. Celulitida je jedním z „chytrých“ ochranných mechanismů organismu. Některé toxické látky mohou být rozpuštěny pouze v tucích, nikoliv ve vodě. Proto - pokud není organismus schopen vyloučit je prostřednictvím ledvin - jsou bezpečně přeměněny na tuk. Tím se tělo brání tomu, aby toxiny kolovaly v těle a poškozovaly organismus. Podkožní tukové buňky mají tendenci zbytnovat a spojovat se do větších hrudek. Ty tlačí proti pokožce, čímž stlačují vlasečnice, a zhoršují tak zásobování kůže krví. Díky špatnému prokrvení a nedostatečnému odvodu odpadních látek se poškozuje vazivo. Buňky silí a tuhnou a

vzniká „pomerančová kůže“. Celulitida se začíná objevovat u dívek okolo 14 let věku a s pokračujícím dospíváním sílí. Často se ve zvýšené míře objevuje po porodu. Postihuje jen určitá místa těla (stehna, zadeček, břicho). Pokud se projeví celulitida u mužů, bývá to zpravidla na břiše a na krku. U celulitidy rozlišujeme čtyři stadia rozvoje: u prvních dvou ještě nejde o zánětlivý proces.



před zákrokem a po zákroku

Staré známé terapeutické doporučení zní: více se pohybovat, upravit stravu, dbát na pitný režim (2 - 3 litry tekutin denně), vhodné jsou i lymfatické masáže. Při snaze o zmírnění projevů celulitidy je důležité působit hlavně v hlubších vrstvách pokožky.

Podle dostupných zdrojů je účinnou novinkou v léčbě celulitidy metoda, označovaná jako *neinvazivní mezoterapie* – (NNMTM, no-needle mesotherapy™). Je plnohodnotnou náhradou doposud užívané klasické mezoterapie, při níž se aktivní látka vpichuje do podkoží jehlou. NNMTM vpravuje za pomoci laserové technologie a elektrických pulzů hluboko do tkáně koktejl účinných látek, čímž se dosáhne zlepšení podkožní mikrocirkulace a metabolismu, usnadní se odtok lymfy, zvýší

se spalování tuků, tonizují se svaly a stimuluje se tvorba kolagenu. Další příčinou celulitidy je bakteriální streptokokové onemocnění kůže a podkožních tkání, jež tzv. pomerančovou kůži vyvolává. Vyžaduje léčbu nejen antibiotiky, ale komplexní léčebný postup, ale to už se nepohybujeme na půdě kosmetologie. K léčení především tohoto typu celulitidy je nutné přistupovat nikoli jako k pouhé kosmetické vadě, ale jako k opravdovému zdravotnímu problému, který vyžaduje trpělivý přístup.

Co se rozumí pod pojmem stimulace lymfatického oběhu?

Existuje poměrně jednoduché vysvětlení. Lymfatický systém totiž nemá vlastní pumpu. Jestliže systém nepracuje nebo je jeho činnost zpomalená, zůstávají zbytky látkové výměny v tkáních. Tukové buňky zvětšují svůj objem, vytvářejí se tukové polštářky, pomerančová kůže a otoky. Pomocí cíleného masážního tlaku a směru je možné lymfu aktivovat a dosáhnout odplavení škodlivin z těla ven. Cílem této stimulace je obnovení a zvýšení oběhu lymfy. Lymfodrenážní masáž by měl provádět speciálně vyškolený lymfoterapeut, který jemnou a přesně určenou manuální technikou odblokuje hlavní uzliny a odvede drenážovanou tekutinu vylučovacím systémem z těla ven. Metoda je přirozená a lékařsky zdůvodněná. Je nejen účelná, ale navíc velice příjemná; má relaxační povahu. Po důkladném vyšetření provádíme tyto masáže i v naší poradně.

Jaké další spektrum ošetření nabízíte vašim klientům?

Využití možností fototerapie; vlastníme ultrazvuk, soft laser, biolampu, masážní přístroj a přístroj k lymfodre-

názím. Od začátku letošního roku dále provádím v kosmetické poradně vakuovou mikrodermabrazii. Od počátku podzimní sezóny nově ošetřujeme pleť s projevy kuperózy (jde o rozšířené žilky v obličeji s charakteristickou strukturou pleti). Současně nabízíme klasické manuální nebo přístrojové masáže dekoltu a obličeje.

Řekla jste, že většina výkonů v kosmetologické poradně je plně hrazena klientem. Lze tedy říci, že je tento podobor velmi lukrativním zdrojem příjmů kvalifikovaných specialistů?

Byla bych moc ráda, kdyby dermatologové tak trochu znali své meze a meze korektivní dermatologie, aby tato nebyla pro lékaře jen lukrativním oborem, jak to - bohužel - u některých „odborníků“ vidáme, a aby pacientům nebyla prezentována jako všemocná. Je na místě připustit, že dermatologie zdaleka neumí všechno a dokonce si myslím, že je to dobře.

Jak se Vám žije v Praze 6?

V Praze 6 jsem prožila krásné a bezstarostné dětství. I přes několik nabídek a možnosti změny bydliště i zaměstnání – asi pro silné pouto, které mě váže k této (alespoň pro mne) nejkrásnější části Prahy, jsem zatím Praze 6, kde je naše metropole až neuvěřitelně propojena s poměrně bohatou a překrásnou zelení, přírodou, sportovním, společenským a kulturním vyžitím, které čím dál častěji vyhledává stále více z nás k relaxaci a odreagování se v dnešním hektickém způsobu života, stále věrná.

(Redakčně zkráceno)
(ed)

