

SPIS TREŚCI

— Część I. Podstawy kosmetologii —

1. Przepisy prawne dotyczące kosmetyków w Polsce i w Unii Europejskiej – Ewa Starzyk	3
1.1. Akty prawne dotyczące kosmetyków w Unii Europejskiej	3
1.2. Ustawa o kosmetykach	3
1.3. Kosmetyk czy lek? Problem tzw. produktów z pogranicza	5
1.4. Dermokosmetyki, kosmeceutyki, kosmetyki dystrybuowane przez apteki	6
1.5. Bezpieczeństwo kosmetyków	7
1.6. Skład kosmetyków	9
1.7. Oznakowanie kosmetyków	10
1.8. Termin trwałości i oznakowanie	10
1.9. Wprowadzanie kosmetyków do obrotu – notyfikacja	11
1.10. Dokumentacja produktu	12
1.11. Zarządzanie zgłoszeniami przypadków niepożądanych	12
1.12. Przyszłość ustawodawstwa kosmetycznego w Unii Europejskiej – Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady w sprawie kosmetyków	13
1.13. Przyszłość legislacji kosmetycznej w Unii Europejskiej	14
 2. Diagnostyka kosmetyczna skóry	
– Anita Tarajkowska-Olejek	15
2.1. Wstęp	15
2.2. Pomiary nawilżenia skóry	16
2.3. Ocena stopnia przetłuszczania się skóry – sebumetr	17

2.4.	Pomiar odczynu skóry – pehametr	17
2.5.	Pomiar topografii – gładkości powierzchni skóry	17
2.6.	Dermatoskopia	18
2.7.	Fotografia kliniczna	18
2.8.	Diagnostyka ultradźwiękami	18
2.9.	Pomiary elastyczności i rozciągliwości skóry	19
2.10.	Ocena zabarwienia skóry	19
3.	Badania <i>in vitro</i> i <i>ex vivo</i> we współczesnej kosmologii – Irena Eris	21
3.1.	Ocena działania kosmetyku we współczesnej kosmologii	21
3.2.	Badania <i>in vitro</i>	21
3.3.	Badania <i>ex vivo</i>	25
4.	Budowa i biologia skóry – Sławomir Majewski	27
4.1.	Funkcje skóry	27
4.2.	Naskórek	27
4.3.	Skóra właściwa	33
4.4.	Tkanka podskórna	34
4.5.	Gruzoły łojowe	35
4.6.	Gruzoły potowe	35
4.7.	Układ odpornościowy skóry	35
5.	Częste choroby dermatologiczne – Lidia Rudnicka, Justyna Sicińska	39
5.1.	Choroby infekcyjne	39
5.2.	Choroby bakteryjne skóry	39
5.3.	Grzybice	41
5.4.	Choroby wirusowe	44
5.5.	Choroby alergiczne skóry	46
5.6.	Wyprysk łojotokowy (łojotokowe zapalenie skóry)	49
5.7.	Trądzik pospolity	50
5.8.	Trądzik różowaty	52
5.9.	Łuszczyca	53
5.10.	Choroby tkanki łącznej	54
5.11.	Znamiona i nowotwory łagodne	56
5.12.	Nowotwory złośliwe skóry i stany przednowotworowe	59
5.13.	Termiczne uszkodzenia skóry	62
5.14.	Uszkodzenia wywołane promieniami rtg (popromienne uszkodzenie skóry)	63

6. Alergia na kosmetyki – Olga Glińska, Edward Rudzki	65
6.1. Wstęp	65
6.2. Wyprysk kontaktowy – epidemiologia	65
6.3. Związki uczulające zawarte w kosmetykach	66
6.4. Diagnostyka wyprysku kontaktowego na kosmetyki	69
6.5. Alergeny a poszczególne produkty	69
6.6. Kosmetyki hipoalergiczne	71
7. Procesy starzenia się organizmu i skóry	73
A Endokrynologiczne aspekty starzenia się organizmu	73
7.1. Wstęp – Magdalena Krzyżkowska-Sendrakowska	73
7.2. Menopauza – Magdalena Krzyżkowska-Sendrakowska	74
7.3. Andropauza – zespół niedoboru testosteronu mężczyzn – Michał Rabijewski	80
7.4. Adrenopauza – niedobór androgenów nadnerczowych – Michał Rabijewski	84
7.5. Somatopauza – Jarosław Kozakowski	88
B Starzenie się skóry	92
7.6. Starzenie genetyczne i zewnętrzne (słoneczne) skóry – Sławomir Majewski	92
7.7. Starzenie hormonalne skóry – Maria Noszczyk	100

— Część II. Kosmetologia stosowana —

– pielęgnacja codzienna skóry

8. Pielęgnacja twarzy	107
8.1. Skóra sucha – Maria Noszczyk	107
8.2. Skóra tłusta i mieszana – Anna Frydrych	116
8.3. Skóra naczyńniowa – Katarzyna Prystupa-Chalkidis	129
8.4. Skóra wrażliwa i alergiczna – Katarzyna Prystupa-Chalkidis	136
8.5. Skóra dojrzała – Maria Noszczyk	144
8.6. Skóra dziecka – Katarzyna Prystupa-Chalkidis	159
9. Przebarwienia skórne – Katarzyna Prystupa-Chalkidis	169
9.1. Czynniki decydujące o kolorze skóry	169
9.2. Melanogeneza	170
9.3. Postępowanie i pielęgnacja	174

10. Wpływ słońca na skórę i ochrona przed promieniami UV – <i>Magdalena Ciupińska</i>	179
10.1. Działanie słońca na skórę	179
10.2. Wpływ promieniowania na organizm i skórę	180
10.3. Fototypy	183
10.4. Odczyny fototoksyczne i fotoalergiczne	184
10.5. Ochrona przed UV – filtry ochronne	186
10.6. Solarium	187
11. Pielęgnacja ciała. Częste problemy estetyczne i zdrowotne sylwetki i skóry ciała	189
11.1. Otyłość i schorzenia współistniejące – <i>Magdalena Ciupińska</i>	189
11.2. Lipodystrofia – cellulit – <i>Magdalena Ciupińska, Maria Noszczyk</i>	192
11.3. Rozstępy – <i>Magdalena Ciupińska, Maria Noszczyk</i>	199
11.4. Problemy kończyn – elementy podologii – <i>Magdalena Ciupińska</i>	201
12. Przydatność suplementów diety w kosmetologii – <i>Małgorzata Kozłowska-Wójciechowska</i>	211
12.1. Na czym polega prawidłowe żywienie	211
12.2. Wpływ cywilizacji na życie i zdrowie człowieka	211
12.3. Zasady prawidłowego żywienia	212
12.4. Wzbogacanie żywności	213
12.5. Suplementy diety	213
12.6. Środki wspomagające odchudzanie	217

— Część III. Gabinet kosmetyczny — – pielęgnacja profesjonalna

13. Rodzaje zabiegów profesjonalnych	221
13.1. Zabiegi nawilżające – <i>Maria Noszczyk</i>	221
13.2. Zabiegi stymulujące i regeneracyjne dla skóry dojrzałej – <i>Maria Noszczyk</i>	223
13.3. Zabiegi oczyszczające skórę – <i>Maria Noszczyk</i>	225
13.4. Zabiegi kojące i łagodzące dla skóry wrażliwej – <i>Katarzyna Prystupa-Chalkidis</i>	227
13.5. Zabiegi dla skóry naczyniowej – <i>Katarzyna Prystupa-Chalkidis</i>	229
13.6. Zabiegi rozjaśniające przebarwienia – <i>Katarzyna Prystupa-Chalkidis</i>	231
13.7. Zabiegi profesjonalne wykorzystywane w terapii lipodystrofii – <i>Maria Noszczyk</i>	232
13.8. Zabiegi przeciwdziałające rozstępom – <i>Maria Noszczyk</i>	234

14. Fizyczne metody wspomagania transportu transkomórkowego i epidermalnego	237
14.1. Elektroporacja – <i>Halina Podbielska</i>	237
14.2. Sonoforeza i kawitacja – <i>Kamila Padlewska</i>	239
14.3. Jontoforeza – <i>Kamila Padlewska</i>	241
15. Peelingi chemiczne – <i>Urszula Kozłowska</i>	245
15.1. Podział peelingów chemicznych i klasyfikacja ze względu na głębokość działania	245
15.2. Działanie i własności najczęściej stosowanych substancji złuszczących	246
15.3. Omówienie różnych peelingów chemicznych	249
15.4. Przygotowanie do peelingu i postępowanie po zabiegu	252
16. Peelingi mechaniczne – mikrodermabrazja – <i>Urszula Kozłowska</i>	255
17. Zabiegi z wykorzystaniem prądów – <i>Kamila Padlewska</i>	259
17.1. Prąd elektryczny	259
17.2. Galwanizacja	260
17.3. Elektrostymulacja	263
17.4. Darsonwalizacja	265
18. Zabiegi kosmetyczne z wykorzystaniem różnego rodzaju światła – <i>Kamila Padlewska</i>	267
18.1. Rodzaje promieni świetlnych	267
18.2. Lampy kosmetyczne	270
18.3. Lasery małej mocy stosowane w gabinecie kosmetycznym ...	273
19. Masaż w gabinecie kosmetycznym – <i>Piotr Szczotka</i>	279
19.1. Współczesny masaż w gabinecie kosmetycznym	279
19.2. Rodzaje i podział masażu	280
19.3. Wpływ masażu na organizm	280
19.4. Zastosowanie masażu kosmetycznego w gabinecie	281
19.5. Techniki stosowane w masażu	282
19.6. Drenaż limfatyczny	284
19.7. Masaż w profilaktyce i redukcji cellulitu	287
20. Zastosowanie aromaterapii w gabinecie kosmetycznym – <i>Iwona Konopacka-Brud</i>	289
20.1. Olejki eteryczne – lotne, pachnące dary natury	289
20.2. Mechanizm działania olejków eterycznych	290
20.3. Podstawowe formy kosmetyków	291
20.4. Zabiegi pielęgnacyjne	292

— Część IV. Dermatologia estetyczna —

**Zabiegi dermatologii estetycznej wykorzystywane
w terapii starzenia się skóry i z innym zastosowaniem**

21. Wypełniacze estetyczne – Elżbieta Kowalska-Oleędzka	299
21.1. Rodzaje wypełniaczy	299
21.2. Wskazania do zabiegu	300
21.3. Omówienie różnych preparatów stosowanych do wypełnień	303
22. Toksyna botulinowa – Elżbieta Kowalska-Oleędzka	309
22.1. Zastosowanie i mechanizm działania	309
22.2. Wskazania i przeciwwskazania	310
22.3. Leczenie nadpotliwości	311
23. Lasery stosowane do fotoodmładzania skóry i usuwania zmarszczek – Małgorzata Niemojevska	315
23.1. Lasery ablacyjne	315
23.2. Lasery nieablacyjne	316
23.3. Laser frakcyjny	317
24. Fale radiowe w kosmetyce – Halina Podbielska	319
24.1. Fale elektromagnetyczne	319
24.2. Rodzaje fal elektromagnetycznych i ich oddziaływanie na tkanki	319
24.3. Zastosowanie fal wysokiej częstotliwości w medycynie	321
25. Zabiegi z zastosowaniem tkanek autologicznych – Anita Tarajkowska-Olejek, Maria Noszyk	327
25.1. Wykorzystanie tkanek autologicznych	327
25.2. Fibroblasty autologiczne	327
25.3. Autologiczna surowica	328
26. Mezoterapia – Elżbieta Kowalska-Oleędzka	331
26.1. Mezoterapia klasyczna	331
26.2. Przeskórna bezigłowa mezoterapia	333

Postępowanie w przypadkach częstych problemów estetycznych

27. Przebarwienia skórne – postępowanie w gabinecie lekarskim – Katarzyna Prystupa-Chalkidis	337
27.1. Lekki rozjaśniające	337
27.2. Zabiegi lekarskie rozjaśniające przebarwienia	339
28. Zmiany naczyniowe na twarzy i kończynach dolnych – Małgorzata Niemojewska	343
28.1. Najczęstsze problemy estetyczne związane z patologią naczyniową na twarzy	343
28.2. Zmiany naczyniowe na nogach	345
28.3. Naczyniaki i malformacje naczyniowe	348
29. Zabiegi lipolizy lekarskiej – Elżbieta Kowalska-Ołędzka	351
29.1. Działanie fosfatydylocholiny	351
30. Łysienie i problemy pielęgnacyjne włosów – Urszula Kozłowska	353
30.1. Budowa i fizjologia włosa	353
30.2. Łysienie	357
30.3. Najczęstsze problemy pielęgnacyjne włosów	361
31. Hirsutyzm i metody usuwania zbędnego owłosienia – Kamila Pudłowska	365
31.1. Etiopatogeneza hirsutyizmu	365
31.2. Postępowanie	366
Skorowidz	371