



Полина ЛАЙТЕР,
косметолог, специалист в области
восстановительной косметологии
и естественного омоложения лица и шеи,
автор функциональной эстетической
реабилитации тканей лица и шеи
Послойная терапия Reface Laitlift System
(Израиль)

ПОЧЕМУ ВАЖЕН БАЗОВЫЙ ДОМАШНИЙ УХОД?



С какими бы эстетическими дефектами ни обращались ко мне пациенты, будь то преждевременное старение лица и шеи, осложнения после инвазивных методов воздействия на кожу или заболевания на стыке дерматологии и косметологии (акне, себорея, розацеа), я начинаю работу прежде всего с определения состояния верхнего слоя кожи лица. А точнее, выясняю степень функциональных расстройств ее защитного слоя

Есть три клинических случая. Как думаете, что их объединяет? Конечно же, то, что у всех трех женщин наблюдались функциональные изменения барьерных свойств кожи:

- **пациентка Я.** обратилась в клинику по поводу признаков преждевременного старения лица и ухудшения качества кожи. Диагноз: розацеа, осложненная нарушением барьерных свойств кожи вследствие неправильного ухода (точнее, отсутствовал грамотный уход) и изменения гормонального фона;
- **пациентка К.** обратилась в клинику по поводу признаков преждевременного старения лица и ухудшения качества кожи. Диагноз: акне, постакне, нарушение пигментации, осложненные нарушением барьерных свойств кожи вследствие неправильного ухода;
- **пациентка Х.** обратилась в клинику по поводу неожиданных осложнений после одновременного проведения пластической операции «фейслифт» и блефаропластики, а также пилинга лазером CO₂.

ПЕРВЫЙ ПРИЕМ: С ЧЕГО НАЧИНАТЬ?

Как на первом приеме можно понять степень повреждения барьерного слоя

кожи, когда его функциональные нарушения маскируются под самые различные состояния? Давайте разбираться.

Оценка домашнего ухода

Прежде всего, на первый прием я всегда прошу принести средства, которыми пациент пользуется дома, чтобы проанализировать сбалансированность базового домашнего ухода.

Я придерживаюсь понятных и несложных правил, которые всегда озвучиваю своим пациентам. В уходе за кожей лица есть обязательные средства, которые применяются на постоянной основе, и «рабочие», или корректирующие, которые нужно использовать в зависимости от проблем кожи, если они появляются.

Корректирующие средства применяются, когда есть дерматологические проблемы, вызванные хроническими кожными заболеваниями, дерматозами или общими заболеваниями, влияющими на липидный обмен кожи, а также эстетические недостатки кожи лица и тела, которые визуально начинают мешать. К таким «проблемам» я отношу постакне, склонность к гиперпигментации, нарушение защитного барьера (жжение, покраснение, шелушение), акне, себорею, розацеа, обезвоженность кожи (дряблость, желтый подтон, потеря тонуса).

К базовым, то есть обязательным, средствам для домашнего ухода я отношу качественную, всегда нейтральную «умывалку», качественный увлажняющий крем, а точнее, два – обязательно кислотный и нейтральный кремы, средство с антиоксидантами, препарат с пептидами для кожи вокруг глаз и качественный кислотный крем для тела.

Сбор анамнеза

Расспрашиваю пациента о:

- индивидуальных особенностях (возраст, пол, стресс, режим сна, пребывание на солнце, перелеты и т. д.);
- наличии системных заболеваний и сопутствующих патологий (гипотиреоз, сахарный диабет, гормональные изменения, авитаминозы, онко-

логия, железодефицитная анемия, гематологические заболевания и т. д.);

- образе жизни (курение, алкоголь, питание, дефицит или избыток витаминов, прием лекарств, употребление воды и т. д.);
- процедурах, которые проводились в последнее время (пилинги, инъекции, операции, аппаратное воздействие).

Визуальная reface-диагностика

Обращаю внимание на цвет и тонус кожи, наличие или отсутствие нарушений пигментации, очаги воспаления, признаки раздражения, состояние рогового слоя кожи.

Диагностическая процедура

Определяю степень нарушения барьерного слоя кожи, насколько он сбалансирован и готов ли к более серьезному воздействию. Также обращаю внимание на реакцию кожи и сосудов на препараты, используемые в процедуре.

Выводы

Анализирую все собранные данные и составляю программу восстановления функций барьерного слоя кожи. Она может состоять из коррекции и рекомендаций по домашнему уходу, а может включать список обязательных средств домашнего ухода и процедур в клинике. То есть домашний уход всегда важен, и в большинстве случаев его коррекция бывает достаточно для восстановления функций защитного слоя кожи.

Общие правила и рекомендации по основному уходу за кожей лица при нарушении барьерных структур рогового слоя:

- снизить скорость испарения влаги, чтобы содержание воды в роговом слое быстро повысилось;
- использовать вещества, которые притягивают и удерживают воду;
- использовать вещества, восстанавливающие липидный барьер;
- использовать вещества, защищающие кожный барьер от окисления;
- использовать вещества, защищающие кожный барьер от ультрафиолета;

- исключить из домашнего ухода средства, оказывающие разрушительное воздействие на барьерные функции кожи (натуральное мыло, спиртовые лосьоны);
- использовать мягкие средства очищения (мицеллярный раствор, очищающее молочко). В случае сильно загрязненной кожи можно использовать синтетическое мыло с pH 5,5–6. Приветствуются успокаивающие и смягчающие добавки (пробиотический комплекс, растительные экстракты);
- периодически тонизировать кожу неспиртовым лосьоном с успокаивающим и противовоспалительным действием – на основе глицерина и полимеров (синтетических или природных), содержащим водорастворимые растительные экстракты, богатые биофлавоноидами (экстракт зеленого чая, кожуры винограда и т. д.);
- для увлажнения рогового слоя и поддержания его водного баланса применять препараты, в составе которых есть вещества, способные притягивать и удерживать воду (глицерин, сорбитол, гиалуроновая кислота, гель алоэ, аминокислоты, молочная кислота и т. д.);
- применять препараты, нормализующие состав и структуру липидов рогового слоя (витамин E, экстракт масла косточек сладкого миндаля).

ПРИМЕРЫ ИЗ ПРАКТИКИ

Когда у меня спрашивают, какими конкретными профессиональными брендами и препаратами я работаю с функциональными нарушениями барьерного слоя кожи и провожу коррекцию имеющихся эстетических дефектов, я всегда отвечаю, что разными. И это правда. При работе накожными методами нет и не может быть единого правила и протокола.

Алгоритм самостоятельной работы пациента дома, последовательность и количество процедур, промежутки между ними и результат коррекции напрямую связаны и зависят от степени



Фото 1. Пациентка Х., до и после лечения

функционального нарушения защитного слоя кожи и от его возможности восстанавливаться. А это характеристики крайне индивидуальные, которые зависят от очень и очень многих нюансов.

Клинический случай № 1

Пациентка Х., 32 года. Обратилась в клинику по поводу плохого состояния кожи и трудностей с подбором подходящего домашнего ухода. Визуально определяются шрамы, застойные и пигментные пятна, воспалительные элементы. Диагноз: акне, постакне.

В клинике провели три процедуры: первая – диагностическая – выявила нарушение функций (барьерных свойств) верхнего слоя кожи, две последующие провели с месячным перерывом, чтобы дать возможность коже адаптироваться сначала к базовому, а затем к корректирующему домашнему уходу.

Примерный протокол процедур:

- очищение: нанесли мягкую эмульсию и аккуратно смыли теплой водой после нескольких минут экспозиции;
- пилинг ABR 1,4 (состав варьировал в зависимости от состояния защитного слоя кожи) нанесли на лицо ровным слоем, экспозиция – 10–15 минут, затем смыли водой;
- маска-пилинг White peel: распределили по коже непрозрачным слоем и оставили на 10–15 минут под влажной теплой тканью, после чего удалили влажными салфетками;
- в завершение процедуры нанесли бальзам D-Red Balm.



При выборе средств учитывали цвет и тип кожи, состояние ее барьерного слоя, степень и продолжительность такой ситуации, сочетание базового и корректирующего ухода, изменение состояния кожи во время гормонального лечения, наступление возможной беременности. Дополнительной целью было повышение тонуса, улучшение цвета и текстуры кожи, очищение и сокращение пор, ухоженный и свежий вид.

Домашний уход:

- базовый: Probiotic soap, Probiotic balancing cream, Probiotic day cream, Sunbrella SPF 30 (HL, Израиль);
- корректирующий: Kure for problematic skin, Azelight 20% cream, Skin Tone whitening cream (Biofor, Израиль).

Результат лечения представлен на **фото 1**.

Клинический случай № 2

Пациентка Я., 36 лет. Обратилась в клинику по поводу плохого состояния кожи и трудностей с подбором подходящего домашнего ухода. Визуально определяются раздражение, шелушение, покраснения, воспалительные элементы. Диагноз: розацеа.

Как и в первом случае, в клинике провели три процедуры: первая – диагностическая – выявила нарушение функций (барьерных свойств) верхнего слоя кожи, две последующие провели с месячным перерывом, чтобы дать возможность коже адаптироваться сначала к базовому, а затем к корректирующему домашнему уходу.

Примерный протокол процедур:

- очищение: нанесли мягкую эмульсию и аккуратно смыли теплой водой после нескольких минут экспозиции;
- пилинг ABR 1,4 (состав варьировал в зависимости от состояния защитного слоя кожи) нанесли на лицо ровным слоем, экспозиция – 10–15 минут, затем смыли водой;
- холодное гидрирование;
- механическая чистка лица;
- маска A-Nox Mask – на проблемные места; пилинг White Peel распределили по коже непрозрачным слоем и оставили на 10–15 минут под влажной теплой тканью, после чего удалили влажными салфетками.

При выборе средств учитывали цвет и тип кожи, состояние барьерного слоя, степень и продолжительность такой ситуации, предварительное лечение (в анамнезе есть применение кортикостероидов), сочетание базового и корректирующего ухода, питание. Дополнительной целью было повышение тонуса, улучшение цвета и текстуры кожи, очищение и сокращение пор, ухоженный и свежий вид.

Домашний уход:

- базовый: Probiotic soap (HL, Израиль), Lacto10%, Igloo Moist (Noon, Израиль), Sunbrella SPF 30 (HL, Израиль);
- корректирующий: Double White vit. C+20% Azelaic Cream (Noon, Израиль).

Результаты лечения представлены на **фото 2**.

Клинический случай № 3

Пациентка К., 27 лет. Обратилась в клинику по поводу плохого состояния кожи и трудностей с подбором подходящего домашнего ухода. Визуально определяются шрамы, множественные застойные и пигментные пятна, воспаленные элементы. Диагноз: акне, постакне.

В клинике провели пять процедур: первая – диагностическая – выявила нарушение функций (барьерных свойств) верхнего слоя кожи, последующие провели с месячным перерывом, чтобы дать возможность коже



Фото 2. Пациентка Я., до, во время и после лечения



Фото 3. Пациентка К., до, во время и после лечения

адаптироваться сначала к базовому, а затем к корректирующему домашнему уходу.

Примерный протокол процедур:

- очищение: нанесли мягкую эмульсию и аккуратно смыли теплой водой после нескольких минут экспозиции;
- пилинг ABR 3,4 (состав варьировал в зависимости от состояния защитного слоя кожи) нанесли на лицо ровным слоем, экспозиция – 10–15 минут, затем смыли водой;
- холодное гидрирование;
- механическая чистка лица;
- маску A-Nox Mask или пилинг White Peel распределили по коже непрозрачным слоем и оставили на 10–15 минут под влажной теплой тканью, после чего удалили влажными салфетками;
- в завершение процедуры нанесли бальзам D-Red Balm.

При выборе средств учитывали цвет и тип кожи, состояние барьерного слоя, степень акне и постакне, сочетание базового и корректирующего ухода, наступление возможной беременности. Дополнительной целью было

повышение тонуса, улучшение цвета и текстуры кожи, очищение и сокращение пор, улучшение характеристики некоторых рубцов, ухоженный и свежий вид.

Домашний уход:

- базовый: Probiotic soap, ABR lotion; Concentrated vit.C serum, ABR Restoring cream, ABR DAY DEFENSE cream, Sunbrella SPF 30 (HL, Израиль);
- корректирующий: Total Repair Rx (Dermalosophy, Израиль).

Результаты лечения представлены на **фото 3**.

Поверьте мне, коллеги, функциональные расстройства защитного слоя кожи всегда присутствуют в той или иной степени у каждого пациента и очень часто маскируются под другие проблемы.

Начиная любую программу эстетической коррекции лица и шеи с проверки состояния кожи, я понимаю, что без восстановления ее защитный слой не только не даст мне возможность работать дальше с дермой, но и не позво-

В уходе за кожей лица есть обязательные средства, которые применяются на постоянной основе, и «рабочие», или корректирующие, которые нужно использовать в зависимости от проблем кожи, если они появляются

лит работать с функциональными расстройствами более глубоких структур лица – подкожно-жировой клетчатки, мышц, костей, суставов, сосудов. А это крайне важно как при коррекции эстетических деформаций преждевременного или биологического старения, так и при неожиданных многомесячных осложнениях после инвазии. ■

Больше о методике автора на сайте www.reface.co.il