



WORKI POD OCZAMI

CO MOŻEMY ZROBIĆ
U LEKARZA,
A CO U KOSMETOLOGA?

KLINICZNE OBJAWY STARZENIA W OKOLICY OKA POJAWIAJĄ SIĘ W PIERWSZEJ KOLEJNOŚCI, A PACJENCI, GDY JE DOSTRZEGA, CHCĄ ZA WSZELKĄ CENĘ SIĘ ICH POZBYĆ. JAKIE MOŻLIWOŚCI DAJE IM MEDYCYNA ESTETYCZNA I KOSMETOLOGIA?



DR N. MED. EWA JAŹWIECKA-KOŚCIELNIAK

Chirurg stomatolog, lekarz medycyny estetycznej, związana z Kliniką Pawlikowski w Łodzi. Nauczyciel akademicki w Uniwersytecie Medycznym w Łodzi. W pracy z pacjentami wybiera skuteczne i bezpieczne zabiegi, stawia na profilaktykę i wspomaganie naturalnych funkcji skóry. Wychodzi z założenia, że współczesna medycyna estetyczna poprzez poprawę wyglądu zajmuje się wspomaganiem równowagi psychofizycznej człowieka.

Anatomia środkowej części twarzy została dobrze poznana i szeroko opisana w źródłach. Obszar oczodołu składa się z galki ocznej, kości, mięśnia okrężnego oka, więzadeł jarzmowo-skórnych, tłuszczu oczodołowego (SOOF) i podoczodołowej poduszeczki tłuszczowej. W obrębie oczodołu znajduje się około 10 cm³ tłuszczu, z czego około 7–8 cm³ stanowi tłuszcz okołogalkowy, a 2–3 cm³ tłuszcz w przedniej części oczodołu. Główną przyczyną tworzenia się przepuklin tłuszczowych jest postępujące starzenie się – skóra traci elastyczność, a nadmierna mimika powoduje przemieszczanie się tkanki tłuszczowej. Inne czynniki to: zaburzenia gospodarki hormonalnej, spożywanie nadmiernej ilości alkoholu, duża aktywność mięśni twarzy, predyspozycje genetyczne i opalanie się. Nie bez znaczenia jest też dieta oraz liczba godzin snu na dobę. Kliniczne oznaki starzenia się obszaru oka i środkowej części twarzy zaczynają się po 21. roku życia i zwykle stają widoczne u osób około 30-letnich, przez co stanowią jeden z obszarów, którymi pacjenci zaczynają się interesować w pierwszej kolejności.

Leczenie przepuklin tłuszczowych

Do dyspozycji mamy:

- **zachowawcze zabiegi niechirurgiczne** – służą do przywrócenia dawnej elastyczności i siły mięśni

wokół oczu. Są to metody mające na celu odsunięcie w czasie i zatrzymanie postępującego procesu, ponieważ nie leczą samego problemu;

- **zabiegi chirurgiczne** – to radykalna eliminacja przepukliny tłuszczowej, czyli blefaroplastyka;
- **terapię domową** – odpowiednie zabiegi pielęgnacyjne, prawidłowe odżywianie i aktywność fizyczna, unikanie promieni słonecznych.

Ustalenie możliwej przyczyny

Worki pod oczami to często nie tylko problem estetyczny, ale także zdrowotny. Czasami są objawem niewyspania lub defektem o podłożu genetycznym, jednak przed przystąpieniem do leczenia warto ustalić ich możliwą przyczynę. Może nią być odwodnienie organizmu, niedobór elektrolitów, witaminy K, niski poziom żelaza, niektóre z przyjmowanych leków, palenie tytoniu, alkohol, nadmiar soli w pożywieniu, lub zmniejszona jędrność skóry związana z wiekiem. Często do problemów worków pod oczami przyczyniają się również choroby przewlekłe, takie jak: choroby tarczycy, zaburzenia krążenia, cukrzyca, choroby nerek. Przed rozpoczęciem leczenia ważny jest odpowiedni wywiad i ewentualnie dodatkowe badania. Po ustaleniu i wyeliminowaniu możliwych przyczyn można przystąpić do zabiegów niwelujących problem. Często stosowane metody to zabiegi

łączone, takie jak: zastosowanie lasera frakcyjnego z użyciem polinukleotydów, fibryny czy osocza bogatopłytkowego lub innych preparatów przeznaczonych do stosowania na okolicę oka. Laser frakcyjny stymuluje skórę do regeneracji, wytwarzania nowych włókien kolagenowych oraz zwiększenia grubości i elastyczności, natomiast dodatkowa mezoterapia dostarcza niezbędnych składników do jej naprawy, a tym samym do polepszenia jakości.

Proponowane zabiegi

Laser frakcyjny to mało inwazyjna metoda resurfacingu skóry, niewymagająca długiego okresu rekonwalescencji. Jego działanie polega na wytworzeniu w skórze



WORKI POD OCZAMI TO NIE TYLKO PROBLEM ESTETYCZNY, ALE TAKŻE ZDROWOTNY. MOŻE BYĆ ZWIĄZANY Z GENETYKĄ, STYLEM ŻYCIA ALBO Z WIELOMA PRZEWLEKLYMI CHOROBYMI.

mikrouszkodzeń, dzięki którym następuje koagulacja tkanek. Uruchamiając procesy gojenia, skóra zaczyna produkować więcej kolagenu, a ten sprawia, że jest jędrniejsza, bardziej napięta i wygląda zdrowiej.

Modne ostatnio i coraz częściej z powodzeniem stosowane preparaty zawierające polinukleotydy powodują wzmożoną produkcję kolagenu i elastyny, co skutkuje zagęszczeniem skóry, jej delikatnym uniesieniem i efektem liftingującym. Usuwając wolne rodniki, polinukleotydy działają antyoksydacyjnie, a delikatnie wiążąc wodę, wywołują efekt nawilżenia skóry.

Fibryna i osocze bogatopłytkowe to jedne z chętniej stosowanych składników regeneracyjnych. Preparaty pozyskiwane są z krwi własnej pacjenta. Odpowiednio odwirowane zawierają czynniki wzrostu, stymulujące namnażanie i dojrzewanie nowych komórek skóry. Pobudzają fibroblasty do syntezy nowych włókien kolagenowych oraz mikrokrążenie. Po mezoterapii i laseroterapii uzyskujemy efekt napięcia i wygładzenia

skóry, spłycenia drobnych zmarszczek, rozjaśnienia cieni i poprawy kolorytu skóry. Trzeba pamiętać, że dla osiągnięcia zadowalających efektów zabiegi należy wykonywać w serii (około 3–5 zabiegów).

Popularnym zabiegiem jest również endolifting powiek laserem łączącym długości fal neodymowo-yagowych i erbowo-yagowych. Wiązka lasera kierowana jest na skórę powiek od strony zewnętrznej oraz na słuzówkę dolnej powieki. Jest to zabieg mało inwazyjny, przeprowadzany w znieczuleniu miejscowym, o krótkim okresie rekonwalescencji. Do uzyskania dobrych efektów wymagane są trzy sesje zabiegowe. Inna metoda poprawiająca jakość skóry w okolicy oka to nici. Dzięki ich zastosowaniu możemy uzyskać efekt liftingujący i biorewitalizujący. Wszczepienie nici pobudza fibroblasty do produkcji nowych włókien elastyny i kolagenu oraz do syntezy naturalnego kwasu hialuronowego. Nici rozpuszczają się przez około 6 miesięcy, a efekt może się utrzymywać nawet do 2 lat.

Lipotransfer i wypełniacze

Typowe worki pod oczami, czyli wybrzuszenia dolnej powieki wypełnione tłuszczem lub płynem, stanowią odrębny problem estetyczny. Do ich powstania dochodzi w wyniku zwiotczenia mięśni dolnej powieki lub opadnięcia tłuszczu w środkowej części policzka. Powoduje to nadmiar tkanki w okolicy dolnej powieki w stosunku do policzka, co daje efekt zmęczonego wyglądu. Chcąc go zniwelować, musimy wypełnić brakującą część między dolną powieką a policzkami i odbudować objętość w obrębie środkowej części twarzy. Do tego celu stosuje się albo wypełniacze kwasu hialuronowego przeznaczone do delikatnej okolicy oka, albo coraz częściej tłuszcz – z powodzeniem i bardzo dobrymi rezultatami. Pozyskujemy go z uda lub faldy brzusznej pacjenta, następnie w odpowiedni sposób przygotowujemy, odwirowujemy i wypełniamy nim okolice zanikłe. Taki zabieg nazywa się lipotransferem. Dodatkowo dzięki odpowiedniej preparacji tłuszczu możemy pozyskać komórki macierzyste, które stymulują procesy regeneracyjne w okolicy oka. Wówczas tłuszcz możemy wykorzystać jako materiał wypełnieniowy lub do mezoterapii skóry. Efektem zabiegu jest spłycenie lub usunięcie zagłębienia pomiędzy dolną powieką



a policzkiem, ale także rozjaśnienie skóry pod oczami. Jest to terapia naturalna o długotrwałych efektach. Wszystkie powyższe metody mają za zadanie ujędrnić, zliftingować i przebudować skórę powiek, aby odsunąć w czasie zabiegu blefaroplastyki, który jest jedyną skuteczną metodą w walce z workami pod oczami. Przepuklina tkanki tłuszczowej może dotyczyć powieki górnej i/lub dolnej. Podczas zabiegu plastyki powiek górnych usuwa się nadmiar skóry i przepukliny tłuszczowe przegrody oczodołu. Zabieg powinien być przeprowadzony przez doświadczone-

go lekarza, gdyż nadmierne usunięcie poduszczonek tłuszczowych może dać niekorzystny efekt estetyczny i wrażenie zapadnięcia oka. Plastykę powiek dolnych można wykonywać jednocześnie z korekcją powiek górnych lub oddzielnie. W obu przypadkach cięcie można prowadzić na skórze lub przezspojówkowo, w zależności od oczekiwanego efektu i stopnia zaawansowania przepuklin. Okres rekonwalescencji to około 10–14 dni – w tym czasie ustępują możliwe zasinienia i obrzęki oraz zdejmowane są szwy. Efekty zabiegu są trwałe.



KAROLINA KOSZELA

Kosmetolog z wieloletnim doświadczeniem z Kliniki Pawlikowski w Łodzi. Absolwentka studiów kosmetologicznych na Wydziale Biotechnologii Nauk o Żywności. Specjalizuje się w zabiegach pielęgnacyjnych skóry twarzy i ciała, w szczególności tych przeciwstarzeniowych, opierających się na zasadach kosmetologii regeneracyjnej. Stosuje również zaawansowane technologie odmładzania skóry oraz zabiegi modelowania sylwetki.

Worki pod oczami to temat ciekawy, również z punktu widzenia kosmetologa. Zabiegi kosmetologiczne, nieinwazyjne lub mało inwazyjne, skutecznie opóźniają potrzebę bardziej radykalnych ingerencji, a z czasem, kiedy problem zaczyna być wyraźnie widoczny, świetnie wpisują się w terapie łączone z wykorzystaniem procedur z zakresu medycyny estetycznej.

Skuteczne zabiegi u kosmetologa

Wybrałam trzy zabiegi, które w mojej ocenie sprawdzają się najlepiej – redukują problem i spowalniają jego rozwój.

Masaż i drenaż limfatyczny – to metoda, która usprawni krążenie limfy i pobudzi retencję wody w okolicy oka. Najlepszy będzie masaż podciśnieniowy wykonywany głowicą przeznaczoną specjalnie do tego celu, która drgając, silnie pobudzi tkanki wokół oczu.

Alternatywą dla masażu z zastosowaniem aparatury będą techniki manualne, stymulujące mikrokrążenie, pobudzające je poprzez palpacyjne uciskanie i rozprężanie skóry, czyli świadome i precyzyjne bodźcowanie skóry w miejscu, w którym powstaje obrzęk. Taki masaż powinien odbywać się z uwzględnieniem anatomii układu chłonnego i krwionośnego, tak aby limfa mogła zostać odprowadzona swobodnie zgodnie z jej naturalnym przepływem – od skroni, przez węzły chłonne nadobojczykowe i pachowe, do jamy brzusznej i dalej w dół naturalnymi kanałami przepływu.

Mezoterapia mikroigłowa – to mikronakłuwanie okolicy z obrzękami i nadmiarem tkanki. W wyniku stymulacji uzyskamy efekt obkurczenia skóry oraz jej pogrubienia oraz wypełnienia miejsc uszkodzonych. Podanie dodatkowo preparatów mezoterapeutycznych zmniejszy obrzęk dzięki ich działaniu drenażującemu oraz poprawi krążenie w naczyniach włosowatych. Zabieg ten skutecznie usprawnia biomechanizm tkankowy i metabolizm komórek.

Radiofrekwencja kontaktowa – kontrolowane podgrzewanie tkanek okolicy oka za pomocą specjalnych urządzeń i głowic odpowiednio dostosowanych do stosowania w tym obszarze, to znaczy uwzględniających anatomię i wszelkie przeciwwskazania do tego zabiegu. Celem działania tej procedury jest termolifting, czyli termiczne obkurczanie skóry poprzez wytwarzającą się w tkankach temperaturę i wykorzystanie działania kurczliwości fibroblastów zbudowanych z białek.

Połączone działanie

W swojej pracy staram się łączyć wszystkie te techniki, uwzględniając przeciwwskazania do zabiegu i możliwości regeneracyjne skóry. Najlepsze efekty niwelujące problem worków pod oczami uzyskuje się poprzez skorelowane działania terapeutyczne na linii lekarz – kosmetolog, łącząc opisane w artykule techniki pracy możliwie podczas jednej procedury. Łączenie tych zabiegów daje nam pełne spektrum efektów, jakie chcemy uzyskać, ponieważ te techniki są względem siebie komplementarne i działają na różnych poziomach, co ma wpływ na ostateczny efekt.