

Оглавление

Список сокращений.....	8
Вступление	9

ЧАСТЬ I АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ

Глава 1. Этиология и патогенез atopического дерматита	11
1.1. Сценарий «снаружи внутрь», или нарушение кожного барьера	12
1.1.1. Как устроен эпидермальный барьер	12
Морфологические слои эпидермиса	12
Десмосомы и плотные контакты между кератиноцитами	13
Формирование рогового слоя	14
Липидные пласты рогового слоя	16
1.1.2. Изменение эпидермального барьера при atopическом дерматите ..	19
Мутации в гене филаггрина	19
Дефекты корнеодесмосом и плотных контактов	20
Изменения состава гидролипидной мантии	21
Изменение pH поверхности кожи	21
1.2. Сценарий «изнутри наружу», или иммунная дисрегуляция	22
1.3. Роль микробиома в развитии atopического дерматита	23
1.3.1. Кишечный микробиом и atopический дерматит	23
1.3.2. Изменение микробиома кожи при atopическом дерматите	27
1.3.3. Роль <i>S. aureus</i> в патогенезе atopического дерматита	28
1.4. Психонейроиммунология atopического дерматита	29
Глава 2. Клиническая картина, диагностика и лечение atopического дерматита	31
2.1. Клиническая картина (<i>Альбанова В.И.</i>)	31
2.2. Диагностические критерии и дифференциальный диагноз (<i>Альбанова В.И.</i>)	33
2.2.1. Основные и дополнительные диагностические критерии	33
2.2.2. Дифференциальный диагноз	34
2.3. Лечение	36
2.3.1. Топические средства (<i>Альбанова В.И.</i>)	36
2.3.2. Физиотерапия	39
УФ-терапия	40

Хромотерапия синим светом	42
Фотобиомодуляционная терапия	43
Крайневысокочастотная терапия (КВЧ-терапия)	44
2.4. Особенности питания и нутрицевтическая поддержка в профилактике и лечении атопического дерматита	45
2.4.1. Характерные особенности пищевой аллергии у взрослой категории пациентов с атопическим дерматитом	45
2.4.2. Нутрицевтическая поддержка при атопическом дерматите	47
Поддержание здорового веса	47
Избегание западного рациона питания	48
Вегетарианская диета	48
Жирные кислоты	48
Витамин D (Альбанова В.И.)	49
2.4.3. Пробиотики	52
Глава 3. Базовый уход за атопичной кожей	56
3.1. Очищение кожи	56
3.1.1. Общие рекомендации	56
3.1.2. Нанесение топических препаратов после очищения (Альбанова В.И.)	57
3.2. Косметические средства ухода за атопичной кожей	57
3.2.1. Основные ингредиенты эмолентов	59
Имитация кожного сала и окклюзия	59
Восстановление и укрепление липидного барьера	60
«Ловцы влаги» — вещества, связывающие воду	62
3.2.2. Эмоленты: свойства и применение	64
Рекомендации при использовании эмолентов	64
Стероидсберегающие эффекты эмолентов	66
Эмоленты и микробиом кожи	67
3.3. Каких ингредиентов косметических средств стоит опасаться пациентам с атопическим дерматитом	69
3.3.1. Ингредиенты косметических средств с высоким риском сенсibilизации кожи	69
3.3.2. Аллергоопасные отдушки	71
3.3.3. Ореховые экстракты	73

Глава 4. Косметологические методы профилактики и коррекции признаков старения и эстетических дефектов у пациентов с атопическим дерматитом	74
4.1. Инфламэйджинг атопичной кожи и стратегия профилактического anti-age ухода	74
4.1.1. Причины инфламэйджинга и компетенции косметолога	76
4.1.2. Факторы, способствующие развитию инфламэйджинга	77
4.1.3. Клинические признаки инфламэйджинга кожи	79
4.1.4. Мониторинг воспаления	80
4.1.5. Общие подходы к anti-age уходу за атопичной кожей	81
4.2. Особенности эстетической коррекции атопичной кожи	82
4.2.1. Химические пилинги	83
Кератолитический пилинг	85
Ферментативный (энзимный) пилинг	86
Ретиноловый пилинг	86
Кислотный пилинг	87
4.2.2. Инъекционные процедуры	88
Контурная пластика, мезотерапия и биоревитализация	89
PRP-терапия	90
Карбокситерапия	91
4.2.3. Аппаратные процедуры	92
4.3. Пациент с атопическим дерматитом на приеме у косметолога	93
 Источники и рекомендуемая литература по теме «Атопический дерматит»	 94

ЧАСТЬ II ПСОРИАЗ

Глава 1. Псориаз как хроническое воспалительное заболевание кожи	103
1.1. Разбираемся в патогенезе псориаза. Кератиноциты или иммунные клетки — кто виновник?	103
1.2. Нарушение барьерной функции кожи при псориазе	106
1.2.1. Биохимические маркеры нарушенного эпидермального барьера при псориазе	107
1.2.2. Сухость кожи и повышение ТЭПВ	107
1.2.3. Гиперкератоз и шелушение	107
1.2.4. Гиперчувствительность	107

1.3. Характерные для псориаза изменения микробиома	108
1.3.1. Особенности микробиома кишечника при псориазе	108
1.3.2. Особенности микробиома кожи при псориазе	109

Глава 2. Клиническая картина, диагностика и лечение псориаза

2.1. Клиническая картина в зависимости от подвида и стадии псориаза.	
Сезонный фактор	110
2.1.1. Подвиды псориаза	110
2.1.2. Стадии течения псориаза (<i>Альбанова В.И.</i>)	112
2.1.3. Сезонный характер проявлений заболевания (<i>Альбанова В.И.</i>)	113
2.2. Диагностические критерии и дифференциальный диагноз	114
2.3. Лечение псориаза	115
2.3.1. Общие положения о лечении псориаза (согласно «Федеральным клиническим рекомендациям по ведению больных псориазом», 2015)	115
Применение витамина D и его аналогов в рамках терапии псориаза (<i>Альбанова В.И.</i>)	115
2.3.2. Фототерапия псориаза	118
IPL-терапия	119
Лазерное лечение (<i>Калашникова Н.Г., Уракова Д.С.</i>)	120
2.4. Особенности питания и нутрицевтическая поддержка в профилактике и лечении псориаза	128
2.4.1. Средиземноморская диета	128
2.4.2. Противовоспалительная диета и стиль жизни	131
Увеличение в рационе доли продуктов с противовоспалительными свойствами (<i>Витамин D — Альбанова В.И.</i>)	131
Уменьшение в рационе продуктов питания с провоспалительными свойствами	134
Снижение уровня сахара в крови	135
2.4.3. Пробиотики и псориаз	137

Глава 3. Базовый и косметологический уход за кожей при псориазе

3.1. Очищение кожи (<i>Альбанова В.И.</i>)	138
3.2. Целебные эффекты солевых ванн при псориазе	139
3.2.1. Осмотические эффекты в роговом слое и эпидермисе	139
Осмотическое увлажнение рогового слоя	139
Осмотическая стимуляция клеток эпидермиса	140
Концентрация, состав и pH — основные параметры, от которых зависит действие солевого раствора на кожу	142

3.2.2. Почему вода Мертвого моря показана для лечения псориаза	143
3.2.3. Синергичный эффект комбинации солевых ванн и фототерапии	144
3.2.4. Сопоставление эффективности природной талассотерапии на Мертвом море, солевых ванн с солями Мертвого моря и обычных солевых ванн	144
3.3. Средства базового ухода за кожей при псориазе	145
3.3.1. Эмоленты	146
3.3.2. Мочевина	147
3.3.3. Гидроксикислоты	148
Альфа-гидроксикислоты (АНА)	148
Полигидроксикислоты (РНА)	149
3.3.4. Салициловая кислота	149
3.3.5. Никотинамид	151
3.3.6. Березовый деготь	151
3.4. Особенности базового ухода и выбора косметологических процедур в зависимости от стадии заболевания	152
3.4.1. Прогрессирующая стадия	152
3.4.2. Стационарная/регрессирующая стадия	153
3.5. Уход за ногтями (Альбанова В.И.)	154
3.6. Уход за волосами (Альбанова В.И.)	155
Источники и рекомендуемая литература по теме «Псориаз»	160