

Оглавление

Список сокращений	22
От редактора	23

ЧАСТЬ I БИОЛОГИЯ СТАРЕНИЯ

Глава 1. Теории старения (<i>Коротыч И.В.</i>)	28
1.1. Основные взгляды	29
1.2. Опадание листьев	30
1.3. Слишком много мутаций	31
1.4. Нехватка ремонтного материала	33
1.5. Проблема в клетках	34
1.6. Сбой органов и систем	37
1.7. Интоксикация организма	39
1.8. Свободные радикалы	40
1.9. Причина или следствие?	41
Источники и рекомендуемая литература	42
Глава 2. Нейроэндокринная регуляция в разные периоды жизни человека (<i>Пьянкова Е.Ю.</i>)	44
2.1. Биологическое старение как результат внутренней дисрегуляции	45
2.2. Эндокринное здоровье	46
2.2.1. Базовые принципы эндокринной регуляции	47
Механизм передачи информации:	
гормон к рецептору — как ключ к замку	47
Гормоны vs нейромедиаторы	48
Эндокринные железы и гормоны	49
Регуляция продукции гормонов	51
Транспорт гормонов	53
2.2.2. Связь с иммунной системой	53
2.3. Эндокринное старение	54
2.3.1. Половое созревание и подростковый возраст	55
2.3.2. Некоторые особенности функционирования репродуктивной, адаптационной и энергетической (эндокринной) систем в среднем, пожилом и старческом возрасте	56
Репродуктивная функция	57

Адаптационные ресурсы	59
Энергетический гомеостаз	61
2.4. Основные стратегии управления здоровьем (возрастом)	64
Источники и рекомендуемая литература	65
Глава 3. Старение как болезнь (Эрнандес Е.И.)	67
3.1. Аргументы «против»	68
3.2. Аргументы «за»	70
3.3. Так мы стареем или болеем?	71
Источники и рекомендуемая литература	74

ЧАСТЬ II КОЖА И ВОЗРАСТ

Глава 1. Микроскопические изменения кожи при старении (Борхунова Е.Н., Таганов А.В.)	76
1.1. Клинические, морфологические и биомеханические изменения кожи при хронологическом старении	78
1.1.1. Морфотипы старения	78
1.1.2. Структурные перестройки в коже	80
Эпидермис	80
Дерма	82
Подкожная жировая клетчатка	91
Микроциркуляторное русло	91
1.1.3. Изменения биомеханических свойств кожи	92
1.2. Морфологические изменения кожи при фотостарении	96
1.2.1. Клинические признаки фотостарения	96
1.2.2. Гистологические признаки фотостарения	97
Эпидермис	98
Дерма	99
Микроциркуляторное русло	100
1.3. Резюме	100
Источники и рекомендуемая литература	101
Глава 2. Возраст-ассоциированные болезни кожи (Юцковский А.Д., Дворянинова И.Е.)	105
2.1. Характеристика морфологических элементов сыпи	107
2.1.1. Первичные элементы	108
Пятно	108
Волдырь	110
Пузырек	111
Пузырь	111

Пустула	112
Папула	112
Бугорок	113
Узел	113
2.2.2. Вторичные элементы	114
Дисхромия кожи	114
Чешуйка	114
Корка	115
Трещина	115
Экскориация	116
Эрозия	116
Язва	116
Рубец	117
Вегетация	118
Лихенификация	118
2.2. Основные принципы диагностики болезней, сопровождающихся высыпаниями на коже	118
2.3. Значимость гендерных различий	123
2.3.1. Гендерные особенности кожи	124
2.3.2. Стигмы беременности	126
2.3.3. Гендерные особенности дерматозов	126
2.4. Дерматозы, наиболее часто встречающиеся в косметологической практике	128
Розовый лишай Жибера	129
Розацеа	129
Периоральный дерматит	130
Себорейный дерматит	130
Акне	131
Актинический кератоз	131
Фолликулярный кератоз	132
Ихтиоз	132
Порокератоз Мибелли	133
Ладонная и подошвенная кератодермия	133
Экзема	134
Инфекционные дерматозы	134
Лейкоплакия	136
Доброкачественные образования кожи	137
Алопеция	139
Патологии ногтей	140
Источники и рекомендуемая литература	142

ЧАСТЬ III

МЕТОДЫ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГИИ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ И КОРРЕКЦИИ ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ КОЖИ

Методы функциональной дерматокосметологии для диагностики и коррекции возрастных изменений кожи (Эрнандес Е.И.)	144
1.1. Функциональный подход к поддержанию здоровья кожи	145
1.2. Возрастной синдром кожи	150
1.2.1. Морщины	151
Диагностика	152
Методы коррекции	152
1.2.2. Дряблость	154
Диагностика	155
Методы коррекции	156
1.2.3. Сухость кожи и грубая текстура	159
Диагностика	159
Методы коррекции	159
1.2.4. Пигментные пятна	161
Диагностика	161
Методы коррекции	164
1.2.5. Сосудистые изменения	166
Диагностика	167
Методы коррекции	169
1.2.6. Изменение овала лица (вследствие отечности и инволюционных изменений)	170
1.3. Резюме	170
Источники и рекомендуемая литература	171

ЧАСТЬ IV

МОЛЕКУЛЯРНО-КЛЕТОЧНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ГЕРОКОСМЕТОЛОГИИ

Введение	174
Глава 1. Генотипирование в практике дерматолога и косметолога (Григорцевич Н.Ю.)	176
1.1. Что такое генотипирование	176
1.2. Когда и зачем делать генотипирование	178
1.3. Как проводится анализ	179
1.4. Какую информацию можно получить	180
1.5. Последствия полиморфизма	181
1.6. Вероятность ошибки	183
1.7. Генетические методы лечения	184
1.8. Пример генотипирования	186
Источники и рекомендуемая литература	188

Глава 2. Методы регенеративной медицины для омоложения кожи (Зорина А.И., Зорин В.Л.)	189
2.1. Применение аутологичных дермальных фибробластов	189
2.2. Применение препаратов стволовых клеток, выделенных из жировой ткани	191
2.2.1. Характеристика используемых клеток	191
Стромально-васкулярная клеточная фракция	191
Стволовые клетки жировой ткани	193
2.2.2. Применение клеточных препаратов для обогащения липографта при липофилинге	195
2.2.3. Возможности использования стволовых клеток жировой ткани для коррекции возрастных изменений кожи	196
2.3. Применение плазмы, обогащенной тромбоцитами	197
2.3.1. Тромбоциты как источник ростовых факторов	198
2.3.2. Классификация и получение препаратов БоТП	199
2.3.3. Применение БоТП в терапевтической косметологии	201
Источники и рекомендуемая литература	204
Глава 3. Гормональная коррекция старения (Тишова Ю.А., Тюзиков И.А., Гусакова Д.А., Ворслов Л.О., Калинин С.Ю.)	210
3.1. Половые гормоны: эстрогены, тестостерон, прогестерон. Проявления дефицита и методы коррекции у мужчин и женщин	211
МГТ препаратами эстрогенов	217
МГТ препаратами прогестерона	219
МГТ препаратами тестостерона	221
3.2. Витамин (гормон) D	223
3.3. Гормоны щитовидной железы	226
3.4. Гормон роста	227
3.5. «Квартет здоровья»	228
Источники и рекомендуемая литература	229

ЧАСТЬ V

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПИЩЕВЫЕ ПРОДУКТЫ И НУТРИЦЕВТИКИ ДЛЯ ОМОЛОЖЕНИЯ КОЖИ

Глава 1. Функциональные пищевые продукты и нутрицевтики для омоложения кожи (Гуляев А.А.)	234
1.1. Функциональные продукты питания vs нутрицевтики	234
1.2. Геропротекторы в составе ФПП и БАДов	236
1.2.1. β-Каротин	237
1.2.2. Полифенолы	239

1.2.3. Хлорофилл	242
1.2.4. Витамины С и Е, коэнзим Q ₁₀	243
1.2.5. Гинзенозиды	245
1.2.6. Ацеманнан	247
1.2.7. Индол-3-карбинол	248
1.2.8. Сквален и другие липиды	249
1.2.9. Мелатонин	250
1.2.10. Коллаген	251
1.2.11. Протеогликаны	252
1.2.12. Гиалуроновая кислота	252
1.3. Вокруг БАДов	254
Источники и рекомендуемая литература	256

ЧАСТЬ VI

АЛГОРИТМЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММ КОСМЕТОЛОГИЧЕСКОГО УХОДА И КОРРЕКЦИИ ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ КОЖИ

Глава 1. Общие подходы к разработке косметологических программ для пациентов разных возрастных групп (Юцковская Я.А., Синцова Т.С.)	262
1.1. Основные возрастные проблемы кожи и косметологические методы для их решения	262
1.1.1. Подростковый период (до 18 лет)	262
1.1.2. Возраст 18–25 лет	263
1.1.3. Возраст 25–40 лет	264
1.1.4. Возраст от 40 лет и старше	265
1.2. Зональные особенности старения кожи	267
1.3. Комбинирование методов — наиболее результативная тактика борьбы с возрастными изменениям кожи	268
Источники и рекомендуемая литература	269
Глава 2. Особенности косметологического ухода у мужчин (Юцковская Я.А., Суханова А.С.)	271
2.1. Особенности мужской кожи	272
2.2. Некоторые особенности косметологического ухода у мужчин	273
Источники и рекомендуемая литература	276
Глава 3. Порядок эстетической оценки возрастных изменений лица и шеи (Калашникова Н.Г., Уракова Д.С.)	277
3.1. Геометрическая оценка лица	281
3.1.1. Статическая асимметрия лица	283

3.1.2. Пропорции лица (анфас и профиль)	284
3.2. Анатомо-морфологические особенности	284
3.2.1. Оценка лицевого скелета	284
3.2.2. Оценка мягких тканей	285
3.3. Оценка возрастных изменений кожи	288
3.3.1. Тонус кожи	288
3.3.2. Морщины	288
3.3.3. Мимическая активность	289
3.3.4. Патология кожи, ассоциированная со старением	289
3.4. Структурные возрастные изменения лица и шеи	292
3.4.1. Потеря объема мягких тканей	292
3.4.2. Птоз мягких тканей	293
3.4.3. Мышечно-фасциальный дисбаланс	295
3.4.4. Зубочелюстной аппарат	296
3.5. Результаты эстетической оценки лица и шеи	298
Источники и рекомендуемая литература	303

Глава 4. Эстетическая коррекция возрастных изменений с учетом морфотипа старения

<i>(Юцковская Я.А., Суханова А.С., Лучина Е.Н., Бирко О.Н.)</i>	306
4.1. Морфотипы старения: определение и классификация	306
4.2. Стратегия эстетической коррекции признаков старения с учетом морфотипа	308
4.2.1. Усталый морфотип старения	308
4.2.2. Мелкоморщинистый тип старения	313
4.2.3. Мышечный тип старения	316
4.2.4. Деформационный тип старения	317
4.2.5. Комбинированный тип	320
Источники и рекомендуемая литература	321

Глава 5. Индивидуальный подход к коррекции инволюционно-дистрофических изменений кожи на основе морфологического типирования

<i>(Цепколенко В.А., Цепколенко А.В.)</i>	323
5.1. Что такое морфологическое типирование	323
5.2. Биохимические, эндокринологические и метаболические особенности организма при различных типах ИДИ кожи	325
5.3. Алгоритм комплексного лечения сосудистого типа ИДИ кожи	329
5.4. Алгоритм комплексного лечения атопического типа ИДИ кожи	331
5.5. Алгоритм комплексного лечения гиперпластического типа ИДИ кожи	333

5.6. Алгоритм комплексного лечения гипоестрогеномического типа ИДИ кожи	334
5.7. Резюме	337
Источники и рекомендуемая литература	338

Глава 6. Комплексная стратегия антивозрастной медицины в рамках реальной клинической практики (Пьянкова Е.Ю.) 343

6.1. Anti-age клиник нет! Anti-age в клинике — да!	344
6.2. Законодательные и организационные вопросы работы клиник, предоставляющих услуги по антивозрастному сопровождению	346
6.2.1. Законодательная база	347
6.2.2. Задачи руководителя клиники	349
6.2.3. Задачи специалиста антивозрастной медицины (координатора программы)	350
Алгоритм проведения профилактического консультирования	350
Алгоритм проведения врачебного контроля (мониторинга)	351
Источники и рекомендуемая литература	352

ЧАСТЬ VII СТАРЕНИЕ ВОЛОС

Старение волос (Овчаренко Ю.С.)	354
1.1. Геронтобиология волосяного фолликула	355
1.1.1. Возрастная трансформация волосяного фолликула и волосяного волокна	356
1.1.2. Возрастные изменения цвета волос	357
Пигменты волос	357
Меланоциты и особенности меланогенеза волос	358
Регуляторы жизненного цикла и активности меланоцита	359
Естественное поседение	360
Гипотетический сценарий старения пигментной единицы ВФ	361
Преждевременное поседение волос	362
1.1.3. Возрастные изменения волосяного волокна	363
1.2. Старение кожи скальпа	363
1.3. Фотостарение волос	365
1.3.1. Фотоповреждение кератинового каркаса	365
1.3.2. Фотоповреждение меланина	366
1.3.3. Фотоповреждение комплекса клеточных мембран	366
1.4. Гормоны и волосы	367
1.4.1. Андрогены	368
1.4.2. Эстрогены	369

1.4.3. Тиреотропные гормоны	371
1.4.4. Пролактин и выпадение волос	371
1.4.5. Гормон роста	371
1.4.6. Мелатонин	372
1.5. Возраст-зависимая потеря волос	373
1.5.1. Андрогенетическая алопеция	373
Генетический аспект	373
Патобиология андрогенетической алопеции	375
Микровоспаление волосяного фолликула и фиброз при андрогенетической алопеции	376
Клинические особенности	377
1.5.2. Инволюционная алопеция	378
Патобиология инволюционной алопеции	378
1.6. Возрастные патологии, влияющие на состояние волос	380
1.6.1. Эндокринные заболевания	380
1.6.2. Дефицит нутриентов	381
1.6.3. Медикаментозно-индуцированные проблемы	382
1.6.4. Эндогенная интоксикация	382
1.6.5. Психологические расстройства у пожилых людей	383
1.7. Терапевтические стратегии омоложения волос	383
1.7.1. Гормональное лечение для борьбы с признаками старения	384
1.7.2. Стимуляторы роста волос: миноксидил	387
1.7.3. Метаболические комплексы	387
1.7.4. Хирургическое восстановление волосяного покрова	388
1.7.5. Реверсирование инволюционной потери пигмента	389
1.7.6. Фотозащита волос	390
Источники и рекомендуемая литература	392

ЧАСТЬ VIII ПСИХОЛОГИЯ СТАРЕНИЯ

Глава 1. Старение глазами клиентов салонов красоты <i>(Орасмяэ-Медер Т.)</i>	398
1.1. Зеркало души	398
1.2. Встречают не только по одежке	401
1.3. Сияние молодости	405
1.4. Спускаемся ниже	406
1.5. Проблема внутри нас	407

Глава 2. Один на всех, и все на одного: как работать с семьями (Иванова А.Н.)	410
2.1. Мама приводит дочку, дочка приводит маму	410
2.2. Гены пальцем не задавишь	413
2.3. Не только наследственность	413
2.4. Сработало у одного — сработает и у другого?	415
2.5. Молчание — золото	417
Глава 3. Мужчина на приеме у косметолога (Чернышова Е.А.)	418
3.1. Мышление как отражение изменяющейся реальности: как и почему менялась психология женщины и мужчины	418
3.2. Внешность как инструмент в конкурентной борьбе	420
3.3. Мужчина на приеме у косметолога: штрихи к портрету	421
3.4. Косметолог — соратник мужчины в борьбе за молодость	422