

Vysoká škola zdravotnická, o. p. s., Praha 5

**EDUKACE KLIENTEK O MOŽNOSTECH
REJUVENACE PLETI**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

DENISA DVOŘÁKOVÁ

Praha 2016

Vysoká škola zdravotnická, o. p. s., Praha 5

**EDUKACE KLIENTEK O MOŽNOSTECH
REJUVENACE PLETI**

Bakalářská práce

DENISA DVOŘÁKOVÁ

Stupeň vzdělání: bakalář

Název studijního oboru: Všeobecná sestra

Vedoucí práce: doc. PhDr. Jitka Němcová, PhD.

Praha 2016



VYSOKÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ, o. p. s.
se sídlem v Praze 5, Duškova 7, PSČ 150 00

Dvořáková Denisa
3. A VS

Schválení tématu bakalářské práce

Na základě Vaší žádosti ze dne 13. 03. 2015 Vám oznamuji
schválení tématu Vaší bakalářské práce ve znění:

Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti

Educating Clients About Ways of Skin Rejuvenation

Vedoucí bakalářské práce: doc. PhDr. Jitka Němcová, PhD.

V Praze dne: 1. 9. 2015


doc. PhDr. Jitka Němcová, PhD.
rektorka

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a všechny použité zdroje literatury jsem uvedla v seznamu použité literatury.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své bakalářské práce ke studijním účelům.

V Praze dne 20. 3. 2016

PODĚKOVÁNÍ

Chtěla bych touto cestou poděkovat především vedoucí bakalářské práce doc. PhDr. Jitce Němcové, PhD. za její trpělivý a vstřícný přístup, cenné rady a zkušenosti při tvorbě této práce. Dále bych chtěla poděkovat celému kolektivu kliniky CLT a rodině za podporu a pomoc při zpracování bakalářské práce.

ABSTRAKT

DVOŘÁKOVÁ, Denisa. *Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti*. Vysoká škola zdravotnická, o. p. s. Stupeň kvalifikace: Bakalář (Bc.). Vedoucí práce: doc. PhDr. Jitka Němcová, PhD. Praha. 2016. 62s.

Téma bakalářské práce je edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti. Práce poukazuje na velký rozmach poslední doby v oblasti omlazovacích metod a celkový rozmach v péči o pleť. Teoretická část popisuje důležitost vzhledu v dnešní společnosti, rozebírá prevenci stárnutí pleti a hlavně se věnuje čtyřem omlazovacím metodám – ošetření plazma terapií, ošetření chemickým peelingem, aplikaci botulotoxinu a aplikaci injekční výplně. V praktické části byl aplikován reaktivní akční průzkum, který zkoumal informovanost klientek i zdravotních sester ve zmíněných metodách. Dále monitorovala průběh celého průzkumu, jehož nosnou součástí byly edukace čtyř klientek. Výchozím prvkem bylo vytvoření edukačních listů, které mají sloužit nejen klientkám, ale i edukátorkám. Cílem práce je zlepšit výsledné efekty ošetření rejuvenačních metod, pomocí přesnějších informací a instrukcí.

Klíčová slova

Botulotoxin. Edukace. Chemický peeling. Injekční výplň. Plazma terapie. Rejuvenace.

ABSTRACT

DVOŘÁKOVÁ, Denisa. Educating Clients About Ways of Skin Rejuvenation. College of Nursing, P. B. C. Level of Qualification: Bachelor (Bc.). Thesis Supervisor: Doc. PhDr. Jitka Nemcova, PhD. Prague. 2016 62s.

The topic of the bachelor theses is educating clients about the possibilities of skin rejuvenation. The work points to the expansion in recent rejuvenation methods and the overall boom in skin care. The theoretical part describes the importance of appearance in today's society, discusses prevention of skin aging and mainly deals with four rejuvenating methods - plasma treatment therapy, treatment with chemical peeling, application of botulinum toxin and application of injectable fillers. In the practical part was used a reactive action research, which examined the awareness of clients and nurses in these methods. Furthermore, there was monitored the proces of this survey, which included the education of four clients. The default element was the creation of educational sheets which should be useful not only for clients but also for educators. The aim of this work is to improve the final effects of rejuvenation treatment methods using accurate information and instructions.

Keywords

Botulinum toxin. Education. Chemical peeling. Injectable fillers. Plasma therapy. Surve. Rejuvenation.

PŘEDMLUVA

Mnoho a mnoho žen touží po věčném elixíru mládí. A čím více jde vývoj estetické dermatologie a kosmetologie dopředu, tím více tento elixír v podobě nových rejuvenačních ošetření a kosmetických prostředků, může klientkám dopřát. A proto jsem si vybrala téma práce Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti.

Výběr tématu práce byl ovlivněn mým působením na soukromé klinice CLT v Teplicích, kde jsem před dvěma lety dostala šanci pro ně brigádně pracovat. Od té doby se studium estetické medicíny stalo mým koníčkem a právě na klinice CLT mám velkou možnost realizace svých poznatků v praxi.

Za tu dobu jsem zjistila i určité nedostatky a tím je hlavně nedostatečná edukace klientek a hlavně nedostatečné proškolení zdravotních sester v oblasti informací, jak o daných metodách, tak v diagnostice pleti. Tato práce se snažila tento problém alespoň z malé části osvětlit a vyřešit.

Když vidím, jak rychlým tempem jdou omlazovací metody ruku v ruce s kosmetickým průmyslem dopředu, věřím tomu, že slovo vrásky budou za pár desítek let znát lidé jen ze slovníku cizích slov.

OBSAH

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

SEZNAM POUŽITÝCH ODBORNÝCH VÝRAZŮ

ÚVOD.....	13
1 DŮLEŽITOST VZHLEDU PRO PSYCHIKU ŽENY	16
2 STÁRNUTÍ PLEŤI	17
2.1 VRÁSKY.....	18
2.2 PREVENCE STÁRNUTÍ PLETI.....	20
2.2.1 KOUŘENÍ.....	20
2.2.2 UV ZÁŘENÍ - FOTOPROTEKCE	21
3 PÉČE O PLEŤ	23
3.1 TYP PLETI.....	23
3.2 PÉČE O PLEŤ PODLE VĚKU	24
4 METODY OMLAZENÍ.....	26
4.1 FACELIFT A JEHO RIZIKA	26
5 REJUVENACE PLETI.....	29
5.1 PLAZMA TERAPIE	29
5.1.1 ÚČINKY PLAZMA TERAPIE	29
5.1.2 HISTORIE	30
5.1.3 DRUHY PLAZMATERAPIE	30
5.1.4. VÝBĚR KLIENTEK	30
5.1.5 MÍSTA VHODNÁ K OŠETŘENÍ	30
5.1.6 EDUKACE KLIENTEK PŘED OŠETŘENÍM	31
5.1.7 PRŮBĚH TERAPIE.....	31

5.1.8 EDUKACE KLIENTEK PO OŠETŘENÍ.....	31
5.2 CHEMICKÝ PEELING.....	32
5.2.1 INDIKACE.....	32
5.2.2 HISTORIE	32
5.2.3 KLASIFIKACE CHEMICKÉHO PEELINGU	32
5.2.4 PROSTŘEDKY K APLIKACI CHEMICKÉHO PEELINGU	33
5.2.5 EDUKACE PŘED OŠETŘENÍM.....	34
5.2.6 OŠETŘENÍ CHEMICKÝM PEELINGEM (KYSELINOU GLYKOLOVOU).....	34
5.3 BOTULOTOXIN	34
5.3.1 HISTORIE BOTULOTOXINU.....	34
5.3.2 VÝBĚR KLIENTEK.....	35
5.3.3 APLIKACE BOTOXU	35
5.3.4 EDUKACE KLIENTEK.....	36
5.3.5 VÝSLEDEK VYHLAZENÍ VRÁSEK.....	36
5.4 INJEKČNÍ VÝPLĚ.....	36
5.4.1 HISTORIE VÝPLNÍ.....	36
5.4.2 ROZDĚLENÍ PODLE PŮVODU MATERIÁLU	37
5.4.3 ROZDĚLENÍ PODLE TRVANLIVOSTI VÝPLNĚ.....	37
5.4.4. KYSELINA HYALURONOVÁ	38
5.4.5 VÝBĚR KLIENTEK.....	38
5.4.6 KONTRAINDIKACE A OMEZENÍ.....	38
5.4.7 APLIKACE VÝPLNÍ	39
6 PRAKTICKÁ ČÁST	40
6.1 TÉMA, PROBLÉM, CÍL PRŮZKUMU	40
6.2 METODA A POPIS VÝBĚROVÉHO SOUBORU	41
6.3 ORGANIZACE PRŮZKUMU.....	42
6.3.1 KROK Č. 1 – ZÍSKÁVÁNÍ INFORMACÍ O DANÉ SITUACI.....	42
6.3.2 KROK Č. 2 - VYHODNOCOVÁNÍ INFORMACÍ.....	42

6.3.3 KROK Č. 3 – ZÍSKANÉ INFORMACE JSOU PŘEDÁVÁNY OSTATNÍM A JSOU NAVRŽENY ZMĚNY	42
6.3.4 KROK Č. 4 – NOVÉ POSTUPY JSOU REALIZOVÁNY	43
6.3.5 KROK Č. 5 – VZÁJEMNÁ SPOLUPRÁCE.....	43
6.3.6 KROK Č. 6 – VYHODNOCENÍ NOVÝCH POSTUPŮ.....	43
7 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED OŠETŘENÍM PLAZMA TERAPIÍ	45
8 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED OŠETŘENÍM CHEMICKÝM PEELINGEM.....	52
9 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED APLIKACÍ BOTULOTOXINU	58
10 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED APLIKACÍ INJEKČNÍ VÝPLNĚ	64
11 DISKUZE	70
11.1 DOPORUČENÍ PRO PRAXI	71
ZÁVĚR	73
PŘÍLOHY	

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

pH..... Vodíkový exponent

UV..... Ultrafialové záření

UVA..... Ultrafialové záření A

UVB..... Ultrafialové záření B

UVC..... Ultrafialové záření C

(BRYCHTA A KOL., 2014), (VOKURKA A KOL., 2015).

SEZNAM POUŽITÝCH ODBORNÝCH VÝRAZŮ

Adnexa – přídatné orgány kůže např. vlasy nehty

Armování – vyztužování

Biosyntéza – tvorba látky živým organismem

Blefaroplastika – plastická operace očních víček řešící změny jejich tvaru či funkční nedostatky

Bovinní - hovězí

Dyschromie – změna barvy kůže způsobené odchylkami přirozené pigmentace melaninem

Dysplázie – šedobílá barva pokožky, která je jemná, suchá a citlivá

Elastin – vláknitá bílkovina, která propůjčuje tkáním pružnost

Erytém – červené zbarvení kůže způsobené rozšířením krevních cév a zvýšeným prokrvením

Filery - výplně

Fluida – látky tekuté povahy

Fotoaging – stárnutí kůže pod vlivem slunečního záření

Fotoprotektiva – látky, které především chrání před působením UV záření

Chemoexfoliace – chemické odstraňování vrchní vrstvy odumřelých buněk kůže

Keloidní – zbytnění projevující se tuhou jizvou nepravidelného tvaru

Keratóza - výskyt šupinatění

Laxita - volnost

Lentigoza – výskyt tmavě hnědých makul

Lifting – vytažení

Mezoterapie - je metoda, při které se do pokožky a částečně do střední vrstvy kůže – škáry, vpravují látky, které zlepšují estetický vzhled pokožky

Resurfacing – snesení povrchových vrstev kůže např. pomocí CO2 laseru

Sunscreen – látka sloužící k fotoprotekci

Teleangiektázie – lokalizované nahromadění rozšířených drobných krevních cév, které lze pozorovat na kůži

(BRYCHTA A KOL., 2014), (VOKURKA, 2015).

ÚVOD

V jednom rozhovoru řekla Gwyneth Paltrow: „Být krásná pro mě znamená cítit se ve své kůži“. Tato známá americká herečka a zpěvačka byla ve svých čtyřiceti letech zvolena časopisem People za nejkrásnější ženu světa. Právě na ní lze demonstrovat, jak vzhled ženy nemusí odpovídat jejímu skutečnému věku.

Je plno žen, které se cítí mladší než je jejich skutečný věk, avšak i na nich se projevují známky stárnutí. Jsou to například vrásky, ztráta pevnosti a nedostatek elasticity. Tyto problémy je ale v dnešní době již nemusí trápit. Medicína v posledních letech provedla velký rozmach v možnostech rejuvenace pleti.

Tato bakalářská práce se zabývá možnostmi rejuvenace pleti neboli jejím omlazením. Teoretická část je věnována z velké části prevenci předčasného stárnutí pleti. Dále důvodům a rizikovým faktorům ovlivňujícím stárnutí pleti a popsáním několika možností omlazení. Nabízí také srovnání faceliftingu s neoperativními metodami, protože právě tyto metody jsou v dnešní době více žádané než operace, z kterých mají ženy větší strach a které přináší mnohem větší rizika komplikací.

Práce čerpá více z časopisových a internetových zdrojů, než z knižních, a to z toho důvodu, že neoperativní rejuvenační metody jsou více méně novou záležitostí. Někdy bylo nutné čerpat i z komerčních časopisů, které hlavně upozorňují čtenářky na některé z rejuvenačních metod a dělají tak reklamu některým institucím. Bohužel u některých článků nebyl podepsán konkrétní autor.

Praktická část je zaměřena na pilotní reaktivní akční průzkum některých omlazujících metod a následnou edukaci klientek. Pro průzkum a edukaci bylo vybráno několik metod rejuvenace: plazma terapie, chemický peeling, aplikaci botulotoxinu a injekčních výplní. Cílem této práce bylo vytvořit k těmto metodám edukační listy. Listy se zaměřují nejen na popsání průběhu výkonu, ale i na rady pro klientky, jak se před výkonem i po něm o svou pleť starat, čímž se zvýší efektivita výkonu.

Vypracované edukační listy slouží jako informační zdroj pro klientky, které se chystají podstoupit tyto metody. Listy také přispívají ke zkvalitnění ošetrovatelské péče.

Pro tvorbu bakalářské práce byly stanoveny tyto cíle:

Cíl 1.

Předložit dohledané publikované poznatky z oblasti prevence péče o pleť.

Cíl 2.

Předložit dohledatelné publikované poznatky o operativní metodě omlazení s názvem Facelifting.

Cíl 3.

Předložit dohledatelné publikované poznatky z oblasti neoperativních rejuvenačních metod.

Formulace specifické otázky ve formátu PICO:

P (pacient): dospělé klientky požadující určitou metodu omlazení

I (intervence): rejuvenační metody

C (porovnání intervencí):

- Neinvazivní intervence: dodržování zásad prevence stárnutí pleti
- Invazivní intervence: rejuvenační metody – ošetření plazma terapií, ošetření chemickým peelinge, aplikace botulotoxinu, aplikace injekční výplně
- Operativní intervence: podstoupení operativní metody s názvem Facelifting

O (požadované výsledky): poznatky o prevenci stárnutí pleti, invazivních rejuvenačních metodách a o operativní metodě s názvem Facelifting

Na základě těchto informací byla definována následující klinická otázka:

„ Jaké byly publikovány poznatky o prevenci stárnutí pleti, invazivních rejuvenačních metodách a o operativní metodě s názvem Facelifting? “

Vstupní literatura:

1. BRYCHTA, Pavel, Jan STANEK a Yvonne BERGEROVÁ, 2014.
Estetická plastická chirurgie a korektivní dermatologie. 1. vyd. Praha: Grada, ISBN 978-80-247-0795-2.

2. NĚMCOVÁ, Jitka a kol., 2015. *Skripta k předmětům Výzkum v ošetrovatelství, Výzkum v porodní asistenci a Seminář k bakalářské práci*. [online]. 3. doplněné vydání. Dostupné z: <https://sharepoint.vszdrav.cz/Poklady%20k%20vuce/Studijn%C3%AD%20materiály%20pro%20zdravotnické%20obory.aspx>. ISBN 978- 80-904955-9-3.

Popis rešeršní strategie

Vyhledávání odborných publikací, které byly následně využity pro tvorbu bakalářské práce s názvem Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti, proběhlo v časovém období listopad 2014 až květen 2015. Pro vyhledávání bylo použito několik elektronických databází: katalog Medvik (knihovny Medvik), Bibliographia medica Čechoslovaca (BMČ – články), Theses - databáze vysokoškolských kvalifikačních prací.

Jako klíčová slova byla zvolena v jazyce českém: botulotoxin, edukace, chemický peeling, injekční výplň, plazma terapie, rejuvenace. V jazyce anglickém: botulinum toxin, education, chemical peeling, injectable fillers, plasma therapy, surge, rejuvenation.

Hlavní kritéria pro zařazení dohledaných článků do zpracování bakalářské přehledové práce byla - plnotext odborné publikace, tematicky odpovídající stanoveným cílům bakalářské práce a specifické klinické otázce ve formátu PICO, v českém, slovenském nebo anglickém jazyce, vydaný odbornými recenzovanými periodiky v časovém období 2006 až současnost.

Vyřazovacími kritérii byla obsahová nekompatibilita se stanovenými cíli bakalářské práce a specifickou klinickou otázkou ve formátu PICO, publikace s nízkým stupněm důkaznosti nebo duplicitní nález publikace.

Pro tvorbu této bakalářské práce bylo použito 37 informačních zdrojů z toho: 3 knihy, 14 časopisů a 20 elektronických zdrojů.

1 DŮLEŽITOST VZHLEDU PRO PSYCHIKU ŽENY

V současné postmoderní společnosti sehrává velmi důležitou roli celkový vzhled jedince, tedy upravený zevnějšek neboli image. Při prvním kontaktu nonverbálně prozradí lidé mnohem více než to, co je sdělováno verbálně. Lepší uplatnění ve společnosti, na trhu práce a ve vztazích mají lidé s mladou, svěží a čistou pletí bez jizev a vrásek, s hustými, zdravými a upravenými vlasy, kosmeticky ošetřenými nehty a hebkou kůží na dlaních rukou. Některé kožní choroby např. akné zanechávají jizvy nejen na kůži, ale i na duši (ZÍMOVÁ, 2014).

Dokonalý vzhled se již mnohde stal jakousi nepsanou firemní kulturou. Viditelné nedostatky vnímá společnost v určitém smyslu jako hendikep při vykonávání práce. A naopak ti, kteří se nechávají vyspravit, mají pocit, že budou více úspěšní. Otázkou však zůstává, zda všechny míněné zákroky dokáží plnit sny a také to, zda si lidé nepletou estetické chirurgie s nadpřirozenými bytostmi, které dokáží vše v dobré obrátit?! Pravidelná docházka na botox obličeje, liposukci pozadí nebo prsní implantáty přece ještě z nikoho celebritu nedělají. Spíše naopak. Ukazují na to, jakými rozmary se člověk v současném rozvráceném světě dokáže zabývat. Nelze však všechny házet do jednoho pytle. Pro mnohé může být estetický zákrok velmi potřebný, nebo dokonce nezbytný. Může pomoci se zdravotním problémem, pozvednout psychiku, nebo dokonce zachránit vztah. A takové zákroky zřejmě stojí za to zvážit (VAŠKOVÁ, 2015).

2 STÁRNUTÍ PLEŤI

Pokud máme to štěstí a dožijeme se stáří, zažijeme také všechna stádia stárnutí kůže. Ale mezi lidmi existují velké rozdíly v tom, jak brzy se tyto příznaky stárnutí objeví. U bělochů se světlou pletí se objevují o deset až dvacet let dříve než u Afroameričanů. Ženám se dělají vrásky dříve než mužům. Ale změny kůže nejsou jen jednoduše závislé na genetickém časovém plánu. Velkou roli hraje také zdraví a prostředí (ETCOFFOVÁ, 2002).

S postupujícím věkem dochází k pozvolným změnám celého organismu. Na jedné straně sbírá každý člověk zkušenosti a vědomosti, psychicky vyžívá, na druhé straně dochází k tzv. opotřebování organismu. Ideálem je uchovat lidský organismus jako celek co nejdéle v plné tělesné i duševní svěžesti, protože i psychicky vyrovnaný jedinec na sobě nelibě nese projevy stárnutí (www.nemoci,příznakyalečba.cz, 2013).

Stárnutí je přirozený proces lidského organismu, který postihuje každý orgán jedince. Konkrétně stárnutí kůže začíná regresivními změnami ve vývojově dospělé kůži – po ukončení hormonálních proměn v pubertě. Je výsledkem chronologického stárnutí, hormonálních změn (menopauza), následků UV záření a dalších zevních vlivů (přítomnost volných kyslíkových radikálů ve znečištěném ovzduší, výskyt přirozené radioaktivity apod.). V procesu stárnutí jsou změny na kůži a kožních adnexech na rozdíl od jiných (vnitřních) orgánů více viditelné, tudíž společensky někdy velmi významné (REMLOVÁ, 2014).

Stárnutí obličeje je dle Pachmana (2014, s. 138) způsobeno:

- „chronickým UV zářením – jeden z nejvýznamnějších faktorů předčasného vzniku drobných vrásek
- ztrátou podkožního tuku – způsobuje ztrátu plnosti obličeje
- vlivem mimických svalů na tvorbu vrásek a pružnost pleti – dynamické vrásky jsou zpočátku vnímány pouze při pohybu, pozvolna zůstávají jako vrásky klidové

- gravitační změny spojeny se ztrátou elasticity tkáně – věkem se snižuje schopnost měkkých tkání odporovat tahu, dochází k poklesu pokožky na základě gravitace
- remodelací podloží – kostí a chrupavek – ztráta jejich objemu vede k poklesu struktur napojených na chrupavku“.

Zelenková (2011, s. 13) k těmto vlivů dále přidává:

- „biologické hodiny
- genetickou dispozici
- produkci sexuálních hormonů
- toxicitu vnějšího prostředí
- výživu a psychický stav jednotlivce
- mechanické vlivy
- předcházející kosmetickou péčí“.

2.1 VRÁSKY

Vrásky jsou považovány za základní vnější projev stárnutí. Můžeme je definovat jako degenerativní změny v elasticitě nebo jako zhrubení, fragmentaci a dezorganizaci kolagenních vláken. V případě jemných vrásek jde o útlum biosyntézy degenerací enzymů aktivních při tvorbě elastinu a kolagenu.

Podle lokalizace vrásek rozlišujeme:

- vrásky v oblasti glabel
- vrásky okolo očí
- zvýraznění nazolabiálních rýh
- periorální vrásky (spadlé koutky)
- vrásky na krku a ve výstřihu (ZELENKOVÁ, STRACENSKÁ, 2011).

První příznaky únavy pocítují oči a s nimi i jejich oční okolí. Drobná svalová vlákna se křečovitě stáhnou, prokrvení a látková výměna se ochromí. Nastupuje opuchlost, objevují se tmavé kruhy pod očima, ochabují oční víčka. Kůže kolem očí je

tříkrát až čtyřikrát slabší než kůže na ostatních partiích obličeje. Je sušší, protože je zde minimum potních a mazových žláz. Ty jsou zodpovědné za přirozené promaštění pleti a vytváření kožního filmu. Ošetření očních partií je pro celkový stav pleti mimořádně důležité. První vrásky, které se na obličeji objeví, jsou právě ty kolem očí. Nechtěně prozrazují skutečný věk ženy, ale prozradí i to jak moc je žena unavená a v jaké psychické i zdravotní kondici se právě nachází (ŠTĚPÁNKOVÁ, 2008).

Klasifikace fotoagingu podle Glogaua

- Typ I – žádné vrásky – mírně pigmentované skvrny, žádná keratóza, žádný make-up.
- Typ II – vrásky v pohybu – mírný až střední fotoaging: drobná až střední lentiginoza, ojedinělé keratózy, výrazně mimické vrásky, podélné vrásky v oblasti nosoretních rýh (pozdních 30–40 let).
- Typ III – klidové vrásky – pokročilý fotoaging: dyschromie, teleangiektázie, viditelné plastické keratózy, vrásky i bez mimiky (50 let a více).
- Typ IV – hluboké klidové vrásky po celém obličeji – významný fotoaging: žlutošedá barva pleti, sklon ke kožním malignitám (60–70 let)

Ve stáří probíhají v kůži přirozené anatomické a fyziologické změny. Povrchová vrstva kůže zvaná epidermis se ztenčuje a dochází k její atrofii. Cévy prosvítají a jsou dilatované. Nezávisle na zevních faktorech nastává pokles regenerace a obranyschopnosti buněk. Dále ochabují kožní řasy, kůže svědí a je suchá a nastávají posuny pigmentu. S věkem se také kůže stává propustnější pro různé chemické látky. Pokles napětí je způsoben sníženou tvorbou, rozpustností kolagenu, ubýváním kolagenních vláken a jejich uspořádáním. Kůže sice ztrácí svou elasticitu zkrácením a zhruběním elastických vláken, ale jejich počet se nemění. Atrofií vaziva tukové podkožní tkáně vznikají hluboké kožní záhyby. Pohybem svalových skupin jsou zvýrazněny mimické vrásky (RŮŽIČKOVÁ, 2012).

Dělení vrásek podle vzniku:

- mimické – dynamické: vznikají v místech pohybu svalových skupin.
 - I. stupeň – vrásky viditelné jen při pohybu
 - II. stupeň – vrásky, které jsou vidět i v klidu
- statické – vznikají jako přirozený důsledek stárnutí

- ztrátové – jako důsledek ubývání hmoty tukové tkáně nebo kolagenu
- habituální – v důsledku vlivu negativního působení vnějších faktorů
- kombinované (RŮŽIČKOVÁ, 2012).

2.2 PREVENCE STÁRNUTÍ PLETI

„Nejúčinnějším opatřením v prevenci stárnutí kůže je minimalizace působení škodlivých vlivů na kůži, zejména kouření, dále UV protekce a aplikaci vhodných prostředků k hydrataci a promašťování kůže“ (REMLOVÁ 2014, s. 222).

2.2.1 KOUŘENÍ

Cigaretový kouř působí na naše tělo negativně v mnoha ohledech. Zvyšuje riziko rakoviny, poškozují plíce a kardiovaskulární systém a také způsobuje předčasné stárnutí pleti. Tajemství krásné a zdravé pokožky se nenachází jen v kosmetických přípravcích, ale především ve způsobu našeho života. Právě cigarety se řadí na první příčky tzv. zabijáků zdravé pleti (www.ulékaře.cz, 2013).

Kouření je důležitým činitelem makroskopického stárnutí kůže. Mechanismus působení je dvojitý. První přímo působí na integritu epidermis a druhý nepřímo působí vlivem na dermální cévy. Kouření snižuje hygroskopické látky v epidermis, které jsou podstatné k odvrácení tvorby vrásek. Pro kůži kuřáků je typická tvorba vrásek v okolí úst a dráždění kůže složkami tabákového dýmu (MOSKALYKOVÁ, 2009).

Prokazatelné je také zpomalení regeneračních procesů v pleti a snížení schopnosti odvodu škodlivých látek ven z pokožky. Pro pleť kuřačky je typická naředlá barva, která je doprovázena nejrůznějšími pigmentacemi a nerovnosti kůže. Tyto negativní změny mohou přitom nastat již v relativně nízkém věku. Nejen kouření, ale i pobyt v zakouřeném prostředí tedy vedou k prohlubování vrásek a k ochabování pleti (PAVLOVÁ, 2012).

Jediný způsob jak ochránit své zdraví a mít krásnou pleť je s tímto zlovykem přestat. Jisté je, že zanechat kouření není lehké a často to vyžaduje velké úsilí. Každý kuřák je jiný a také každému bude vyhovovat jiný způsob pomoci. Vyšší šance přestat kouřit, je za pomoci lékaře. Je hned několik možností. Možnost navštívit ordinaci

praktického lékaře, nebo se obrátit na centra a poradny specializované pomoci (www.kuřakovaplíce.cz, 2015).

2.2.2 UV ZÁŘENÍ - FOTOPROTEKCE

Fotoaging je označení stárnutí kůže vlivem slunce a chronické expozice UV záření. Viditelné následky tohoto fotoagingu jsou: vznik jemných, ale i hlubokých vrásek, pigmentových skvrn a kožních nepravidelností způsobených ztluštěním kůže. Histologicky je fotoaging podobný přirozenému stárnutí kůže, které se projevuje dermální atrofií s degenerací elastických vláken a kolagenu. U stárnutí způsobeného UV zářením se navíc přidává epidermální dysplázie. Tyto změny jsou zodpovědné za manifestaci stárnutí – vznik vrásek, kožní laxity a také zhrubění kůže a nepravidelné pigmentace. Sluneční záření se dle vlnových délek skládá z více částí, z nichž každá má svůj specifický biologický účinek. Jedná se o ultrafialovou, viditelnou a infračervenou část, z nichž nejaktivnější je ultrafialová. O UV záření paprsků se mluví nejvíce, protože právě tato součást slunečních paprsků, dělicí se ještě na oblast UVA, UVB a UVC, je příčinou některých nepříjemných komplikací při opalování (REMLOVÁ, 2014).

FOTOPROTEKTIVA

Účinky UV záření na kůži mohou být akutní a chronické. Nejdůležitější ochranou je fotoprotekce před nadměrnou expozicí slunce či UV záření solárií. Žijeme v době, kdy farmakologie a kosmetologie směřují k tomu, aby bylo vyvinuto ideální netoxické fotoprotektivum schopné filtrovat UVA i UVB záření, které by bylo navíc odolné teplu, mrazu, vodě i potu. Navíc stabilní na vzduchu a denním světle a s co nejpříjemnější aplikací (REMLOVÁ, 2014).

Sunscreeny (filtry) jsou často nevhodně označovány jako opalovací prostředky. Pravdou je, že nejsou určeny k opalování, ale jako ochrana proti UV záření. Obecně se sunscreeny neboli fotoprotektiva dělí na fyzikální a chemické.:

- Fyzikální filtry odrazem blokují široké spektrum UV záření v jeho průniku do kůže (oxidy zinku, titanu a železa, uhličitan vápenný atd...). Do kůže se nevstřebávají, tudíž jsou pro organismus minimálně zatěžující. Jsou vhodné hlavně pro děti a alergiky.

- Chemické filtry tvoří látky absorbující záření selektivně v určité oblasti UVA,UVB spektra a mění jej v infračervené záření. Tyto látky jsou potencionálně alergenní (deriváty, estery, kyselina paraaminobenzoová atd.).
- Kombinované preparáty svým obsahem fyzikálních bloků zajišťují efektivní fotoprotekci za přítomnosti nižších koncentrací chemicky aktivních látek, čímž snižují potenciál alergické reakce (KLAUZOVÁ, 2012).

Důležitá je také textura přípravku. Pokud se jedná o aplikaci na mastnější pleť, jsou nejvhodnější emulze, fluida, případně gely. Na suchou pleť jsou více vhodné krémy. Nejvhodnější aplikaci na tělo umožňuje sprej či mléko. Kvalitnější preparáty zajišťují nejen hydrataci, ale i případnou barevnou korekci s make-up příměsí. Sunscreeny jsou již také součástí dekorativní kosmetiky (očních stínů, tvářenek, rtěnek) a vlasové kosmetiky (šamponů, balzámů i laků na vlasy). Před vznikem volných kyslíkových radikálů, následkem expozice slunečnímu záření, chrání pokožku také celkové perorální užívání antioxidantů (vitamin C, E, selen, zinek, enzymy, provitamin A, betakaroten, cystein). Velký rozmach zažívají speciální tkaniny a materiály vyrobené nanotechnologií, které nepropouští UV záření na kůži (plavky, trička, celé kombinézy na vodní sporty apod.) (REMLOVÁ, 2014).

3 PÉČE O PLEŤ

Moderní povolání a častý stres kladou na péči o pleť opravdu vysoké nároky. Pleť a pokožka celého těla jsou jakýmsi indikátorem našeho způsobu života a životosprávy. Pokud trpíme chronickou únavou, fyzickým či psychickým přetížením, naše kůže to pozná a okamžitě zareaguje. Kůže je citlivý orgán a stejně tak jako jiné orgány v těle i ona je vystavována působení mnoha škodlivých vlivů a citlivě reaguje na prostředí, ve kterém se každý den pohybujeme. Nesprávná životospráva, únava a stres ohrožují krásu ženy, proto je důležité se o pleť řádně starat (ŠTĚPÁNKOVÁ, 2008).

I když dnes trh přímo překypuje nabídkou těch nejrůznějších estetických zákroků, je pořád nejlevnějším a nejefektivnějším řešením pravidelná péče a prevence. Říká se, že naučíte-li se pečlivě dodržovat zásady správné péče o pleť, bude vždy vaše pleť vypadat o 5 let mladší (KOUBKOVÁ, 2004).

3.1 TYP PLETI

Základní typ pokožky je dán genetikou. Aby žena mohla správně pečovat o svou pleť, musí znát její typ. Podle produkce kožního mazu se pleť dělí na čtyři základní obecné typy:

- Normální pleť - je ideálním typem pleti a je typická pro miminka a děti. U dospělých se vyskytuje jen zřídka. Dochází k normální produkci kožního mazu. Póry jsou jemné a sotva viditelné, pleť je hebká a bez vrásek. Barva kůže závisí na míře pigmentu. Při tomto typu pleti je dostačující běžná péče. Vhodné je pravidelné čištění pleti a používání nepříliš mastných krémů.
- Suchá pleť – vyznačuje se sníženou tvorbou kožního mazu a je méně odolná vůči vnějším vlivům. V mládí je tato pleť krásná, ale začíná rychleji stárnout. Vrásky jsou na ní výraznější, což způsobuje nedostatek hydratace. Pleť je

na pohled jemná, ale na dotek šupinatá. Suchou pleť je třeba pravidelně promašťovat a nepoužívat přípravky obsahující alkohol. Při nesprávné péči se mohou objevovat lišeje, vysušená místa, kde se pokožka loupe.

- Mastná pleť- je zhrubělá a připomíná kůru pomeranče s otevřenými póry. Pleť je odolnější vůči vnějším vlivům a vrásky se také objevují později, ale snadno se na ní vytváří akné. Mastnou pleť je důležité často a důkladně čistit. Vyžaduje nejen hluboké čištění, ale i správnou životosprávu.
- Smíšená pleť – Je nejrozšířenějším typem pleti, je jakýmsi přechodem mezi suchým a mastným typem pleti. Její promaštění je nejvíce ve středu obličeje v tzv. T-zóně, ostatní části obličeje jsou normální až suché. Tento typ pleti vyžaduje speciální ošetřování, protože má sklon k šupinatění a vytváření barevných skvrn (DIXO, 2013).

3.2 PÉČE O PLEŤ PODLE VĚKU

Stárnutí pleti naše medicína zatím zastavit neumí. Stárnutí pleti však lze výrazně zpomalit správnou péčí a volbou kosmetických přípravků. Každý jedinec má tedy na svou pleť větší vliv, než samotný proces stárnutí.

- Péče o pleť v pubertě - do věku 20 let by pokožka měla být dostatečně tonizovaná a hydratovaná. V tomto věku je důležité obličej správně čistit, desinfikovat a chránit. Žádné speciální vyživování ani regenerace pleti zatím není potřeba. Za nejčastější problém pleti pubertálního věku je považováno akné.
- Péče o pleť ve dvaceti – V tomto věku nastává čas, kdy je dobré začít o své pleti uvažovat ve vztahu k budoucnosti. Každodenní čištění pleti by mělo být samozřejmostí, stejně tak jako pravidelná hydratace a ochrana před nežádoucími elementy jako je např. UV záření. Není nutné na pokožku nanášet intenzivní kosmetické přípravky, ale není ani vhodné na obličej aplikovat nejrůznější přípravky bez rozmyslu. U aknézní pleti je potřeba používat přípravky s lehce kyselým až neutrálním pH, které obsahují složky zabraňující zánětu. Velmi pozitivní vliv na udržení svěží mladistvé pokožky mají nejen antioxidanty, ale i vitamíny A, C, E.

- Péče o pleť po třicítce – ztrácí pružnost, snižuje se tvorba kolagenu a pokožka působí unaveně. Estrogen v organismu také ubývá, takže je potřeba doplňovat pleťovým buňkám látky pomáhající v jejich hydratační regulaci. Nyní je již nutné vybírat kvalitní kosmetické přípravky. Musí tedy obsahovat omlazující složky. Například kyselinu listovou (vitamin B9), kolagen či Retinol (vitamin A). Ideální je dopřát si pravidelně profesionální ošetření s preparáty jako jsou séra nebo ampulky.
- Péče o pleť po padesátce – Dochází k dalšímu prohlubování vrásek. Pleť je stále matnější a stává se sušší a hrubší. Po menopauze a konci produkce estrogenů dochází ke snížení množství elastinu a kolagenu v pleti, a to rychlostí asi 5 % ročně. Slábne i činnost mazových žláz. Kůže dále ochabuje a díky gravitaci vznikají převisy kůže na tvářích, bradě a očních víčkách. Nyní je nutno přistoupit k ošetření se silnými omlazujícími schopnostmi, ale není nutné hned vyhledávat plastického chirurga. Dnes jsou k dispozici na trhu preparáty umožňující omlazení o několik let. Důležitou trojicí v tomto věku jsou aminokyseliny, kyselina hyaluronová a kolagen (URBANOVÁ, 2010).

4 METODY OMLAZENÍ

Jak již bylo zmíněno výše, neúčinnější zbraní jak dosáhnout co nejdéle mladistvého a zdravého vzhledu pleti, je prevence. Kupovat si kvalitní kosmetiku zajišťující dostatečnou hydrataci, výživu a UV ochranu. Čistit pleť dvakrát denně – ráno i večer. Dbát na životCosprávu, omezit kouření a pití alkoholu. Jednou měsíčně se snažit navštěvovat kosmetický salon, časem přidat i dermatologické centrum. Pouze profesionálové dokáží zhodnotit typ pleti a co je pro ni nejlepší. Poradí i to, jak se o ni nejlépe starat (ANON, 2014).

- **invazivní** - sem patří klasický facelift a jeho endoskopické modifikace, blefaroplastika, lifting obočí a dále např. dermabraze, chemický peeling, kožní implantáty, aplikace botulotoxinu a laserový resurfacing
- **neinvazivní** – zevní aplikace v externech (fotoprotektiva, bělicí ovocné kyseliny, retinoidy, preparáty s fragmenty kyseliny hyaluronové či kolagenu) nebo vnitřní užívání (antioxidanty, vitaminy A, C, E, betakaroten, bioflavonoidy, tedy aktivátory látkové výměny, kolagenní i jiné kolagen podporující preparáty), hormonální substituce žen v menopauze atd. (REMLOVÁ, 2014).

V případě zákroků vedených na obličejové části nekorigujeme ve smyslu žádoucích proporcí, tak jak je tomu na těle, ale odstraňujeme případné známky stárnutí. Jednou ze základních a nejpoužívanějších metod je aplikace botulotoxinu, paralyzující nervová zakončení, která řídí aktivitu svalových vláken mimických svalů. Ta se řadí k nechirurgickým lékařským zákrokům. Chirurgické zákroky, jako je facelifting, prošly rovněž řadou vylepšení, ale stále s sebou nesou značná rizika (GARBOVÁ aj., 2011).

4.1 FACELIFT A JEHO RIZIKA

V případě faceliftu jde o chirurgické omlazení obličeje. Provádí se v celkové anestezii, velmi výjimečně v analgosedaci. V jeho průběhu se odstraní přebytečná kůže a podkožní tuk a dochází ke zpevnění vazivového aparátu. Dojde k vypnutí pleti,

vyhlazení vrásek a tím celkovému omlazení. Existuje několik druhů faceliftů, od menších, které jsou zaměřeny jen na některé části obličeje, až po celkové vypnutí obličeje, spánků a krku (HAVELDOVÁ, 2015).

Facelift ale není pro každého. Maximální efekt lze očekávat, je-li lifting obličeje proveden v optimálním věkovém rozmezí s přihlédnutím k typu obličeje, kvalitě kůže a elasticitě. Nejčastější věková skupina je 50–60 let. Zákrok by měl být správně načasován. K faceliftingu by měla žena přistoupit, když se jedná o výrazně povolenou kůži v obličeji. Nejčastěji to bývá v oblasti tváří, v dolní polovině, na hraně oblouku dolní čelisti a na krku v oblasti podbradku. A pokud má již struktura tkání v obličeji výrazně sníženou elasticitu. V takovém případě bude efekt plastiky obličeje dlouhodobý (průměrně 8-10 let), protože tkáně obličeje a krku nemají dostatečnou pružnost a schopnost přizpůsobení se neustálému pohybu navyklé mimiky. Nechá-li se žena operovat příliš brzy, efekt po faceliftu bude dobrý, ale pružná a elastická kůže i podkožní struktury se poměrně rychle přizpůsobí navyklým pohybům a mimice a zhruba do 2–3 let efekt operace zcela vymizí. Plastickou operaci obličeje a krku lze opakovat, ale je to vhodné jednou, maximálně dvakrát a vždy po delším odstupu cca. po 10 letech. Pokud k opakovaným faceliftům dojde vícekrát a s časovým odstupem 3–4 let, dosáhne žena upjatého maskovitého obličeje se ztenčenou kůží a rizikem výrazných roztažených jizev (ZÁRUBA, 2013).

Tak jako každá operace i facelift nese svá rizika, můžeme je rozdělit do dvou skupin. Všeobecná a specifická. Všeobecná jsou ta, která mohou klientku potkat při podstoupení jakéhokoliv jiného chirurgického výkonu. Řadí se sem např. reakce na anestézii. U celkové narkózy občas bývá nevolnost a zvracení, které je třeba tlumit, aby se předešlo další komplikaci, kterou je krvácení. Zvýšení tlaku by mohlo vést k otevření cév a následnému krvácení, které si může vynutit operační revizi rány. Pokud není krvácení dobře drénováno a krev se hromadí v podkoží, vzniká hematoma. Ten je dobré odstranit, čímž se urychlí hojení. Drobné hematomy se mohou ponechat ke spontánnímu vstřebání. Nevítanou komplikací každé operace je infekce. Proto je vždy důležité dodržovat zásady sterility, aby do rány nemohly vniknout bakterie. Při operaci tohoto typu existují samozřejmě i specifická rizika. Ač se některé vyskytují velice zřídka, přihodit se mohou. Každá operace s sebou nese určitou bolest a stejně tak je to i u faceliftu. Asi nejmarkantnější změnou v pooperačním období je otok, který může narůst do relativně velkých rozměrů. Otok je přirozená reakce organismu

na provedený výkon. Je to ale jen dočasná záležitost a do několika dnů po operaci ustoupí. Stejně tak je přirozený výskyt malých modřin po výkonu, které rovněž během několik dní zmizí. Po sundání obvazu může být klientka překvapena necitlivostí tváře, která je zapříčiněna přerušením drobných nervových zakončení během operace. Tato necitlivost se upravuje během několika měsíců až k normálu. Častou komplikací je přerušení nervů vedoucích do hlubších vrstev, které může způsobit ochabnutí příslušných svalů nebo ztrátu citlivosti ucha. Pokud není tato komplikace rozeznána již při operaci, může mít trvalé následky v podobě asymetrie v obličeji nebo trvalé ztráty citlivosti. Co se týče vlastního hojení kůže, zde mohou nastat všechny poruchy hojení, od jizev atrofických, hypertrofických po jizvy keloidní. V místech, kde vede linie řezu, ve vlasech mohou být poškozeny vlasové folikuly a není zde další růst vlasů. Díky sníženému cévnímu zásobení operované oblasti po výkonu je velmi patrná změna barvy kůže, která se může vrátit do normálu. V případě komplikovaného hojení může dojít až k odumření části kožního krytu (JUSTAN, 2015).

Facelift je výborná metoda působící proti stárnutí obličeje, ale jen pro ženy určitého věku. Klientka by se neměla snažit urychlit svoji operaci. Měla by věřit lékaři, který jí říká, že je ještě příliš mladá na tak radikální operaci. Do té doby než dospěje, může využít jiných alternativních omlazovacích technik (JUSTAN, 2015).

5 REJUVENACE PLETI

V posledních desetiletích vzrůstá zájem pacientů o bezpečné ošetření pleti s rychle viditelnými výsledky, avšak s nenáročnou rekonvalescencí. Mezi nejžádanější zákroky patří zejména omlazení pleti, její projasnění a vypnutí, sjednocení barevné textury, odstranění vrásek, jizev a strií (REMLOVÁ, 2014).

Cílem rejuvenace pleti je snížení množství poruch pigmentu, teleangiektázií a erytému, odstranění nebo zjemnění vrásek, ovlivnění textury kůže a navrácení kožního tonu. V užším slova smyslu se termín rejuvenace používá pouze pro procesy, které jsou schopny ovlivnit produkci kolagenu a jeho remodelaci, eventuálně jsou schopny zvýšit produkci elastických vláken a dalších proteinů, což se projevuje jako redukce vrásek, zvýšení kožního tonu a vypnutí tkáně (KLAUZOVÁ, 2011).

Rejuvenace neboli omlazení a vypnutí obličeje lze dnes udělat mnoha způsoby. Je nutné mít však na paměti, že neexistuje jedna metoda, která způsobí zázračný efekt. Vždy je dobré kombinovat více metod. Plet začíná stárnout již před 30 rokem života, pokud o sebe žena nedbá řadu let, nepomůže jí ani ta nejúčinnější metoda rejuvenace. Nutná je vždy prevence (ANON b, 2014).

5.1 PLAZMA TERAPIE

Jedná se o autogenní metodu využívající zdrojů vlastní krve k omlazení pleti. Krevní plazma je bohatá na proteiny a růstové faktory ukryté v trombocytech. Růstové faktory stimulují kmenové buňky v místě aplikace a ovlivňují tak proces hojení a regenerace, zpevnění pokožky a získání mladistvějšího vzhledu. Je to technika omlazení za pomoci vlastní krve, tzv. platelet rich plasma therapy (ANON b, 2013).

5.1.1 ÚČINKY PLAZMA TERAPIE

- urychluje hojení
- vyhlazuje a zpevňuje pleť
- hydratuje vlivem endogenní kyseliny hyaluronové
- omlazuje díky tvorbě nové pojivové tkáně (kolagen a elastin)
- projasňuje pleť díky hydrataci a tvorbě nových cévních kapilár (ANON, 2013).

5.1.2 HISTORIE

Plazma terapie byla poprvé využita v medicíně v roce 1997, bylo to ve stomatologii pro zvýšení osteogeneze a podporu hojení zubních implantátů. Dále se začala využívat také ve sportovní medicíně k hojení zánětů šlach a kloubů. Její účinnost se zkouší také při hojení chronických ran, jako jsou bércové vředy, dekubity nebo diabetická noha. Dnes se využívá také v estetické chirurgii a dermatologii. Zde využili poprvé tuto metodu v roce 2006 lékaři z Japonska (www.programHplus.cz, 2014).

5.1.3 DRUHY PLAZMATERAPIE

- Tekutá plazma - díky složení separačního gelu lze získat čistou plazmu bez příměsí červených a bílých krvinek. Důležitý je obsah Plus DNA aktivátoru, který stimuluje růstové faktory, a proto je efekt zákroku nyní ještě výraznější.
- Plazma s HA - jde o čistou krevní plazmu v kombinaci s kyselinou hyaluronovou. Přidáním kyseliny hyaluronové se zvyšuje regenerační potenciál plazmy, je zvýšená novotvorba kolagenu a vlastní kyseliny hyaluronové, což následně zlepšuje celkový vzhled ošetřené oblasti.
- Gelová plazma - hlavní předností této procedury je možnost zaplnit vrásky a provést bioarmování za použití autogelu, bohatého na trombocyty. Pokožka je více nasycená výživnými látkami a hydratovaná, zlepšuje se její struktura a dochází k tvorbě kolagenu. Nedochozí ke vzniku alergií, protože se jedná o vlastní fyziologický produkt našeho těla (www.mediast.cz, 2014).

5.1.4. VÝBĚR KLIENTEK

Omlazení vlastní plazmou neboli Plazmalifting je vhodný pro regeneraci u klientek s unavenou, povadlou a stárnoucí pletí, ale i preventivně pro zabránění a oddálení stárnutí pleti. Dokáže zahladit i výraznější stopy stárnutí, jakou jsou vrásky či silně povolená pleť. Plazma terapie dokáže urychlit i proces hojení kůže po různých zákrocích (www.yesvisage.cz, 2015).

5.1.5 MÍSTA VHODNÁ K OŠETŘENÍ

- vrásky kolem očí
- tmavé kruhy kolem očí
- výrazně nosoretní rýhy
- nevýrazné kontury obličeje
- zvýšené vypadávání vlasů

- ztráta pružnosti pokožky šíje, dekoltu nebo jiných partií (www.yesvisage.cz , 2014).

5.1.6 EDUKACE KLIENTEK PŘED OŠETŘENÍM

Při první konzultaci je vhodné klientce doporučit několik rad, které zvýší efekt plazmaliftingu. Počet krevních destiček podléhá přirozeným výkyvům během menstruačního cyklu. Stoupá po ovulaci a klesá po nástupu menstruace. Lifting bude mít nejlepší efekt při provedení v první polovině cyklu. Před zákrokem je doporučeno nejíst tučná jídla a nepít alkohol, aby byla krevní plazma co nejkvalitnější. Je vhodné pít několik dní před samotným zákrokem 2l vody denně. Klientka deset dní před zákrokem nesmí užívat nesteroidní protizánětlivá léčiva. Tyto látky narušují funkci krevních destiček v normálním procesu srážení krve a tím způsobují krvácení a tvorbu hematomů (ANON, 2014).

5.1.7 PRŮBĚH TERAPIE

Plazma terapie se musí provádět výlučně v klinických podmínkách za přísného dodržování všech aseptických a antiseptických norem a pravidel. Klientka se odličí a na ošetřované místo je aplikováno místní anestetikum. Dále se odebere 8-16 ml krve do speciálních zkumavek. Odběr se provádí jehlou určenou k plazma terapii, aby se nepoškodila jemná membrána trombocytů. Před očima klientky se krev umístí do centrifugy, kde se po dobu pěti minut odstředuje, čímž se získává plazma bohatá na trombocyty. Ošetřované oblasti se dezinfikují např. borovou vodou. Aplikaci tekuté plazmy do pokožky provádí lékař tenkou jehlou jako při mezoterapii. U aplikace gelové plazmy do vrásek se aplikuje pomocí kanyly jako při použití výplňových materiálů. Po ošetření plazmou sestra připraví a aplikuje Ice masku s příměsí zbylé plazmy na cca 10 minut. Ice maska výrazně snižuje bolestivost, otoky, svědění a především urychluje proces hojení kůže a pojiva (ANON b, 2011).

5.1.8 EDUKACE KLIENTEK PO OŠETŘENÍ

Klientce se doporučí nevystavovat se dlouhodobě slunečnímu záření, nechodit do sauny nebo bazénu alespoň 2-3 dny. Také se nevystavovat extrémně horkým či extrémně mrazivým teplotám po dobu 2-3 dnů. 24 hodin po zákroku se nevěnovat namáhavým aktivitám včetně cvičení. Alespoň dva týdny neaplikovat na místo ošetření

žádné peelingy nebo laserová ošetření. Po zákroku je vhodné ošetřovat pleť krémem s Retinolem. Ošetření plazmou je vhodné opakovat 2-3x v odstupu 3 týdnů, poté lze sledovat výsledný efekt trvající 8-12 měsíců (www.programhplus.cz, 2015).

5.2 CHEMICKÝ PEELING

Chemický peeling je metoda chemoexfoliace povrchových poškozených vrstev kůže, při které aplikujeme na určitou část kůže jednu nebo více chemických látek za účelem destrukce, odloučení a změny struktury v oblasti epidermis a dermis, které navozují následné změny ve smyslu regenerace a tvorby nové epidermální a dermální tkáně. Jako jedna skupina z řady tzv. slupovacích metod se především v posledních letech dále rozvíjí a modifikuje (BERGEROVÁ aj., 2014).

5.2.1 INDIKACE

- akné
- mastná pleť
- pigmentové skvrny
- drobné či mimické vrásky

5.2.2 HISTORIE

Historie chemického peelingu je velmi dlouhá. Je doloženo, že Kleopatra a další významné ženy ve starém Egyptě se už několik tisíc let před našim letopočtem koupaly v kyselém kozím mléce pro zjemnění a vybělení pleti. Účinnou látkou zde byla kyselina mléčná. Za otce moderního chemického peelingu je považován vídeňský dermatolog Ferdinand Hebra, který již kolem roku 1800 používal na pleť různé chemické látky a jako první zmínil krotonový olej. Počátky hlubokého peelingu se datují rokem 1834, kdy německý lékař Ferdinand Runge objevil účinky fenolu. Kombinace fenolu, který zesvětluje pokožku, a krotonového oleje, působícího zánět, je dosud jednou z nejúčinnějších modalit chemického peelingu. Za počátek nové éry je považován rok 2000, kdy se začaly kombinovat středně hluboké formy peelingu s laserovou ablací (BERGEROVÁ aj., 2014).

5.2.3 KLASIFIKACE CHEMICKÉHO PEELINGU

Chemický peeling se podle hloubky průniku používané látky do kůže rozděluje do tří skupin - povrchový, střední a hluboký. Hloubka, do které peeling proniká,

zásadně ovlivňuje výsledný efekt. O povrchovém peelingu hovoříme tehdy, jestliže vliv chemických látek nezasahuje hlouběji než k *pars papularis corii*, o středním tehdy, pokud proniká do horních vrstev *pars reticularis corii*, a o hlubokém v případě, že zasahuje do středních vrstev *pars reticularis corii*. Má nejvýraznější efekt, ale vzhledem k hloubce je tu také velké riziko vzniku jizev (BERGEROVÁ aj., 2014).

5.2.4 PROSTŘEDKY K APLIKACI CHEMICKÉHO PEELINGU

KYSELINA GLYKOLOVÁ

Na pokožku je dermatologem aplikována velmi jemná kyselina glykolová v různých koncentracích (15, 40, 70 procent). Jedná se o přírodní látku z cukrové třtiny. Podle zvolené koncentrace se jedná o povrchový, střední nebo hluboký peeling. Tento druh peelingu má okamžitý účinek. Působením látky dojde nejprve k rozvolnění povrchové vrstvy kůže, která se následně začne olupovat a obnovovat. Tím je dosaženo mladistvějšího a zároveň svěžího vzhledu pleti. Ošetření je provedeno rovnoměrným nanesením aktivní látky na pokožku ošetřovaného místa. Po několika minutách působení je látka neutralizována a odstraněna. Ošetření kyselinou glykolovou je nutno opakovat v několika sezeních, přibližně 4-6x v závislosti na typu poškozené pokožky.

JESSNERŮV ROZTOK

Jde o roztok používaný pro hluboký peeling. Jedná se o koncentrát rezorcínu, kyseliny mléčné a salicylové. Používá se k odstranění pigmentových skvrn, akné, jizviček po něm a dalších nerovností pleti. Po ošetření Jessnerovo roztokem se objeví zčervenání, stroupky a otoky mohou přetrvávat týden i déle. Výsledný efekt v podobě hladší a čistší pleti se dostaví do 7 až 10 dnů.

TCA

V nižší koncentraci TCA peeling okamžitě odloučí povrchové vrstvy kůže a tím odstraní jemné vrásky a zlepší strukturu pleti. Ve vyšší koncentraci se dá použít namísto laseru k vyhlazování jizviček po akné či vrásek na obličeji. Při aplikaci TCA peelingu stačí pouze jedno ošetření. Účinek se dostaví během jednoho až dvou týdnů. Nutnou podmínkou aplikace je nezbytná následná ochrana před UV zářením.

TRETINOIN

Aplikuje se v koncentraci od jednoho do pěti procent při léčbě akné. Má okamžitý účinek, ale několik dalších dní může docházet k odlupování kůže. Zde je také nutnou

podmínkou se po aplikaci vyvarovat UV záření (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

5.2.5 EDUKACE PŘED OŠETŘENÍM

Kontraindikacemi k aplikaci chemického peelingu jsou alergie na účinnou látku, polyvalentní alergie, akutní infekce, poruchy imunity, keloidní jizvení, léčba izotretinoinem v posledních šesti měsících a stav po invazivním ošetření v plánovaném místě výkonu. Pro lepší efekt je vhodné 10-14 dní před ošetřením používat krém s nízkou koncentrací kyseliny glykolové, která přispěje k lepšímu efektu chemického peelingu (BERGEROVÁ aj., 2014).

5.2.6 OŠETŘENÍ CHEMICKÝM PEELINGEM (KYSELINOU GLYKOLOVOU)

Na očištěnou a odmaštěnou kůži se aplikuje kyselina glykolová, která se nechá působit 2-10 minut. Dále se účinek kyseliny pozastaví pomocí neutralizace. Lékař sám posoudí jaká koncentrace a doba působení je pro danou klientku nejvhodnější. To se však může při jednotlivých ošetřeních - v závislosti na klinickém nálezu a ošetřované lokalitě měnit. Po aplikaci se místo působení opláchne. Hned poté je vhodné podstoupit ošetření laserovou gelovou maskou nebo použít krém s obsahem antibiotik. Ideální je také kombinace chemického peelingu s biostimulační lampou. Ta urychluje zklidnění a regeneraci kůže. Po ošetření je důležité se vyhnout UV záření a používat krémy s vysokým faktorem (ČAPKOVÁ, 2009).

5.3 BOTULOTOXIN

Podle Moidlové a Pachmana (2014, s. 231) „je korekce vrásek pomocí botulotoxinu v současné době jedním z nejčastěji prováděných estetických zákroků. Obrovskou popularitu si získala zásluhou vysoké bezpečnosti a efektivity při aplikaci při vyhlazení mimických vrásek, zejména v oblasti horní třetiny obličeje. Korektivní dermatologie zaznamenává každoročně zřetelný nárůst celkového objemu miniinvazivních zákroků a botulotoxin je snad nejklasičtější příklad, který představuje velmi významnou pomoc v řešení estetiky obličeje“.

5.3.1 HISTORIE BOTULOTOXINU

Botulotoxin neboli klobásový jed je látka produkována bakterií Clostridium botulinum. Patří mezi nejúčinnější jedy a je příčinou onemocnění, které se nazývá

botulismus. Jedná se o velmi závažnou chorobu, která napadá nervový systém a způsobuje oboustrannou obrnu, ta může vést až k následné smrti. Jeho pojmenování pochází z latinského slova botulus, což znamená klobása. Autorem je německý lékař a spisovatel Justinus Kerner, který se zabýval zkoumáním otrav z jídla během počátku dvacátého století (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

Když pronikl botulotoxin do lékařské vědy, byl nejdříve používán v očním lékařství, a to poprvé v roce 1984 při léčbě šilhání, a v neurologii. Až následně byly zjištěny jeho možnosti při potlačení mimických vrásek. Množství látky používané v kosmetologii je ale asi 1000x menší než je dávka toxická. Existuje sedm sérotypů toxinů, označených písmeny A-G. Využívá se botulotoxin typu A, který je zatím nejvíce prozkoumaný. Samotný účinek spočívá v bloádě nervového zakončení, sval je denervován a nepřichází do něj nervový vzruch, je tzv. umrtvený a tím dojde k vyhlazení vrásek. Časem ale opět dochází k opětovné inervaci svalu (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

5.3.2 VÝBĚR KLIENŤEK

„Důležitým krokem před samotnou aplikací je konzultace s lékařem. Smyslem konzultace je vyhodnotit tato přání a informovat klientky o možnostech a limitacích ošetření botulotoxinem, o indikacích i kontraindikacích a o reakcích spojených s jeho aplikací. Pokud jsou mimické vrásky pro ošetření vhodné a lze předpokládat dobrý estetický efekt, je následně možné je botulotoxinem ošetřit. Před aplikací je vhodné také projednat cenu aplikace a upozornit na možnost výskytu malých modřinek po aplikaci, které vymizí za 3 - 5 dní“ (MOIDLOVÁ, PACHMAN, 2014, s. 232).

Kontraindikace pro aplikaci botoxu je těhotenství a laktace. Z chorob sledujeme některé nervové poruchy např. onemocnění Myasthenia gravis. Důležité je také zjistit, zda má klientka problémy se srážlivostí krve nebo alergii na některou složku přípravku botulotoxinu. Injekce se také neaplikuje při zánětu v oblasti, kde chce klientka vrásky vyhladit. Lékař by měl vědět, jaké léky klientka užívá. Antibiotika nebo antiarytmika mohou dokonce zákrok znemožnit. Ideální věk pro aplikaci injekce botulotoxinu je mezi 18–65 rokem (www.uroderma.cz, 2015).

5.3.3 APLIKACE BOTOXU

Jedná se o ambulantní zákrok trvající několik minut. Vlastní aplikace zabere 5 až 10 minut. Provádí se bez znecitlivění, ale u vnímavých jedinců lze před vpichem dané

místo chladit ledem. Po ošetření místa dezinfekčním činidlem, např. borovou vodou se roztok aplikuje tenkou jehlou tzv. inzulinou pod kůži do příslušné oblasti. Nejčastější lokalitou pro aplikaci botoxu je oblast čela, oblast kořene nosu a oblast kolem očí (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

5.3.4 EDUKACE KLIENTEK

Aby byl efekt botulotoxinu úplný, musí klientka dodržet několik pravidel. Po zákroku si čtyři hodiny neležat, aby botulotoxin nestekl do očí a nezpůsobil spadnutí víček. Také by se měla vyhnout škrábání či tření ošetřeného místa, a to alespoň po 12 hodin a zhruba týden by neměla chodit na kosmetiku do solária a na masáže (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

5.3.5 VÝSLEDEK VYHLAZENÍ VRÁSEK

Účinek látky vydrží po první aplikaci pouze tři měsíce, po druhé asi půl roku a po třetí cca 9-12 měsíců. Čím déle se látka aplikuje, tím déle účinek vydrží. Mimo 1. roku by se aplikace botulotoxinu neměla provádět častěji než 2x za rok. Pokud je mimická vráska příliš hluboká a jsou zde již narušena kolagenová vlákna, nemůže klientka očekávat úplné vyhlazení, ale pouze redukci vrásek. U hlubokých vrásek je možné kombinovat s vhodným výplňovým materiálem, např.: s kolagenem nebo kyselinou hyaluronovou (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

5.4 INJEKČNÍ VÝPLŇ

Injekční výplně vrásek umí dodat mladistvý vzhled za méně jak 30 minut nejen na obličeji, přičemž jejich účinky vydrží od 4 měsíců až po déle než rok (PELECHOVÁ, 2013).

5.4.1 HISTORIE VÝPLNÍ

Era biovýplní začala kolem roku 1980 v souvislosti s uvedením na trh kolagenu hovězího původu. Jejich životnost v porovnání s těmi dnešními byla velmi krátká. Tělo je opotřebovalo a odbouralo už během zhruba 3 měsíců. O něco později se na trhu začaly objevovat materiály na bázi kyseliny hyaluronové. Jednalo se například o materiál získávaný z kohoutích hřebínků. Vývoj v oblasti implantačních materiálů ale letěl obrovským tempem vpřed a do popředí zájmu vstoupilo kritérium, že materiál by neměl být ze zvířecího zdroje. Na trh tak vstoupil tzv. Non Animal stabilized

hyaluronic acid, teda kyselina hyaluronová neživočišného původu. Kolem roku 2010 se cesta začala ubírat hledáním vhodné formy zasilování kyseliny hyaluronové. Právě síťování začalo modifikovat vlastnosti jednotlivých materiálů. Silně zasilovaná forma má dlouhou trvanlivost a je ideální pro modelace. Je výborná např. pro řešení propadlých lícních kostí nebo k výplni hlubokých vrásek (PELECHOVÁ, 2013).

5.4.2 ROZDĚLENÍ PODLE PŮVODU MATERIÁLU

- syntetická výplň – např. silikon.
- xenogenní výplně (dárce a příjemce jsou různého původu) – bovinní kolagen nebo kyselina hyaluronová
- homogenní výplně (dárce a příjemce jsou stejného biologického původu, ale různých zdrojů) – většinou lidská tkáň z tkáňové banky.
- autologní výplně (dárce a příjemce je tentýž jedinec) (PACHMAN, 2014).

5.4.3 ROZDĚLENÍ PODLE TRVANLIVOSTI VÝPLNĚ

- Vstřebatelné – jsou na bázi kolagenu nebo kyseliny hyaluronové (několik měsíců až 1 rok) poté je organismu vstřebá.
- Semipermanentní – mají střední délku vstřebatelnosti a liší se složením (1–2 roky).
- Nevstřebatelné – nejčastěji na bázi polymetylmetakrylátu s kolagenem nebo bez (2 a více let). Jde o tělu cizorodé látky, které mohou vyvolat alergickou reakci (PELECHOVÁ, 2013).

Pelechové (2013, s. 43) jsou nevstřebatelné výplně velice rizikové:

- a) „Syntetický materiál je sice déle trvajícím, ale tělo se neumí jakoukoli cestou pomoci při komplikacích.
- b) Kůže se časem kvalitativně mění, což ovšem nevstřebatelný materiál nezohlední.
- c) Do zóny ošetřené syntetickým nevstřebatelným materiálem je velké riziko vstupovat jakýmkoli jiným materiálem“.

Pelechová (2013, s. 43) tedy preferuje „kvalitní přírodní materiály na bázi kyseliny hyaluronové. Jsou sice dražší, ale jsou to materiály, u nichž je jistota, že zde nenastane odmítavá reakce organismu a stanou se součástí kůže“.

5.4.4. KYSELINA HYALURONOVÁ

Vzhledem ke schopnosti vázat vodu a biokompatibilitě je kyselina hyaluronová ideální výplní. Samotná HA je velmi rychle odbourávána (poločas rozpadu je 1-2 dny, dále je eliminován lymfatickými cestami a játry). Chemicky navozeným křížením má stejné vlastnosti. Je nerozpustná ve vodě, ke které si však uchovává afinitu, bobtná a tvoří třídimenziální řetězce – gel. Gely kyseliny hyaluronové jsou označovány jako hydrogely, neboť přibližně 95 % objem gelu tvoří voda. Důležitou reologickou vlastností HA je její snížená viskozita při tlaku ve stříkačce, která umožňuje snadný průchod stříkačkou, ve tkáni se opět formuje na gel, který nemá tendenci k migraci (PACHMAN, 2014).

Ideální filler by měl být:

- bezpečný
- biokompatibilní
- stálý po aplikaci (nemigrující) a antialergenní
- schopný co nejdéle udržet objem a stimulační efekt (indukce vlastního kolagenu) (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

5.4.5 VÝBĚR KLIENŤEK

Zásadním rozhodnutím je správná indikace. S aplikací výplňového materiálu nebude spokojena pacientka, která už překročila čas vhodný k řešení omlazení obličeje injekcemi a je indikována k operačnímu řešení (face-lifting). Nereálná očekávání klientky je důležité odhalit již v zárodku a přesvědčit jí o řešení, která budou pro ni ta pravá. Dnes se dají kombinovat různé metody. Fillery se mohou používat samostatně nebo k prodloužení efektu plastických operací (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

5.4.6 KONTRAINDIKACE A OMEZENÍ

Kontraindikací využití výplní kyseliny hyaluronové je těhotenství a kojení, infekce nebo autoimunitní onemocnění. Týden před vlastní aplikací je doporučeno vysadit protizánětlivé léky, léky zvyšující krvácivost a vyvarovat se požívání vyšších dávek vitamínu C (www.perfectclinic.cz, 2015).

5.4.7 APLIKACE VÝPLNÍ

Zárok je ambulantní a krátkodobý a nevyžaduje žádnou zvláštní přípravu. Pouze před korekcí a augmentací rtů je doporučena potřít ošetřovanou oblast na 1-2 hodiny anestetickým krémem. Po aplikaci dezinfekce je provedena vlastní aplikace, která je klientkou většinou velmi dobře tolerována. Bezprostředně po aplikaci pozorujeme místní zarudnutí po vpichu. Mimořádně se může objevit otok či svědění, obojí však velmi rychle ustupuje. Po aplikaci je vhodné použít krém s vitamínem K k prevenci vzniku hematomů u citlivých osob. Efekt aplikace je okamžitý (www.plastická-chirurgie.info.cz, 2009).

6 PRAKTICKÁ ČÁST

6.1 TÉMA, PROBLÉM, CÍL PRŮZKUMU

Téma: Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti.

Z vědomostí, které jsme získali z poznatků v teorii a praxi stanovujeme tento

Průzkumný problém: Jsou klientky dostatečně edukovány o ošetření, které se rozhodly podstoupit?

Cíle průzkumu:

Hlavní cíl – Jak lze zkvalitnit péči v oblasti rejuvenace?

Dílčí cíl 1 – Zjistit zda klientky ošetření již podstoupily a jaká byla jejich spokojenost.

Dílčí cíl 2 – Zjistit zda jsou klientky edukovány o informacích, které je důležité znát před samotným ošetřením.

Dílčí cíl 3 – Zjistit, zda jsou klientky edukovány o informacích, které je důležité znát po ošetření.

Průzkumné otázky:

1. Podstoupily již klientky ošetření, a jak byly spokojeny?
 - Verifikace v dotazníku o ošetření plazma terapií: položky 1, 2
 - Verifikace v dotazníku o ošetření chemickým peelingem: položky 1, 2
 - Verifikace v dotazníku o aplikaci botulotoxinu: položky 1, 2
 - Verifikace v dotazníku o aplikaci injekční výplně: položky 1, 2
2. Jak jsou klientky poučeny před ošetřením?
 - Verifikace v dotazníku o ošetření plazma terapií: položky 3, 4, 5, 6
 - Verifikace v dotazníku o ošetření chemickým peelingem: položky 3, 4, 5
 - Verifikace v dotazníku o aplikaci botulotoxinu: položky 3, 4, 5, 6
 - Verifikace v dotazníku o aplikaci injekční výplně: položky 3, 4, 5, 6

3. Jsou klientky poučeny po ošetření?

Verifikace v dotazníku o ošetření plazma terapií: položka 7

Verifikace v dotazníku o ošetření chemickým peelingem: položka 6

Verifikace v dotazníku o aplikaci botulotoxinu: položka 7

Verifikace v dotazníku o aplikaci injekční výplně: položka 7

6.2 METODA A POPIS VÝBĚROVÉHO SOUBORU

Metoda: potřebná data byla získána formou reaktivního akčního průzkumu, který se více používá v řízení organizace a pedagogice, ale najde své využití i v oblasti zdravotnictví. Rozsah výběrového souboru jsme volili s ohledem na časové, finanční a materiální možnosti a proto teoretická část nebyla nazývána výzkumem, ale pilotním průzkumem. Akční průzkum je jakousi alternativou k tradičnímu průzkumu. Liší se ale například svou subjektivitou. Akční průzkum studuje spíše reálné situace a má charakter spíše cyklických, než jednorázových intervencí. Pomáhá zdravotníkům shromažďovat informace o jejich praxi a umožňuje nalézat nové cesty vedoucí ke zlepšení dosavadní činnosti. Celý průzkum se tedy zabýval jednou hlavní otázkou. Jak lze zkvalitnit péči v oblasti rejuvenace? Jinými slovy za pomoci akčního průzkumu byly získávány systematické poznatky a zkušenosti z konkrétní estetické kliniky pro zlepšení současné péče zaměřené na omlazení pleti. Průzkum byl zaměřen nejen na klientky, ale také na edukátorky, v tom to případě zdravotní sestry. Měl tedy potenciál zkvalitnit estetické pracoviště nejen v oblasti vzdělávání klientek, ale i zvýšit růst profesionality u všeobecných sester.

Výběrový soubor: tvořily klientky kliniky CLT, které šly na jedno ze čtyř ošetření – ošetření pomocí plazma terapie, ošetření chemickým peelingem, aplikace botulotoxinu nebo injekční výplně a souhlasily se zapojením do průzkumu. Celá tato práce byla zaměřena na ženy a to rozhodně ne z důvodu diskriminace mužů. Přestože se i zájem mužů o omlazovací metody za poslední dobu rapidně zvýšil, stále je u větších klinik cca 80 % klientů pohlaví ženského. Tato práce byla navíc vytvářena v Teplicích, kde ženy navštěvují rejuvenační techniky v zastoupení v 95 % a muži pouze v 5 %.

6.3 ORGANIZACE PRŮZKUMU

6.3.1 KROK Č. 1 – ZÍSKÁVÁNÍ INFORMACÍ O DANÉ SITUACI

Šlo o získání informací o dané situaci a to technikou anonymního dotazníkového šetření. Dotazníky byly rozdány klientkám soukromé kliniky CLT v Teplicích před tím, než podstoupily samotné ošetření. Dotazníky byly čtyři a každý byl zaměřen na jiné ošetření. Dotazník č. 1 byl o plazma terapii, dotazník č. 2 o chemickém peelingu, č. 3 se zaměřoval na aplikaci botulotoxinu a poslední dotazník č. 4 na aplikaci injekčních výplní. Dotazník č. 1, 3 a 4 obsahoval sedm otázek a dotazník č. 2 otázek šest, aby klientky příliš nezatěžoval a stihly ho vyplnit v době čekání na své ošetření. Od každého dotazníku bylo rozdáno 8 kusů, přičemž návratnost byla 100 %. Všechny otázky byly uzavřeného typu, kdy si respondentky mohly vybrat pouze jednu z nabízených možností. Tento typ byl opět zvolen s ohledem na časovém nezatěžování klientek.

6.3.2 KROK Č. 2 - VYHODNOCOVÁNÍ INFORMACÍ

Výsledky anonymního dotazníkového šetření byly zpracovány v programech Word a Excel pomocí grafů a tabulek. Výsledky vyšly hůře, než bylo předpokládáno. Podrobné zpracování výsledků se nachází v příloze této práce. Ve stručnosti lze říci, že výsledky vypovídaly o tom, že klientky nebyly dostatečně edukovány o ošetření, které se rozhodly podstoupit. Dále nebyla dostatečná edukace v oblasti informací, které je důležité znát před a po ošetření a jejich znalost velice ovlivňuje výsledný efekt ošetření. Pozitivní výsledky ale vyšly v odpovědích na spokojenost klientek. Dotazované respondentky, které výkon již podstoupily, byly převážně s výsledkem spokojeny. Odpovědi na spokojenost nebyly sice vědeckého rázu, ale právě subjektivní pocit klientek je v odvětví estetické medicíny stěžejní. O výsledcích bylo diskutováno mezi zdravotnickým personálem a byly navrženy postupy pro další činnost.

6.3.3 KROK Č. 3 – ZÍSKANÉ INFORMACE JSOU PŘEDÁVÁNY OSTATNÍM A JSOU NAVRŽENY ZMĚNY

O výsledcích bylo diskutováno mezi zdravotnickým personálem. Z diskuze vyplynulo, že sestry nemají utříděné informace o jednotlivých ošetřeních. Udávaly důvody, že neabsolvovaly žádný odborný seminář jednotlivých metod. A jako další příčinu vidí nedostatek materiálu, který není reklamního rázu a mapuje jednotlivé kroky ošetření z pohledu všeobecné sestry.

Tím tedy vyvstala již polovina odpovědi na průzkumný problém, jak lze zkvalitnit péči v oblasti rejuvenace. Odpovědí bylo zkvalitnit informovanost všeobecných sester o rejuvenačních metodách. Již toto téma by vydalo materiálu na celou další práci, ale na to bohužel nebyl čas. A tak byl s ostatním zdravotním personálem vydiskutován plán.

Byl vymyšlen a diskutován postup, jakým se zdravotní sestry budou před ošetřením o klientku starat. Bylo naplánováno vytvoření edukačních listů. Klientka si je nejen odnese při první konzultaci, která většinou probíhá před samotným ošetřením domů, ale také je budou v začátcích používat sestry jako tzv. pomocnou berličku při komunikaci s klientkou, aby žádný z kroků ošetření nebyl opomenut.

6.3.4 KROK Č. 4 – NOVÉ POSTUPY JSOU REALIZOVÁNY

Byly vytvořeny edukační listy k ošetření plazma terapií, chemickým peelingem, aplikaci botulotoxinu a aplikaci injekční výplně. Každý list obsahoval krátké představení ošetření, účinky, druhy, místa vhodná k ošetření, co dělat před ošetřením, průběh ošetření a co dělat po ošetření. Za pomoci těchto listů byla vyzkoušena edukace u čtyř klientek, které se na ošetření chystaly poprvé. Tyto čtyři edukace měly zjistit užitečnost a úspěšnost nově vytvořených edukačních pomůcek v podobě edukačních listů. Jejich hodnocení mělo být dvojí. Jakou úspěšnost budou mít edukační listy u klientek a jakou úspěšnost u zdravotních sester.

6.3.5 KROK Č. 5 – VZÁJEMNÁ SPOLUPRÁCE

U vyhodnocení nového postupu šlo o návrat k prvnímu kroku, revizi získaných zkušeností vedoucích ke zkvalitnění nově uvedených postupů. Klientkám, které byly edukovány pomocí nové metody zahrnující edukační listy, se na konci edukace, v rámci diskuze, nenápadně položily kontrolní otázky, které prověřily nabití nových znalostí o dané metodě. Klientky při závěrečné diskuzi prokazovaly nově nabitě zkušenosti a po edukaci odcházely spokojeny. Byly také velice nadšené, že si mohou odnést sebou domů informace v tištěné podobě a tak na nic před ošetřením nezapomenou.

6.3.6 KROK Č. 6 – VYHODNOCENÍ NOVÝCH POSTUPŮ

Na další pracovní poradě byly sestřám předány výsledky z realizace a byly prodiskutovány jednotlivé zkušenosti zúčastněných sester. I jim samotným pomáhaly edukační listy v rozhovorech s klientkami. Dále ale přiznávají, že by potřebovaly

podrobnější manuál např. u ošetření plazma terapie, která je pro práci sestry náročnější, než jiné rejuvenační metody. Nebáli bychom se tedy říci, že úspěšnost edukačních listů je u klientek téměř 100 % a u zdravotních sester 60 %.

7 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED OŠETŘENÍM PLAZMA TERAPIÍ

Kazuistika klientky

Dne 09. 07. 2015 přišla na kliniku 38letá žena, která měla zájem o rejuvenační ošetření za pomoci plazma terapie. Klientka si vyhledala tuto metodu omlazení na internetu, ale nebyla spokojena s množstvím informací, které našla. Žena udávala problém s unavenou a mírně zašedlou pokožkou obličeje, kterou dává za vinu stresujícímu povolání. Vrásky ji prý zatím netrápí. Po dohodě s klientkou byla poskytnuta okamžitá edukace o plazma terapii.

1. FÁZE - POSUZOVÁNÍ

Jméno: E. P.

Pohlaví: žena

Věk: 38 let

Bydliště: Praha

Rasa: europoidní (bílá)

Etnikum: slovanské (české)

Vzdělání: -

Zaměstnání: podnikatelka

Anamnéza

Anamnéza se u klientek, které jdou pouze na ambulantní rejuvenační ošetření, nedělá.

Na základě vstupního rozhovoru jsme zjistili, že klientka má nedostatky ve vědomostech, které se týkají plazma terapie. Konkrétně v možnostech výběru plazma terapie, v péči o pleť před ošetřením, o samotném ošetření i v péči o pleť po ošetření.

Motivace klientky: je vysoká, projevuje zájem učit se, ztotožnit se s omlazovací metodou. Chce se seznámit se samotným ošetřením a péčí o pleť před a po aplikaci plazma terapie. K motivaci ji vede dosažení úplného výsledného efektu, čímž docílí lepšího vzhledu její pokožky.

2. FÁZE - DIAGNOSTIKA

Deficit vědomostí: o druzích plazma terapie

o ošetření plazma terapií

o rekonvalescenci po plazma terapii

o péči o pleť po ošetření plazma terapií

o četnosti aplikace plazma terapie

Deficit v postojích: strach z aplikace plazmy

obavy z rekonvalescence

nejistota z výsledku ošetření

Deficit zručností: -

3. FÁZE - PLÁNOVÁNÍ

Podle priorit: na základě vyhodnocení vědomostního vstupního rozhovoru jsme si stanovili priority edukačního procesu

- o ošetření
- o druzích plazma terapie
- o průběhu ošetření plazma terapií
- o dodržování péči o pleť před i po ošetření

Podle struktury: 1 edukační jednotka.

Záměr edukace:

- mít co nejvíce vědomostí o ošetření
- seznámit s druhy plazma terapie
- seznámit se s místy vhodnými k ošetření
- dodržovat péči o pleť před ošetřením
- dodržovat péči o pleť po ošetření

Podle cílů:

- **Kognitivní** – klientka nabyla vědomosti o ošetření, o druzích ošetření, o péči o pleť před a po ošetření.
- **Afektivní** – klientka má zájem získat nové vědomosti, je ochotná zúčastnit se edukačních sezení, vytvoří si kladný přístup ke spolupráci a uvědomuje si důležitost spolupráce.

Podle místa realizace: na klinice, v dermatologické ordinaci, zabezpečit klid a soukromí.

Podle času: edukace je jednorázová a potrvá cca 25 minut.

Podle výběru: výklad, vysvětlování, rozhovor, písemné pomůcky, diskuze.

Edukační pomůcky: obrázky, odborná brožura, edukační listy, písemné pomůcky.

Podle formy: individuální.

Typ edukace: prohlubující.

Struktura edukace

Edukační jednotka: Omlazení pomocí plazma terapie

Časový harmonogram edukace

Edukační jednotka: 09. 07. 2015 od 15:30 do 15:55 (25 minut).

4. FÁZE – REALIZACE

1. edukační jednotka

Téma edukace: Plazma terapie

Místo edukace: dermatologická ordinace

Časový harmonogram: 09. 07. 2015 od 15:30 do 15:55 (25 minut).

Cíl:

- **Kognitivní** - klientka nabyla adekvátních vědomostí o omlazení pomocí plazma terapie, rozeznává druhy plazma terapie, zná postup plazma terapie a je seznámena s ošetřováním pleti před i po ošetření plazma terapie.
- **Afektivní** - pacientka má zájem o podané informace, verbalizuje spokojenost o nově získaných vědomostech o plazma terapii.

Forma: individuální.

Prostředí: klinika – dermatologická ambulance, zabezpečit klid a soukromí.

Edukační metody: vysvětlování, rozhovor, zodpovězení na klientčiny otázky, diskuze.

Edukační pomůcky: písemné pomůcky, brožura, edukační listy.

Realizace 1. edukační jednotky

- **Motivační fáze:** (5 minut) pozdravit a představit se, vytvořit vhodné edukační prostředí, příjemnou atmosféru, povzbuzovat klientku ke vzájemné spolupráci, vysvětlit význam získaných vědomostí.
- **Expoziční fáze:** (10 minut)
 - Plazma terapie** - jedná se o autologní metodu, využívající zdrojů vlastní krve k omlazení pleti. Krevní plazma je bohatá na proteiny a růstové faktory ukryté

v trombocytech. Růstové faktory stimulují kmenové buňky v místě aplikace, a ovlivňují tak proces hojení a regenerace, zpevnění pokožky a získání mladistvějšího vzhledu.

- **Seznámení klientky s druhy plazma terapie**

První druh je tekutá plazma, kterou lze díky složení separačního gelu jde získat čistá plazma bez příměsí červených a bílých krvinek. Důležitý je obsah Plus DNA aktivátoru, který stimuluje růstové faktory. Další z možností je plazma

s příměsí kyseliny hyaluronové. Zde jde o čistou krevní plazmu v kombinaci s kyselinou hyaluronovou. Přidáním kyseliny hyaluronové se zvyšuje regenerační potenciál plazmy, je zvýšená novotvorba kolagenu a vlastní kyseliny hyaluronové,

což následně zlepšuje celkový vzhled ošetřené oblasti. Do třetice je zde možnost gelové plazmy. Hlavní předností této procedury je možnost zaplnit vrásky a provést bioarmování za použití autogelu bohatého na trombocyty. Pokožka je více nasycená výživnými látkami a hydratovaná, zlepšuje se její struktura, dochází k tvorbě kolagenu. Nedochozí ke vzniku alergií, protože se jedná o vlastní fyziologický produkt našeho těla.

- **Seznámení klientky s účinky plazma terapie**

Plazma terapie omladí pleť díky tvorbě nové pojivové tkáně (kolagen a elastin). Také dokáže urychlit hojení ran. Při zvolení plazma terapie s kyselinou hyaluronovou pleť dostane dostatečnou hydrataci. Výběrem gelové plazmy se dají korigovat vrásky. Aplikace plazma terapie do vlasové části hlavy dokáže stimulovat i růst vlasů.

- **Místa vhodná k ošetření plazma terapie**

Ošetření je vhodné k redukci vrásek kolem očí či nosoretních rýh a k minimalizaci tmavých kruhů kolem očí. Dále k zvýšení přirozené pružnosti pokožky šíje, dekoltu nebo jiných partií. Ošetření zvýrazní i kontury obličeje. Za pomoci plazma terapie lze také zamezit zvýšenému vypadávání vlasů.

- **Zásady před ošetřením**

Počet krevních destiček podléhá přirozeným výkyvům během menstruačního cyklu. Stoupá po ovulaci a klesá po nástupu menstruace. Ošetření bude mít nejlepší efekt při provedení v první polovině cyklu. Před ošetřením je dobré nejíst tučná jídla a nepít alkohol, aby byla krevní plazma co nejkvalitnější. Je vhodné pít několik dní před samotnou plazma terapií 2l vody denně. Deset dní před zákrokem se nesmí užívat nesteroidní protizánětlivá léčiva. Tyto látky narušují funkci krevních destiček v normálním procesu srážení krve a tím způsobují při aplikaci plazmy krvácení a tvorbu větších modřin.

- **Průběh ošetření**

Pokud jde o ošetření obličejové části, ošetření předchází důkladné odličení. Na ošetřované místo je aplikováno místní anestetikum. Dále se odebere 8-16 ml krve (2–3 zkumavky). Odběr se provádí jehlou určenou k plazma terapii, aby se nepoškodily krevní destičky. Krev se umístí do centrifugy, kde se po dobu pěti minut odstředí, čímž se získává plazma bohatá na krevní destičky. Ošetřované oblasti se nejprve dezinfikují. Aplikaci tekuté plazmy do pokožky provádí lékař tenkou jehlou. U aplikace gelové plazmy do vrásek se aplikuje pomocí kanyly jako při použití výplňových materiálů. Po ošetření plazmou se aplikuje Ice maska s příměsí zbylé plazmy na cca 10 minut. Ice maska se aplikuje nejen pro zvýšení výsledného efektu, ale také výrazně snižuje bolestivost, otoky, svědění a především urychluje proces hojení kůže.

- **Zásady po ošetření**

Ihned po aplikaci je typický zčervenalý obličej a malá viditelnost vpichů. Někdy se mohou objevit i malé modřinky. Tentýž den tedy není vhodné navštěvovat společenské akce. Rekonvalescence je však velmi rychlá a již druhý den, po mírném zamaskování modřinek, není problém vyrazit do společnosti. Po ošetření je vhodné nevystavovat se dlouhodobému slunečnímu záření, nechodit do sauny nebo bazénu alespoň 2-3 dny. Také se nevystavovat extrémně horkým či extrémně mrazivým teplotám po dobu 2-3 dnů. 24 hodin po zákroku se nevěnovat namáhavým aktivitám včetně cvičení. Alespoň dva týdny

neaplikovat na místo ošetření žádné peelingy nebo laserová ošetření. Po zákroku je doporučeno ošetřovat pleť krémem s Retinolem. Ošetření plazmou je dobré opakovat 2-3x v odstupu 3 týdnů, poté lze sledovat výsledný efekt trvající 8-12 měsíců.

- **Fixační fáze:** (5 minut) důkladné zopakování podstatných informací o ošetření, shrnutí opakovaných poznatků.
- **Hodnotící fáze:** (5 minut) zhodnocení zpětné vazby při diskuzi s klientkou.

Zhodnocení edukační jednotky

Stanovené cíle byly splněny. Klientka přesvědčila o nabití nových znalostí v závěrečné diskuzi. Klientka prokázala základní vědomosti o plazma terapii, jejích druzích a znalosti péče o pleť před i po ošetření. Klientka přistupovala zodpovědně k edukaci, velmi se soustředila na danou problematiku, projevila aktivní zájem o nabytí nových vědomostí. V rámci diskuze jsme se utvrdili, že obsah edukační jednotky byl určen správně. Edukační jednotka probíhala v rozsahu 25 minut. Edukace byla účinná a zlepšila vědomosti klientky.

8 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED OŠETŘENÍM CHEMICKÝM PEELINGEM

Kazuistika klientky

Dne 01. 09. 2015 přišla na kliniku 40letá žena, která měla zájem o rejuvenační ošetření za pomoci chemického peelingu. Klientce byl tento způsob omlazení doporučen kamarádkou, ale chtěla si rozšířit informace o tomto ošetření. Žena udávala problém s výskytem pigmentových skvrn na obličeji, které se jí objevily před třemi lety po porodu dítěte a u kterých pozoruje větší četnost za poslední tři měsíce. Po dohodě byla klientce poskytnuta okamžitá konzultace a edukace o ošetření chemickým peelingem.

1. FÁZE - POSUZOVÁNÍ

Jméno: V. Č.

Pohlaví: žena

Věk: 40 let

Bydliště: Teplice

Rasa: europoidní (bílá)

Etnikum: slovanské (české)

Vzdělání: vysokoškolské

Zaměstnání: učitelka ZŠ

Anamnéza

Anamnéza se u klientek, které jdou pouze na ambulantní rejuvenační ošetření nedělá.

Na základě vstupního rozhovoru jsme zjistili, že klientka má nedostatky ve vědomostech, které se týkají chemického peelingu. Konkrétně v omezení ošetření chemickým peelingem, dělení chemického peelingu, o průběhu ošetření a o dodržování zásad po aplikaci chemického peelingu.

Motivace klientky: je vysoká, projevuje zájem učit se, ztotožnit se s omlazovací metodou. Chce se seznámit se samotným ošetřením a péčí o pleť před a po aplikaci chemického peelingu. K motivaci ji vede zbavení se pigmentových skvrn a omlazení pleti.

2. FÁZE - DIAGNOSTIKA

Deficit vědomostí:

- o dělení chemického peelingu
- o indikacích vedoucích k ošetření
- o ošetření chemickým peelingem
- o péči o pleť před ošetřením
- o rekonvalescenci po chemickém peelingu
- o péči o pleť po ošetření

Deficit v postojích:

- strach z rekonvalescence
- obavy z aplikace chemického peelingu
- nejistota z výsledku ošetření

3. FÁZE - PLÁNOVÁNÍ

Podle priorit: na základě vyhodnocení vědomostního vstupního rozhovoru jsme si stanovili priority edukačního procesu

- o ošetření
- o dělení chemického peelingu
- o indikacích k ošetření

- o průběhu ošetření chemickým peelingem
- o dodržování péči o pleť před i po ošetření

Podle struktury: 1 edukační jednotka

Záměr edukace:

- mít co nejvíce vědomostí o ošetření
- seznámit s dělením chemického peelingu
- seznámit se s indikacemi k ošetření
- dodržovat péči o pleť před ošetřením
- dodržovat péči o pleť po ošetření

Podle cílů:

- **Kognitivní** – klientka nabyla vědomostí o ošetření, o druzích ošetření, o péči o pleť před a po ošetření.
- **Afektivní** – klientka má zájem získat nové vědomostí, je ochotná zúčastnit se edukačních sezení, vytvoří si kladný přístup ke spolupráci a uvědomuje si důležitost spolupráce.
- **Behaviorální** – pacientka se bude podílet na doporučené péči o pleť.

Podle místa realizace: na klinice, v dermatologické ordinaci, zabezpečit klid a soukromí.

Podle času: edukace je jednorázová a potrvá cca 25 minut.

Podle výběru: výklad, vysvětlování, rozhovor, písemné pomůcky, diskuze.

Edukační pomůcky: obrázky, odborná brožura, edukační karty, písemné pomůcky,

Podle formy: individuální.

Typ edukace: prohlubující.

Struktura edukace

Edukační jednotka: Ošetření chemickým peelingem

Časový harmonogram edukace

Edukační jednotka: 01. 09. 2015 od 11:10 do 11:35 (25 minut).

4. FÁZE – REALIZACE

1 edukační jednotka

Téma edukace: Ošetření chemickým peelingem

Místo edukace: dermatologická ordinace

Časový harmonogram: 01. 09. 2015 od 11:10 do 11:30 (25 minut).

Cíl:

- **Kognitivní** - klientka nabyla adekvátních vědomostí o ošetření pomocí chemického peelingu, rozeznává dělení chemického peelingu, zná postup ošetření a je seznámena s ošetřováním pleti před i po ošetření chemickým peelingem.
- **Afektivní** - pacientka má zájem o podané informace, verbalizuje spokojenost o nově získaných vědomostech o chemickém peelingu.

Forma: individuální.

Prostředí: klinika, zabezpečit klid a soukromí.

Edukační metody: vysvětlování, rozhovor, zodpovězení na otázky klientky, diskuze.

Edukační pomůcky: písemné pomůcky, brožura, edukační karta.

Realizace 1. edukační jednotky

➤ **Motivační fáze:** (5 minut) pozdravit a představit se, vytvořit vhodné edukační prostředí, příjemnou atmosféru, povzbuzovat klientku ke vzájemné spolupráci, vysvětlit význam získaných vědomostí.

➤ **Expoziční fáze:** (10 minut)

Chemický peeling je povrchové poškození vrstev kůže, při které se aplikuje na určitou část kůže jedna nebo více chemických látek za účelem zničení, odloučení a změny struktury v oblasti nejsvrchnější vrstvy kůže a škály, které navozují následné změny ve smyslu obnovy a tvorby nové povrchové i hlubší tkáně.

Rozdělení chemického peelingu

Chemický peeling dělíme podle hloubky zasažení struktury kůže na povrchový, středně hluboký a hluboký.

- **Seznámení klientky s účinky chemického peelingu**

Chemický peeling dokáže zmírnit akné či mastnou pleť. Redukuje nejen vrásky, ale i pigmentové skvrny a celkově dodá pleti mladistvější vzhled.

- **Kontraindikace u chemického peelingu**

Omezení k aplikaci chemického peelingu jsou alergie na účinnou látku, polyvalentní neboli mnohonásobné alergie, akutní infekce, poruchy imunity, keloidní jizvení, léčba izotretinoinem (lék používaný při léčbě akné) v posledních šesti měsících a stav po invazivním ošetření v plánovaném místě výkonu.

- **Zásady před ošetřením**

Pro lepší efekt je vhodné 10-14 dní před ošetřením používat krém s nízkou koncentrací kyseliny glykolové, která přispěje k lepšímu výsledku chemického peelingu.

- **Průběh ošetření**

Na očištěnou a odmaštěnou kůži se aplikuje kyselina glykolová, která se nechá působit 2-10 minut. Dále se účinek kyseliny pozastaví pomocí neutralizace. Lékař sám posoudí, jaká koncentrace a doba působení je pro danou klientku nejvhodnější. To se však může při jednotlivých ošetřeních, v závislosti na klinickém nálezu a ošetřované lokalitě, měnit. Po aplikaci se místo působení opláchně. Hned poté je vhodné podstoupit laserovou gelovou masku nebo použít krém s obsahem antibiotik.

- **Zásady po ošetření**

Po ošetření je důležité se vyhnout UV záření a používat krémy s vysokým faktorem.

- **Fixační fáze:** (5 minut) důkladné zopakování podstatných informací o ošetření, shrnutí opakovaných poznatků.
- **Hodnotící fáze:** (5 minut) zhodnocení zpětné vazby při diskuzi s klientkou.

Zhodnocení edukační jednotky

Stanovené cíle byly splněny. Klientka přesvědčila o nabití nových znalostí v závěrečné diskuzi. Klientka prokázala základní vědomosti o chemickém peelingu, o jeho dělení, omezeních a znalosti péče o pleť před i po ošetření. Klientka přistupovala zodpovědně k edukaci, velmi se soustředila na danou problematiku, projevila aktivní zájem o nabytí nových vědomostí. V rámci diskuze jsme se utvrdili, že obsah edukační jednotky byl určen správně. Edukační jednotka probíhala v rozsahu 25 minut. Edukace byla účinná a zlepšila vědomosti klientky.

9 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED APLIKACÍ BOTULOTOXINU

Kazuistika klientky

Dne 19. 08. 2015 přišla na kliniku 45letá žena, která měla zájem o rejuvenační ošetření pomocí aplikace botulotoxinu. Klientku již nějakou dobu trápí viditelná vráska v oblasti glabely. Klientka si na internetu našla o aplikaci botulotoxinu několik informací, ale vše si před rozhodnutím k aplikaci chtěla ujasnit.

1. FÁZE - POSUZOVÁNÍ

Jméno: J. S.

Pohlaví: žena

Věk: 45 let

Bydliště: Teplice

Rasa: europoidní (bílá)

Etnikum: slovanské (české)

Vzdělání: středoškolské

Zaměstnání: kosmetička

Anamnéza

Anamnéza se u klientek, které jdou pouze na ambulantní rejuvenační ošetření nedělá.

Na základě vstupního rozhovoru jsme zjistili, že klientka má nedostatky ve vědomostech, které se týkají aplikace botulotoxinu. Konkrétně v omezení u aplikace botulotoxinu a o dodržování zásad po aplikaci botulotoxinu.

Motivace klientky: je vysoká, projevuje zájem učit se, ztotožnit se s omlazovací metodou. Chce se seznámit s informacemi o omezení aplikace botulotoxinu a se zásadami, které je důležité po aplikaci dodržovat. K motivaci ji vede zbavení se vrásky v oblasti glabely.

2. FÁZE - DIAGNOSTIKA

Deficit vědomostí:

- o omezeních aplikace botulotoxinu
- o péči o pleť po ošetření

Deficit v postojích:

- obavy z aplikace botulotoxinu
- nejistota z výsledku ošetření

3. FÁZE - PLÁNOVÁNÍ

Podle priorit: na základě vyhodnocení vědomostního vstupního rozhovoru jsme si stanovili priority edukačního procesu

- o ošetření
- o omezení u aplikace botulotoxinu
- o dodržování péči po ošetření

Podle struktury: edukační jednotka

Záměr edukace:

- mít co nejvíce vědomostí o ošetření
- seznámit s kontraindikacemi
- dodržovat péči o pleť po ošetření

Podle cílů:

- **Kognitivní** – klientka nabyla vědomostí o ošetření, o kontraindikacích, o péči o pleť po ošetření.
- **Afektivní** – klientka má zájem získat nové vědomostí, je ochotná zúčastnit se edukačních sezení, vytvoří si kladný přístup ke spolupráci a uvědomuje si důležitost spolupráce.
- **Behaviorální** – klientka se bude podílet na doporučené péči o pleť

Podle místa realizace: na klinice, v dermatologické ordinaci, zabezpečit klid a soukromí.

Podle času: edukace je jednorázová a potrvá cca 25 minut.

Podle výběru: výklad, vysvětlování, rozhovor, písemné pomůcky, diskuze.

Edukační pomůcky: obrázky, odborná brožura, edukační listy, písemné pomůcky,

Podle formy: individuální.

Typ edukace: prohlubující.

Struktura edukace

Edukační jednotka: Aplikace botulotoxinu

Časový harmonogram edukace

Edukační jednotka: 19. 08. 2015 od 14:00 do 14:25 (25 minut).

4. FÁZE – REALIZACE

1 edukační jednotka

Téma edukace: Aplikace botulotoxinu

Místo edukace: dermatologická ordinace

Časový harmonogram: 19. 08. 2015 od 14:00 do 14:25 (25 minut).

Cíl:

- **Kognitivní** - klientka nabyla adekvátních vědomostí o aplikaci botulotoxinu, zná kontraindikace i postup ošetření a je seznámena s ošetřováním pleti po aplikaci botulotoxinu
- **Afektivní** - pacientka má zájem o podané informace, verbalizuje spokojenost o nově získaných vědomostech o aplikaci botulotoxinu.

Forma: individuální.

Prostředí: klinika, dermatologická ordinace, zabezpečit klid a soukromí.

Edukační metody: vysvětlování, rozhovor, zodpovězení na otázky klientky, diskuze.

Edukační pomůcky: písemné pomůcky, brožura, edukační listy.

Realizace 1. edukační jednotky

- **Motivační fáze:** (5 minut) pozdravit a představit se, vytvořit vhodné edukační prostředí, příjemnou atmosféru, povzbuzovat klientku ke vzájemné spolupráci, vysvětlit význam získaných vědomostí.
- **Expoziční fáze:** (10 minut)
Aplikace botulotoxinu - korekce vrásek pomocí botulotoxinu. V současné době je jedním z nejčastěji prováděných estetických zákroků. Obrovskou popularitu si získala zásluhou vysoké bezpečnosti a efektivity při aplikaci při vyhlazení mimických vrásek zejména v oblasti horní třetiny obličeje.

- **Seznámení klientky s využitím botulotoxinu**

- K redukci svislých vrásek mezi obočím těsně u kořene nosu – tzv. glabelly.
- K redukci mimických podélných vrásek na čele.
- K zvednutí obočí – tzv. kosmetický lifting obočí.
- K vyhlazení a redukci vějířků vrásek u zevních očních koutků – tzv. vrání nožky, vrásky smíchu.
- K redukci vrásek na krku.
- K zabránění nevhodného krčení nosu – tzv. králičí nosík – vrásky nosních křídel.
- K uvolnění stažených ústních koutků.
- K vyhlazení nakrčené brady.

- **Omezení u aplikace botulotoxinu**

Omezení pro aplikaci botulotoxinu je těhotenství a laktace. Z chorob některé nervové poruchy např. onemocnění Myasthenia gravis. Problémy se srážlivostí krve nebo alergií na některou složku přípravku botoxu. Injekce se také neaplikuje při zánětu oblasti, kde chce klientka vrásky vyhladit. Lékař by měl vědět, jaké léky klientka užívá. Antibiotika nebo antiarytmika mohou dokonce zákrok znemožnit.

- **Průběh ošetření**

Jedná se o ambulantní zákrok, trvající několik minut. Vlastní aplikace zabere 5 až 10 minut. Provádí se bez znecitlivění, ale pokud jste více vnímavá k bolesti, lze před vpichem dané místo chladit ledem. Po ošetření místa dezinfekčním činidlem se roztok aplikuje tenkou jehlou tzv. inzulinkou pod kůži do příslušné oblasti.

- **Zásady po ošetření**

Po zákroku si čtyři hodiny nelehat, aby botulotoxin nestekl do očí a nezpůsobil spadnutí víček. Vyhnout se škrábání či tření ošetřeného místa, a to alespoň po 12 hodin. Zhruba týden by se nemělo chodit na kosmetiku, solária a masáže.

- **Výsledky vyhlazení vrásek**

Účinek látky vydrží po první aplikaci pouze tři měsíce, po druhé asi půl roku a po třetí cca 9-12 měsíců. Čím déle se látka aplikuje, tím déle účinek

vydrží. Častěji než 2x za rok by se aplikace botulotoxinu ve stejné lokalitě provádět neměla mimo prvního roku.

- **Fixační fáze:** (5 minut) důkladné zopakování podstatných informací o ošetření, shrnutí opakovaných poznatků.
- **Hodnotící fáze:** (5 minut) zhodnocení zpětné vazby při diskuzi s klientkou.

Zhodnocení edukační jednotky

Stanovené cíle byly splněny. Klientka přesvědčila o nabití nových znalostí v závěrečné diskuzi. Klientka prokázala základní vědomosti o aplikaci botulotoxinu, omezeních a znalosti péče o pleť po ošetření. Klientka přistupovala zodpovědně k edukaci, velmi se soustředila na danou problematiku, projevila aktivní zájem o nabytí nových vědomostí. V rámci diskuze jsme se utvrdili, že obsah edukační jednotky byl určen správně. Edukační jednotka probíhala v rozsahu 25 minut. Edukace byla účinná a zlepšila vědomosti klientky.

10 EDUKAČNÍ PROCES U KLIENTKY PŘED APLIKACÍ INJEKČNÍ VÝPLNĚ

Kazuistika klientky

Dne 1. 9. 2015 přišla na kliniku 52letá žena, která měla zájem o rejuvenační ošetření pomocí aplikace injekční výplně. Klientka měla s omlazujícími metodami bohaté zkušenosti. Nyní přišla s přáním vyplnit za pomoci vstřebatelné injekční výplně nosoretní rýhy. Klientka si všimla jejich prohlubování a chtěla tento proces zastavit. Získáním více informací, se chtěla ujistit o vhodnosti tohoto ošetření.

1. FÁZE - POSUZOVÁNÍ

Jméno: A. N.

Pohlaví: žena

Věk: 52 let

Bydliště: Litoměřice

Rasa: europoidní (bílá)

Etnikum: slovanské (české)

Vzdělání: středoškolské

Zaměstnání: -

Anamnéza

Anamnéza se u klientek, které jdou pouze na ambulantní rejuvenační ošetření nedělá.

Na základě vstupního rozhovoru jsme zjistili, že klientka má nedostatky ve vědomostech, které se týkají aplikace injekční výplně. Konkrétně v indikacích, kontraindikacích a v průběhu ošetření.

Motivace klientky: je vysoká, projevuje zájem učit se, ztotožnit se s omlazovací metodou. Chce se seznámit s informacemi o omezení aplikace injekční výplně, využití výplně a průběhu ošetření. K motivaci ji vede minimalizace nosoretních rýh.

2. FÁZE - DIAGNOSTIKA

Deficit vědomostí:

- o omezeních aplikace injekční výplně
- o využití injekčních výplní
- o průběhu aplikace výplně

Deficit v postojích:

- obavy z aplikace injekční výplně
- nejistota z výsledku ošetření

3. FÁZE - PLÁNOVÁNÍ

Podle priorit: na základě vyhodnocení vědomostního vstupního rozhovoru jsme si stanovili priority edukačního procesu

- o ošetření
- o omezení u aplikace injekční výplně
- o využití injekční výplně

Podle struktury: 1 edukační jednotka

Záměr edukace:

- mít co nejvíce vědomostí o ošetření
- seznámit s indikacemi i kontraindikacemi

Podle cílů:

- **Kognitivní** – klientka nabyla vědomostí o ošetření, o indikacích i kontraindikacích.
- **Afektivní** – klientka má zájem získat nové vědomostí, je ochotná zúčastnit se edukačních sezení, vytvoří si kladný přístup ke spolupráci a uvědomuje si důležitost spolupráce.
- **Behaviorální** – klientka se bude podílet na doporučené péči o pleť

Podle místa realizace: na klinice, v dermatologické ordinaci, zabezpečit klid a soukromí.

Podle času: edukace je jednorázová a potrvá cca 25 minut.

Podle výběru: výklad, vysvětlování, rozhovor, písemné pomůcky, diskuze.

Edukační pomůcky: obrázky, odborná brožura, edukační listy, písemné pomůcky,

Podle formy: individuální.

Typ edukace: prohlubující.

Struktura edukace

Edukační jednotka: Aplikace injekční výplně

Časový harmonogram edukace

Edukační jednotka: 1. 9. 2015 od 14:30 do 14:55 (25 minut).

4. FÁZE – REALIZACE

edukační jednotka

Téma edukace: Aplikace injekční výplně

Místo edukace: dermatologická ordinace

Časový harmonogram: 1. 9. 2015 od 14:30 do 14:55 (25 minut).

Cíl:

- **Kognitivní** - klientka nabyla adekvátních vědomostí o aplikaci injekční výplně, zná indikace i kontraindikace a postup ošetření.
- **Afektivní** - pacientka má zájem o podané informace, verbalizuje spokojenost o nově získaných vědomostech o aplikaci injekční výplně.

Forma: individuální.

Prostředí: klinika, dermatologická ordinace, zabezpečit klid a soukromí.

Edukační metody: vysvětlování, rozhovor, zodpovězení na otázky klientky, diskuze.

Edukační pomůcky: písemné pomůcky, brožura, edukační karta.

Realizace 1. edukační jednotky

- **Motivační fáze:** (5 minut) pozdravit a představit se, vytvořit vhodné edukační prostředí, příjemnou atmosféru, povzbuzovat klientku ke vzájemné spolupráci, vysvětlit význam získaných vědomostí.
- **Expoziční fáze:** (10 minut)
Aplikace injekční výplně - Injekční výplně vrásek umí dodat mladistvý vzhled za méně jak 30 minut nejen na obličeji, přičemž jejich účinky vydrží od 4 měsíců až po déle než rok.
- **Rozdělení injekčních výplní**
Vstřebatelné – jsou na bázi kolagenu nebo kyseliny hyaluronové (několik měsíců až 1 rok) poté je organismus vstřebá.

Semipermanentní – mají střední délku vstřebatelnosti a liší se složením (1–2 roky).

Nevstřebatelné – nejčastěji na bázi polymetylmakrylátu s kolagenem nebo bez (2 a více let). Jde o tělu cizorodé látky, které mohou vyvolat alergickou reakci.

- **Seznámení klientky s využitím injekční výplně**

- K vyhlazení vrásek a rýh.
- K vyplnění propadlých tváří.
- K odstranění určitých typů jizev.
- K vypnutí svráštělé kůže.
- K dosažení plnějšího a smyslnějšího vzhledu rtů.

- **Omezení u aplikace injekční výplně**

Patří sem těhotenství a kojení, infekce či autoimunitní onemocnění.

- **Zásady pře ošetřením**

Týden před vlastní aplikací je doporučeno vysadit protizánětlivé léky, léky zvyšující krvácivost a vyvarovat se požívání vyšších dávek vitamínu C.

- **Průběh ošetření**

Zárok je ambulantní a krátkodobý a nevyžaduje žádnou zvláštní přípravu. Pouze před výplní rtů je nutné, aby klientka přišla na ošetření 1-2 hodiny předem, aby se ošetřovaná oblast potřela znečistlivujícím krémem. Po aplikaci dezinfekce je provedena vlastní aplikace, která je většinou velmi dobře snášena. Bezprostředně po aplikaci lze pozorovat zarudnutí po vpichu. Mimořádně se může objevit otok či svědění, obojí však velmi rychle ustoupí. Efekt aplikace je okamžitý.

- **Zásady po ošetření**

Po aplikaci je vhodné použít krém s vitamínem K k prevenci vzniku hematomů.

- **Fixační fáze:** (5 minut) důkladné zopakování podstatných informací o ošetření, shrnutí opakovaných poznatků.
- **Hodnotící fáze:** (5 minut) zhodnocení zpětné vazby při diskuzi s klientkou.

Zhodnocení edukační jednotky

Stanovené cíle byly splněny. Klientka přesvědčila o nabití nových znalostí v závěrečné diskuzi. Klientka prokázala základní vědomosti o aplikaci injekční výplně, využití i omezeních a znalosti péče o pleť před po ošetření. Klientka přistupovala zodpovědně k edukaci, velmi se soustředila na danou problematiku, projevila aktivní zájem o nabytí nových vědomostí. V rámci diskuze jsme se utvrdili, že obsah edukační jednotky byl určen správně. Edukační jednotka probíhala v rozsahu 25 minut. Edukace byla účinná a zlepšila vědomosti klientky.

11 DISKUZE

Není snadné srovnávat tuto práci s jinou, protože nebylo zjištěno, že by takováto práce byla již napsána. Bylo napsáno mnoho článku na téma péče o pleť nebo na samostatné rejuvenační metody, ale nikdy ne jako celek. Existuje mnoho knih zabývajících se plastickou chirurgií, ale ani zde se nenachází vše z korektivní dermatologie. Je to pravděpodobně tím, že korektivní dermatologie a její nová omlazující ošetření jsou relativně novou záležitostí oproti zákrokům estetické chirurgie, které již nějakou historii mají. Navíc estetická dermatologie se rozvíjí, rychlostí světla, co nový měsíc, to nová metoda.

Výsledky průzkumného pilotního šetření poukázaly hned na několik problémů:

1. Díky teoretickým zdrojům, sloužícím k vytvoření této práce byl již zjištěn první problém. Pro veřejnost je naprosto standardní starat se o svůj chrup. Pravidelně si čistit zuby, docházet na pravidelné zubní prohlídky k zubaři, ale lidé si již neuvědomují, že by se stejně svědomitě měli starat o svou pleť. Málo která žena zná dostatečně prevenci. Řeší daný problém s pleť, až když nastane např. pigmentové skvrny, vrásky, unavená pleť. Přitom správnou a včasnou prevencí se dá většině problémů s pleť předcházet. A tak doufejme, že v brzké budoucnosti, stejně tak jako lidé chodí na stomatologické preventivní prohlídky, budou docházet i na prevenci k dermatologovi. A stejně tak jako svým zubům dopřejí jednou za čas péči zubní hygienistky, tak své pleti dopřejí péči kosmetičky.

2. Náhodně zjištěná avšak zásadním probléme, kterým byla nedostatečná znalost personálu. Všeobecné sestry, které zaujímají roli edukátorek, by měly mít více utříděné informace o ošetření, aby uměly odpovědět na otázky klientek. Po důkladnějším šetření bylo zjištěno, že sestry nemají odborné proškolení, protože školení o daných omlazujících metodách jsou mířena pouze na lékaře a ne na všeobecné sestry, ačkoli jsou většinou v kontaktu s klientkami více než samotný dermatolog. A to nás přivedlo na otázku proč tomu tak je? Neexistují semináře pro sestry. Z důvodu, aby nezískaly stejně hodnotné informace, jaké mají estetičtí dermatologové? Mají snad lékaři strach, že pokud setra přebere jejich kompetence, přebere i jejich bodové či jiné ohodnocení? Těžko říci, kde se nachází pravda, ale nic nepopře skutečnost, že na sestru

pracující v estetickém zařízení jsou kladeny opravdu vysoké nároky. K dostatečné edukaci nestačí znát jednotlivá ošetření, měly by i ovládat základní diagnostiku pleti, aby mohly klientce poskytnout správná doporučení, které bez dostatečného proškolení podat nemohou.

3. Reklamní letáčky lákající na omlazující ošetření nebyly obsahově dostačující. Klientky, které se pro ošetření rozhodly, šly na ošetření s nedostačujícími informacemi. Bylo tedy nutné vytvořit edukační listy, které jednoduše, stručně a výstižně shrnou základní informace o ošetření a hlavně instrukce, co má klientka dělat, aby byl efekt ošetření maximální. Je totiž všeobecně známé, že většina lidí je u lékaře nervózní a po opuštění ordinace si nepamatuje vše, co bylo uvnitř řečeno. Edukační listy mají i další využití, a to pro personál, který podle nich postupuje při edukaci klientek. Docílí se tím toho, že edukátorka nezapomene na nic z toho, co má ženě sdělit.

11.1 DOPORUČENÍ PRO PRAXI

S ohledem na výsledky výzkumu a velký rozmach estetických klinik, by bylo vhodné dělat semináře o estetických ošetřeních nejen pro lékaře, ale také pro všeobecné sestry. Při každé nové metodě by souběžně mohl být seminář pro estetického dermatologa, ale také pro sestru a navíc ještě semináře o základní diagnostice pleti. Pokud by sestry estetických klinik byly dostatečně vzdělané, mohly by i provádět nejrůznější semináře o péči o pleť, a tím i zvýšit příjmy daného zařízení. Dokážeme si představit nadšení studentek v oboru všeobecná sestra, při zavedení volitelného předmětu plastické chirurgie a estetické dermatologie. Mnoho mladých studentek o práci na estetické klinice sní a znalost oboru díky tomuto předmětu by jistě zvýšila možnost uplatnění se na soukromých klinikách. Doporučení pro klientky by bylo sehnat si o ošetření co nejvíce informací a hlavně dbát na prevenci.

Doporučení pro estetické kliniky

- Podporovat a motivovat edukátorky v neustálém vzdělávání
- Pořádat semináře o péči o pleť

Doporučení pro všeobecné sestry (edukátorky)

- Neustále se vzdělávat (semináře, články atd...)
- Používat edukační listy
- Předávat si zkušenosti navzájem

Doporučení pro klientky

- Dodržovat zásady prevence stárnutí pleti
- Zjišťovat maximum informací o daném ošetření
- Dodržovat instrukce edukačních listů

Doporučení pro studijní obor všeobecná sestra

- Vytvořit volitelný předmět plastická chirurgie a estetická dermatologie
- Umožnit studentkám praxi na estetických klinikách

ZÁVĚR

Estetická dermatologie je poněkud nový obor, který se navíc řítí obrovskou rychlostí kupředu. Články o nových omlazujících metodách se nacházely spíše v komerčních časopisech a tak bylo náročnější vytvořit teoretickou část.

Cílem praktické části práce bylo zjistit informovanost klientek o průběhu výkonu rejuvenace pleti a edukovat klientky o informacích ve kterých měly nedostatky. Pilotní průzkum poukázal na nedostatečnou informovanost klientek ve všech zkoumaných výkonech. Velice příznivé výsledky byly v oblasti spokojenosti klientek s daným ošetřením. Zde klientky u většiny ošetření udávaly odpovědi určitě ano a spíše ano, které v dotazníku patřily k pozitivním odpovědím.

V průběhu reaktivního akčního průzkumu, bylo za pomoci rozhovoru zjištěno, že nepřesně utříděné informace mají i všeobecné sestry, které zde fungují jako edukátorky. Sestry při pracovních poradách udávaly např. důvody: „V současné době pro sestry není v oblasti estetické medicíny dostatek vzdělávacích seminářů o omlazovacích metodách. A tak sestrám nezbyvá než samostudium, která samozřejmě záleží na iniciativě každé z nich, ale sebe lepší nastudování odborných článků nenahradí praktický seminář.“ Další připomínkou bylo, že: „Velké mezery jsou i na trhu v literárních zdrojích, kde je vše mířeno na praktické rady pro lékaře, ale sestry jsou již opomíjeny.“

Díku průzkumu byly odhaleny dva problémy. První problém je, že klientky neměly dostatek materiálu, aby byly o daném ošetření dostatečně informovány. Další problém, který je spojen s problémem číslo jedna, že sestry neměly utříděné informace o omlazujících ošetřeních. Řešení problému bylo vytvoření edukačních listů, které měly pomoci oběma stranám. Jak všeobecným sestrám, tak klientkám estetické kliniky. Po čtyřech edukacích se zdálo, že edukační listy byly prospěšné a zvýšení profesionality pomohou. Vše je ale běh na dlouhou trať a prokazatelné výsledky úspěšnosti edukačních listů by se daly hodnotit za cca 3–6 měsíců jejich využívání. To ovšem splňuje podstatu reaktivního akčního průzkumu, pro který je typická jeho cykličnost, což vede k neustálému zvyšování profesionality daného zařízení a i zde platí věta: „Vždy se dá něco zlepšovat.“

SEZNAM LITERATURY

ANON, a , 2013. Krémy – 5 způsobů, jak je účinně aplikovat. *Health & Beauty*. Praha: Luxury Guide s.r.o., roč./č.6: 48-51.

ANON, 2014. 5 možností, jak vypnout pleť - lifting. *Health & Beauty*. Praha: Luxury Guide s.r.o., roč./č.9: 32-36.

ANON b, 2013 Plazma terapie. *Health & Beauty*. Praha: Luxury Guide s.r.o., roč./č.6: 44-45.

Aplikace botulotoxinu, 2015 . [online] *Uroderma*. Praha. [cit. 2015-10-11]. Dostupné z: <http://www.uroderma.cz/estetika/aplikace-botoxu/>.

BRYCHTA, Pavel, Jan J STANEK a Yvonne BERGEROVÁ, 2014. *Estetická plastická chirurgie a korektivní dermatologie*. 1. vyd. Praha: Grada, xix, 329 s. ISBN 978-80-247-0795-2.

Co se ženou dělá kouření, 2012. [online] *Dáma.cz*. [cit. 2015-12-13]. Dostupné z: <http://www.dama.cz/zdravi/co-se-zenou-dela-koureni-19318>.

ETCOFF, Nancy L., 2002. *Proč krása vládne světem*. 1. vyd. Praha: Columbus, 260 s. ISBN 80-7249-112-1.

Facelift – lifting obličeje a krku, 2013 [online]. *Uem* [cit. 2015-12-13]. Dostupné z: <http://www.uem.cz/zakroky/operace-obliceje-a-krku-face-lift>.

Facelift (operace obličeje), SMAS lifting, 2013. [online] *Plastická-chirurgie .info*. [cit. 2015-12-16]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/novinky/neni-lifting-jako-lifting>.

Facelift - operace obličeje a krku, 2013. [online] *Nemoci, příznaky a léčba*. [cit. 2015-12-13]. Dostupné z: <http://www.nemoci-priznaky.cz/facelift-operace-obliceje-a-krku/>.

Facelift. SMAS lift, omlazení obličeje, 2013. [online] *Plastická-estetická-chirurgie* . [cit. 2015-12-13]. Dostupné z: <http://www.plasticka-estetickachirurgie.cz/cz/menu/51/facelift-smas-lift-omlazeni-obliceje/>.

HAVELDOVÁ, Denisa a kol., 2015. Top estetické zákroky: co zkrášlí obličej i tělo? *Deník plný života*. Praha: VLTAVA-LABE_PRESS., 8-10.

Chemický peeling, 2009. *Plastická* - [online] *chirurgie.info* . Praha. [cit. 2015-08-31]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/zakroky/chemicky-peeling>.

Injekční výplně, 2009. *Plastická* - [online] *chirurgie.info*. Praha. [cit. 2015-08-31]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/novinky/vyplnove-implantaty-prehled>.

Jak správně čistit pleť aneb čištění je základ, 2012. [online] *Blesk pro ženy*. [cit. 2015-12-14]. Dostupné z: <http://prozeny.blesk.cz/clanek/pro-zeny-trendy-krasa/174257/jak-spravne-cistit-plet-aneb-cisteni-je-zaklad.html>.

Jaký typ pleti máte vy?, 2013. [online] *Dixo*. [cit. 2015-12-14]. Dostupné z: <http://www.dixo.cz/jaky-typ-pleti-mate-vy/>.

Kdo mi pomůže s odvykáním kouření - praktický lékař, odborný lékař, centrum, 2015 [online] *Kuřáková plíce*. [cit. 2015-12-13]. Dostupné z: http://www.kurakovaplice.cz/koureni_cigaret/odvykani/jak-prestat-kourit-vyhody-nekoureni/92-kdo-mi-pomuze-s-odvykanim-koureni-prakticky-lekar-odborny-lekar-centrum.html.

KLAUZOVÁ, Kateřina, 2010. Současné možnosti rejuvenace. *Lékařské listy*. 59, (19), 21-25.

KOUBKOVÁ, Milena, 2004. Jak nestárnout. *Zdraví*, 51 (1), 10. ISSN 0139 – 5629.

KOUBKOVÁ, Milena, 2004. Věčně mladá. *Zdraví* 51, (1) , 8. ISSN 0139 – 5629.

Kouření - největší nepřítel ženské pleti, 2013 .[online] *ULékaře.cz*. 2013 [cit. 2015-12-13]. Dostupné z: <http://www.ulekare.cz/clanek/koureni-nejvetsi-nepritel-zenske-pleti-16936>.

KŘELINOVÁ, Magdaléna, 2015 a kol., Dokonale čistá pleť. *Health & Beauty*. Praha: Luxury Guide s.r.o., č.15, s. 48-51.

MOSKALYKOVÁ, Miloslava, 2009. Referátový výběr z dermatovenerologie., roč. 51. (3) 9-16. ISSN 1213-9106.

Nejúčinnější triky pro zpomalení stárnutí pleti, 2012 [online] *Pro ženy*. [cit. 2015-12-14]. Dostupné z: <http://www.prozeny.cz/magazin/krasa-a-moda/krasna-tvar/35340-nejucinnejsi-triky-pro-zpomaleni-starnuti-pleti>.

NĚMCOVÁ, Jitka a kol., 2015. *Skripta k předmětům Výzkum v ošetrovatelství, Výzkum v porodní asistenci a Seminář k bakalářské práci*. [online]. 3. doplněné vydání. [cit. 6. 2. 2016]. Dostupné z: <https://sharepoint.vszdrav.cz/Poklady%20k%20vuce/Studijn%C3%AD%20materiály%20pro%20zdravotnické%20obory.aspx>. ISBN 978- 80-904955-9-3.

Odstranění vrásek pomocí botulotoxinu, 2009 [online] *Plasticka-chirurgie.info*. Praha [cit.2015-10-11]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/zakroky/chemicky-peeling>.

Odstranění vrásek pomocí botulotoxinu, 2009 [online] *Plastická-chirurgie.info*. Praha, [cit.2015-08-15]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/zakroky/nechirurgicke-vyhlazeni-vrasek-botox>.

Omlazení vlastní plazmou, 2015 [online] *Klinika Yes visage*. Praha,[cit. 2015-08-15]. Dostupné z: <http://www.yesvisage.cz/omlazení-vlastni-plazmou>.

Péče o pleť podle věku, 2010. [online] *Kosmetika blanka*. [cit. 2015-12-14]. Dostupné z: <http://www.kosmetikablanka.cz/rady-a-tipy/pece-o-plet-podle-veku>.

PELECHOVÁ, Miroslava, 2013 Výplňové materiály., *Health & Beauty*. Praha: Luxury Guide, s. r. o., 9: 43.

Plazma terapie v dermatologii, 2015. [online] *Program H Plus*. Praha, [cit. 2015-08-15]. Dostupné z: <https://www.programhplus.cz/novinky/161-plazmaterapie>.

Recept na trvalé mládí - chemický peeling, 2009. [online] *Pro ženy*. Praha,[cit. 2015-08-31]. Dostupné z: <http://www.prozeny.cz/magazin/zdravi-a-zivotni-styl/esteticka-medicina/7396-recept-na-trvale-mladi-chemicky-peeling>.

RegenPlazma - švýcarská technologie omlazení, 2011. [online] *Mediest*. Praha, [cit. 2015-08-30]. Dostupné z: <http://www.mediast.cz/nase-technologie/regenplazma-svycarska-novinka>.

RŮŽIČKOVÁ, Lucie, 2012. *Medicína pro praxi*. 9,(6-7), 293-296. ISSN 1214-8687; 1803-5310.

ŠTĚPÁNKOVÁ, Eva, 2008 Únava a stres ohrožují naši krásu., Sestra.: Europrint., 18, 12, 21. ISSN 1210-0404.

THOMAS, Alena, 2014. *Děláme si to doma sami – Domácí kosmetika, drogerie a lékárna*. 1. vyd. Brno: JOTA, ISBN 978-80-7462-535-0.

VAŠKOVÁ, Lenka, 2015 Estetická medicína *Deník plný života*. Praha: VLTAVA-LABE_PRESS,a.s.: 3.

VOKURKA, Martin, Jan HUGO a kol., 2015. *Velký lékařský slovník*. 10. vyd. Praha: Maxdorf.. ISBN 978-80-7345-456-2.

Výplně na bázi kyseliny hyaluronové, 2015. [online] *Perfectclinic*. Praha, [cit. 2015-10-11]. Dostupné z: <http://www.perfectclinic.cz/vyplne-na-bazi-kyseliny-hyaluronove>.

ZELENKOVÁ, Hana, Julia STRACENSKA, 2011. *Referátový výběr z dermatovenerologie* roč. 53, (II), 12-18. ISSN 1213-9106.

PŘÍLOHY

Příloha A – Rešerše	I
Příloha B – Čištění pleti	II - III
Příloha C – Kosmetické přípravky	IV - V
Příloha D – Metody zvyšující účinnost krémů	VI
Příloha E – Dotazník č. 1 ošetření plazma terapií	VII - VIII
Příloha F – Dotazník č. 2 ošetření chemickým peelingem	IX - X
Příloha G – Dotazník č. 3 aplikace botulotoxinu	XI - XII
Příloha H – Dotazník č. 4 aplikace injekční výplně	XIII - XIV
Příloha I - Interpretace výsledků: Dotazník č. 1 – ošetření plazma terapií	XV – XXI
Příloha J - Interpretace výsledků: Dotazník č. 2 – ošetření chemickým peelingem	XXII - XXVII
Příloha K - Interpretace výsledků: Dotazník č. 3 – aplikace botulotoxinu	XXVIII - XXXIV
Příloha L - Interpretace výsledků: Dotazník č. 4 – aplikace injekční výplně	XXXV - XLI
Příloha M – Edukační list č. 1 ošetření plazma terapií	XLII - XLIV
Příloha N – Edukační list č. 2 ošetření chemickým peelingem	XLV - XLVI
Příloha O – Edukační list č. 3 aplikace botulotoxinu	XLVII - XLVIII
Příloha P - Edukační list č. 4 aplikace injekční výplně	XLIX - L
Příloha Q - Čestné prohlášení studenta k získání podkladů pro zpracování bakalářské práce	LI

Příloha A - Rešerše

EDUKACE KLIENTEK O MOŽNOSTECH REJUVENACE PLETI

Denisa Dvořáková

Jazykové vymezení: čeština, angličtina

Klíčová slova: botulotoxin - edukace – education, chemický peeling – chemical peeling, injekční výplň – injectable fillers, plazma terapie – plasma therapy, rejuvenace – rejuvenation.

Časové vymezení: 2005-2014

Druhy dokumentů: knihy, články, popř. kapitoly knih či články ze sborníků

Počet záznamů: 80 (knihy: 19, abstrakta: 1, články: 60)

Použitý citační styl: Harvardský, ČSN ISO 690-2:2011 (česká verze mezinárodních norem pro tvorbu citací tradičních a elektronických dokumentů)

Základní prameny: - Katalog Medvik (knihovny Medvik)

- Bibliographia medica Českoslovaca (BMČ – články)
- Theses – databáze vysokoškolských kvalifikačních prací
- Medline

Příloha B – čištění pleti

Čištění pleti

Čištění pleti je naprostý základ v péči o pleť. Pokud pokožka není správně vyčištěná, póry jsou ucpané a není možné, aby se aktivní látky z kosmetických přípravků dostaly hlouběji do pleti. Žena může používat ten nejlepší a nejúčinnější krém, ale bez správného čištění, jí to nebude nic platné (www. prozeny.cz, 2012).

I ve 21. století je ještě stále mnoho žen, které podceňují čištění pleti. Přitom právě odstranění make-upu, nečistot a mastnoty výrazně pomáhá udržet pleť déle mladou, krásnou a svěží (KŘELINOVÁ aj., 2015).

- I. Voda a mýdlo - až 30 % žen různého věku pouze opláchnou svou pleť teplou či studenou vodou. Pokud mají make-up použijí navíc mýdlo. Samotné mytí vodou nebo následně i mýdlem, které navíc může pleť vysušovat, ale nestačí.
- II. Čistící mléko a voda – čistící mléka jsou v oblasti odličování klasikou. Při použití je nutné do pleti mléko vmasírovat a poté nečistoty jemně odstranit vatovým tampónkem. Mléka obvykle nenarušují kožní film a zanechávají pleť jemnou a hladkou. Ale ani ty nejlepší vatové tampony v kombinaci s odličovacími mléky pleť dokonale nevyčistí. Je nutné ještě použít pleťovou vodu, která odstraní zbytek nečistot.
- III. Odličovací gely a pěny – jsou populárnější variantou odličovacích mlék. Není k nim potřeba vatových tamponků. Stačí je např. při sprchování, nanést na obličej, kruhovými pohyby odstranit nečistoty a poté je důkladně smýt. Čistící gely a pěny sice zbaví pleť mastnoty, ale neodstraní veškeré nečistoty. Doporučuje se ještě pokožku dočistit pleťovým tonikem nebo micelární vodou, která se dá použít i jako celek na čištění pleti bez použití gelů nebo pěn. Micelární voda je šetrnější, obzvláště pro toho, kdo má citlivou pleť.
- IV. Čistící kartáčky – sonické či rotační kartáčky dokáží odstranit make-up mnohem účinněji než klasické metody čištění pomocí rukou. Zlepšují také vzhled pleti a umožňují lepší vstřebávání dalších přípravků do pleti. Většina kartáček má i antibakteriální úpravu. Snadno se opláchnou a jsou připraveny k dalšímu použití.

- V. Ultrazvuk - ošetření ultrazvukem patří k nejosvědčenějším metodám v kosmetice. Přístroje jsou určeny pro kosmetické ošetření pleti a bez řádného proškolení si je nelze koupit domů. Ultrazvukové vlny pomáhají pleť nejen čistit, ale regenerují kolagenová a elastinová vlákna, zpevňují pleť a pokožka po jejich použití zůstává projasněna. Ultrazvuk je tím nejšetrnějším čištěním pleti (KŘELINOVÁ aj., 2015).

Příloha C

Kosmetické přípravky

Na trhu je dnes spousta preparátů proti stárnutí, sér, ampulí, kapslí, krémů, masek, takže výběr je někdy velmi těžký. Nejdůležitější je to, kdo produkt vyrábí a co a v jaké míře obsahuje (KOUBKOVÁ, 2004).

- Antioxidanty – chrání pleťové buňky před poškozením způsobeným volnými radikály. Ty se v pokožce hromadí vlivem slunečního záření, ale i stresu či znečištěného ovzduší. Účinným antioxidantem je koenzym Q10, stejně tak vitamín C a E, betakaroten, zinek či selen.
- Ceramidy – jsou to syntetické kopie některých tukových struktur pleti. Umějí vytvořit v pokožce překážku, která brání dehydrataci.
- Glycerin – používá se do krémů k vytvoření mast'ového základu, zejména jako přísada v hydratačních krémech a mýdlech.
- Jojobový olej – je vhodný pro jakýkoliv typ pleti. Udržuje její přirozenou vlhkost a při pravidelném používání se citlivá, suchá a podrážděná kůže stává odolnou. Obsahuje vyvážený poměr pěstících látek s hojivou schopností, je účinný v péči o aknézní pleť. Má vysoký obsah vitamínu E, stopových prvků a minerálů.
- Kaviárový extrakt – obsahuje spoustu vitaminů, aminokyselin, a minerálů. Rozjasňuje, regeneruje a likviduje vrásky.
- Koenzym Q10 – v každé lidské buňce je molekula koenzymu Q10. Díky ní probíhá regenerace a hojení, což zpožďuje tvorbu vrásek. Napomáhá aktivnímu samočištění kůže.
- Kokosový olej – je ideální pro suchou a citlivou pokožku. V zimě chrání pleť a rty před mrazem, v létě po opalování. Kyseliny v něm obsažené působí proti bakteriím, virům a kvasinkám. Kokosový olej zabraňuje tvorbě vrásek.
- Kyselina hyaluronová – působí jako hydratační magnet. Pojme 1000x více vody, než je její samotná hmotnost. Čerpá ale vodu z nižších vrstev pokožky, nezbytný je proto pravidelný pitný režim.
- Kyselina listová – je vitamin skupiny B. Stimuluje růst nových pleťových buněk a chrání je před poškozením. Jejím zdrojem je především listová zelenina, obilniny nebo játra.

- Lanolin – svým složením a vlastnostmi je ze všech přirozených tuků lidskému kožnímu tuku nejbližší. Zjemňuje a zvláčňuje pokožku a pomáhá při drsné a popraskané kůži.
- Mořské řasy - mají hodně vitaminů, proteinů a minerálů, které se snadno vstřebávají. Kůži vrací vlhkost, aktivita kožních buněk se zvýší a posílí se přirozené obranné mechanismy kůže.
- Nerafinované bambucké máslo – ochrání pokožku před nepříznivými vlivy prostředí, regeneruje ji a hydratuje, zvyšuje elasticitu a zpomaluje proces stárnutí. Má také protizánětlivé a hojivé účinky, podporuje přirozenou obranyschopnost pokožky.
- Ovocné kyseliny – tyto kyseliny označované také jako AHA mají spíše exfoliační účinky, než že by bránily tvorbě vrásek. Ale tím, že uvolní odumřelé buňky z povrchu, kůži rozzáří. Díky olupovacímu efektu se zahradí různé nerovnosti kůže. Spolu s látkou hydrochion kůži aktivně bělí. Tvrdí se, že AHA zvyšují tvorbu kolagenu a kyseliny hyaluronové, která dodává pokožce vodu. Nejsou ale vhodné pro citlivou pleť.
- Panthenol – je nepostradatelný pro správnou funkci pokožky. Má vlastnost vázat v pokožce vlhkost. Tím přispívá k omlazení a vitalizaci pleti. Oddaluje tvorbu vrásek. Panthenol proniká až do hlubokých vrstev pokožky a tam přímo stimuluje tvorbu nových buněk a pigmentu. Navíc zklidňuje podrážděnou pleť.
- Sojové proteiny – stimuluje tvorbu kolagenu, zvyšují koncentraci hydratačních látek v pleti a vyhlazují jemné vrásky.
- Včelí vosk – v kosmetice se používá jako konzistenční činidlo v emulzích a stabilizátor.
- Vitamin C – je známý přírodní antioxidant. Pomáhá proti negativnímu účinku UV záření. Je nutný jako koenzym při výstavbě zdravých kolagenových vláken.
- Vitamin E – chrání pokožku proti negativním vlivům prostředí. Také brání ztrátě vlhkosti a vyhlazuje vrásky.
- Zelený čaj – obsahuje polyfenoly, které odbourávají volné radikály. Je účinnější než jiné antioxidanty. Kromě toho posiluje obranné mechanismy pokožky (KRAJSOVÁ, 2012), (KOUBKOVÁ, 2004), (THOMAS, 2014).

Příloha D

Metody zvyšující účinnost krémů

Ne všechny krémy jsou natolik účinné, aby jejich látky dokázaly proniknout hlouběji do pleti. Svou roli hraje i aktivita látek a jejich schopnost slučovat se s jinými látkami. Existuje ale několik metod, jak je možné zvýšit účinek působení krémů, aby pokožka získala maximum výživy (Anon a, 2013)

- I. Narušení ochranné vrstvy – čím více je pokožka před aplikací přípravku připravena, tím větší je šance, že se účinná látka krému dostane hluboko do vrstev pokožky. Odstraníme-li na krátkou dobu pomocí anioaktivních látek (pomáhají odstraňovat nečistoty) hydrolipidový povrchový film pokožky, ošetříme-li ji peelingem, který naruší bariéru komplexu lipidů v rohové vrstvě, a aplikujeme-li přípravky posilující mikrocirkulaci, aktivní kosmetické složky se dostanou do hlubokých vrstev pokožky.
- II. Účinné látky se mohou zapracovávat do hlubokých vrstev pokožky také za pomoci přístroje, buď působením slabého elektrického (galvanického) proudu, ultrazvuku či za pomoci ostrých a tenkých mikro Jehliček.:
 - Iontoforéza – proces zvýšené penetrace léčiv do kůže působením el. proudu. Účinná látka se aplikuje pod aktivní elektrodu a druhá elektroda s opačným nábojem se umístí na neutrální části povrchu těla. Působením el. proudu dochází k pohybu iontů přes kůži na místo určení.
 - Sonoforéza - působením ultrazvuku dochází k biomechanické mikromasáži a mírnému prohřátí pokožky, což pozitivně působí na vazodilataci cév. Posiluje se zásobování buněk a urychluje se proces látkové výměny. Plet' se obnovuje a oddalují se známky stárnutí. Přípravek, který se na pleť nanese, se díky ultrazvuku dostane hlouběji a prostoupí i buněčnou stěnou. Ultrazvukem se viditelně normalizuje tvorba kožního mazu.
 - Dermaroller – váleček s mikro Jehlami, které procházejí svrchní vrstvou pokožky a tím vytvářejí mikrokanálky, kterými se účinné látky dostávají do kůže. Ta narušením vytváří více kolagenu a elastinu.

- III. Existují ještě různé přípravky, které dopomohou ke zvýšení působení krému, jako jsou: éterické oleje, technologie s použitím okluze (uzavření pokožky), kyselina olejová nebo nanotechnologie. U všech těchto přípravků je nutná značná opatrnost při jejich aplikaci, aby nedošlo k podráždění pokožky (ANON a, 2013).

Příloha E

Dotazník č. 1 – ošetření plazma terapií

VYSOKÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ, O. P. S.

KATEDRA SPECIALIZACE VE ZDRAVOTNICTVÍ



Jako studentka oboru všeobecná sestra na Vysoké škole zdravotnické a píším bakalářskou práci na téma Edukace klientek o možnostech rejuvenace (omlazení) pleti. Chtěla bych Vás tedy poprosit o vyplnění tohoto krátkého dotazníku, který je součástí mé práce. Dotazník je anonymní a jeho výsledky pomohou ke zkvalitnění péče v oblasti omlazení pleti. Předem děkuji za vyplnění. Studentka VŠZ Denisa Dvořáková.

1. Podstoupila jste již někdy aplikaci plazma terapie?

ANO

NE

2. Pokud ano, byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

3. Víte, jaká jsou omezení k aplikaci plazma terapie?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

4. Víte, jaké jsou druhy plazma terapie?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

5. Víte, jaké zásady je vhodné dodržovat před aplikací plazma terapie?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

6. Víte, jak bude probíhat samotná aplikace plazma terapie?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

7. Víte, jak se starat o pleť po aplikaci plazma terapie?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

Příloha F

Dotazník č. 2 – ošetření chemickým peelingem

VYSOKÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ, O. P. S.

KATEDRA SPECIALIZACE VE ZDRAVOTNICTVÍ



Jako studentka oboru všeobecná sestra na Vysoké škole zdravotnické a píší bakalářskou práci na téma Edukace klientek o možnostech rejuvenace (omlazení) pleti. Chtěla bych Vás tedy poprosit o vyplnění tohoto krátkého dotazníku, který je součástí mé práce. Dotazník je anonymní a jeho výsledky pomohou ke zkvalitnění péče v oblasti omlazení pleti. Předem děkuji za vyplnění. Studentka VŠZ Denisa Dvořáková.

1. Podstoupila jste již někdy ošetření chemickým peelingem?
ANO NE
2. Pokud ano, byla jste s výsledkem ošetření spokojena?
URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE
3. Víte, jaká jsou omezení k aplikaci chemického peelingu?
URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE
4. Víte, jaké zásady je vhodné dodržovat před aplikací chemického peelingu?
URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE
5. Víte, jak bude probíhat samotná aplikace chemického peelingu?
URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE
6. Víte, jak se starat o pleť po aplikaci chemického peelingu?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

Příloha G

Dotazník č. 3 – aplikace botulotoxinu

VYSOKÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ, O. P. S.

KATEDRA SPECIALIZACE VE ZDRAVOTNICTVÍ



Jako studentka oboru všeobecná sestra na Vysoké škole zdravotnické a píšící bakalářskou práci na téma Edukace klientek o možnostech rejuvenace (omlazení) pleti. Chtěla bych Vás tedy poprosit o vyplnění tohoto krátkého dotazníku, který je součástí mé práce. Dotazník je anonymní a jeho výsledky pomohou ke zkvalitnění péče v oblasti omlazení pleti. Předem děkuji za vyplnění. Studentka VŠZ Denisa Dvořáková.

1. Podstoupila jste již někdy aplikaci botulotoxinu?

ANO

NE

2. Pokud ano, byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

3. Víte, jaká jsou omezení k aplikaci botulotoxinu?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

4. Víte jak často je vhodné botulotoxin aplikovat?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

5. Víte, jak dlouho Vám účinek botulotoxinu vydrží?

URČITĚ ANO

SPÍŠE ANO NEVÍM

SPÍŠE NE

URČITĚ NE

6. Víte, jak bude probíhat samotná aplikace botulotoxinu?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

7. Víte, jaké zásady máte dodržovat po aplikaci botulotoxinu?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

Příloha H

Dotazník č. 4 – aplikace injekční výplně

VYSOKÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ, O. P. S.

KATEDRA SPECIALIZACE VE ZDRAVOTNICTVÍ



Jako studentka oboru všeobecná sestra na Vysoké škole zdravotnické a píšící bakalářskou práci na téma Edukace klientek o možnostech rejuvenace (omlazení) pleti. Chtěla bych Vás tedy poprosit o vyplnění tohoto krátkého dotazníku, který je součástí mé práce. Dotazník je anonymní a jeho výsledky pomohou ke zkvalitnění péče v oblasti omlazení pleti. Předem děkuji za vyplnění. Studentka VŠZ Denisa Dvořáková.

1. Podstoupila jste již někdy aplikaci výplně?

ANO NE

2. Pokud ano, byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

3. Víte, jaká jsou omezení k aplikaci výplně?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

4. Víte, jaká je trvanlivost vaší výplně?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

5. Víte, jaké vlastnosti má mít správná výplň?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

6. Víte, jak bude probíhat samotná aplikace výplně?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

7. Víte, jak se starat o Vaší pleť po aplikaci výplně?

URČITĚ ANO SPÍŠE ANO NEVÍM SPÍŠE NE URČITĚ NE

Příloha I

Interpretace výsledků: Dotazník č. 1 – ošetření plazma terapií

Tabulka 1.1 - Podstoupila jste již někdy aplikaci plazma terapie?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	4	50 %
ne	4	50 %

Dotazníku zaměřujícího se na rejuvenaci za pomoci plazma terapie se zúčastnilo 8 žen, z toho 4 (50 %) plazma terapii již v minulosti podstoupily a další 4 klientky (50 %) šly na ošetření vlastní plazmou poprvé. Tato otázka byla klíčová pro vyhodnocování dalších otázek z dotazníku.

Tabulka 1.2 Pokud, ano byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	2	50 %
Spíše ano	2	50 %
Nevím	0	0 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	4	100 %

I když se nejednalo o vědeckou otázku a pocit spokojenosti klientek byl čistě subjektivní, tak právě subjektivní pocit spokojenosti je u soukromých klinik ukazatelem úspěšného ošetření. Pokud jsou klientky s výsledkem spokojeny, je velká pravděpodobnost, že navštíví kliniku znovu. Odpověď určitě ano zvolily 2 klientky (50 %) a odpověď spíše ano také 2 klientky (50 %). Odpovědi nevím, spíše ne a určitě ne zvolilo 0 (0 %) klientek.

Graf 1.2 Pokud, ano byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

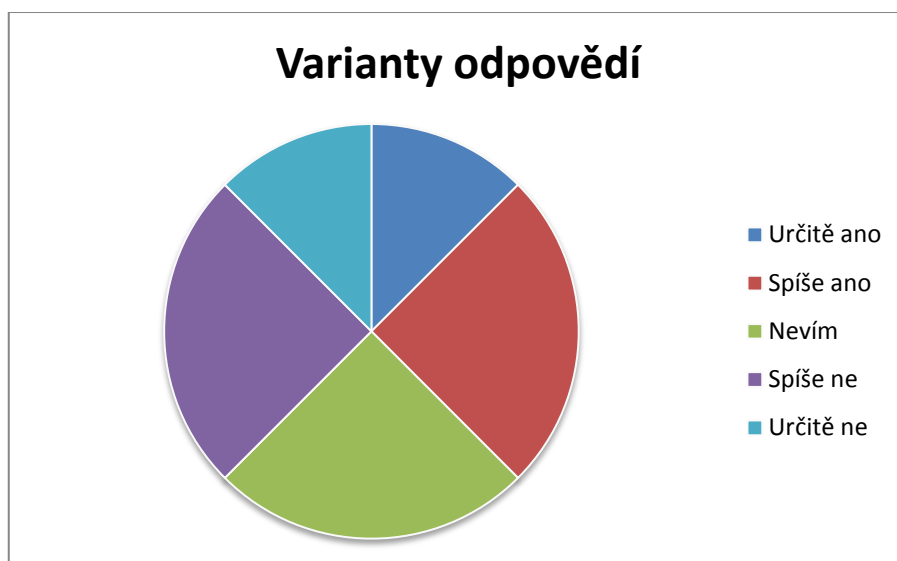


Tabulka 1.3 - Víte, jaká jsou omezení k aplikaci plazma terapie?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	1	12,5 %
Spíše ano	2	25 %
Nevím	2	25 %
Spíše ne	2	25 %
Určitě ne	1	12,5 %
Celkem	8	100 %

Tato otázka zjišťovala informovanost klientek o kontraindikacích k aplikaci plazma terapie. Patří sem např. nesteroidní protizánětlivá léčiva, která klientka deset dní před zákrokem nesmí užívat. Tyto látky narušují funkci krevních destiček v normálním procesu srážení krve a tím způsobují krvácení a tvorbu hematomů. Většina klientek od ambulantních zákroků očekává minimální dobu zotavení a nulovou pracovní neschopnost. Pokud by klientka tyto léky brala, a po zákroku se tedy vyskytly velké hematomy, znamenalo by to delší dobu rekonvalescence a také nespokojenost klientky. Odpověď na otázku – víte, jaká jsou omezení k aplikaci plazma terapie, zvolila určitě ano 1 respondentka (12,5 %), spíše ano 2 respondentky (25 %), nevím také 2 (25 %) a nevím taktéž 2 respondentky (25 %). Pouze 1 zvolila odpověď určitě ne (12,5 %).

Graf 1.3 - Víte, jaká jsou omezení k aplikaci plazma terapie?

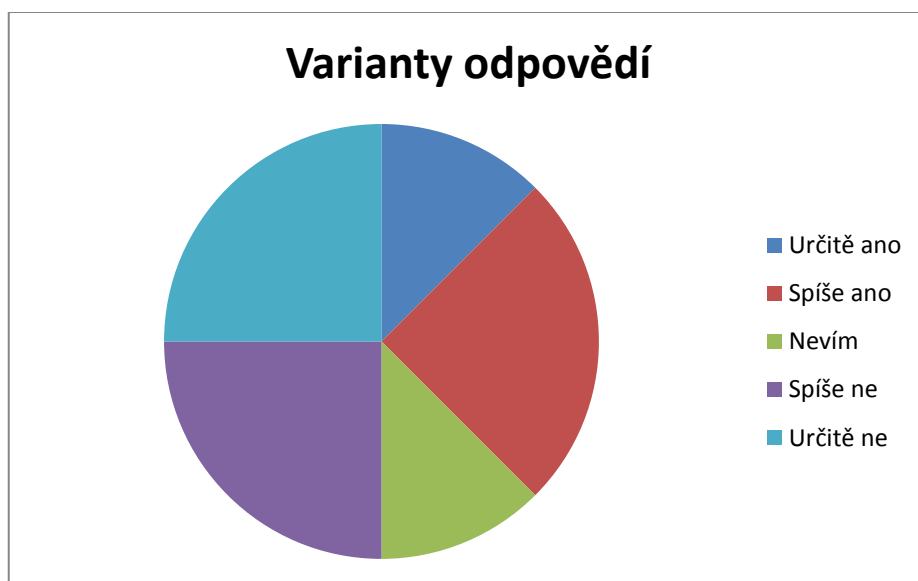


Tabulka 1.4 - Víte, jaké jsou druhy plazma terapie?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	1	12,5 %
Spíše ano	2	25 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	2	25 %
Určitě ne	2	12,5 %
Celkem	8	100 %

Tato otázka zjišťovala orientaci klientek v druzích plazma terapie. Dnešní trh nabízí tři základní druhy plazma terapie. Tekutou plazmu, která je bez příměsí a obsahuje pouze DNA aktivátor a je vhodná pro mladší klientky. Plazmu obohacenou o kyselinu hyaluronovou, která zlepšuje výsledný efekt ošetření. Třetí varianta je gelová plazma, která obsahuje i zkumavku s vlastním autogelem, který slouží k výplni vrásek. Pokud klientka zná všechny druhy plazma terapie a jejich funkci, může si vybrat druh, který splní všechna očekávání, jaká si od ošetření slibuje. Pouze 1 respondentka (12,5 %) uvedla odpověď určitě ano, tedy že určitě zná všechny druhy plazma terapie. Další 2 respondentky (25 %) daly odpověď spíše ano. 1 (12,5 %) klientka zadala odpověď nevím a spíše ne udávaly 2 (25 %). Odpověď určitě ne zapsaly také dvě respondentky (25 %).

Gram 1.4 - Víte, jaké jsou druhy plazma terapie?

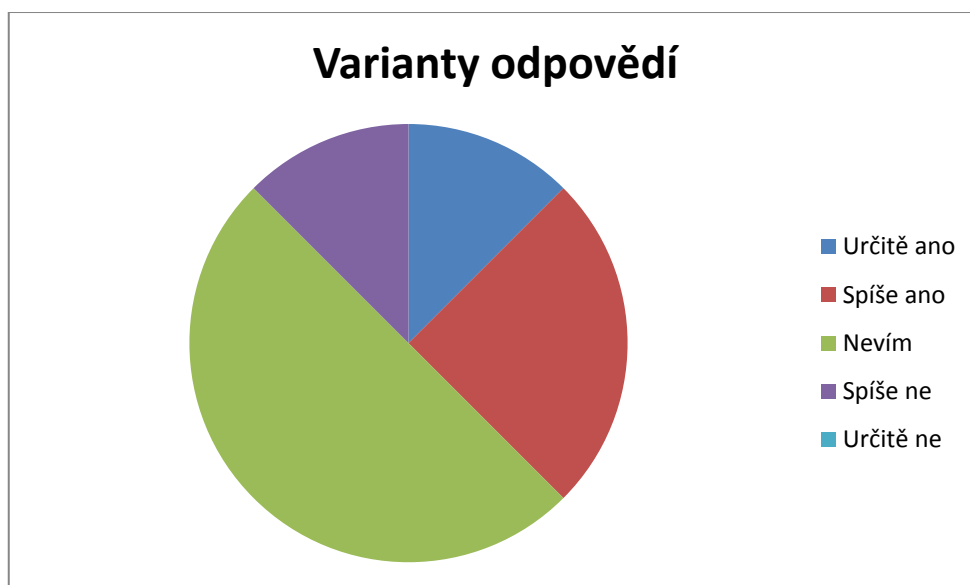


Tabulka 1.5 - Víte, jaké zásady je vhodné dodržovat před aplikací plazma terapie?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	1	12,5 %
Spíše ano	2	25 %
Nevím	4	50 %
Spíše ne	1	12,5 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

U otázky – víte, jaké zásady je vhodné dodržovat před aplikací plazma terapie, bylo již předpokládáno, že klientky u zvolení odpovědi budou váhat. Málo která žena ví, že několik dní před ošetřením plazma terapií je doporučeno nejíst tučná jídla a nepít alkohol, aby byla krevní plazma co nejkvalitnější, a je vhodné pít 2l vody denně. Odpověď určitě ano zadala 1 žena (12,5 %), spíše ano 2 ženy (25 %). Nejčastější odpověď nevíím udávaly 4 ženy (50 %) a spíše ne zadala 1 žena (12,5 %). Odpověď určitě ne se nevyskytla 0 (0 %).

Graf 1.5 - Víte, jaké zásady je vhodné dodržovat před aplikací plazma terapie?

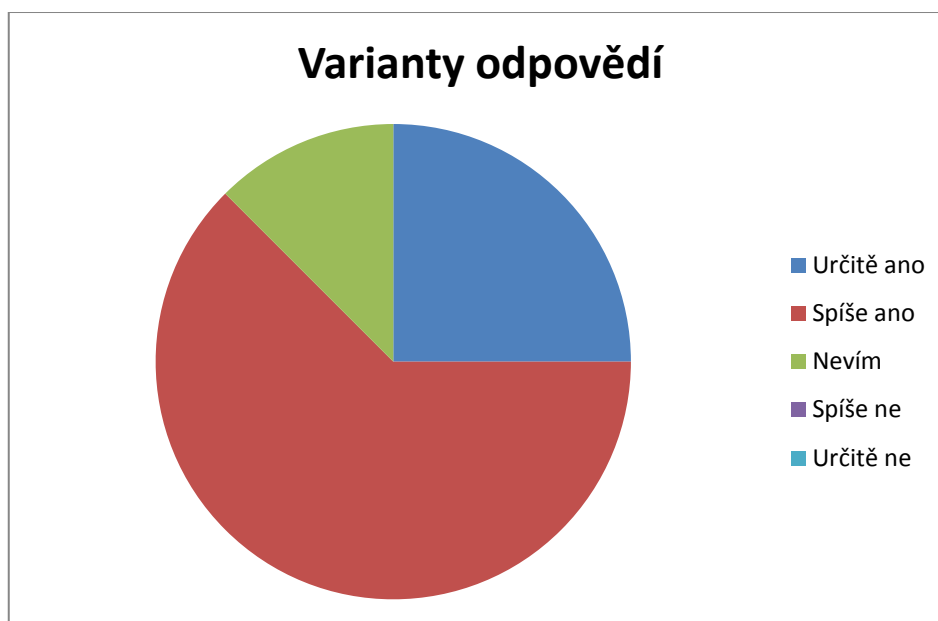


Tabulka 1.6 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace plazma terapie?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	2	25 %
Spíše ano	5	62,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Výsledky odpovědí, odpovídaly tomu, že polovina dotazovaných respondentek již toto ošetření podstoupila. Také je všeobecně známo, co ženy před absolvováním takové ošetření dělají nejčastěji, a to je sledování videí na internetu, kde je aplikace plazma terapie natočena. Klientky se tím nejen informují o tom, jak aplikace plazma terapie bude probíhat, ale také se tím psychicky uklidňují. Z praxe totiž vyplývá, že téměř každý člověk má větší či menší strach z jehel, které jsou k aplikaci plazmy nezbytné. Tedy 2 dotazované (25 %) odpověděly na otázku určitě ano, 5 respondentek (62,5 %) spíše ano a 1 (12,5 %) respondentka uvedla odpověď nevím. Odpovědi spíše ne a určitě ne uvedl nikdo (0 %).

Graf 1.6 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace plazma terapie?

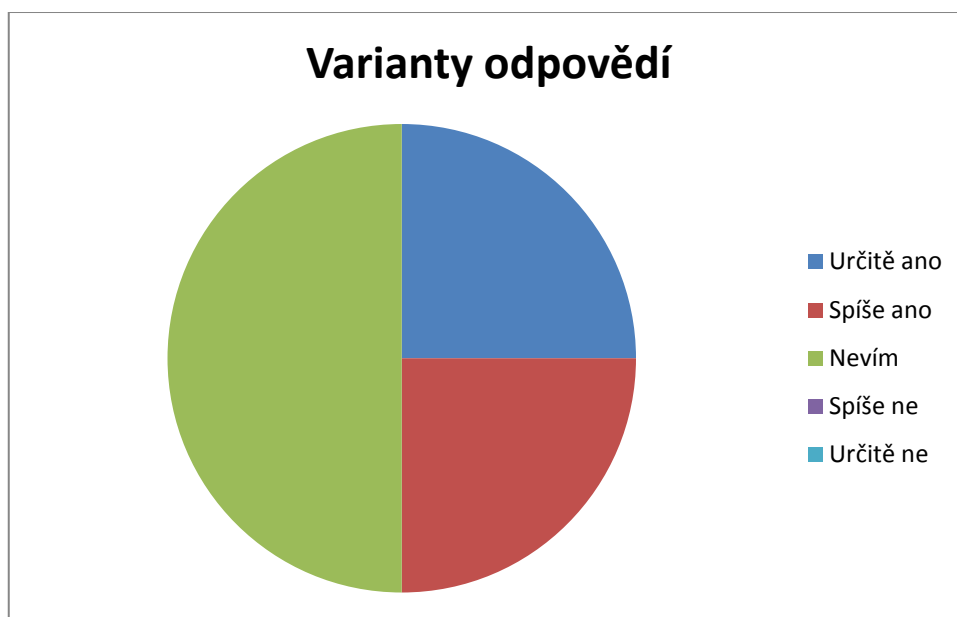


Tabulka 1.7 – Víte, jak se starat o pleť po aplikaci plazma terapie?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	2	25 %
Spíše ano	2	25 %
Nevím	4	50 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Být edukována v oblasti, jak se starat o pleť po plazma terapii, je více než nutné. Dodržování zásad jako jsou - nevystavovat se dlouhodobému slunečnímu záření, nechodit do sauny nebo bazénu alespoň 2-3 dny. Nevystavovat se extrémně horkým či extrémně mrazivým teplotám po dobu 2-3 dnů. Den po zákroku se nevěnovat namáhavým aktivitám a alespoň dva týdny neaplikovat na místo ošetření žádné peelingsy nebo laserová ošetření a pro maximální efekt ošetřovat pleť krémem s Retinolem. To vše je důležité pro výsledek ošetření, jaký si klientky přejí. Odpovědi odpovídají faktu, že polovina respondentek aplikaci plazma terapie podstupovala poprvé a druhá polovina na omlazení pomocí vlastní plazmy již byla. Určitě ano zakroužkovaly 2 ženy (25 %), spíše ano také 2 (25 %). Nevím zadaly 4 klientky (50 %), které pravděpodobně na ošetření plazmou šly poprvé. Odpověď spíše ne byla 0 (0 %) a stejně tak odpověď určitě ne 0 (0 %).

Graf 1.7 - Víte, jak se starat o pleť po aplikaci plazma terapie?



Příloha J

Interpretace výsledků: Dotazník č. 2 – ošetření chemickým peelingem

Tabulka 2,1 - Podstoupila jste již někdy ošetření chemickým peelingem?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	5	62,5 %
ne	3	37,5 %

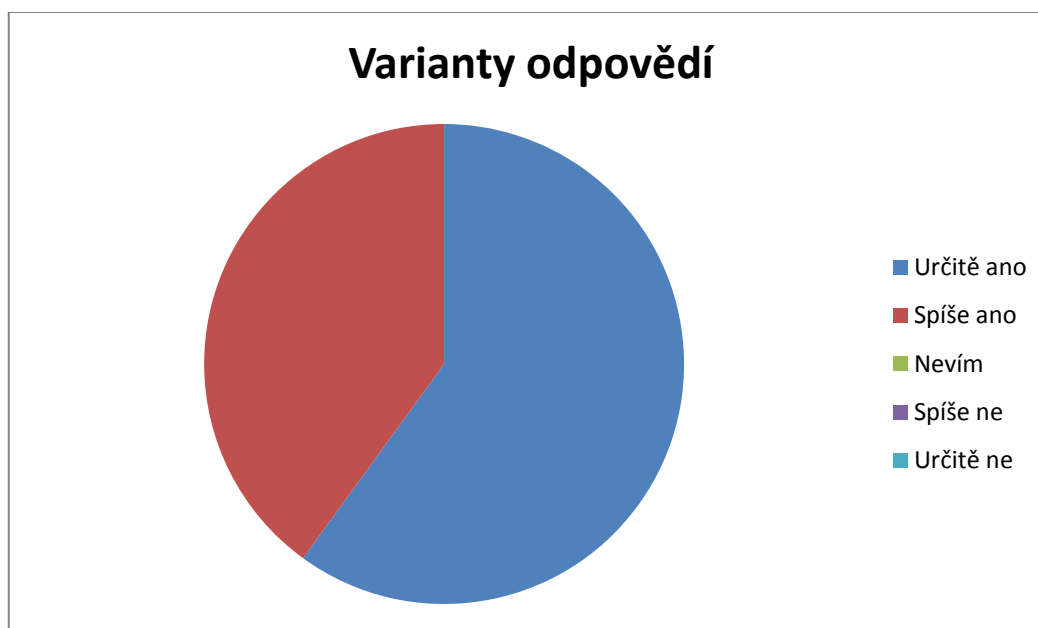
Otázka č. 1 v dotazníku zaměřujícím se na ošetření chemickým peelingem udávala, kolik klientek již ošetření podstoupilo. 5 respondentek (62,5 %) uvedlo odpověď ano a 3 respondentky (37,5 %) odpověď ne. Výsledky této otázky pak byly stěžejní k dedukcím dalších odpovědí v dotazníku.

Tabulka 2.2 - Pokud ano, byla jste s výsledkem ošetření spokojena?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	3	60 %
Spíše ano	2	40 %
Nevím	0	0 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	5	100 %

I u této otázky jsme si byli vědomi její nevědeckosti, avšak subjektivní pocit klientek je pro estetickou medicínu tím nejlepším ukazatelem dobře odvedené práce. Z pěti klientek, které ošetření chemickým peelingem již podstoupily, udaly 3 (60 %) určitě ano a další 2 (40 %) spíše ano.

Graf 2.2 - Pokud ano, byla jste s výsledkem ošetření spokojena?

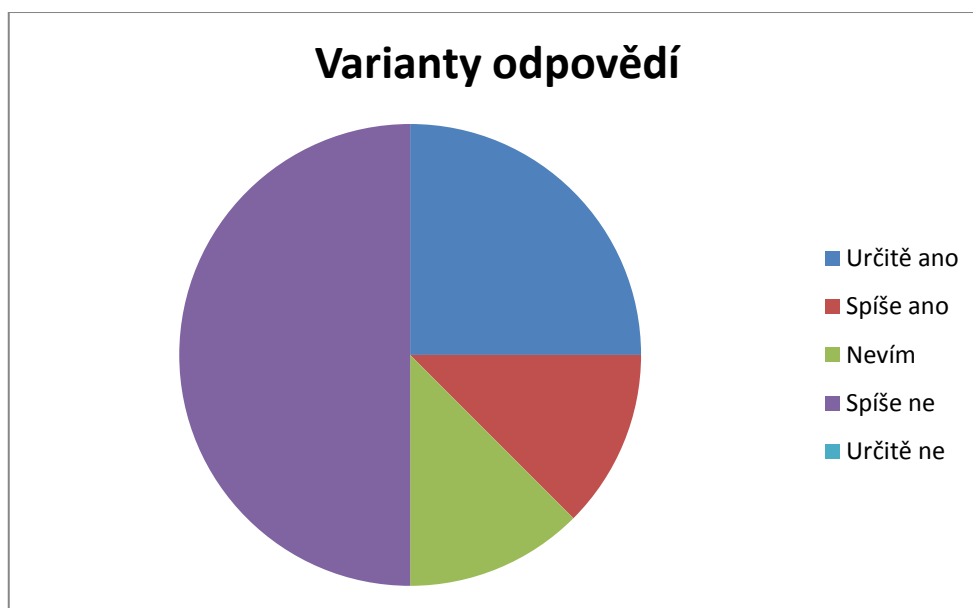


Tabulka 2.3 - Víte, jaká jsou omezení k aplikaci chemického peelingu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	2	25 %
Spíše ano	1	12,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	4	50 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

U chemického peelingu je znalost omezení k ošetření velice důležitá. Všechny klientky by měly před samotnou aplikací vědět, že nemohou peeling podstoupit např. pokud mají alergie na účinnou látku, polyvalentní alergie, akutní infekce, poruchy imunity, keloidní jizvení a pokud postoupily léčbu izotretinoinem v posledních šesti měsících. Stav po invazivním ošetření v plánovaném místě výkonu také není vhodný. Pokud klientka některé z omezení nezná a aplikaci podstoupí, výsledek ošetření může mít až fatální následky například v podobě jizev na obličeji. Z odpovědí vyplynulo, že respondentky si omezení a s tím spojených rizik nejsou příliš vědomy. Určitě ano uvedly pouze 2 z dotazovaných (25 %), spíše ano 1 respondentka (12,5 %), nevím také 1 (12,5 %) a v tomto případě alarmující odpověď spíše ne vyplnila polovina klientek (50 %). Určitě ne nezakroužkovala žádná z respondentek (0 %).

Graf 2.3 - Víte, jaká jsou omezení k aplikaci chemického peelingu?

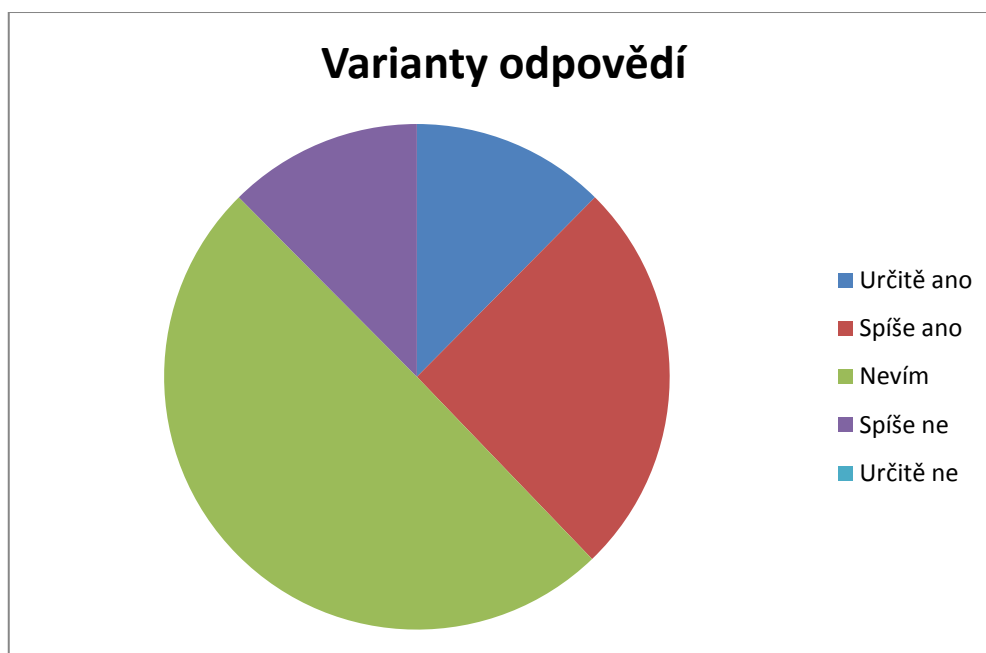


Tabulka 2.4 - Víte, jaké zásady je vhodné dodržovat před aplikací chemického peelingu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	1	12,5 %
Spíše ano	2	25,5 %
Nevím	4	50 %
Spíše ne	1	12,5 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100%

Otázka na zásady, které, je dobré dodržovat před aplikací chemického peelingu, nebyla tak zásadní, jako předchozí otázka týkající se omezení, ale znalost odpovědí na tuto otázku zaručuje větší efekt ošetření. Odpovědí bylo např. myšleno použití krému s nízkou koncentrací kyseliny glykolové, která přispěje k lepšímu efektu chemického peelingu. Pouze 1 žena (12,5 %) uvedla odpověď určitě ano, spíše ano 2 (25 %) a nevím polovina 4 z dotazovaných (50 %). Spíše ne bylo uvedeno 1x (12,5 %) a určitě ne 0x (0 %).

Graf 2.4 - Víte, jaké zásady je vhodné dodržovat před aplikací chemického peelingu?

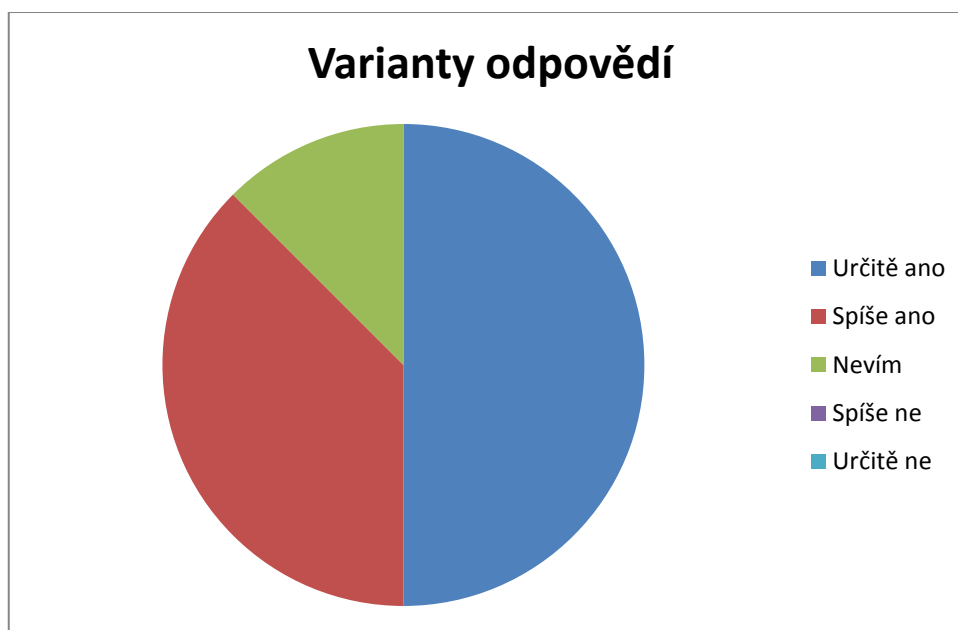


Tabulka 2.5 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace chemického peelingu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	4	50 %
Spíše ano	3	37,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Výsledky odpovědí, kdy polovina 4 (50 %) klientek zakroužkovaly určitě ano, další 3 (37,5 %) spíše ano a pouze 1 respondentka (12,5 %) zadala odpověď nevím, odpovídaly dvěma faktům. Zaprvé pět respondentek ošetření chemickým peelinkem již podstoupilo a tedy vědělo, co od aplikace ch. p. očekávat. Zadruhé většina internetových zdrojů a propagačních letáčků se nejvíce zaměřuje na popis samotného ošetření. Takže i většina žen, které jdou na ošetření poprvé tuší, jak bude ošetření probíhat.

Graf 2.5 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace chemického peelingu?

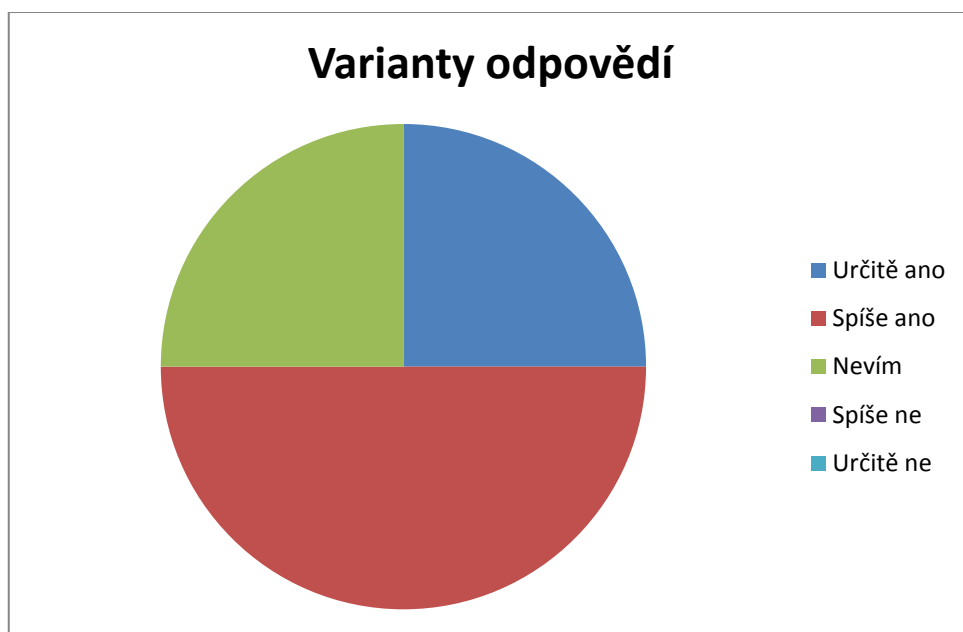


Tabulka 2.6 - Víte, jak se starat o pleť po aplikaci chemického peelingu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	2	25 %
Spíše ano	4	50 %
Nevím	2	25 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Nejen samotná aplikace chemického peelingu je důležitá pro výsledný efekt, ale stejnou váhu má i znalost a dodržování zásad péče o pleť po ošetření. Důležité je se vyhnout UV záření a používat krémy s vysokým faktorem. Odpověď určitě ano uvedly 2 respondentky (25 %), spíše ano polovina dotazovaných žen (50 %), 2 (25 %) udávaly odpověď nevím. Odpověď spíše ne nebyla vůbec zadána (0 %), stejně tak odpověď určitě ne 0 (0 %).

Graf 2.6 - Víte, jak se starat o pleť po aplikaci chemického peelingu?



Příloha K

Interpretace výsledků: Dotazník č. 3 – aplikace botulotoxinu

Tabulka 3.1 – Podstoupila jste již někdy aplikaci botulotoxinu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	7	87,5 %
ne	1	12,5 %

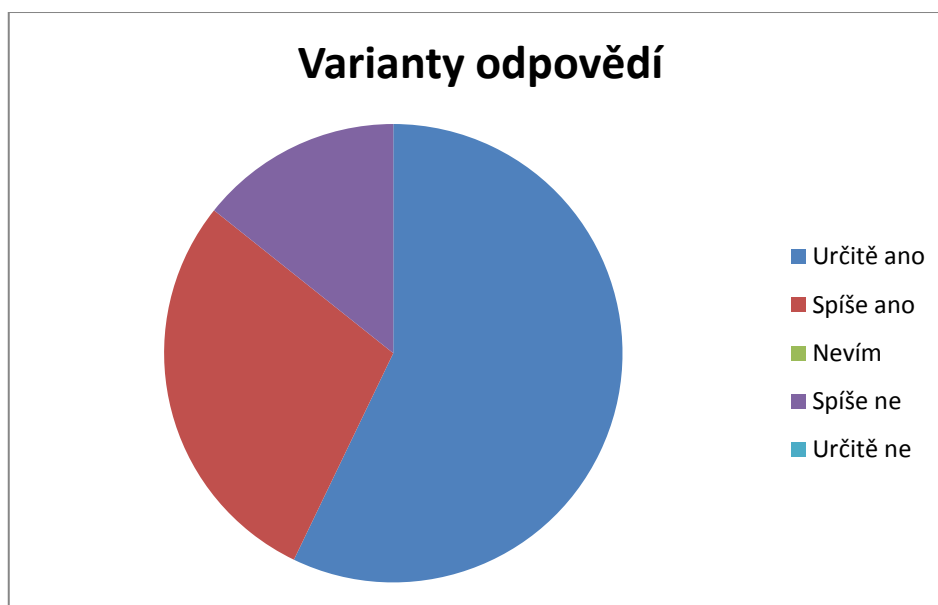
Kontrolní otázka pro zjištění nových či stálých klientek tohoto ošetření dopadla následovně: drtivá většina, neboli 7 klientek (87,5 %), na aplikaci botulotoxinu již byla. Pouze 1 respondentka (12,5 %) šla na aplikaci poprvé.

Tabulka 3.2 - Pokud ano, byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	4	57,14 %
Spíše ano	2	28,57 %
Nevím	0	0 %
Spíše ne	1	14,29 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	7	100 %

Čtyři dotazované ženy (57,14 %) uvedly odpověď určitě ano, tedy úplnou spokojenost s aplikací botulotoxinu. Další 2 (28,57 %) se ztotožnily s odpovědí spíše ano. A 1 (14,29 %) z klientek uvedla odpověď spíše ne, což nabízelo otázku, proč klientka nebyla spokojena s aplikací botulotoxinu. Do úvahy přicházela i možnost o nedostatečné edukaci klientky, která mohla zavinit právě její nespokojenost.

Graf 3.2 - Pokud ano, byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

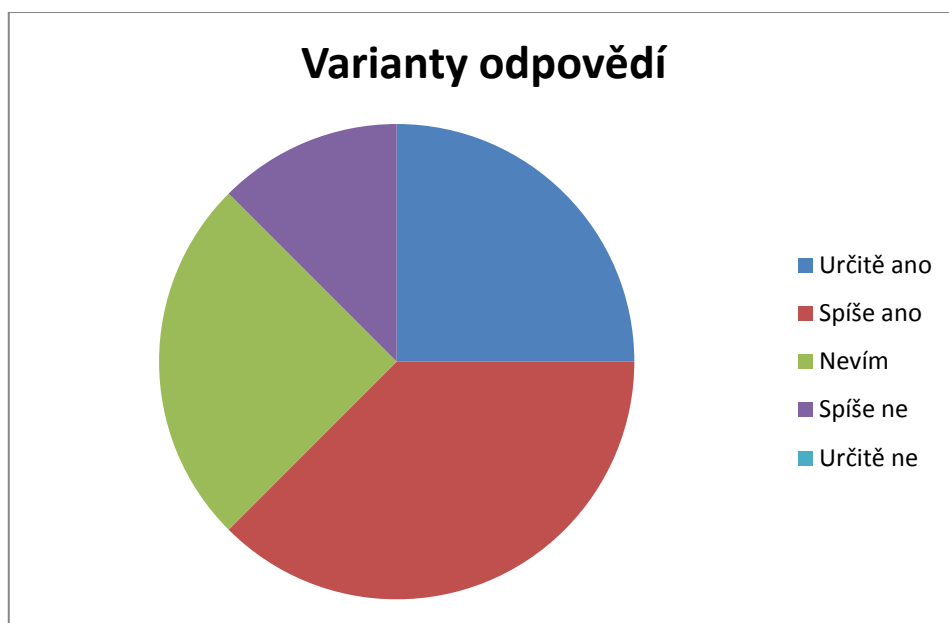


Tabulka 3.3 – Víte, jaká jsou omezení k aplikaci botulotoxinu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	2	25 %
Spíše ano	3	37,5 %
Nevím	2	25 %
Spíše ne	1	12,5 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

U této otázky se odpovědi spíše rozcházel. 2 klientky (25 %) zadaly odpověď určitě ano, další 3 (37,5 %) spíše ano. Nevím si vybraly 2 respondentky (25 %) a spíše ne 1 (12,5 %). Odpověď určitě ne se nevyskytla 0 (0%). Otázkou ale stále zůstávalo, jestli klientky znaly opravdu všechna omezení k aplikaci botulotoxinu. Aplikace botulotoxinu v některých situacích může mít i vážný dopad na zdraví klientek. Kontraindikace pro aplikaci botoxu je např. těhotenství a laktace. Z chorob jsou to některé nervové poruchy např. onemocnění Myasthenia gravis. Důležité je také, zda má klientka problémy se srážlivostí krve nebo alergii na některou složku přípravku botulotoxinu. Injekce se také neaplikuje při zánětu oblasti, kde chce klientka vrásky vyhladit a antibiotika nebo antiarytmika mohou dokonce zákrok znemožnit.

Graf 3.3 - Víte, jaká jsou omezení k aplikaci botulotoxinu?

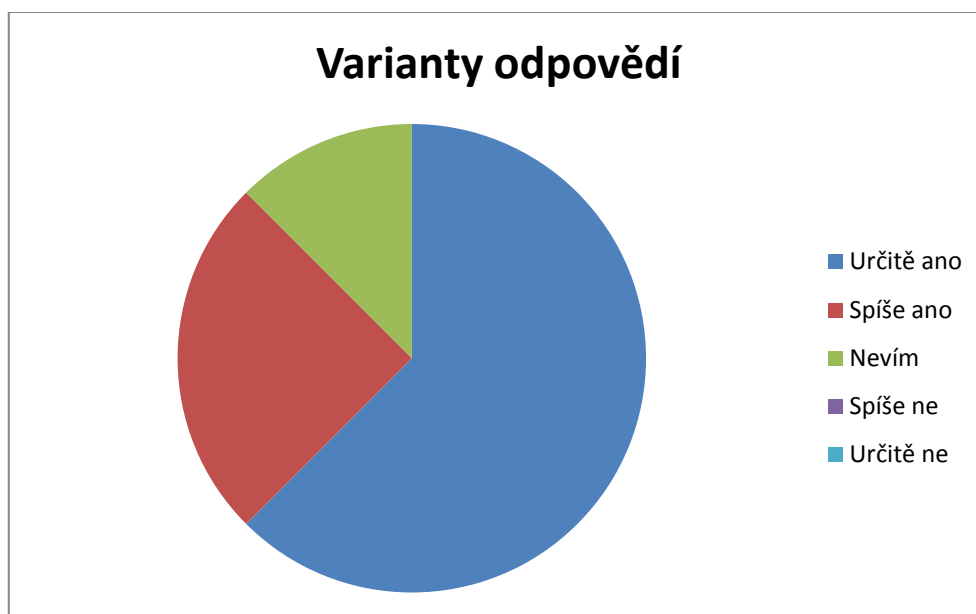


Tabulka 3.4 - Víte, jak často je vhodné botulotoxin aplikovat?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	5	62,5 %
Spíše ano	2	25 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Aby se z klientky nestala tzv. chodící maska, je důležité, aby byla dostatečně informována o častosti aplikace botulotoxinu. Účinek látky vydrží po první aplikaci pouze tři měsíce, po druhé asi půl roku a po třetí cca 9-12 měsíců. Čím déle se látka aplikuje, tím déle účinek vydrží. Častěji než 2x za rok by se aplikace botulotoxinu ve stejné lokalitě provádět neměla, mimo prvního roku. Informovanost klientek v této oblasti byla spíše příznivá. Určitě ano odpovědělo 5 žen (62,5 %), spíše ano 2 (25 %) a nevím jen 1 (12,5 %) z dotazovaných. Odpovědi spíše ne a určitě ne nevyplnila žádná z klientek 0 (0 %).

Graf 3.4 - Víte, jak často je vhodné botulotoxin aplikovat?

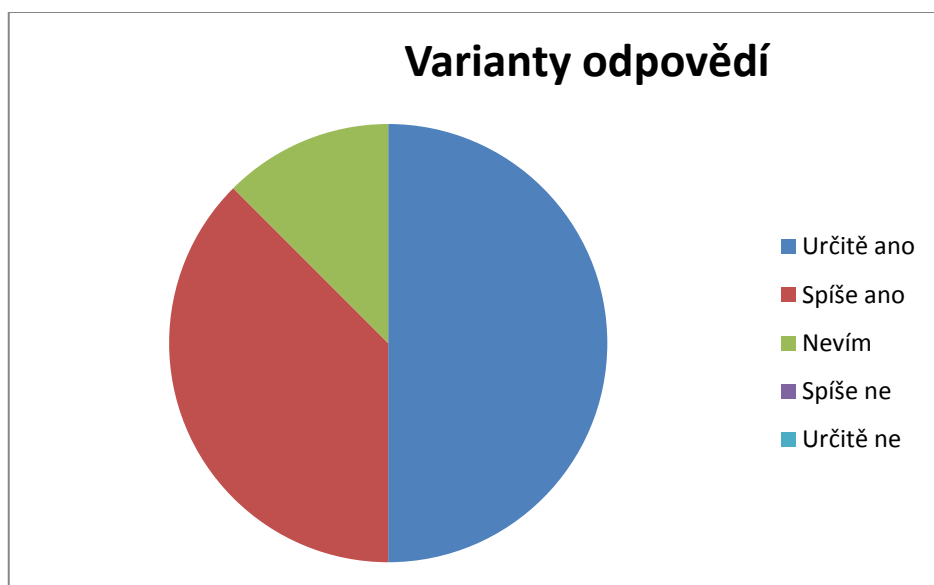


Tabulka 3.5 - Víte, jak dlouho Vám účinek botulotoxinu vydrží?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	4	50 %
Spíše ano	3	37,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Tato otázka navazovala na otázku předchozí. Klientky by si měly všimnout výsledného efektu ošetření a pozorovat délku jeho trvání. Pokud lékař účinnou látku správně aplikuje a klientka dodrží všechny pokyny, efekt ošetření vydrží po první aplikaci pouze tři měsíce, po druhé asi půl roku a po třetí cca 9-12 měsíců jak již bylo zmíněno výše. Výsledky této otázky se od předchozí lišily jen minimálně. Klientky, jenž uvedly odpověď určitě ano byly 4 (50 %). Spíše ano uvedly 3 (37,5 %), neví odpověděla opět 1 klientka (12,5 %). Odpovědi spíše ne a určitě ne se nevyskytly (0 %).

Graf 3.5 - Víte, jak dlouho Vám účinek botulotoxinu vydrží?

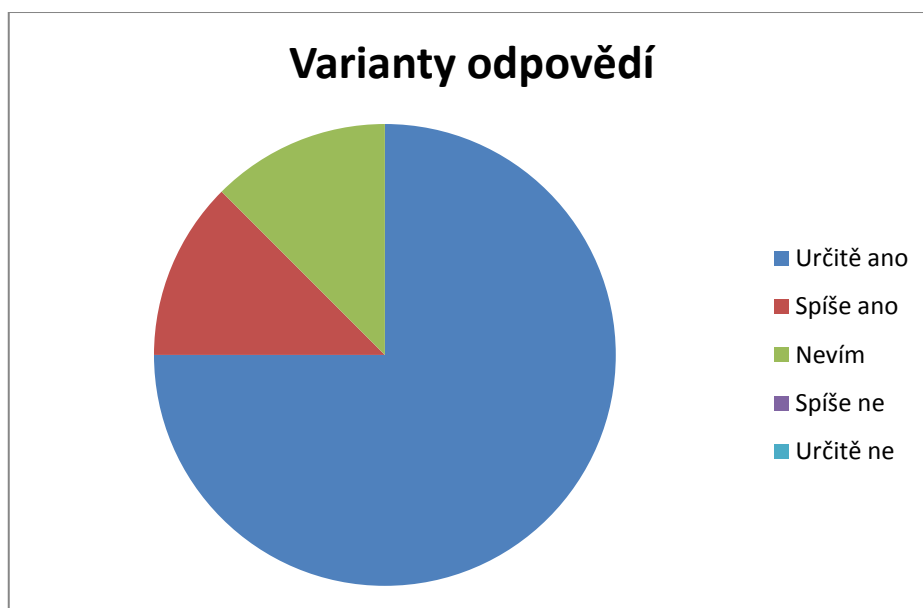


Tabulka 3.6 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace botulotoxinu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	6	75 %
Spíše ano	1	12,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Způsob, jakým se botulotoxin aplikuje, je mezi ženami velice známý a tomu odpovídaly také odpovědi dotazovaných respondentek. Odpověď určitě ano uvedlo 6 klientek (75 %), další 1 žena (12,5 %) zadala spíše ano a pouze 1 respondentka (12,5 %) uvedla odpověď nevím. Spíše ne a určitě ne nezakroužkovala žádná (0 %).

Graf 3.6 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace botulotoxinu?

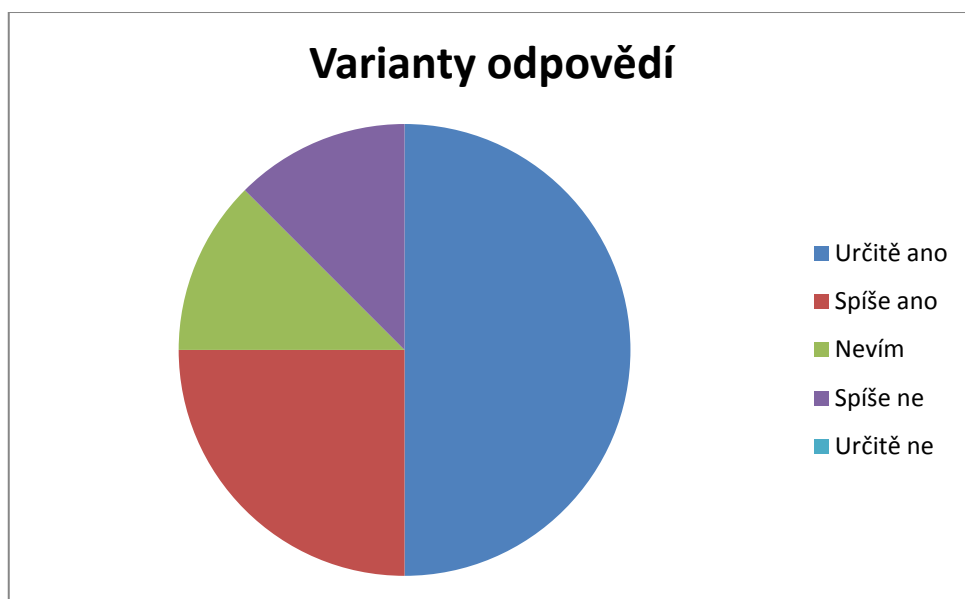


Tabulka 3.7 - Víte, jaké zásady máte dodržovat po aplikaci botulotoxinu?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	4	50 %
Spíše ano	2	25 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	1	12,5 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Aby byl efekt botulotoxinu úplný, musí klientka dodržet několik pravidel. Po zákroku si čtyři hodiny nelehat, aby botulotoxin nestekl do očí a nezpůsobil spadnutí víček. Také by se měla vyhnout škrábání či tření ošetřeného místa, a to alespoň po 12 hodin, a zhruba týden by neměla chodit na kosmetiku, solária a masáže. Odpověď ano uvedla polovina žen (50 %), které se průzkumu zúčastnily. Další 2 zakroužkovaly odpověď spíše ano (25 %), 1 respondentka (12,5 %) odpověděla možností nevím a další 1 klientka (12,5 %) zadala spíše ne.

Graf 3.7 - Víte, jaké zásady máte dodržovat po aplikaci botulotoxinu?



Příloha L

Interpretace výsledků: Dotazník č. 4 – aplikace injekční výplně

Tabulka 4.1 – Podstoupila jste již někdy aplikaci injekční výplně?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	7	87,5 %
ne	1	12,5 %

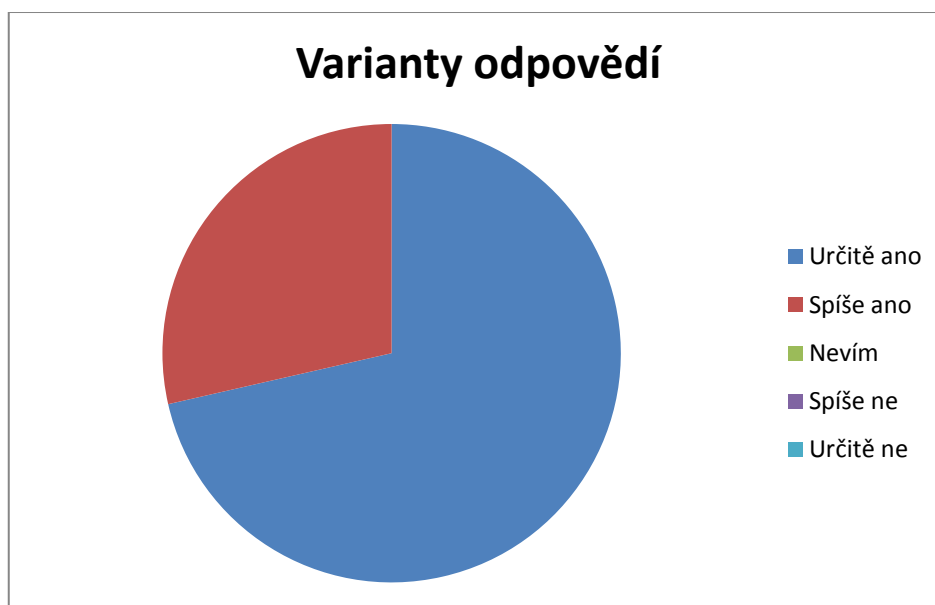
Aplikaci výplně již podstoupilo 7 (87,5 %) z dotazovaných žen, pouze 1 (12,5 %) šla na aplikaci poprvé. Při této skutečnosti by se mělo jednat o drtivou většinu plně informovaných klientek. Bohužel tomu tak nebylo.

Tabulka 4.2 - Pokud ano, byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	5	71,43 %
Spíše ano	2	28,57 %
Nevím	0	0 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	7	100 %

Ze sedmi klientek bylo plně spokojených a uvedlo odpověď určitě ano 5 (71,43 %) z dotazovaných. Další 2 respondentky (28,57 %) zadaly odpověď spíše ano, což bylo v tomto dotazníku považováno za ještě stále příznivou odpověď.

Graf 4.2 - Pokud ano, byla jste s výsledkem aplikace spokojena?

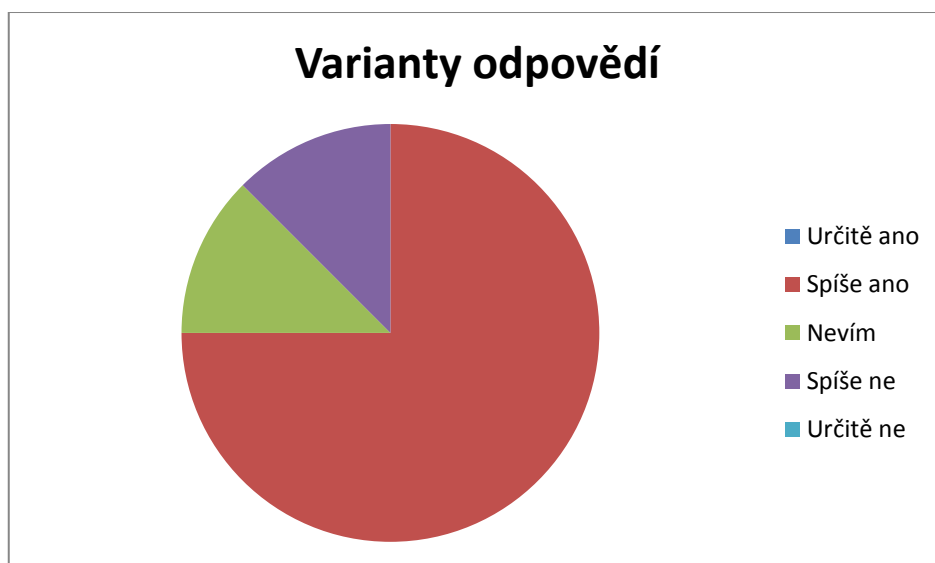


Tabulka 4.3 – Víte, jaká jsou omezení k aplikaci výplně?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	0	0 %
Spíše ano	6	75 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	1	12,5 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Kontraindikací neboli omezením k využití výplně kyseliny hyaluronové je těhotenství a kojení, infekce nebo autoimunitní onemocnění. Týden před vlastní aplikací je doporučeno vysadit protizánětlivé léky, léky zvyšující krvácivost a vyvarovat se požívání vyšších dávek vitamínu C. Pokud klientka tyto léky nevysadí, aplikaci výplně nebude možné uskutečnit. Z výsledků vyplynulo, že respondentky pravděpodobně některá z omezení znaly, ale nebyly si jisty, zda jsou informovány o všech kontraindikacích. Odpověď určitě ano totiž nezadala ani jedna z žen (0 %). Odpověď spíše ano ale zadalo velké množství klientek, a to 6 (75 %) z dotazovaných. Nevím bylo vyplněno 1x (12,5 %), stejně tak odpověď spíše ne byla vyplněna 1x (12,5 %). Určitě ne se nevyskytlo ani jednou (0 %).

Graf 4.3 - Víte, jaká jsou omezení k aplikaci výplně?

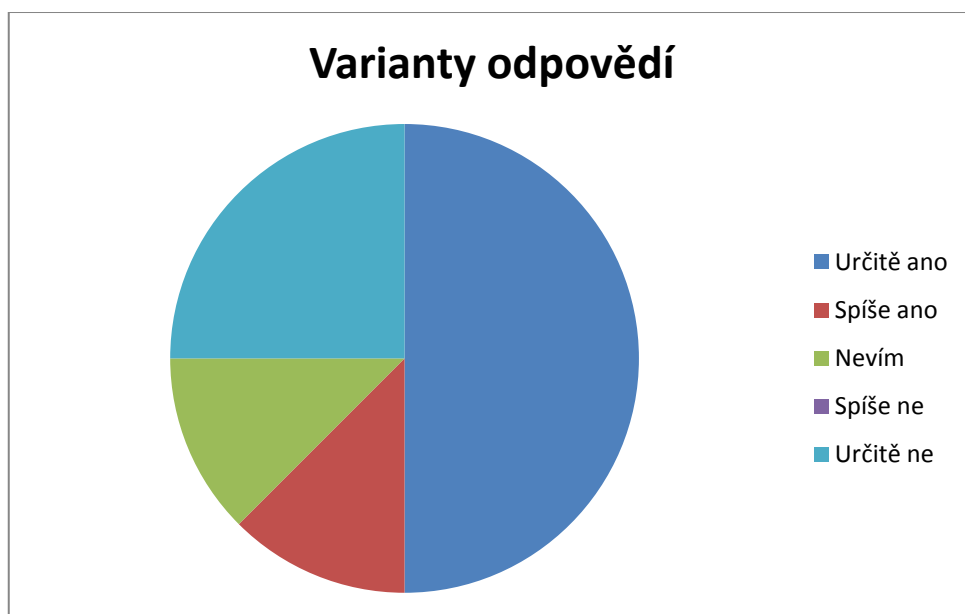


Tabulka 4.4 - Víte, jaká je trvanlivost vaší výplně?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	4	50 %
Spíše ano	1	12,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	2	25 %
Celkem	8	100 %

Je důležité upozornit, že všechny klientky, které podstoupily tento průzkum, se chystaly na aplikaci vstřebatelné injekční výplně. Vstřebatelná výplň má trvanlivost až 12 měsíců. Rozdíl mezi vstřebatelnou a nevstřebatelnou výplní není jen v trvanlivosti, ale hlavně ve velkých rizicích, která u nevstřebatelné výplně mohou nastat. Klientky by tato rizika měly znát, aby je od aplikace nevstřebatelných výplní popřípadě odradila. Odpovědi na tuto otázku se spíše rozcházejí. Určitě ano bylo zakroužkováno 4x (50 %), spíše ano 1x (12,5 %), nevím taktéž 1x (12,5 %). Spíše ne nezakroužkoval nikdo (0%), ale odpověď určitě ne si vybraly 2 ženy (25 %).

Graf 4.4 - Víte, jaká je trvanlivost vaší výplně?

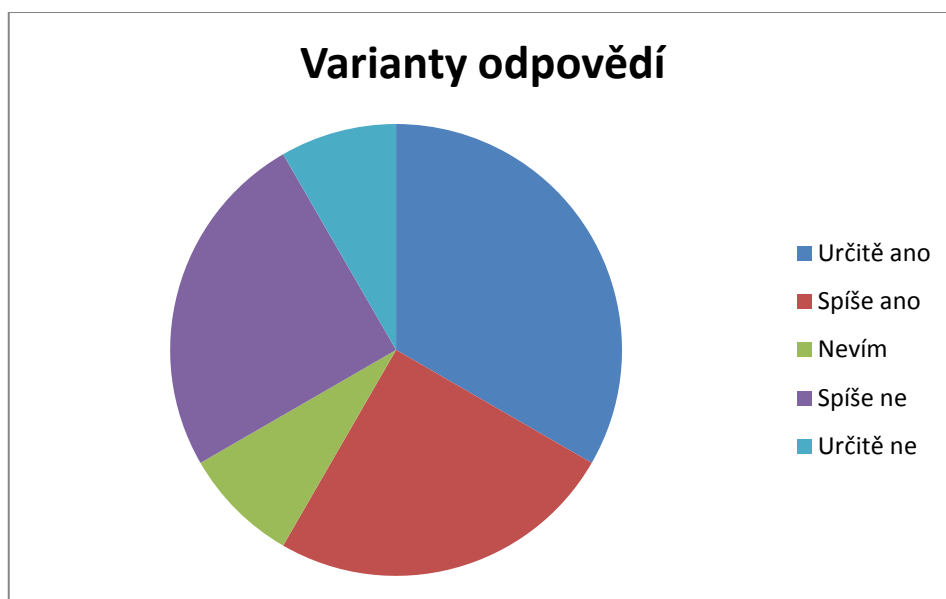


Tabulka 4.5 - Víte, jaké vlastnosti má mít správná výplň?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	0	50 %
Spíše ano	3	37,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	3	37,5%
Určitě ne	1	12,5 %
Celkem	8	100 %

Aby byly klientky schopny si vybrat správnou výplň, měly by být informovány o vlastnostech, které by každá výplň měla splňovat. Jsou to vlastnosti jako je bezpečnost, biokompatibilita a stálost po aplikaci. Dále by výplň měla být antialergenní, schopná co nejdéle udržet objem a stimulační efekt. Zde nedopadly odpovědi příliš dobře. Určitě ano se nevyskytlo ani jednou (0%), spíše ano zadaly 3 respondentky (37,5 %), nevím 1 z dotazovaných (12,5 %). Spíše ne vyplnily 3 ženy (37,5 %) a určitě ne 1 žena (12,5 %).

Graf 4.5 - Víte, jaké vlastnosti má mít správná výplň?

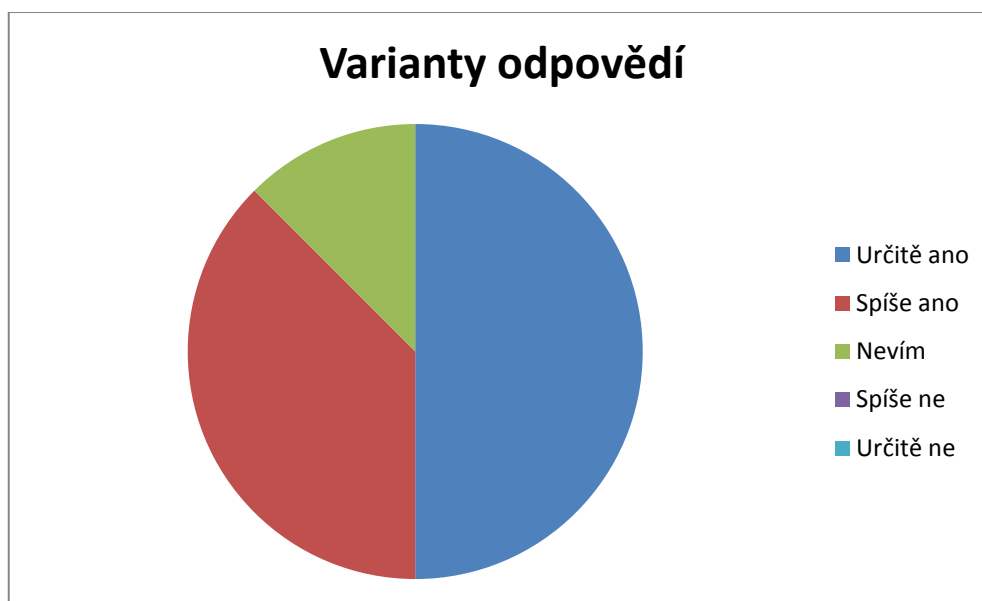


Tabulka 4.6 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace výplně?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	4	50 %
Spíše ano	3	37,5 %
Nevím	1	12,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Aplikace je ambulantní a krátkodobá a nevyžaduje žádnou zvláštní přípravu. Pouze před korekcí a augmentací rtů je doporučenou potřít ošetřovanou oblast na 1-2 hodiny anestetickým krémem. Po aplikaci dezinfekce je provedena vlastní aplikace, která je klientkou většinou velmi dobře tolerována. Stejně jako u aplikace botulotoxinu i před aplikací výplně vědí klientky, co je bude čekat. Odpovědi klientek odpovídaly výsledkům, kolik jich aplikaci výplně již podstoupilo a kolik ještě ne. Určitě ano zadala polovina z dotazovaných (50 %), spíše ano 3 ženy (37,5 %) a 1 (12,5 %) uvedla odpověď nevím. Odpovědi spíše ne a určitě ne se nevyskytly ani jednou (0 %).

Graf 4.6 - Víte, jak bude probíhat samotná aplikace výplně?

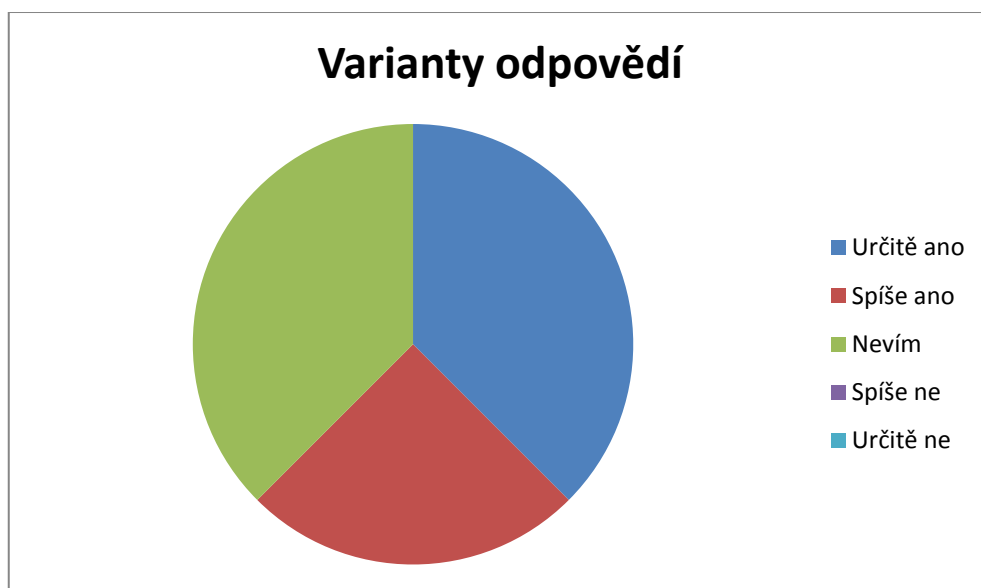


Tabulka 4.7 – Víte, jak se starat o Vaší pleť po aplikaci výplně?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Určitě ano	3	37,5 %
Spíše ano	2	25 %
Nevím	3	37,5 %
Spíše ne	0	0 %
Určitě ne	0	0 %
Celkem	8	100 %

Většina klientek nechce, aby jejich okolí vědělo, že podstoupily rejuvenační ošetření. Stejně tak je tomu u aplikace výplně a proto je důležité znát a dodržet pokyn po aplikaci výplně. Jedná se o použití krému s vitamínem K, který je používán k prevenci výskytu hematomů. Odpověď určitě ano se vyskytla 3x (37,5 %), spíše ano 2x (25 %) a odpověď nevím uvedly 3 respondentky (37,5 %). Spíše ne a určitě ne neuvedla žádná z dotazovaných klientek (0 %).

Graf 4.7 - Víte, jak se starat o Vaší plet' po aplikaci výplně?



Příloha M

Edukační list – plazma terapie

Plazma terapie

Co je plazma terapie

Jedná se o autologní metodu využívající zdrojů vlastní krve k omlazení pleti. Krevní plazma je bohatá na proteiny a růstové faktory ukryté v trombocytech (krevní destičky). Růstové faktory stimulují kmenové buňky v místě aplikace a ovlivňují tak proces hojení a regenerace, zpevnění pokožky a získání mladistvějšího vzhledu.

Účinky plazma terapie

- urychluje hojení
- vyhlazuje a zpevňuje pleť
- hydratuje vlivem kyseliny hyaluronové
- omlazuje díky tvorbě nové pojivové tkáně (kolagen a elastin)
- projasňuje pleť díky hydrataci a tvorbě nových cévních kapilár

Druhy plazma terapie

I. Tekutá plazma

Díky složení separačního gelu lze získat čistou plazmu bez příměsí červených a bílých krvinek. Důležitý je obsah Plus DNA aktivátoru, který stimuluje růstové faktory, a proto je efekt zákroku nyní ještě výraznější.

II. Plazma s HA

Jde o čistou krevní plazmu v kombinaci s kyselinou hyaluronovou. Přídáním kyseliny hyaluronové se zvyšuje regenerační potenciál plazmy, je zvýšená novotvorba kolagenu a vlastní kyseliny hyaluronové, což následně zlepšuje celkový vzhled ošetřené oblasti.

III. Gelová plazma

Hlavní předností této procedury je možnost zaplnit vrásky a provést zasíťování za použití autgelu, bohatého na krevní destičky. Pokožka je více nasycená výživnými látkami a hydratována, zlepšuje se její struktura, dochází k tvorbě kolagenu. Nedochozí ke vzniku alergií, protože se jedná o vlastní fyziologický produkt našeho těla.



Místa vhodná k ošetření

- vrásky kolem očí
- tmavé kruhy kolem očí
- výrazně nosoretní rýhy
- nevýrazné kontury obličeje
- zvýšené vypadávání vlasů
- ztráta pružnosti pokožky šíje, dekoltu nebo jiných partií

Před ošetřením

- Ošetření bude mít nejlepší efekt při provedení v první polovině menstruačního cyklu.
- Před zákrokem je doporučeno nejíst tučná jídla a nepít alkohol, aby byla krevní plazma co nejkvalitnější.
- Je vhodné pít několik dní před samotným zákrokem 2l vody denně.
- Deset dní před zákrokem se nesmí užívat nesteroidní protizánětlivá léčiva např. Aspirin, Brufen, Novalgin atd.



Průběh ošetření

Plazma terapie se musí provádět výlučně v klinických podmínkách za přísného dodržování všech antiseptických pravidel. Klientka se odličí a na ošetřované místo je aplikováno místní anestetikum, které způsobí znecitlivění. Dále se odebere 8-16 ml krve do speciálních zkumavek. Před očima klientky se krev umístí do centrifugy, kde se po dobu pěti minut odstředí, čímž se získává plazma bohatá na krevní destičky. Aplikaci tekuté plazmy do pokožky provádí lékař tenkou jehlou. Gelová plazma se do vrásek aplikuje pomocí kanyly, stejně jako při použití výplňových materiálů. Po ošetření plazmou sestra připraví a aplikuje lce masku s příměsí zbylé plazmy na cca 10 minut. lce maska výrazně snižuje bolestivost, otoky, svědění a především urychluje proces hojení kůže a pojiva. Průběh ošetření trvá dle velikosti ošetřovaného místa od 20–60 minut.

Po ošetření

- Nevystavovat se dlouhodobému slunečnímu záření, nechodit do sauny nebo bazénu alespoň 2-3 dny.
- Také se nevystavovat extrémně horkým či extrémně mrazivým teplotám po dobu 2-3 dnů.
- 24 hodin po zákroku se nevěnovat namáhavým aktivitám včetně cvičení.
- Alespoň dva týdny neaplikovat na místo ošetření žádné peelingsy nebo laserová ošetření.
- Po zákroku je vhodné ošetřovat pleť krémem s Retinolem.
- Ošetření plazmou je vhodné opakovat 2-3x v odstupu 3 týdnů, poté lze sledovat výsledný efekt trvajících 8-12 měsíců.



Zdroje:

Plazma terapie v dermatologii, 2015. [online] *Program H Plus*. Praha, [cit. 2015-08-15]. Dostupné z: <https://www.programhplus.cz/novinky/161-plazmaterapie>.

RegenPlazma - švýcarská technologie omlazení, 2011. [online] *MediEst*. Praha, [cit. 2015-08-30]. Dostupné z: <http://www.mediest.cz/nase-technologie/regenplazma-svycarska-novinka>.

Leták je výstupem k bakalářské práci na téma Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti. Obhájen na VŠZ, o. p. s, Praha, Duškova 7, 2016. Autor: Denisa Dvořáková

Příloha N

Edukační list – chemický peeling

Chemický peeling

Co je chemický peeling

Chemický peeling je rychlý a účinný postup používaný k omlazení a regeneraci pokožky obličeje, krku a dekoltu, ale také hřbetu rukou či zad chemickou cestou. Tato metoda je vhodná pro všechny, kdo očekávají rychlé zlepšení vzhledu pleti. Ošetření trvá několik minut a používá se při něm peelingová směs různých látek.

Chemický peeling se používá k odstranění

- akné
- mastné pleti
- pigmentových skvrn
- drobných či mimických vrásek

Omezení k ošetření chemickým peelingem

- alergie na účinnou látku
- polyvalentní alergie
- akutní infekce
- poruchy imunity
- keloidní jizvení
- léčba izotretinoinem (používá se k léčbě akné) v posledních šesti měsících stav po invazivním ošetření v plánovaném místě výkonu



Dělení chemického peelingu

- povrchový
- střední
- hluboký

Před ošetřením chemickým peelingem

Pro lepší efekt je vhodné 10 - 14 dní před ošetřením používat krém s nízkou koncentrací kyseliny glykolové, která přispěje k lepšímu efektu chemického peelingu.

Ošetření chemickým peelingem

Na očistěnou a odmaštěnou kůži se aplikuje kyselina glykolová, která se nechá působit 2-10 minut. Dále se účinek kyseliny pozastaví pomocí neutralizace. Lékař sám posoudí jaká koncentrace a doba působení je nejvhodnější. To se však může při jednotlivých ošetřeních - v závislosti na stavu ošetřované místa, měnit. Po aplikaci se místo působení opláchně. Hned poté je vhodné podstoupit laserovou gelovou masku nebo použít krém s obsahem antibiotik.

Po ošetření chemickým peelingem

- Vyhýbat se UV záření
- používat krémy s vysokým faktorem



Zdroje:
BRYCHTA, Pavel, Jan STANEK a Yvonne BERGEROVÁ, 2014. *Estetická plastická chirurgie a korektivní dermatologie*. 1. vyd. Praha: Grada, ISBN 978-80-247-0795-2.
Chemický peeling, 2009. *Plastická - [online] chirurgie.info*. Praha. [cit. 2015-08-31]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/zakroky/chemicky-peeling>.



Leták je výstupem k bakalářské práci na téma Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti. Obhájená na VŠZ, o. p. s, Praha, Dušková 7, 2016. Autor: Denisa Dvořáková

Příloha O

Edukační list – botulotoxin

Aplikace botulotoxinu

Co je aplikace botulotoxinu

Je to korekce vrásek pomocí botulotoxinu. V současné době je jedním z nejčastěji prováděných estetických zákroků. Obrovskou popularitu si získala díky vysoké bezpečnosti a efektivitě při aplikaci, hlavně při vyhlazení mimických vrásek zejména v oblasti horní třetiny obličeje.

Botulotoxin se používá k odstranění

- svislých vrásek mezi obočím těsně u kořene nosu – tzv. glabelly
- mimických podélných vrásek na čele
- k zvednutí obočí – tzv. kosmetický lifting obočí
- k vyhlazení a redukci vějířků vrásek u zevních očních koutků – tzv. vraní nožky, vrásky smíchu
- k redukci vrásek na krku
- k zabránění nevhodného krčení nosu – tzv. králičí nosík – vrásky nosních křídel
- k uvolnění stažených ústních koutků
- K vyhlazení nakrčené brady



Omezení k aplikaci botulotoxinu

- těhotenství a laktace
- některé nervové poruchy např. onemocnění Myasthenia gravis.
- problémy se srážlivostí krve
- alergii na některou složku přípravku botulotoxinu
- injekce se také neaplikuje při zánětu oblastí, kde chcete vrásky vyhladit
- antibiotika nebo antiarytmika mohou zákrok také znemožnit

Aplikace botulotoxinu

Jedná se o ambulantní zákrok trvající několik minut. Vlastní aplikace zabere 5 až 10 minut. Provádí se bez znecitlivění, ale pokud jste více vnímavá k bolesti, lze před vpichem dané místo chladit ledem. Po ošetření místa dezinfekčním činidlem se roztok aplikuje tenkou jehlou tzv. inzulinou pod kůži do příslušné oblasti.

Po aplikaci botulotoxinu

- Po zákroku si čtyři hodiny nelehat, aby botulotoxin nestekl do očí a nezpůsobil spadnutí víček.
- Vyhnout se škrábání či tření ošetřeného místa, a to alespoň po 12 hodin.
- Zhruba týden byste neměla chodit na kosmetiku, solária a masáže.



Výsledné vyhlazení vrásek

Účinek látky vydrží po první aplikaci pouze tři měsíce, po druhé asi půl roku a po třetí cca 9-12 měsíců. Čím déle se látka aplikuje, tím déle účinek vydrží. Častěji než 2x za rok by se aplikace botulotoxinu ve stejné lokalitě provádět neměla, mimo prvního roku.



Zdroje:
BRYCHTA, Pavel, Jan STANEK a Yvonne BERGEROVÁ, 2014. *Estetická plastická chirurgie a korektivní dermatologie*. 1. vyd. Praha: Grada, ISBN 978-80-247-0795-2.
Odstranění vrásek pomocí botulotoxinu, 2009 [online] *Plastická-chirurgie.info*. Praha, [cit.2015-08-15]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/zakroky/nechirurgicke-vyhlazeni-vrasek-botox>.

Leták je výstupem k bakalářské práci na téma Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti. Obhájená na VŠZ, o. p. s, Praha, Duškova 7, 2016. Autor: Denisa Dvořáková

Příloha P

Edukační list – injekční výplně

Aplikace injekční výplně

Injekční výplně vrásek Vám umí dodat mladistvý vzhled za méně jak 30 minut nejen na obličeji, přičemž jejich účinky vydrží od 4 měsíců až po déle než rok.

Injekční výplně se používají

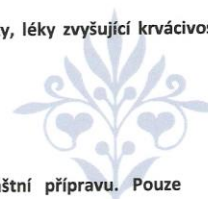
- k vyhlazení vrásek a rýh
- k vyplnění propadlých tváří
- k odstranění určitých typů jizev
- k vypnutí svráštělé kůže
- k dosažení plnějšího a smyslnějšího vzhledu rtů

Omezení k aplikaci injekční výplně

- těhotenství a kojení
- infekce
- autoimunitní onemocnění

Před aplikací výplně

Týden před vlastní aplikací je doporučeno vysadit protizánětlivé léky, léky zvyšující krvácivost a vyvarovat se požívání vyšších dávek vitamínu C.



Aplikace injekční výplně

Zárok je ambulantní a krátkodobý a nevyžaduje žádnou zvláštní přípravu. Pouze před výplní rtů je nutné, aby klientka přišla na ošetření 1-2 hodiny předem, aby se ošetřovaná oblast potřela znečistivujícím krémem. Po aplikaci dezinfekce je provedena vlastní aplikace, která je většinou velmi dobře snášena. Bezprostředně po aplikaci lze pozorovat zarudnutí po vpichu. Mimořádně se může objevit otok či svědění, obojí však velmi rychle ustoupí. Efekt aplikace je okamžitý.

Po aplikaci výplně

Po aplikaci je vhodné použít krém s vitamínem K k prevenci vzniku hematomů.



Zdroje:
BRYCHTA, Pavel, Jan STANEK a Yvonne BERGEROVÁ, 2014. *Estetická plastická chirurgie a korektivní dermatologie*. 1. vyd. Praha: Grada, ISBN 978-80-247-0795-2.
Injekční výplně, 2009. *Plastická - [online] chirurgie.info*. Praha. [cit. 2015-08-31]. Dostupné z: <http://www.plasticka-chirurgie.info/novinky/vyplnove-implantaty-prehled>.

Leták je výstupem k bakalářské práci na téma **Edukace klientek** o možnostech rejuvenace pleti. Obhájení na VŠZ, o. p. s, Praha, Duškova 7, 2016. Autor: Denisa Dvořáková

Příloha Q - Čestné prohlášení studenta k získání podkladů pro zpracování bakalářské práce

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem zpracoval/a údaje/podklady pro praktickou část bakalářské práce s názvem „Edukace klientek o možnostech rejuvenace pleti.“ v rámci studia/odborné praxe realizované na Vysoké škole zdravotnické, o. p. s., Duškova 7, Praha 5.

V Praze dne 20. 3. 2016

Denisa Dvořáková