

Streszczenie w języku polskim

Joanna Artkop

Tytuł: Analiza czynników wpływających na jakość życia kobiet z cellulitem i porównanie skuteczności wybranych zabiegów

Jednym z najczęściej występujących defektów w obszarze ciała jest cellulit, który dotyczy zdecydowanej większości kobiet (85 – 98%) i około 2% mężczyzn. Cellulit objawia się w postaci uwypukleń i nierówności w obrębie ud, pośladków, bioder, brzucha, rzadziej ramion, biustu, podudzi.

Obecnie można przyjąć za najbardziej prawdopodobne przyczyny występowania cellulitu: specyficzną budowę tkanki podskórnej odmienną u obu płci, teorię zaburzeń równowagi hormonalnej, teorię zaburzeń układu krążenia i limfatycznego, teorię genetyczną oraz teorię związaną z czynnikami środowiskowymi.

Celem podjętych badań w ramach niniejszej rozprawy było przeprowadzenie analizy potencjalnych czynników wpływających na jakość życia kobiet z objawami cellulitu oraz porównanie skuteczności wybranych metod redukcji tego defektu.

W badaniach wzięło udział 237 kobiet z cellulitem w różnym stopniu nasilenia według skali Nürnbergera & Müllera. Badane wypełniały standaryzowany kwestionariusz polskiej wersji językowej DLQI (ang. *Dermatology Life Quality Index*) oraz ankietę własnego autorstwa, dotyczącą samooceny związanej z cellulitem.

Wszystkie uzyskane wyniki przeprowadzonych badań poddano analizie statystycznej, przyjmując istotność na poziomie $p < 0,05$.

W badaniu jako czynniki wpływające na zmianę jakości życia wzięto pod uwagę takie zmienne jak: aktywność fizyczna, masa ciała, stopień nasilenia cellulitu, miejsce zamieszkania, wiek. Analiza nie wykazała istotnej statystycznie korelacji pomiędzy aktywnością fizyczną i miejscem zamieszkania a poziomem jakości życia. Istotna okazała się natomiast zależność między masą ciała a jakością życia oraz nasileniem cellulitu a jakością życia. W przypadku niedowagi i normy (wskaźnik BMI – ang. *body mass index* wynosił 17 - 24,9) jakość życia oceniana była jako normalna bądź nieznacznie obniżona, natomiast w przypadku nadwagi i otyłości (wskaźnik BMI powyżej 25) jakość życia oceniano jako umiarkowanie lub mocno obniżoną. Podobnie kształtowały się wyniki dotyczące nasilenia cellulitu i jakości życia – wraz ze wzrostem nasilenia cellulitu, jakość życia oceniano jako gorszą.

Istotną informacją dotyczącą jakości życia badanych kobiet jest fakt, iż 75% podaje, że cellulit jest dla nich uciążliwy w sytuacji, kiedy się rozbierają (plaża, basen), 46% określa, że cellulit jest najbardziej kłopotliwy w związku z wyborem swobodnego ubioru, a 12% krępuje się w sytuacjach intymnych.

Analiza ankiety własnego autorstwa wskazuje, że najczęstsza lokalizacja zmian to uda (81% badanych), pośladki (60%) oraz brzuch (21%). U znacznej części badanych cellulit występował w kilku obszarach ciała.

Badania wykazały, że wraz ze wzrostem wskaźnika BMI oraz wraz z wiekiem, zwiększa się stopień nasilenia cellulitu. Niezwykle ciekawy okazał się wynik dotyczący szczególnie obszaru brzucha. Wzrost wskaźnika BMI o 1 punkt zwiększa szanse pojawienia się cellulitu na brzuchu o 31,8 punktu procentowego. Szanse wystąpienia cellulitu na brzuchu rosną także wraz z wiekiem o 9,2 punktu procentowego na każdy rok życia. Z kolei uprawianie aktywności fizycznej w stopniu co najmniej średnim zmniejsza ryzyko wystąpienia cellulitu na brzuchu aż o 75,3 punktu procentowego.

Spośród całej grupy badanych, 62 kobiety (średnia wieku 37,9 lat) poddano serii zabiegów antycellulitowych: połowa poddana była zabiegom z wykorzystaniem prądu wysokiej częstotliwości, wykonanym aparatem Maximus TriLipo® Pollogen™, a druga część zabiegom masażu próżniowego rolkowego aparatem Integral Endermologie® LPG™. Przed wykonaniem serii zabiegowych wzięto pod uwagę kryteria wykluczenia oraz przeciwwskazania do zabiegów.

Łącznie przeprowadzono 496 zabiegów masażu próżniowego rolkowego oraz 124 zabiegi z wykorzystaniem radiofrekwencji. Przed rozpoczęciem zabiegów, w połowie serii oraz na jej zakończenie, wykonano u każdej z badanych test *pinch*, pomiary obwodów ciała (okolicy nadkolanowej, ud, bioder, talii i pod biustem) oraz przed i po zakończeniu serii zabiegów, wykonano dokumentację fotograficzną.

Oprócz przeprowadzonej serii zabiegowej u 62 ochotniczek zrealizowano także badanie ankietowe, dotyczące oceny zmian po wykonanej serii zabiegowej oraz odczuć towarzyszących zabiegom i opinii na temat skuteczności zabiegów antycellulitowych.

Analiza wyników pomiarów obwodów u kobiet po przeprowadzonej serii zabiegowej masażu próżniowego rolkowego wykazała, że w obrębie ud obwód zmniejszył się średnio o 2,11 cm, bioder – 2,45 cm, nad kolanami – 1,29 cm, pod biustem – 1,69 cm i w talii – 2,24 cm. W przypadku radiofrekwencji wyniki kształtowały się następująco: w obszarze ud obwód zmniejszył się o 1,3 cm, bioder – 1,98 cm, powyżej kolan - 1 cm, pod biustem – 1,55 cm i w talii – 2,08 cm.

Wyniki wyraźnie wskazują, że zmniejszenie wszystkich mierzonych partii były istotne statystycznie, zarówno w przypadku endermologii, jak i radiofrekwencji. Natomiast różnice w skuteczności obu zastosowanych metod były istotne statystycznie w obrębie ud, bioder i powyżej kolan. W talii i pod biustem różnice były nieistotne statystycznie.

Badane kobiety zapytane o oczekiwania względem zabiegów określiły, że liczyły na częściową redukcję cellulitu (75%). Połowa kobiet oczekiwała wyszczuplenia i poprawy napięcia skóry, ¼ oczekiwała całkowitej redukcji cellulitu. 100% probantek zauważyła poprawę po przeprowadzeniu serii zabiegowej, jednocześnie zapytane o spełnienie oczekiwań względem wykonanych zabiegów, 100% badanych po serii endermologii stwierdziło, że zabiegi spełniły ich oczekiwania, natomiast po serii radiofrekwencji 13% stwierdziło, że zabiegi nie spełniły ich oczekiwań.

Probantki deklarowały, że podczas zabiegów odczuwały dyskomfort. Jednocześnie na pytanie, czy poddałyby się kolejnej serii zabiegów, gdyby było takie wskazanie i możliwości, 100% udzieliła zdecydowanej odpowiedzi twierdzącej, podobnie jak na pytanie, czy poleciłyby swoim znajomym te zabiegi jako skuteczne.

W ramach badania wykonano także dokumentację fotograficzną wybranych partii ciała uczestniczek badania, poddanych serii zabiegów antycellulitowych. Analiza zdjęć oraz diagnostyka dotykowo-ogłądowa po przeprowadzonych zabiegach pozwoliła na określenie, iż nastąpiła poprawa w wyglądzie skóry, jej napięciu oraz zmniejszenie nasilenia objawów cellulitu.

Analiza całościowa wyników badań prowadzonych w ramach niniejszej pracy pozwoliła na wyciągnięcie wniosków, iż wybrane zabiegi masażu próżniowego rolkowego i radiofrekwencji są bezpieczne i skuteczne w redukcji cellulitu, co potwierdzają zadowoleniem z efektów badane kobiety. Jednak wyniki wskazują na uzyskanie lepszych efektów w w/w obszarach po zastosowaniu endermologii niż radiofrekwencji. Należy zwrócić uwagę, że takie czynniki jak wiek czy wzrost wskaźnika BMI wpływają na nasilenie objawów cellulitu, natomiast aktywność fizyczna zmniejsza ryzyko wystąpienia lub nasilenia tych objawów. Zauważyć należy również, że masa ciała oraz nasilenie objawów cellulitu wyraźnie obniża jakość życia kobiet, co może wpłynąć na ich funkcjonowanie zawodowe, towarzyskie i społeczne. Niewątpliwie ocena poziomu jakości życia osób z cellulitem wymaga dalszego prowadzenia badań, dlatego też należałoby się zastanowić nad wprowadzeniem jednolitego kwestionariusza sprawdzającego jakość życia kobiet z cellulitem, dopasowanego do warunków polskich lub europejskich.