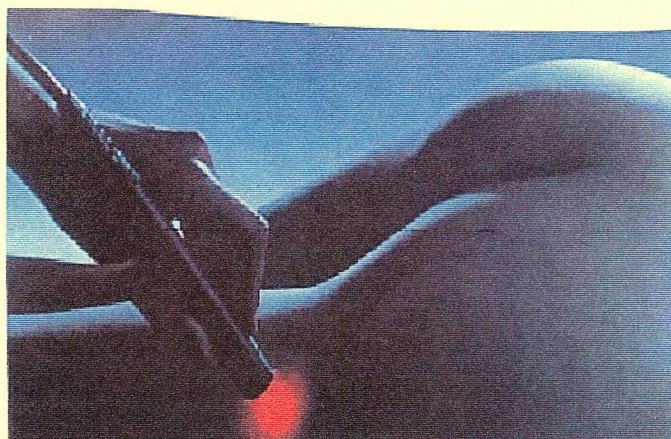


**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ**

ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑ



ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Των σπουδαστριών:

**Κάσδαγλης Μάρθας
Μαρινίδου Ελευθερίας**

Εισηγητής:

Δρ. Γραμματικόπουλος Γεώργιος

Θεσσαλονίκη 2002

ΕΥΧΑΡ

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ Σ.Ε.Υ.Π.
ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

Τ.Ε.Ι.Θ.
Διεύθυνση
Τμήμα
Τ.Ε.Ι.Θ.
Τμήμα

ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑ

Κάσδαγλη Μάρθα & Μαρινίδου Ελευθερία

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, 2002

Κρίθηκε απαραίτητο να πούμε μερικά ευχαριστώ στους ανθρώπους που βοήθησαν στην περάτωση της πτυχιακής μας εργασίας. Ευχαριστούμε τον καθηγητή του Τ.Ε.Ι.Θ. κ. Γραμματικόπουλο Γεώργιο για την καθοδήγηση του και την επίβλεψη του συνολικού έργου της εργασίας, τον κ. Γιουβανάκη Κωνσταντίνο πτυχιούχο τμήματος Αισθητικής του Τ.Ε.Ι.Θ. για την αμέριστη συμπαράσταση και ιδέες του για την επιμέλεια και δημιουργία μεγάλου τμήματος της εργασίας καθώς και του εξωφύλλου, όπως επίσης και τους φίλους οι οποίοι βοήθησαν στην ανεύρεση βιβλιογραφίας. Τέλος ευχαριστούμε την κ. Νικολακούλη Μαρία πτυχιούχο τμήματος Αισθητικής του Τ.Ε.Ι.Θ. για τις πολύτιμες συμβουλές της όσον αφορά την σύνθεση του ερωτηματολογίου.

Κάσδαγλη Μάρθα

Μαρινίδου Ελευθερία

ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑ

της

Κάσδαγλης Μάρθας & Μαρινίδου Ελευθερίας

Υποβολή πτυχιακής εργασίας που αποτελεί μέρος των απαιτήσεων για την απονομή
του Πτυχίου του Τμήματος Αισθητικής της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και
Πρόνοιας του Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης

2002

Δρ. Γραμματικόπουλος Γεώργιος

Το δέρμα δεν αποτελεί ένα απλό περίβλημα του σώματος, αλλά πολύτιμο όργανο με πολλές φυσιολογικές λειτουργίες. Με το πλούσιο δε νευρικό του δίκτυο, αποτελεί το μεγαλύτερο και σπουδαιότερο αισθητήριο όργανο του ανθρώπινου σώματος, με το οποίο επιτυγχάνεται η επικοινωνία του ανθρώπου με το περιβάλλον του.

Ποικιλία παραγόντων οδηγεί στην εμφάνιση της κυτταρίτιδας.

Παρά το γεγονός, ότι μια στις τρεις γυναίκες πάσχει από κυτταρίτιδα η ιατρική δεν έχει ασχοληθεί επισταμένως με αυτήν και πολύ λίγοι είναι οι γιατροί οι ειδικευμένοι σε αυτήν.

Παλαιότερα την θεωρούσαν φλεγμονή του συνδετικού ιστού, εξ' ου και η κατάληξη <<ίτις>>, σήμερα όμως θεωρείται από τους περισσότερους ερευνητές αρρώστια εφ' όσον παρουσιάζει δερματικές αλλοιώσεις, προκαλεί πόνους σε προχωρημένο στάδιο, περιορίζει τις λειτουργίες του δέρματος όπου εμφανίζεται και επηρεάζει αρνητικά τον ψυχισμό του ατόμου που πάσχει απ' αυτήν.

Η περιγραφή των αιτιών, των σημείων και της μορφής με την οποία εμφανίζεται έχει σκοπό την εύκολη πρόληψη, αντιμετώπιση και θεραπεία της.

Ο αισθητικός διαθέτει μια σειρά από μηχανήματα προκειμένου να μπορέσει να προσφέρει περιποίηση στο σώμα με έναν πιο επαγγελματικό τρόπο. Γίνεται περιγραφή των μηχανημάτων τα οποία χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση της κυτταρίτιδας ώστε να γίνεται η κατάλληλη χρήση του καθενός από αυτά με το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα. Επίσης γίνεται περιγραφή αντιμετώπισης της κυτταρίτιδας ακόμη και χωρίς την χρήση μηχανημάτων (μάλαξη) όπως και της σχέσης που μπορεί να έχει η κυτταρίτιδα με την διατροφή, ποιες τροφές είναι χρησιμότερο να καταναλώνονται και ποιες όχι.

Κρίθηκε ωφέλιμο να διεξαχθεί μια έρευνα σχετικά με την κυτταρίτιδα προκειμένου να διαπιστωθεί η σχέση που έχουν άτομα διαφόρων ηλικιών με την κυτταρίτιδα, τι γνωρίζουν γι' αυτήν καθώς επίσης και από πού αντλούν πληροφορίες σχετικά με αυτό το θέμα, για την σωστότερη αντιμετώπιση του.

Ευχαριστίες

Περίληψη

Εισαγωγή

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΔΕΡΜΑ

1.1	Γενικά στοιχεία του δέρματος	1
1.2	Στοιχεία ανατομίας του δέρματος	4
1.3	Λειτουργίες του δέρματος	5
1.4	Αδένες του δέρματος	7
1.4.1	Σμηγματογόνοι αδένες	7
1.4.2	Ιδρωτοποιοί αδένες	8

ΚΕΦ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑ

2.1	Ορισμός της κυτταρίτιδας	9
2.2	Κυριότερες θεωρίες κυτταρίτιδας	9
2.3	Αίτια κυτταρίτιδας	10
2.4	Κλινική εικόνα κυτταρίτιδας	11
2.5	Φυσιολογία της κυτταρίτιδας	12
2.6	Τα στάδια της κυτταρίτιδας	14
2.6.1	Το στάδιο της αγγειοδιαστολής	15
2.6.2	Το στάδιο της διόγκωσης του συνδετικού ιστού	15
2.7	Περιοχές που προσβάλλονται από την κυτταρίτιδα	16
2.7.1	Η κυτταρίτιδα της ωμοπλάτης	17
2.7.2	Η κυτταρίτιδα της πλάτης	17
2.7.3	Η κυτταρίτιδα του στήθους	17
2.7.4	Η κυτταρίτιδα στην κοιλιακή περιοχή	17
2.7.5	Η κυτταρίτιδα των ποδιών	18
2.7.6	Η κυτταρίτιδα του προσώπου	18
2.7.7	Εσωτερική κυτταρίτιδα	19
2.8	Οι παράγοντες που ευνοούν την δημιουργία της κυτταρίτιδας	19
2.8.1	Η ηλικία και ο τρόπος ζωής	19

2.8.2	Η κυτταρίτιδα από άποψη ψυχολογικών αιτιών	20
2.8.3	Ο κληρονομικός παράγοντας	20
2.8.4	Ο φυλετικός παράγοντας	21
2.8.5	Ο γυναικολογικός παράγοντας	21
2.8.6	Ο παράγοντας αυτοδηλητηρίασης	22
2.9	Διάφοροι τύποι κυτταρίτιδας	25
2.9.1	Η κυτταρίτιδα κυκλοφ. και λεμφικής προέλευσης με οίδημα	25
2.9.2	Η σκληρυμένη κυτταρίτιδα	26
2.9.3	Οι λιπαρές συσσωρεύσεις	26
2.9.4	Η ψυχοσωματικής προελεύσεως κυτταρίτιδα	26
2.10	Διάγνωση κυτταρίτιδας	27

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

3.1	Σχέση τροφής και υγείας	28
3.2	Βασικός μεταβολισμός	29
3.2.1	Παράγοντες που επηρεάζουν το Βασικό μεταβολισμό	29
3.3	Ενεργειακό ισοζύγιο και έλεγχος σωματικού βάρους	33
3.4	Ιδεώδη ή επιθυμητά βάρη σώματος	34
3.5	Διατροφή και κυτταρίτιδα	34
3.6	Δίαιτα και κυτταρίτιδα	36
3.7	Χαρακτηριστικά καλής διατροφής	37
3.8	Μεσογειακή δίαιτα	38

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑΣ

ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

4.1	Η οργάνωση του εργαστηρίου	40
4.2	Μέτρα για τη χρησιμοποίηση μηχανημάτων	40
4.3	Εξοπλισμός του εργαστηρίου	42
4.4	Αισθητικές περιποιήσεις με μηχανήματα	42
4.4.1	Το δερματοσκόπιο	42

4.4.2 Σάουνα	43
4.4.3 Θερμαινόμενη κουβέρτα	44
94 4.4.4 Τα περιτυλίγματα	45
4.4.5 Λυχνίες υπερύθρων	46
4.4.6 Γενικά για τη θερμοθεραπεία	46
4.4.7 Συσκευή υπερήχων	47
4.4.8 Συσκευή ανάλυσης-Μέτρησης λίπους	49
4.4.9 Κραδαστικά μηχανήματα	49
4.4.10 Συσκευές αναρρόφησης (Βεντούζες)	50
4.4.11 Συσκευή πρεσσοθεραπείας	50
4.4.12 Υδρομασάζ	51
4.4.13 Συσκευή λιποδιάλυσης με παρεμβαλλόμενα ρεύματα	52
4.4.14 Συσκευή ηλεκτρομαγνητικών πεδίων	52
4.4.15 Συσκευή χρωμοθεραπείας	53
4.4.16 Συσκευές παθητικής μυογύμνασης	53
4.4.17 Συσκευή laser	55
4.4.18 Άλλα εξαρτήματα	56
4.5 Θαλασσοθεραπεία	57
4.5.1 Φύκια	57
4.6 Μεσοθεραπεία	58
4.7 Οξυγονοθεραπεία-Οζονοθεραπεία	58
4.8 Χειρουργική θεραπεία	58
4.9 Αισθητικές περιποιήσεις χωρίς μηχανήματα	59
4.9.1 Είδη μάλαξης στην αισθητική	59
4.9.2 Μάλαξη κυτταρίτιδας	59
4.9.3 Χειρισμοί μάλαξης	60
4.10 Γυμναστική	61
4.11 Αντιμετώπιση της κυτταρίτιδας από άποψη ιατρικής	62

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑ-ΕΡΕΥΝΑ

5.1 Σκοπός της έρευνας	64
5.2 Αποτελέσματα της έρευνας	65
5.3 Αξιολόγηση-Συμπεράσματα	91