

Содержание

Часть I. Теоретические основы (клинические симптомы, этиопатогенез, диагностика, методы косметологической коррекции)

(Е.И. Эрнандес, А.А. Марголина)	6
Путь к открытию. Синдром «быть больным»	6
Общий адаптационный синдром	9
Проблемы терминологии	9
«Анатомия» стресса	10
Болезни адаптации	12
Современные представления о механизмах стресса и его последствиях	13
Нейроэндокринология стресса	13
Стресс и воспаление	15
Особенности и механизмы развития стрессовой реакции в коже	17
Кожа и гормоны стресса	17
Стресс и иммунитет кожи	20
Стресс и барьерные структуры кожи	21
Локальный стресс в коже	21
Роль свободных радикалов при стрессе	24
Применение теории стресса в косметологии	26
Контролируемое повреждение кожи во благо	27
Плюсы и минусы локального стресса с точки зрения косметолога	28
Экстремальные меры в косметологии	29
Стресс и дистресс	30
Антистрессовая терапия	32
Резюме	34
Источники и рекомендуемая литература	36
Часть II. Практические навыки и клинический опыт	39
Влияние психологического стресса на кожу (Е.О. Иванова)	39
Психодерматология	40
Стресс и кожный барьер	41
Стресс и кожные инфекции. Заживление ран	44
Немного теории	46

Воспалительные заболевания кожи	47
Хронический стресс и рак кожи	50
Резюме	51
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	52
Косметическая психология: эффект плацебо в косметологии (Е.И. Эрнандес, А.А. Марголина)	54
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	57
Стресс как защита от старости: принципы гормезиса в anti-aging терапии (С. Раттан)	58
Принципы биогеронтологии	58
В поисках «лекарства от старости»	60
Стрессовая закалка организма	63
Резюме	67
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	67
«Косметические» пробиотики для антистрессовой терапии чувствительной кожи (Е.И. Эрнандес)	70
Чувствительная кожа с точки зрения дерматологии	70
В содружестве с пробиотиками	71
Бифидобактерия <i>Bifidobacterium longum</i> sp. — новый компонент для ухода за реактивной кожей	73
Перспективы использования косметических пробиотиков	79
Резюме	80
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	80
Принципы действия методов аппаратной косметологии (А.И. Деев)	82
Сила слабых воздействий	82
Стохастический резонанс	83
Общезиологические аспекты физиотерапии	85
Физиотерапия с точки зрения физиологии стресса	87
Периферические и центральные механизмы физиотерапевтических воздействий	93
Проблема боли при физиотерапевтических воздействиях	94
Резюме	97
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	97
Физиологические основы антистрессового действия гидромассажа (М.Н. Друц, О.А. Шуппо)	98

Вода — неотъемлемая часть жизни человека	98
Виды гидромассажа	99
Физиологические основы гидротерапии	105
Когда полезен гидромассаж	109
Резюме	111
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	112
Воздействие пара на кожу и организм с точки зрения физики и физиологии (В.С. Ляхов)	113
Тепловой стресс не должен стать тепловым ударом	113
Воздействие на кожу тепла и пара: процессы при мягком прогреве и при гипертермии	114
Парить или бить вениками? Каковы результаты?	116
Всегда ли хороша ледяная вода?	118
Резюме	118
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	118
Криотерапия — «антисауна» для здоровья (М.Н. Друц, О.А. Шуппо)	119
Что такое криотерапия и как она возникла	119
Как осуществляется процедура криотерапии	123
Как криосауна изменяет настрой души	127
Криотерапия в эстетической медицине	129
Резюме	130
<i>Источники и рекомендуемая литература</i>	131
Часть III. Каталог профессиональных средств и оборудования	133