



Celulit

Naslovna > Izdanja > Željezo - esencijalni nutrijent > > Celulit

Celulit

Piše: Ivana Manola, dr. med., spec. dermatovenerologije, Poliklinika Vili, Zagreb

Celulit jedan je od najvećih estetskih problema današnjice. U medicinskoj literaturi susreće se posljednjih dvadeset godina. Multifaktorijalna etiologija celulita upućuje na to da proces nastanka poremećaja nije do kraja objašnjen.

Celulit možemo definirati kao pojavu udubljenja, najčešće na koži stražnjice i bedara (narančina kora), vidljivih u mirovanju ili nakon postraničnog pritiska. Pojavljuje se u oko 80% žena starijih od 20 godina, dok se u zdravih muškaraca vidi vrlo rijetko. Osim u predjelu stražnjice i bedara, celulit se nerijetko nalazi na bokovima, oko koljena, skočnih zglobova, te u predjelu nadlaktica. Traje cijeli život.

Bitni čimbenici u nastanku celulita su: genetika, ženski spolni hormoni, način života i prehrana.

Ženski spolni hormoni imaju ključnu ulogu u nastanku celulita čime se objašnjava njegova proširenost u ženskoj i gotovo potpuna odsutnost u muškoj populaciji. Trudnoća i uzimanje oralnih kontraceptiva stanja su u kojima je celulit izraženiji. Razlozi za što žene imaju celulit, a muškarci ga nemaju su manjak androgenih hormona u ženskoj populaciji te činjenica da žene imaju 30% više masnog tkiva od muškaraca uz slabije vezivno tkivo.

Potkožno masno tkivo građeno je od nakupina masnih stanica, koje su grupirane u režnjice. Između režnjica nalaze se vezivne pregrade (septa) građene od elastičnih i kolagenih vlakana, a između njih prolaze krvne i limfne žile.

Uzrok slabijem vezivnom tkivu žena je razlika u građi režnjica i položaju pregrada, koje su u žena položene okomito na površinu kože, a muškaraca su ukršene, mrežolikog rasporeda. Tu razliku u građi u prvom redu određuju muški spolni hormoni - androgeni. Posljedica razlike u građi potkožnog masnog tkiva je prodiranje volumenski povećanog režnjica prema površini kože.

Osim razlike u građi potkožnog masnog tkiva, za nastanak celulita bitne su promjene malih krvnih žila, upalne i degenerativne promjene vezivnih vlakana, hipoksija potkožnog masnog tkiva, te usporjen protok krvi.

Brz način života uz loše prehrambene navike (neredovita, nepravilna prehrana), nedovoljan unos tekućine i smanjena fizička aktivnost uvelike pridonose nastanku celulita.

Aktualne metode uklanjanja celulita su:

1. fizičke: ELOS VelaSmooth subderma terapija, elektrostimulacija mišića, LPG tehnologija, dermalna masaža, ručna ili aparativna limfna drenaža, redovita tjelovježba
2. operativne i kirurške tehnike
3. aersko liječenje ubraja se u tehnike budućnosti od kojih mnogo očekujemo
4. kako se celulit rijetko ili nikako pojavljuje u muškoj populaciji, velika su očekivanja od terapije s niskim dozama androgenih hormona.



Najnoviji članci

Što je senzorna integracija?



Senzorna integracija (SI) opisuje način na koji naš mozak organizira...

▶ pročitaj više

"Pohvala s porosti"



... Sve je podređeno uštedi vremena, a vremena imamo sve manje...

▶ pročitaj više

Pretraživanje članaka

Svi autori



Sve kategorije

Pretraži

Zadnji brojevi časopisa



Ijekarne joukhadar



Vrh stranice

Broj: 131 / 2015.

Važnost školskog uspjeha

Važnost školskog uspjeha

Što je senzorna integracija?

"Pohvala s porosti"

Što zapravo želimo

Endokrini sustavi i svakodnevna aktivnost

Povišene masnoće u krvi i prehrana

Hrana svagdašnja

Umjetni kuk

Sušuća usta u bolesnika sa Sjögrenovim sindromom

Silna, salivarna djagnostika i biomarker

Atopijski dermatitis pasa - novi pristup dijagnostici i liječenju

Broj: 130 / 2015.

Provedite ljetno tako da svojim uspomnama dodate nove

Provedite ljetno tako da svojim uspomnama dodate nove

Pripremite se za vruće dane

Ljeto i atopijski dermatitis

Zeleno i crveno u prehrani i emocijama

"Ne okrećite leđa knjižbojari"

Dječji strahovi

Mozak i jezik

Keratokonus

Promjene na jeziku - razlog za paniku?

Menopauza

Što je čistilna fibroza?

Fitoterapija pasa i mačaka

Broj: 129 / 2015.

Beta-glukan

Beta-glukan

Alergijska astma

Škola nepušenja

Izjevij bijesa

Nadzor, kontrola, sloboda?

Minimalno invazivne operacije u ginekologiji

Matične stanice u stomatologiji

Sigurni i zdravstveno ispravna hrana - "od polja do stola"

Promjena prehrambenih navika smanjenjem unosa šećera

Moringa - drvo života

Sterilizacija i kastracija - nešto staro nešto novo