

STRESZCZENIA

1. Ewa Filipecka „Transparencja czy kamuflaż , czyli znaczenie właściwego wyboru”

Streszczenie: Jedną z najistotniejszych decyzji, jaką musi podjąć wizażysta podczas wykonywania makijażu jest dokonanie trafnego wyboru podkładu. To specjalista ustala stopień wyrównania koloru skóry, on również decyduje o wyborze rodzaju podkładu oraz technice aplikacji. Dokonuje także wyboru najodpowiedniejszego narzędzia do nakładania specyfiku. Te kolorowe, kremowe kosmetyki sprawiają początkującemu wizażystce wiele problemów. Dlatego warto przyjrzeć się, jakie czynniki mają największy wpływ na osiągnięcie ostatecznego efektu upiększającego. Podczas wykładu poruszone będą następujące zagadnienia:

Znaczenie perfekcyjnego wyrównania skóry w profesjonalnym makijażu.
Rola podkładu w uzyskaniu wrażenia estetycznej, wizualnej czystości skóry.
Zależności między rodzajem podkładu a jego właściwościami kryjącymi.
Rola podkładów transparentnych. Podkłady kryjące i ich funkcja w makijażu.
Efekt wizerunkowy, a rodzaj podkładu.
Specjalistyczne preparaty kamuflujące i ich właściwości kryjące.
Metody pracy kamuflażem nowej generacji oraz profesjonalne regulowanie stopnia transparentności.
Zależności występujące między intensywnością krycia a techniką aplikacji.
Dostosowanie stopnia transparentności do rodzaju makijażu.

Abstract: One of the decisions of great importance that has to be made by the make-up artist during their work is to choose the right foundation. It is the specialist who decides upon the grade of equalization of the skin tone and it is also their role to pick up the perfect product and application technique along with the most appropriate tool to be used to do it. These colorful, creamy cosmetics can cause many problems to a beginner make-up artist. That is why it is worth to have a look at the factors that have the greatest influence on reaching the final embellishing effect. Following topics will be talked about during the lecture:

The importance of perfect skin tone equalization in professional make-up.
The role of the foundation in reaching the impression of the esthetic, visual skin cleanness.
Relations between the foundation type and its concealing properties.
The role of transparent foundations.
The role of camouflage foundations.
The foundation type and its image effect.
Professional camouflage products and their concealing properties.
Methods of working with new generation camouflage products and professional regulation of the transparency grade.
Relations between the concealing intensity and the application method.
Adapting the transparency grade to the make-up type.

2. Agnieszka Barańska, Jolanta Herda, Katarzyna Orzeł, Maciej Piotr Barański „Psychodermatologia – psychologia skóry”

Streszczenie: Przeprowadzone liczne badania wskazują na współwystępowanie zaburzeń stanu psychicznego w niektórych chorobach skóry. Wykazano wpływ czynników stresowych, objawów lęku i depresji oraz predyspozycji typów osobowościowych na zachorowania na określone dermatozy. Zależności pomiędzy czynnikami psychicznymi a chorobami skóry są złożone. Ich poznanie i zrozumienie ma istotne znaczenie w prawidłowym postępowaniu terapeutycznym. Wydaje się, że terapia lub wsparcie psychologiczne jest istotnym czynnikiem zwiększającym zdolność pacjentów do radzenia sobie z chorobą, zwłaszcza przewlekłą.

Abstract: Conducted numerous studies point to the co-occurrence of mental disorders in certain skin diseases. The influence of stress factors, symptoms of anxiety and depression, and personality types predisposition to developing certain dermatoses. The relationship between mental health factors and skin diseases are complex. Their knowledge and understanding is essential to the proper therapeutic procedure. It seems that the treatment or psychological support is an important factor in increasing the ability of patients to cope with the disease, especially chronic.

3. Kornelia Niemyska, Agata Matyja, Liliana Resich, Justyna Marwicka „Fibroblasty – komórki odpowiedzialne za zmianę struktury skóry”

Streszczenie: Fibroblasty skóry są dynamiczną i różnorodną populacją komórek, których funkcje nie do końca zostały poznane. Skóra dorosłego człowieka zawiera przynajmniej trzy różne subpopulacje fibroblastów. Dwie subpopulacje znajdują się w odrębnych warstwach skóry: brodawkowatej i siateczkowatej. Trzecia subpopulacja związana jest z mieszczkami włosowymi. Fibroblasty powstają z komórek tkanki mezenchymatycznej, to tzw. komórki skóry właściwej. Jako komórki odpowiedzialne za produkcję kolagenu, elastyny i kwasu hialuronowego wiąże się ich działanie ze stabilnością mechaniczną skóry. Spadek aktywności fibroblastów jest przyczyną powstawania zmarszczek. Fibroblasty biorą udział w gojeniu się ran i powstawaniu blizn. Wraz ze starzeniem się, dojrzałe fibroblasty mają tendencję do przeważania nad fibroblastami młodymi, przez co skóra traci pewne określone właściwości funkcjonalne, typowe dla skóry młodej. Dojrzałe formy fibrocytów są mniej aktywne i mniej sprawne metabolicznie. Podczas swego życia, fibroblasty podlegają zwalniającaemu cyklowi podziału komórek, po czym, po osiągnięciu określonej liczby podziałów, wkraczają w stan senescencji komórkowej i następnie umierają. Stwierdzono, że liczba podziałów fibroblastów zależy od wieku. Młode fibroblasty, zanim osiągną stan senescencji, mogą dzielić się średnio ok. 50 razy, podczas gdy od wieku ok. 30 lat, liczba podziałów zmniejsza się z każdą dekadą o ok. 10%. Wraz z upływem czasu, komórki cechuje zmniejszenie zdolności metabolicznych i replikacyjnych, co skutkuje redukcją liczby podziałów. Fibroblasty są dobrym materiałem do badania wpływu substancji kosmetycznych na ekspresję genów, syntezę białek i badanie aktywności wielu enzymów.

4. Kalina Wysoka-Dubielecka, Aleksandra Bloch-Rekść, Dagmara Mariańska „Pielęgnacja i leczenie skóry z trądzikiem – spojrzenie interdyscyplinarne”

Streszczenie: Trądzik jest jedną z najczęstszych chorób skóry. Przeważnie rozwija się w okresie dojrzewania, ale może dotyczyć osób w każdym wieku. Uważa się, że cierpi na niego około 80% populacji w wieku od 11 do 30 roku życia. Na powstawanie zmian trądzikowych wpływa wiele czynników: predyspozycje genetyczne, zaburzenia rogowacenia, nadmierna produkcja łoju, stan zapalny, drobnoustroje, hormony, układ immunologiczny. Najczęściej spotykaną odmianą choroby jest trądzik pospolity rozwijający się u nastolatków i młodych dorosłych. Znacznie rzadziej obserwuje się trądzik u noworodków i niemowląt, dorosłych, trądzik wywołany czynnikami chemicznymi, fizycznymi, mechanicznymi czy związany z zaburzeniami psychicznymi lub schorzeniami endokrynologicznymi. Zmiany skórne często powodują pogorszenie samopoczucia, obniżenie samooceny, zaburzenia emocjonalne. Chorzy z trądzikiem wymagają interdyscyplinarnej opieki nie tylko kosmetycznej i dermatologicznej, ale też ginekologicznej, endokrynologicznej i psychologicznej. Niezwykle istotne znaczenie w leczeniu trądziku ma rozpoznanie rodzaju zmian skórnych oraz ciężkości przebiegu choroby. Wyróżnia się wykwity zapalne pierwotne i wtórne oraz pozapalne. Trądzik o lekkim i średnim nasileniu może być leczony zewnętrznymi. Postacie średnio ciężkie i ciężkie muszą być poddane terapii ogólnej. Celem pracy jest przedstawienie kompleksowego modelu opieki nad pacjentem z trądzikiem przy wykorzystaniu dostępnych technik, którymi dysponuje współczesna medycyna i kosmetologia. Połączenie prawidłowej pielęgnacji skóry trądzikowej, doboru odpowiednich kosmetyków i skojarzonego leczenia dermatologicznego z technikami wspomagającymi (dermabrazją, mikrodermabrazją, peelingami, laseroterapią, wypełniaczami, fototerapią) to najbardziej skuteczną formą prewencji i leczenia trądziku ale też możliwość usunięcia blizn i przebarwień mogących powstać w wyniku braku lub nieprawidłowego leczenia choroby. Wpływ diety i stylu życia na przebieg trądziku jest kontrowersyjny.

Abstract: Acne is one of the most common skin diseases. Usually develops in adolescence, but it can affect people of all ages. It occurs in approximately 80% of the population aged between 11-30 years. Many factors take part in development of acne: genetics, hyperkeratosis, hormones, excessive sebum production, inflammation, bacterial colonization, immune system. Acne vulgaris, the most common type of the disease, affects adolescence and young adults. Less frequently acne develops in newborns and infants, adults, due to chemical, physical, mechanical factors or is associated with mental or endocrine disorders. Disease often reduces self-esteem, well being and cause emotional disorders. Patients with acne require interdisciplinary care including cosmetology, dermatology, gynecology, endocrinology and psychology. Treatment is dependent on type of skin lesions and severity of the disease. Topical therapy is sufficient in benign and moderate acne. Severe acne requires systemic therapy. Article describes a comprehensive model of care for a patient with acne involving techniques available to modern medicine and cosmetology. The combination of proper acne skin care, cosmetics and selection of appropriate dermatological treatment associated with supporting techniques (dermabrasion, microdermabrasion, peeling, laser therapy, fillers, phototherapy) is the most effective form of prevention and treatment of acne. It also offers the possibility of removing scars and discoloration that may be caused by the absence or improper treatment of the disease. Diet and lifestyle affect on the course of acne is controversial.

5. Sylwia Heinrich, Amelia Majkowska- Młynarczyk „Fale radiowe w kosmetyce na podstawie doświadczeń w Gabinetach Kosmetycznym La Santé”

Streszczenie: Kosmetologia to jedna z najszybciej rozwijających się dziedzin w zakresie pielęgnacji urody i zdrowia. W przeciągu ostatnich kilku lat obserwujemy dynamiczny rozwój technik używających zjawiska biofizyczne i biochemiczne. Gabinety kosmetyczne nieustannie konkurują ze sobą poprzez wprowadzanie coraz to nowszych, zaawansowanych technologicznie sprzętów, oddziałujących na skórę i tkanki poniżej. Owa sytuacja wynika z dużego popytu na zabiegi poprawiające jakość skóry, utrwalające jej dobrą kondycję, zatrzymujące procesy starzenia oraz przywracające i nadające piękne kształty każdej sylwetce. By uzyskać najlepsze efekty, właściciele gabinetów poszukują codziennie nowoczesnych rozwiązań.

Przykładem postępu technologicznego jest zaawansowana radiofrekwencja. Wykorzystywana w zabiegach kosmetycznych jak na przykład nieoperacyjny lifting twarzy-przywracający jędrność i elastyczność skóry poprzez pobudzenie zjawisk fizyczno-chemicznych w niej zachodzących. Szerokie działanie fal radiowych znalazło również zastosowanie w zabiegu liposukcji bez skalpela polecanej przy tkance tłuszczowej odpornej na tradycyjne metody jej zwalczania.

Analizując badania przeprowadzone na klientach Gabinetu Kosmetycznego La Santé, stwierdzono, iż odpowiednio przeprowadzone zabiegi z wykorzystaniem fal radiowych przynoszą spektakularne efekty, szczególnie w przypadku połączenia radiofrekwencji i zaangażowania ze strony klienta w postaci przestrzegania diety i zaleceń kosmetykologa.

Abstract : Cosmetology is one of the fastest growing areas in the field of beauty and health care. In the past few years we can observe a rapid development of new techniques using biophysical and biochemical phenomena. Beauty salons are constantly competing with each other by introducing newer and newer, technologically advanced equipment affecting the skin and the tissue below. This situation is a result of the strong demand on treatments that improve skin quality, fix the condition of it, stop the aging process and restore the good, well balanced shape of the body. In order to get the best results, the owners of these salons are looking for newer and better solutions every day.

An example of technological progress in this matter is advanced radiofrequency. Used in some cosmetologic treatments, such as a non surgical face lifting, it can restore firmness and elasticity of the skin by stimulating the physico-chemical phenomena occurring in it. The wide appliance of radiofrequency can be also used in non surgical liposuction, recommended in situations where traditional methods of losing excessive body fat turns out to be ineffective.

Analyzing the research done in La Santé Beauty Salon, it was found that properly performed procedures using radiofrequency give spectacular results, especially when the treatment is accompanied by the customers commitment to follow a healthy diet and cosmetologist advice.

6. Grzegorz Gałuszka, Renata Gałuszka „Zastosowanie siarki w kosmetyce i fizjoterapii”

Streszczenie: Siarka od lat stosowana jest w fizjoterapii i kosmetyce. To makroelement, niemetal, który wchodzi w skład kości, mięśni, zębów, włosów, paznokci, skóry. Skuteczność siarki w leczeniu schorzeń reumatycznych. Siarka posiada właściwości przeciwzapalne dzięki czemu łagodzi dolegliwości bólowe, usprawnia działanie stawów oraz zapobiega nasilaniu się dysfunkcji. Po zastosowaniu siarki obniża się poziom kwasu moczowego w surowicy, gdyż jest on wydalany z moczem. Siarka powszechnie znana jest również ze swych właściwości odtruwających, pomaga wątrobie w wykonywaniu czynności odtruwania. Ponadto wspomaga produkcję żółci oraz kwasów żółciowych niezbędnych przy trawieniu pokarmów. Kolejnym aspektem są właściwości grzybo i bakteriobójcze siarki. Między innymi siarka stosowana na kultury bakteryjne powoduje wzrost efektu leczniczego antybiotyków. Przy niedoborze siarki występuje nadmierne rogowacenie naskórka, łamliwość i wypadanie włosów, choroby paznokci, złe samopoczucie, katarakta. W fizjoterapii najczęściej podawana jest w formie kąpieli i półkąpieli, zaś w kosmetyce w postaci maści oraz w produktach do higieny. **Przypadków toksyczności siarki nie stwierdzono. Nadmiar jej jest wydalany z moczem.**

7. Amelia Majkowska- Młynarczyk, Milena Nosek „Skóra a choroby tarczycy”

Streszczenie: Skóra jest największym organem ludzkiego organizmu. Oprócz wielu ważnych zadań spełnia również funkcje estetyczną. Nieprzyjemne i nieestetyczne zmiany w obrębie skóry mogą być przyczyną różnych chorób w tym również tarczycy, należą do nich choroby tarczycy; nadczynność tarczycy, niedoczynność tarczycy, które mogą być przyczyną autoimmunologicznego zapalenia tarczycy. W nadczynności tarczycy skóra odpowiada za wzmożony metabolizm organizmu przystosowując się poprzez wzmożoną ciepłotę i dodatkową gładkość skóry w związku ze wzmożoną pracą gruczołów potowych, skóra staje się wilgotna, pojawiać się może różowy rumieniec na skórze twarzy oraz nadmierna pigmentacja. Włosy są cienkie i delikatne, a paznokcie rosną szybko są grube sztywne. W niedoczynności tarczycy skóra dostosowuje się do obniżonego tempa metabolizmu stając się zimną, bladą, suchą, przybierającą odcień żółtawy. Włosy stają się rzadkie i bardzo łatwo się łamią, wychodząc garściami. Paznokcie rosną bardzo wolno i łatwo się łamią. Nadczynność i niedoczynność pogarsza kondycję skóry i położonych pod nią tkanek.

Abstract: Skin is the biggest organ of organism. Despite of lots important roles it is also responsible to estetician role. The unpleasant and unesthetic changes on the skin can be cause of thyroid gland diseases: hyperthyroidism, hypothyroidism – also the reasons of autoimmnology inflammation of thyroid.

In hyperthyroidism, skin is responsible to increasing rate of metabolism and because of this, it adapts to play proper role: increases body's temperature and secretion of sweat gland – smoothness of the skin. It is causing also humidity of the skin, blush on the face and even hyperpigmentation. Hair are thin and weak, the nails are growing up fast and becoming rigid.

The skin in hypothyroidism adapts to decreasing metabolism. It is becoming cold, pale, dry and slightly yellow. Hair are thin and fragile – they fall very fast and in the big quantity. The nails are growing up slowly and they are susceptible to breaking. Hyperthyroidism and hypothyroidism are the reasons of aggravating condition of the skin and its tissues.

8. Alicja Świercz „Witaminy – naturalny kosmetyk”

Streszczenie: Witaminy zajmują istotne miejsce w żywieniu, decydując o rozwoju człowieka w okresie wzrostu, a także o stanie jego zdrowia i wydolności fizycznej. Jako składniki odżywcze są nam nie tylko potrzebne do prawidłowego funkcjonowania organizmu ale również hamują procesy starzenia się. Proces starzenia się jest nieodłącznym elementem naszego życia, ale nie musi to być powód aby wyglądać nieatrakcyjnie. To jak wygląda nasza skóra zależy nie tylko od pielęgnacji oraz ochrony zewnętrznej ale w dużej mierze od jej pielęgnacji wewnętrznej. Znaczący wpływ na urodę ma odżywianie. Niestety nasza dieta uboga w witaminy, wpływa niekorzystnie na kondycję naszej skóry, włosów i paznokci. Powinniśmy stosować dietę bogatą między innymi w dużą ilość jarzyn i owoców jak również ryby, chudy

niał oraz produkty zbożowe z pełnego przemiału. Jedzenie może mieć zbawienny wpływ na proces starzenia się a produkty bogate w witaminy są niezbędne, by wyglądać i czuć się wspaniale. Warto komponować nasze codzienne posiłki tak aby były one bogactwem witamin: A, D, E, K oraz witamin z grupy B, ponieważ pokarmy które spożywamy, nie tylko mają wpływ na nasze zdrowie ale także nasze ciało i na tempo w jakim się starzejemy.

Abstract: Vitamins plays important role in the diet deciding on human development during the growth, as well as the health status and physical efficiency. As the nutrients, we not only need them to for proper organism functioning, but also to inhibit the aging process. The aging process is integral to our lives but not have to be a reason to look unattractive. Appearance of our skin depends not only on the outside care and protection but in large part on its internal care. Significant effect on the beauty is nutrition. Unfortunately, our diet is poor in vitamins has negative effects on health of our skin, hair and nails. We should apply among others a diet rich in large amount of vegetables and fruits, also fish, dairy products and grain products (with whole grain). Food may have beneficial effect on the aging process, food rich in vitamins are essential that look and feel great. It is important to our meals were rich in vitamins: A, D, E, K and group B vitamins because the food we eat not only have an effect on our health but also our body and rate of aging.

9. Sylwia Tokar, Wioleta Polakowska, dr Justyna Marwicka, dr Kornelia Niemyska **„Fizyczne oddziaływanie fali ultradźwiękowej na tkanki”**

Streszczenie: Stosowanie ultradźwięków jest metodą terapeutyczną, której istotą jest przekazywanie tkankom energii mechanicznej, wywołującej w nich wiele zjawisk fizycznych i biologicznych na poziomie tkankowym i komórkowym. Metoda ta służy również do wprowadzania substancji czynnych do skóry. Ultradźwięki powodują w organizmie zmiany miejscowe (pierwotne), które zachodzą bezpośrednio w wyniku działania fal ultradźwiękowych na daną powierzchnię ciała poddawana zabiegowi oraz reakcje ogólne (wtórne) mające charakter odczynów układowych lub ogólnoustrojowych. Pod wpływem działania ultradźwięków o bardzo dużym natężeniu może dojść do zjawiska kawitacji.

10. Alicja Gołdzińska, Elżbieta Rębiś, Daria Rębiś **„Profilaktyka przeciwstarzeniowa”**

Streszczenie: Starzenie się to naturalny proces, który dotyczy każdego żywego organizmu. Zachodzi wcześniej czy później w organizmie każdego z nas. Proces ten polega na zmniejszeniu biologicznej aktywności komórek organizmu, spowolnieniu ulegają procesy regeneracyjne oraz zdolności adaptacyjne ustroju. Proces starzenia wywołany jest przez czynniki pochodzenia zewnętrznego jak i wewnętrznego. Starzenie zewnątrzpochodne przyspieszane głównie przez słońce zachodzi szybciej niż starzenie wewnątrzpochodne. W ciągu całego życia nadmierne dawki promieniowania UVA kumulują się, a efekty niekorzystnego działania słońca widoczne są dopiero po latach. W przebiegu starzenia wewnątrzpochodnego zmiany zachodzą w naskórku, skórze właściwej i tkance podskórnej. Profilaktyka przeciwstarzeniowa, anti-aging, medycyna przeciwstarzeniowa to terminy, z którymi coraz częściej spotykamy się w codziennym życiu. XXI wiek to czas, w którym długość życia dzięki osiągnięciom cywilizacyjnym sukcesywnie się wydłuża, dlatego tak istotną rolę pełni profilaktyka. Na starzenie wewnątrz pochodne mamy zdecydowanie mniejszy wpływ, profilaktyka starzenia zewnątrzpochodnego jest łatwiej osiągalna. Jednak, aby uzyskać zadowalające efekty wymagana jest znajomość sposobów zapobiegania wpływom środowiskowym oraz kompleksowego działania specjalistów. Celem profilaktyki przeciwstarzeniowej jest wydłużenie i poprawa jakości naszego życia, zachowanie sprawności zarówno fizycznej jak i psychicznej, ale także młodego wyglądu. Dlatego też filozofia anti-aging adresowana jest do każdego, niezależnie od wieku.

Abstract: Ageing is a natural process that any living organism undergoes. Sooner or later, it affects any of us. The process consists in diminishing bioactivity of the organism, its regeneration processes and adaptation abilities being affected. The ageing process is triggered by both internal and external factors. The externally conditioned ageing, caused mainly by the exposure to the sun, proceeds faster than the internally conditioned one. During the entire life, excess doses of UVA radiation accumulate, the negative effects of solar exposure being only visible after a few years. In the course of internally conditioned ageing, the areas affected are epidermis, dermis and neighbouring tissues.

Anti-ageing prophylactics and anti-ageing medicine are the terms more and more present in our daily lives. The 21st century is the time when life expectancy is steadily growing due to civilisation achievements, which is why prevention plays such an important role. We have considerably less influence on internal factors, however the external ones can be controlled more easily. For best results though, it is essential to be familiar with the methods of neutralising external factors and rely on comprehensive actions from specialists. The aim of anti-ageing prophylactics is to improve the length and quality of our lives, keeping us in good shape both physically and mentally, as well as preserving young appearance. This is why anti-ageing philosophy is addressed at anyone, regardless of their age.

11. Elżbieta Rębiś mgr, Alicja Gołdzińska mgr, Daria Rębiś **„Pielęgnacja i wspomagające metody leczenia cery naczyńowej”**

Streszczenie: Dwudziesty pierwszy wiek to okres wielu diametralnych zmian, dotyczących wielu dziedzin życia- także zdrowia i urody. Większość dermatologów i kosmetologów jest dziś zdania, że ludzi o cerze wrażliwej, ze skłonnością do teleangiektazji wciąż przybywa. Wiele czynników wpływa na taki stan rzeczy: zanieczyszczenia środowiska naturalnego, przegrzewanie pomieszczeń, częste zmiany kosmetyków o wysokim stopniu aktywności, stresy, niedostateczna pielęgnacja, szkodliwe oddziaływanie promieni słonecznych, niewłaściwa dieta i brak ruchu. Bardzo często osoby mające cerę naczyńową nie potrafią dostrzec pierwszych objawów pojawiającego się problemu. Nawet jeśli zdają sobie z tego sprawę, nie wiedzą jak pielęgnować taką cerę. Znajomość przyczyn, prawidłowa pielęgnacja w domu i gabinie kosmetycznym, unikanie szkodliwych czynników mogących pogorszyć stan skóry może skutecznie ochronić zmienioną chorobowo skórę, a nawet poprawić jej wygląd. Cera naczyńowa wymaga specjalnej pielęgnacji, stosowania preparatów uszczelniających naczyńa krwionośne oraz wyeliminowanie czynników, które powodują nasilenie rumienia. Rozszerzone i popękane naczynka krwionośne to problem wielu osób, który dotyczy zarówno kobiet, jak i mężczyzn.

Abstract: The 21st century has witnessed many dramatic changes in numerous aspects of life, including health and cosmetics. Most dermatologists and cosmetologists these days express the opinion that there are more and more people with irritable skin prone to teleangiectasia. This is due to several factors: pollution, overheated rooms, frequent changes in high activity cosmetics use, stress, lack of care, harmful solar action, bad eating habits, lack of exercise. Very commonly, people with teleangiectasia are unable to notice the early symptoms of the problem. Even if they do notice them, they don't know what kind of skin treatment is appropriate. Awareness of the causes, appropriate home and beautician care, eliminating factors that are harmful to your skin can effectively protect the affected skin area, and even improve its appearance. Teleangiectasia involves special care, using preparations that prevent leaks from blood vessels as well as eliminating factors that induce erythema. Vasodilation and damage to the blood vessels are problems that affect many people, men and women alike.

12. Joanna Kita **„Zastosowanie aromaterapii w gabinecie kosmetycznym”**

Streszczenie: Aromaterapia to dziedzina, która dzięki stale rosnącemu zainteresowaniu produktami naturalnymi rozwija się niezwykle dynamicznie. Oparta jest na zastosowaniu naturalnych olejków eterycznych pozyskiwanych z roślin. Pierwsze wzmianki o aromaterapii sięgają roku 1937, kiedy to francuski chemik Rene-Maurice Gattefosse po raz pierwszy opisał właściwości olejków eterycznych. Współcześnie aromaterapia jest powszechnie wykorzystywana zarówno w przemyśle farmaceutycznym, spożywczym jak i kosmetycznym. Olejki eteryczne są interesującym surowcem, ze względu na swoje cechy terapeutyczne jak i estetyczne.

Większość olejków eterycznych posiada bardzo szerokie spektrum aktywności biologicznej. Wykazują dobre właściwości antyseptyczne, działając przeciwbakteryjnie, przeciwwirusowo i przeciwgrzybiczo. Możliwości wykorzystania aromaterapii w gabinecie kosmetycznym są bardzo szerokie. Począwszy od zastosowania masaży aromaterapeutycznych, kąpeli poprzez inhalację czy zastosowanie kosmetyków z dodatkiem olejków eterycznych. Ze względu na działanie antyseptyczne olejki eteryczne mogą być stosowane w pielęgnacji skóry trądzikowej i problematycznej. Antyseptyczne właściwości mogą być także wykorzystane do wspomagania dezynfekcji skóry oraz powietrza w gabinecie kosmetycznym. Do tego celu mogą nam posłużyć m. in. kominki aromaterapeutyczne, nawilżacze powietrza, czy inhalatory. Szerokie spektrum działania olejków eterycznych, jak i bogactwo ich zapachów otwiera drogę do różnorodnego wykorzystania dziedziny aromaterapii w kosmetologii.

Abstract: Aromatherapy is a field which is developing very dynamically thanks to still growing interesting of natural products. She is leaning on using natural essential oils acquired from plants. The first mentions of the aromatherapy reach 1937, when a French chemist Rene-Maurice Gattefosse for the first time described properties of essential oils. Nowadays aromatherapy is widely used both in the pharmaceutical, food and cosmetic industry. Essential oils are an interesting raw material on account of therapeutic and aesthetic features. Most of the essential oils have a very wide spectrum of biological activity. They have good antiseptic properties, acting antibacterial, antiviral and antifungal. The possibilities of using aromatherapy in cosmetic cabinet are very wide. Starting from using aromatherapy massages, baths through inhalation or application of cosmetics with addition of essential oils.

On account of antiseptic action, essential oils can be used in the acne and problematic skincare. Antiseptic properties can also be used for assisting the skin and air disinfection in a beauty parlour. For this purpose, we can use, inter alia, aromatherapy fireplaces, humidifiers and inhalers. A broad spectrum of action of essential oils, as well as the wealth of their fragrance is opening the door for multipurpose using the field of the aromatherapy in the cosmetology.

13. Aurelia Zielonka, Ewa Tomal

„Wybrane nanostruktury stosowane w kosmetykach”

Streszczenie: Nanotechnologia to stosunkowo młoda dziedzina nauki, umożliwiająca tworzenie nowych i przetwarzanie znanych substancji do rozmiarów nanometrycznych. Właściwości substancji, w takich rozmiarach są odmienne od tych, które substancja wykazuje w rozmiarach konwencjonalnych. Takie materiały posiadają unikalne właściwości fizyczne, chemiczne i biologiczne. Znalazły one zastosowanie w wielu gałęziach przemysłu np. w elektronice, budownictwie, medycynie, farmacji, czy kosmetologii. Przyglądając się składnikom kosmetyków można wyróżnić dwie grupy nanostruktur w nich stosowanych. Pierwsza to materiały o nowych właściwościach powstałe w wyniku rozdrobienia jak nanosrebro, nanozłoto, nanomiedź czy nanotlenki tytanu i cynku i wiele innych. Ich zastosowanie w kosmetykach związane jest z unikalnymi właściwościami jakie wykazują. Druga grupa materiałów to nośniki substancji czynnej o rozmiarach nanometrycznych, do których zaliczyć można mikro i nanoemulsje, liposomy czy stałe nanocząstki lipidowe. Nośniki takie chronią zamkniętą w nich substancję przed czynnikami środowiskowymi, zapewniają długotrwałe i ukierunkowane działanie oraz poprawiają zdolności przenikania warstwy rogowej i penetracji skóry.

14. Karolina Agata Socha

„Produkty i surowce kosmetyczne”

Streszczenie: W życiu codziennym kosmetyki odgrywają decydującą rolę w utrzymaniu odpowiedniego wyglądu ludzkiego ciała. Dlatego też na rynku kosmetycznym istnieje bogata oferta produktów, które zaspakajają indywidualne potrzeby konsumenta. A ponieważ potrzeby te są szerokie i wymagają spełnienia na wielu płaszczyznach powstało wiele grup produktów kosmetycznych począwszy od codziennych środków higienicznych, przez środki nawilżające, łagodzące, regenerujące, nadające elastyczność po tzw. „kosmetyki kolorowe”. Powszechne stosowanie kosmetyków w życiu codziennym sprawia, że ich jakość ma niebagatelne znaczenie, dlatego też europejskie i polskie prawo bardzo rygorystycznie regulują sprawy dotyczące bezpieczeństwa kosmetyku i wpływu na konsumenta. O jakości gotowego produktu kosmetycznego decyduje jego skład, a zatem surowce użyte do jego produkcji. Wybór surowców mogących znaleźć się w kosmetykach jest dziś równie obszerny jak wybór gotowych produktów na rynku kosmetycznym. Surowce możemy dzielić według różnych kryteriów: ze względu na ich działanie, pochodzenie czy charakter chemiczny tych substancji. Znajomość zastosowania oraz działania produktów i surowców kosmetycznych jest więc ważnym elementem w wyborze najodpowiedniejszego kosmetyku satysfakcjonującego konsumenta.

Abstract: In the everyday life cosmetics are playing the decisive part in keeping the appropriate appearance of the human body. Therefore on the cosmetic market exists a rich offer of products which are satisfying individual needs of the consumer. Because these needs are wide and require fulfilling on many levels companies created many groups of cosmetic products starting from everyday hygienic products, moisturizing, relieving, revitalizing, giving the flexibility after so-called "colourful cosmetics". Common applying cosmetics in the everyday life causes that their quality has meaning of no small importance, therefore European and Polish law are regulating very strictly the safety of cosmetic and the influence on the consumer. The composition of the finished cosmetic product are deciding on them quality. The choice of raw materials being able in cosmetics as equally extensive as choice of finished products on the cosmetic market. We can divide raw materials according to various criteria: on account of their action, the origin or the chemical nature of these substances. So the knowledge of the application and the effect of products and cosmetic raw materials is an important component in choice of the most appropriate cosmetic satisfying the consumer.

15. Rafał Pietraś

„Zastosowanie metody sHS\GC-MS do identyfikacji i kontroli zafałszowań wybranych produktów kosmetycznych”

Streszczenie: Poszukiwanie rozwiązań analitycznych, które pozwalają na szybkie pozyskiwanie wyników ze złożonych matryc z jednoczesnym zachowaniem wysokiej jakości i niskich kosztów wytwarzania, to podstawowe zadanie stawiane działom kontroli jakości. Nowoczesne techniki o charakterze uniwersalnym pozwalają na bezpośrednią analizę surowców kosmetycznych, występujących często w niskich stężeniach, bez długotrwałego, skomplikowanego i obciążonego stratami procesu przygotowania próbek.

Celem przeprowadzonych badań było zastosowanie metody sHS\GC-MS do identyfikacji lotnych związków organicznych występujących w wybranych produktach kosmetycznych.

W badaniach wykorzystano chromatografię gazową połączoną ze spektrometrią mas i techniką analizy fazy nadpowierzchniowej. Separację analitów uzyskano stosując kolumnę kapilarną HP5-ms, hel jako gaz nośny oraz zoptymalizowany gradient temperatury realizowany w czasie 30 min. Profile lotnych związków organicznych analizowanych produktów oraz ich identyfikację wykonano przy użyciu spektrometru mas z liniowym, kwadrupolowym analizatorem oraz elektronowym źródłem jonizacji (EI) w zakresie 30 – 400 m/z. Potwierdzenie tożsamości uzyskano w oparciu o porównanie otrzymanych widm mas z zgromadzonymi w bazie NIST (08).

Badaniu poddano 9 wybranych produktów kosmetycznych do pielęgnacji dostępnych na rynku.

Zidentyfikowano ok. 50 substancji lotnych, z których 10 zidentyfikowano z dopasowaniem powyżej 90%.

Wyniki przeprowadzonych badań wykazały, że proponowane postępowanie zapewnia uzyskanie odpowiednich wyników i może zostać użyte do kontroli jakości i zafałszowań oraz identyfikacji nieznanymi produktami kosmetycznymi i surowców zastosowanych do ich produkcji.

Praca powstała z wykorzystaniem sprzętu zakupionego w ramach Projektu: "Wyposażenie innowacyjnych laboratoriów prowadzących badania nad nowymi lekami stosowanymi w terapii chorób cywilizacyjnych i nowotworowych" w ramach Programu Operacyjnego Rozwój Polski Wschodniej 2007-2013, Osi priorytetowej I, Nowoczesna Gospodarka, Działania I.3 Wspieranie Innowacji.

Abstract: The basic challenge of quality control departments is the search for the analytical solutions that allow the rapid acquisition of results from complex matrices, while maintaining high quality and low cost of production. Modern techniques with universal character provide direct analysis of raw cosmetic materials without long-term, complicated, and saddled with a loss process of the sample preparation.

The aim of the study was to apply the sHS\GC-MS method for the identification of the volatile organic compounds present in the selected cosmetic products.

Headspace sampling-gas chromatography mass spectrometry technique was applied to identification of the VOC's. The separation of the analytes were obtained using a capillary column HP5-MS, helium as carrier gas and a temperature gradient completed within 30 min. Profiles of volatile organic compounds of the investigated products were collected using a mass spectrometer equipped with a linear quadrupole analyser and an electron impact ionization (EI) ion source. The mass spectrometer was operated in scan mode and the data were carried out over a mass range 30 - 400 m/z. Identity confirmation of the analysed compounds was achieved by comparing the obtained mass spectra with collected in the NIST Library (08).

In nine analysed cosmetic care products, 50 volatile compounds were found. Ten substances have been identified with a satisfactory matching (<90%) to the NIST library.

Results of the study reveal that the proposed procedure enables the appropriate results, and can be used for quality control, disclosure of falsification and identification of unknown cosmetic products and raw materials used for their production.

The investigation was developed using the equipment purchased within the Project "The equipment of innovative laboratories doing research on new medicines used in the therapy of civilisation and neoplastic diseases" within the Operational Program Developed of Eastern Poland 2007 – 2013, Priority Axis I modern Economy, Operations I.3 Innovation Promotion.

16. Magdalena Makuch, Kamila Cichoń, Justyna Marwicka, Kornelia Niemyska „Kosmetyki prosto z kuchni, czyli domowe sposoby pielęgnacji urody”

Streszczenie: Od dawna wiadomo, że w naturalnych produktach jest wszystko, czego potrzebujemy, by wyglądać pięknie i młodo. Miód, kawa, oliwa z oliwek czy płatki owsiane potrafią zdziałać cuda. Zawierają, bowiem substancje, które poprawiają koloryt cery, wygładzają skórę i odżywiają ją. Z tego też względu interesujące wydaje się być jak w kilka minut, można sporządzić skuteczny domowy kosmetyk, który spełni nasze oczekiwania.

17. Renata Gałuszka, Grzegorz Gałuszka „Jakość życia kobiet z wysiłkowym nietrzymaniem moczu”

Streszczenie: Cel pracy. Celem pracy była ocena wybranych parametrów jakości życia w przypadku wysiłkowego nietrzymania moczu. Materiał i metody. Materiał badawczy stanowiła grupa 30 kobiet, u których występowało wysiłkowe nietrzymanie moczu. Jako narzędzie badawcze zastosowano kwestionariusz WHOQoL- BREF oraz kwestionariusz własnej konstrukcji do pozyskania danych specyficznych związanych z wysiłkowym nietrzymaniem moczu.

Wyniki. W wyniku leczenia kobiety oczekują zmniejszenia nasilenia dolegliwości, tak aby umożliwiły im prowadzenie normalnego życia. Spośród dostępnych metod leczenia największą popularnością cieszą się ćwiczenia kroczka mięśni dna miednicy. Mniejszą popularnością cieszą się metody fizykalne oraz biofeedback. Najbardziej uciążliwym objawem jest poczucie braku kontroli nad problemem w sytuacjach nieoczekiwanych.

Wnioski. Problem wysiłkowego nietrzymania moczu jest bardziej powszechny niż przeciętnie się uważa. Pacjentki posiadają małą świadomość co do metod profilaktyki oraz różnych form terapii zachowawczej. Problem znacznie obniża poczucie jakości życia.

18. Anna Podolska, Łukasz Żurawski „Pilates - metoda wspomagająca zabiegi fizjoterapeutyczne i kosmetyczne”

Streszczenie: Powszechnie wiadomo, że aktywność fizyczna korzystnie wpływa na funkcjonowanie całego organizmu, utrzymując prawidłową wagę ciała, redukując tkankę tłuszczową oraz zapobiegając powstawaniu wielu chorób narządu ruchu. Czynniki środowiskowe, prowadzenie siedzącego trybu życia, stres, obciążenie genetyczne, zła dieta, brak aktywności fizycznej, używki sprzyjają otyłości, powstawaniu cellulitu oraz zwiększają ryzyko wystąpienia schorzeń kręgosłupa i stawów obwodowych.

W niniejszej pracy przedstawiono Metodę Pilates, którą zaliczamy do jednej z metod kinezyterapeutycznych. Jej efekty zastosowania można dostrzec w terapii i profilaktyce schorzeń kręgosłupa i narządu ruchu, w celach podtrzymujących odzyskaną podczas rehabilitacji formę oraz w walce z otyłością i redukcją tkanki tłuszczowej. System ćwiczeń metodą Pilates wykorzystywany jest w terapii indywidualnej przez fizjoterapeutów oraz instruktorów fitness na zajęciach grupowych. Korzyścią jej uprawiania jest nabranie nawyku utrzymania prawidłowej postawy oraz uzyskanie świadomości własnego ciała. Jest to świetna metoda, która poprawia elastyczność mięśni, wysmukla sylwetkę, zwiększa stabilność kręgosłupa, dzięki czemu możemy ją zaproponować pacjentom w celach zwiększenia efektów zabiegów fizjoterapeutycznych i kosmetycznych.

Abstract: It is commonly known that, physical activity is beneficial for functioning of the whole organism, maintaining proper body weight, reducing body fat and preventing the formation of many diseases of movement organs. Environmental factors, sedentary lifestyle, stress, genetic influences, poor diet, physical inactivity, alcohol contribute to obesity, cellulite formation and increase the risk of spine disorders and peripheral joints.

In the following article the Pilates Method, which is included as one of movement therapies is presented. Its usage effects can be seen in the treatment and prevention of disorders of the spine and movement organs, in maintaining physical condition recovered during rehabilitation, in body fat reduction and fight with obesity. The Pilates exercise method is used in individual therapy by physiotherapists and by fitness instructors in practicing groups. The benefit of doing it, is gaining correct posture habit and gaining awareness of your body. It is a great method, which betters flexibility of your muscles, slims silhouette, increases stability of spine and because of that we can propose it to patients in order to increase the effects of physiotherapy and beauty treatments.

19. Anna Podolska, Łukasz Żurawski „Zastosowanie masażu bańką chińską w kosmetologii”

Streszczenie: Masaż bańką chińską jest zabiegiem powszechnie znanym w środowisku fizjoterapeutycznym. Jego zastosowanie od lat wspomaga leczenie wielu schorzeń kręgosłupa, przynosząc skuteczne efekty. Prawidłowo wykonany masaż gumową bańką chińską powoduje rozszerzenie naczyń krwionośnych zwiększając odżywienie tkanek, rozluźnia wzmoczone napięcie mięśniowe, poprawia krążenie krwi i limfy, ułatwia wydalanie zbędnych produktów przemiany materii oraz toksyn. Coraz częściej masaż bańką chińską jest stosowany w gabinetach kosmetycznych i odnowy biologicznej w zabiegach redukujących cellulit.

W niniejszej pracy przedstawiono badania, które zostały przeprowadzone w gabinecie masażu Wyższej Szkoły Ekonomii i Prawa w Kielcach, wykonując techniki masażu bańką chińską na mięśnie ud i pośladkowe, w celu zbadania efektywności tej metody w walce z tkankami objętymi cellulitem. W badaniach wzięło udział 15 kobiet, na których wykonano 10 zabiegów przy użyciu bańki chińskiej. Przed rozpoczęciem i po zakończeniu serii masażu zmierzono obwody ud i pośladków, wagę oraz wykonano zdjęcia porównawcze. Ponadto na grupie badawczej przeprowadzono ankietę pt. „Antycellulitowy masaż bańką chińską”.

Uzyskane wyniki pozwoliły stwierdzić, że masaż bańką chińską przynosi korzystne efekty w redukcji cellulitu, ujędmania skórę oraz poprawia jej wygląd, a w niektórych przypadkach zmniejsza obwody ud i mięśni pośladkowych.

Abstract: Chinese bubble massage is a commonly known treatment in the area of physiotherapy. Its usage over the years helps in the treatment of many diseases of the spine, bringing effective results. Properly executed by rubber bubble, causes vasodilation increasing nutrition of tissues, relaxes increased muscle tension, betters excretion of metabolic waste products and toxins. Increasingly, Chinese bubble massage is used in beauty parlors and wellness centers in reducing cellulite treatments.

In this work, research which was conducted in the massage room in University of Economy and Law in Kielce, by using Chinese bubble massage on hips and buttocks muscles in order to examine the effectiveness of the method against the tissues affected by cellulite, is presented. In the research, 15 women took part in and on them 10 treatments of using Chinese bubble were performed. Before and after series of massages circuit of hips and buttocks muscles and weight was measured, and comparative photos was taken. In addition on the research group the questionnaire named: "Anti-cellulite Chinese bubble massage" was taken.

The results revealed that Chinese bubble massage has beneficial effects in reducing cellulite, firms the skin and improves its appearance and in some cases reduces circuits of hips and buttocks muscles.

20. Łukasz Żurawski, Anna Podolska, Tomasz Kozieł
„Masaż w kosmetologii i odnowie biologicznej”

Streszczenie: Nasi przodkowie korzystali z dobrodziejstw jakie daje masaż na długo przed pojawieniem się gabinetów kosmetycznych, masażu czy rehabilitacyjnych. Techniki te towarzyszą nam jednak po dziś pomagając się zrelaksować (masaże relaksacyjne), działając leczniczo (klasyczny masaż leczniczy), przyspieszając odnowę biologiczną organizmu (masaż sportowy) oraz wpływając na wygląd naszej skóry i sylwetki (masaże kosmetyczno-pielęgnacyjne). Masaż może przywrócić równowagę zmęczonemu, spiętemu ciału i zatroskanemu umysłowi oraz sprawić, że poczujemy się lepiej we własnej skórze. Poprawnie przeprowadzony sprzyja aktywizacji przemiany materii, przyspiesza krążenie krwi, pomaga w wydalaniu z tkanek produktów metabolizmu, oczyszcza skórę i podtrzymuje napięcie mięśni. W poniższym artykule przedstawiono oraz dokonano próby sklasyfikowania różnych rodzajów masażu stosowanego w kosmetologii i odnowie biologicznej.

Abstract: Our ancestors used the benefits given by massage, long before the appearance of beauty, massage and rehabilitation parlors. This techniques are still with us nowadays to help us getting relaxed (relaxing massages), healing us (classical healing massage), increasing speed of body regeneration (sports massage) and affecting the appearance of our skin and body shape (skin care & cosmetic massage). Massage can restore balance to the tensed, tired body and anxious mind and make us feel better in our own skin. When properly performed, massage favours activation of metabolism, accelerates blood circulation, helps in the expulsion of metabolic products from tissues, cleans skin and maintains muscle tightness. The following article presents and makes an attempt to classify the different types of massage used in cosmetics and biological renewal.

21. Tomasz Kozieł, Anna Podolska, Łukasz Żurawski
„Propozycja programu terapeutycznego leczenia bliznowca z wykorzystaniem zabiegu jonoforezy z jodku potasu oraz substancji zawierających alantoinę i wyciąg z cebuli morskiej”

Streszczenie : Celem pracy było zaproponowanie programu terapeutycznego, którego istotę stanowi wpływ zabiegu jonoforezy z podaniem preparatów zawierających w swym składzie alantoinę, wyciąg z cebuli morskiej oraz jodek potasu w leczeniu bliznowca. W sugerowanym programie terapeutycznym pacjentów należy poddać 3-4 serii zabiegowych jonoforezy w 20 dniowych cyklach z miesięczną przerwą między każdym z nich. Podczas zabiegu zastosowano 1% jodku potasu (KJ) w ilości 15 ml co drugi dzień na zmianę z maściami zawierającymi substancje czynne: alantoinę oraz wyciąg z cebuli morskiej (po 10 zabiegów).

Abstract: Suggesting the therapy program was a purpose of the work, of which an influence of the surgery on the iontophoresis is an essence with giving preparations containing allantoin, extract from the squill and potassium iodide in their composition in curing the keloid. In the suggested therapeutic program of patients one should subject 3-4 treatment series of the iontophoresis in 20 day cycles with the monthly break between each of them. During the treatment a 1% of the potassium iodide was applied (KJ) in the amount of 15 ml every second day for the change with ointments containing active substances: the allantoin and extract from the squill (for 10 treatments).