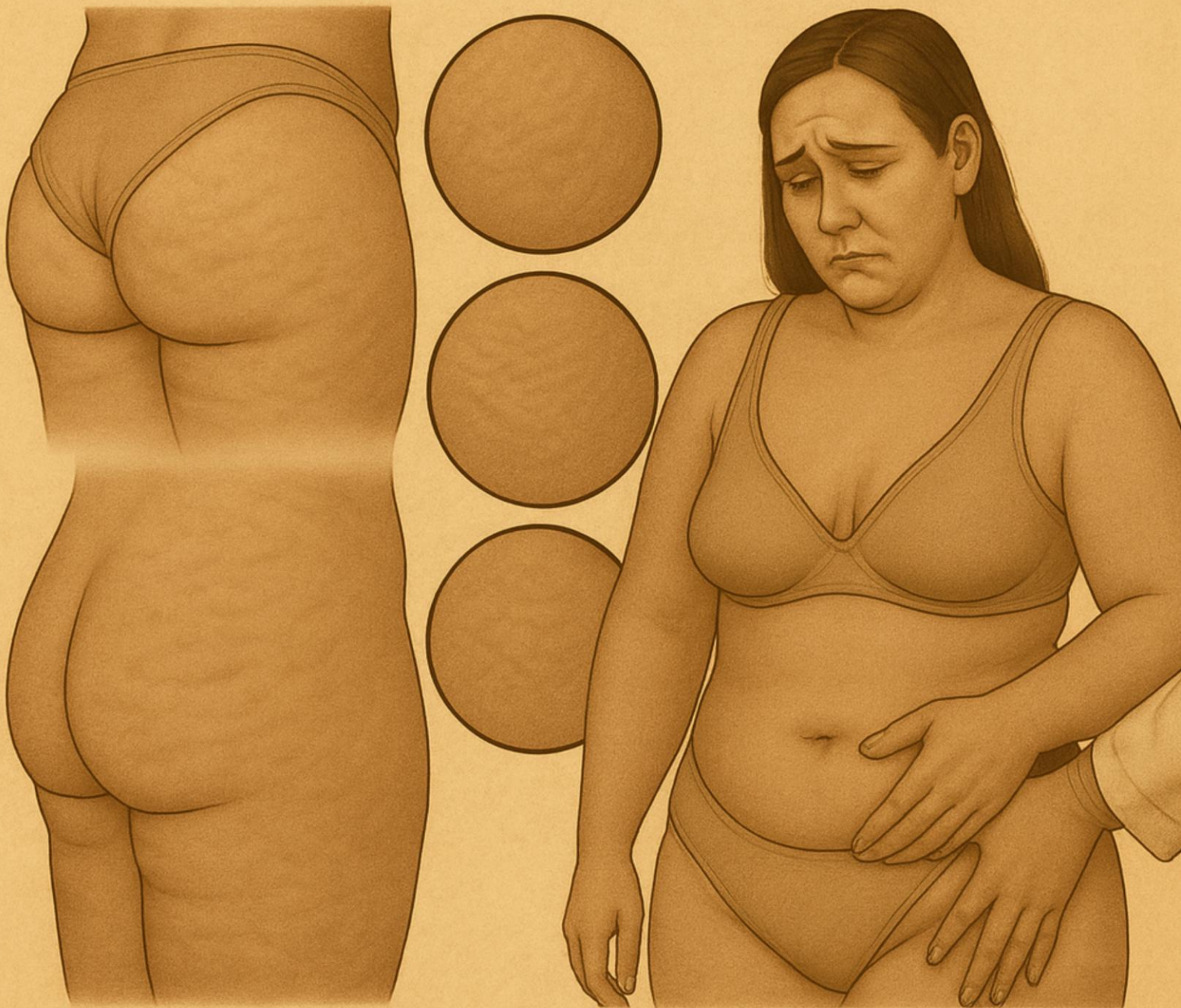
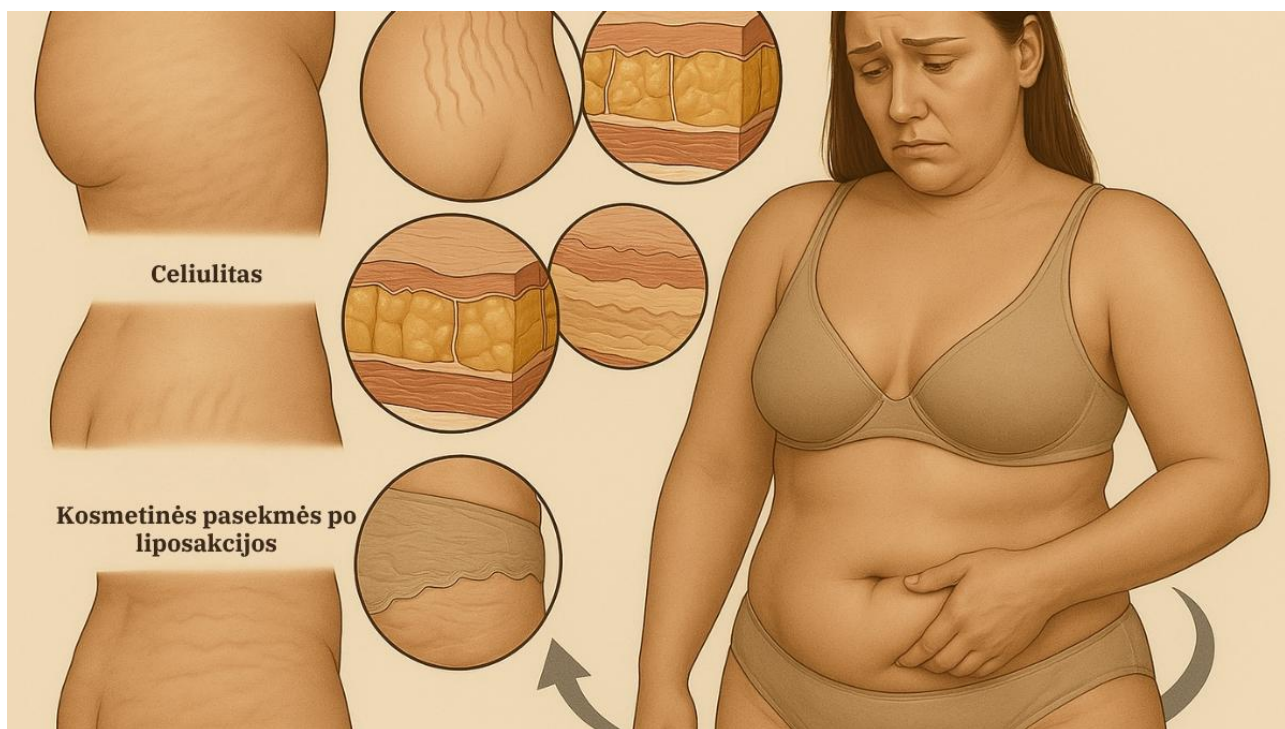


CELIULITO SOCIALINIS POVEIKIS IR JO ĮTAKA GYVENIMO KOKYBEI



Celiulito Socialinis Poveikis Ir Jo Įtaka Gyvenimo Kokybei



Celiulitas – paplitimas ir socialinė įtaka

Dauguma moterų turi arba mano turinčios celiulitą. Kultūrose, kuriose įprasta rodyti daugiau kūno, pavyzdžiui, Brazilijoje, ši problema ypač aktuali ir sukelia didelį nerimą, turėdama reikšmingą socialinį poveikį (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Kosmetinių pokyčių vertinimas šiuolaikinėje visuomenėje

Šiuolaikinėje globalizuotoje visuomenėje išvaizdos priežiūra tapo svarbia fizinės gerovės dalimi. Todėl svarbu įvertinti, kaip tokie kosmetiniai pokyčiai kaip celiulitas, raukšlės ar odos senėjimas veikia gyvenimo kokybę. Augantis susidomėjimas šių, anksčiau laikytų nereikšmingomis, problemų tyrimais rodo jų reikšmę. Nauji tyrimai ne tik praturtins supratimą, bet ir padės įvertinti poreikį kurti veiksmingus gydymo būdus (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Tradicinių medicinos vertinimo kriterijų kaita

Ilgą laiką medicinoje buvo vertinami kiekybiniai aspektai, tokie kaip sergamumo ar mirtingumo mažinimas. Tačiau dabar didesnis dėmesys skiriamas kokybiniams veiksniams: kaip pacientai jaučiasi ir kaip jų liga ar kosmetinė problema veikia jų kasdienybę (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Psichosocialiniai išvaizdos aspektai

Literatūros apžvalgose pabrėžiami kultūriniai ir psichologiniai išvaizdos aspektai. Tyrimai atskleidžia, kad daugelyje kultūrų fizinis patrauklumas renkantis partnerį laikomas svarbesniu nei asmeninės savybės. Dermatologinės problemos gali stipriai paveikti savigarbą — dažnai labiau nei fiziniai simptomai. Todėl svarbu stebėti ir emocinį bei socialinį pacientų

funkcionavimą, kad būtų galima tinkamai įvertinti gydymo poveikį (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Klausimynų taikymas gyvenimo kokybės vertinimui

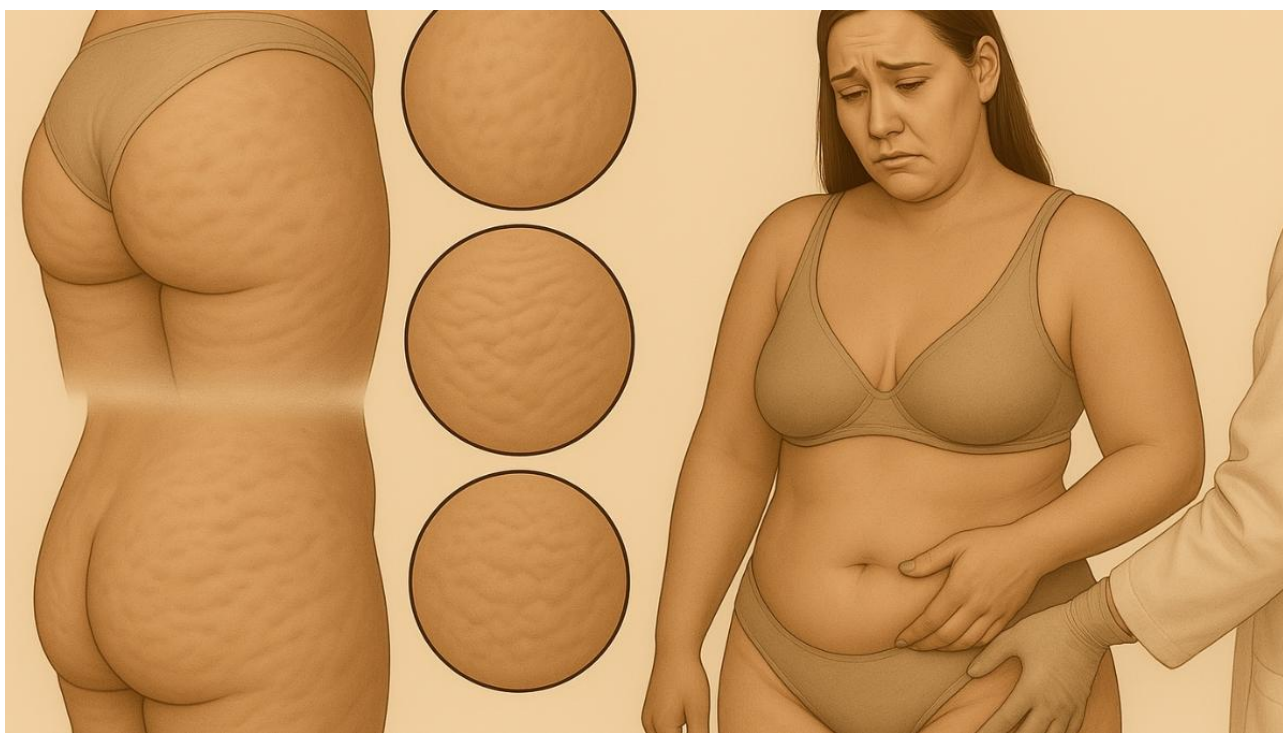
Tai paskatino kurti klausimynus, kurie padeda gydytojams suprasti, kaip liga veikia pacientų kasdienybę, emocinę būklę ir socialinį gyvenimą (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Celiulito poveikis kasdieniam gyvenimui

Kalbant apie celiulitą, moterys neretai kreipiasi gydymo dėl socialinių ar emocinių priežasčių. Gėdos jausmas gali trukdyti socialiniams, intymiems ar kasdieniams užsiėmimams, pavyzdžiui, lankytis baseine ar sportuoti (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Celiulito tyrimų spragos

Nors sukurta daug klausimynų kitoms odos ligoms (pvz., psoriazei, aknei ar melazmai), apie celiulito poveikį gyvenimo kokybei beveik netyrinėta. Oda, kaip matomiausias žmogaus organas, formuoja socialinę identitetą — tad ligos paveikto asmens gydymas turėtų būti orientuotas ne vien į fizinius simptomus, bet ir į psichologinę gerovę (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).



Celiulitas: Klinikiniai Ir Estetiniai Aspektai

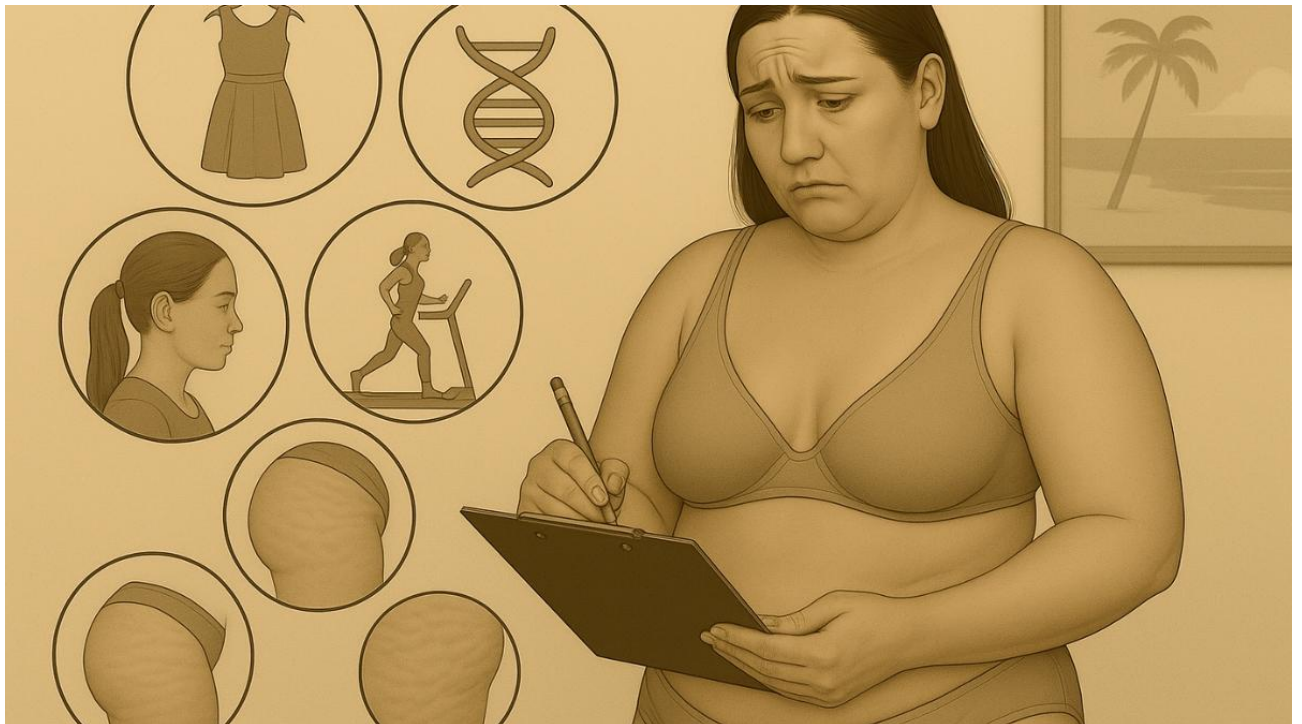
Celiulitas – tai dažna moterų klinikinė ir estetinė būklė, kuri gali pasireikšti dar iki paauglystėje ar bet kuriuo vėlesniu gyvenimo laikotarpiu. Būdingas jungiamojo ir riebalinio audinio pakitimas lemia kraujotakos ir limfos sistemos disbalansą, dėl kurio oda, ypač sėdmenų ir šlaunų srityse, įgauna apelsino žievelės ar čiužinio tekstūrą. Celiulito sunkumo laipsniai klasifikuojami nuo 0 iki III, taip pat vertinami susiję veiksniai, tokie kaip KMI ir odos suglebimas (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Celiulito poveikis gyvenimo kokybei

Tiek jaunos, tiek vyresnės moterys patiria neigiamą celiulito įtaką, tačiau ji stipriau veikia jaunesnes. Palyginti su ankstesniais dešimtmečiais, šiandien celiulitas pastebimas dažniau, o jo pasekmės tampa vis aktualesnės (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Klinikinis tyrimas: vertinimas ir metodika

Tyrimas, kuriame dalyvavo 62 moterys (18–45 m., vid. amžius 32 m.), parodė įvairaus laipsnio celiulito paplitimą (KMI 18–25). Pacientėms taikytas mechaninis gydymas ir lokalus vietinis gydymas vienoje kojoje. Celiulito laipsnis nustatytas prieš ir po gydymo, remiantis klinikinėmis apžiūromis (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).



Subjektyvus Poveikio Įvertinimas: Klausimyno Rezultatai

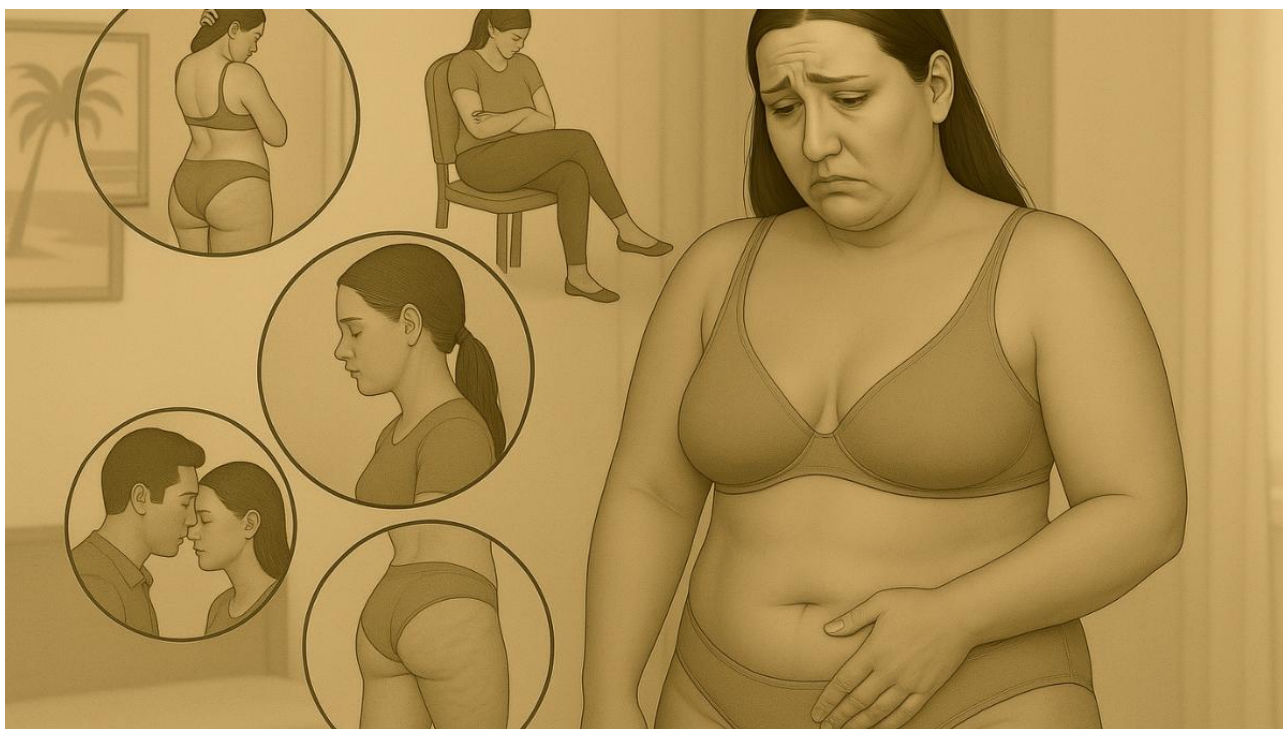
Pacientės taip pat pildė klausimyną, kuriame atspindėjo jų elgsena (drabužių pasirinkimas, vengimas paplūdimio), savigarba ir įsitikinimai apie celiulito kilmę (paveldimumas, mityba, fizinis aktyvumas). Apklausos rezultatai padėjo nustatyti:

- 1. Pacientų požiūrį į celiulitą.**
- 2. Suvaržymus kasdienėse situacijose.**
- 3. Gydymo įtaką jų gyvenimo kokybei.**

(O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Subjektyvūs veiksniai ir jų svarba

Tyrimo duomenimis, 65 % pacienčių celiulitą pastebėjo iki 20 metų, o 80 % jį siejo su paveldimumu. 90 % manė, kad sportas padeda sumažinti celiulitą, o 60 % tikėjo specialios dietos poveikiu (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).



Gėdos Jausmas Ir Kasdienės Situacijos

Dauguma respondentų (70 %) nurodė, kad celiulitas reikšmingai trukdo jų gyvenimui. Didžiausi apribojimai fiksuoti dėvint bikinį ar aptemptus drabužius, sportuojant, kryžiuojant kojas ar sėdint. Gydymas pagerino savijautą – pavyzdžiui, prieš gydymą 21,9 % jautė didelį celiulito poveikį lytiniam gyvenimui, o po gydymo – tik 8,3 %. Tačiau kai kuriose srityse, pvz., sportuojant, rezultatai išliko panašūs (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Lytiniai skirtumai ir kultūriniai aspektai

Tyrimai Skandinavijoje rodo, kad lėtinės dermatologinės būklės labiau paveikia jaunas moteris. Harlow tyrimas išryškino vyrų ir moterų patiriamų apribojimų skirtumus – tik sporto srityje vyrai nurodė didesnę gyvenimo kokybės sumažėjimą nei moterys (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Psichologinis gydymo poveikis

Net ir nesant objektyvaus klinikinio pagerėjimo, pacientės po gydymo jautėsi geriau: jų savivertė, vertinta skalėje nuo 0 iki 9, akivaizdžiai išaugo. Tai rodo, kad rūpinimasis savimi ir pats gydymo procesas turi teigiamą emocinį poveikį (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Kokybinis tyrimas: pacientų išgyvenimai

2008 m. atliktas tyrimas parodė, kad pacientės dažnai vengia dėvėti tam tikrus drabužius, slepiasi paplūdimyje ir jaučiasi psichologiškai suvaržytos. Išskirtos šešios pagrindinės sritys: apranga, laisvalaikio veikla, sportas, tarpasmeniniai santykiai, savivertė ir kasdieniai įpročiai (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

CelluQOL: Gyvenimo Kokybės Vertinimo Priemonė

Remiantis surinktais duomenimis, buvo sukurtas ir patvirtintas klausimynas CelluQOL®, skirtas įvertinti celiulito poveikį gyvenimo kokybei. Įtrauktos dvi versijos – išsami ir apibendrinta. Ši priemonė gali būti svarbi klinikinėje praktikoje, padedant suprasti pacientų psichoemocinius išgyvenimus (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Apibendrinta CelluQOL klausimyno versija

	Nesijaudino Visai	Jaudinosi Dauguma Kartų	Jokių Jausmų Vienokiu Ar Kitokių Atveju	Jaudinosi Dauguma Kartų	Jaudinosi Visą Laiką
Odos Išvaizda	1	2	3	4	5
Aprangos manieros	1	2	3	4	5
Maitinimosi įpročiai	1	2	3	4	5
Fizinė arba laisvalaikio veikla, susijusi su kūno demonstravimu viešumoje	1	2	3	4	5
Fizinė arba rekreacinė veikla, susijusi su ribojamu kūno demonstravimu	1	2	3	4	5
Lytinis gyvenimas	1	2	3	4	5
Neigiami jausmai	1	2	3	4	5
Netikėjimas gydymo rezultatais	1	2	3	4	5

(Šaltinis: P. Goldman, M. & Hexsel, D. (2019) Cellulite Pathophysiology and Treatment Second Edition, p. 3).



Išvada

Išsamus gyvenimo kokybės vertinimas yra būtinas siekiant ne tik atskleisti celiulito problemos reikšmę, bet ir pagrįsti naujų gydymo metodų kūrimo būtinybę. Įdomu pastebėti, kad net jei gydymo priemonės negali užtikrinti ryškaus klinikinio pagerėjimo, estetinės procedūros pacientėms svarbios dėl emocinės gerovės. Emocinis palengvėjimas dažnai nėra tiesiogiai susijęs su objektyviais rezultatais – pats dėmesys išvaizdai jau teigiamai veikia psichologinę būklę (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Celiulitas akivaizdžiai daro įtaką pacientų kasdieniam gyvenimui: apriboja socialinį aktyvumą, sukelia diskomfortą tarpasmeniniuose santykiuose ir mažina savivertę – kaip ir kitos odos ligos. Svarbu nepamiršti, kad pacientų skundai turėtų būti vertinami empatiškai, net jei defektai nėra matomi ar jų poveikis objektyviai menkas. Tokiais atvejais būtinas holistinis požiūris – apimantis tiek fizinę, tiek emocinę gerovę (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Estetinių procedūrų metodai turėtų būti tobulinami taip, kad užtikrintų maksimalų saugumą, minimalią invaziją ir greitą gijimą. Vis dėlto, kai kuriais atvejais paviršiniai skundai gali slėpti gilesnes psichologines problemas, todėl būtinas išsamus paciento būklės įvertinimas, siekiant užtikrinti pasitikėjimą tarp paciento ir gydytojo (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Galiausiai, norint taikyti tikslinį gydymą, svarbu suprasti, kurie gyvenimo kokybės aspektai kiekvienam pacientui yra svarbiausi. Tokiu pagrindu sukurtų vertinimo priemonių plėtojimas – tai novatoriška, tačiau sudėtinga sritis, galinti iš esmės pagerinti individualizuoto gydymo sprendimų priėmimą (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).