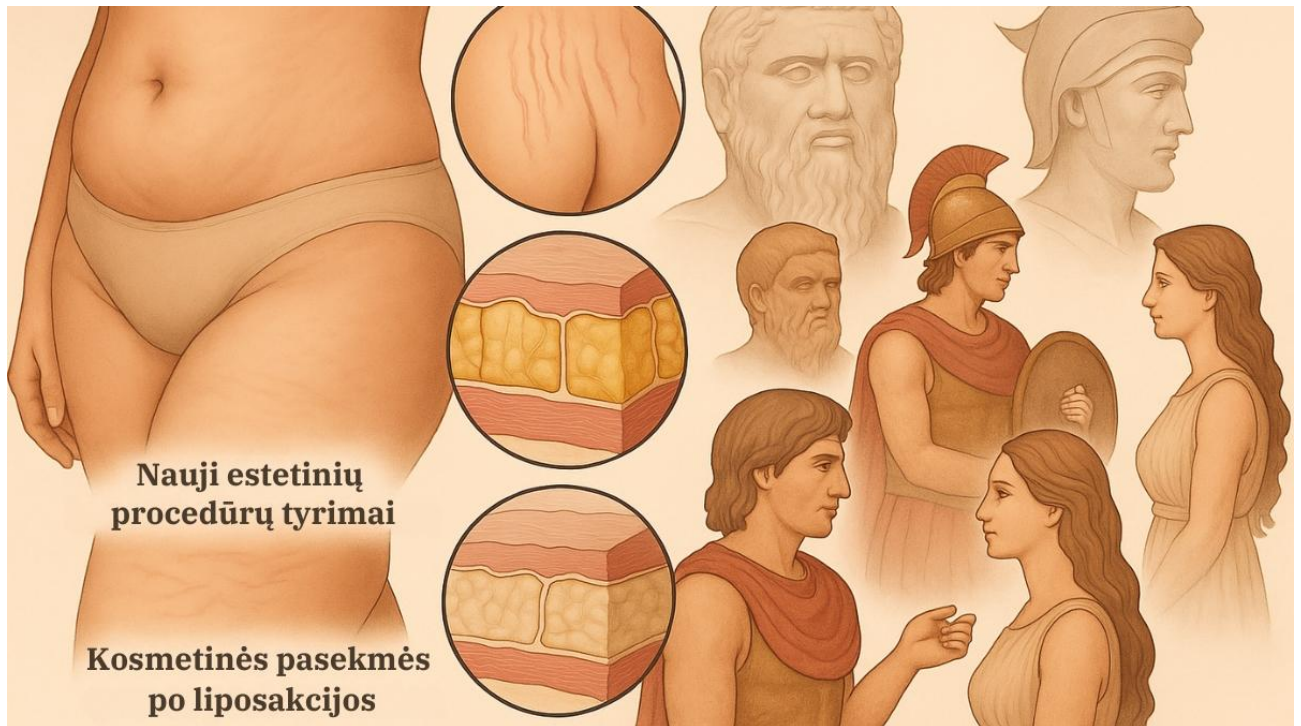


# **PSICHOLOGINIS CELIULITO POVEIKIS PAVEIKTIEMS PACIENTAMS**





## Psichologinis Celiulito Poveikis Paveiktiems Pacientams



### Nauji tyrimai apie celiulitą ir estetinės procedūros

Kasdien literatūroje pasirodo naujų tyrimų apie celiulitą, apimančių naujas klasifikavimo sistemas, inovatyvius metodus ir priemones, siekiant geresnių rezultatų bei didesnio pacientų pasitenkinimo (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

Šis procesas yra atsakas į estetikinių procedūrų populiarumo augimą, ypač dėl pastaruosius du dešimtmečius sukurtų saugesnių ir mažiau invazinių gydymo metodų (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

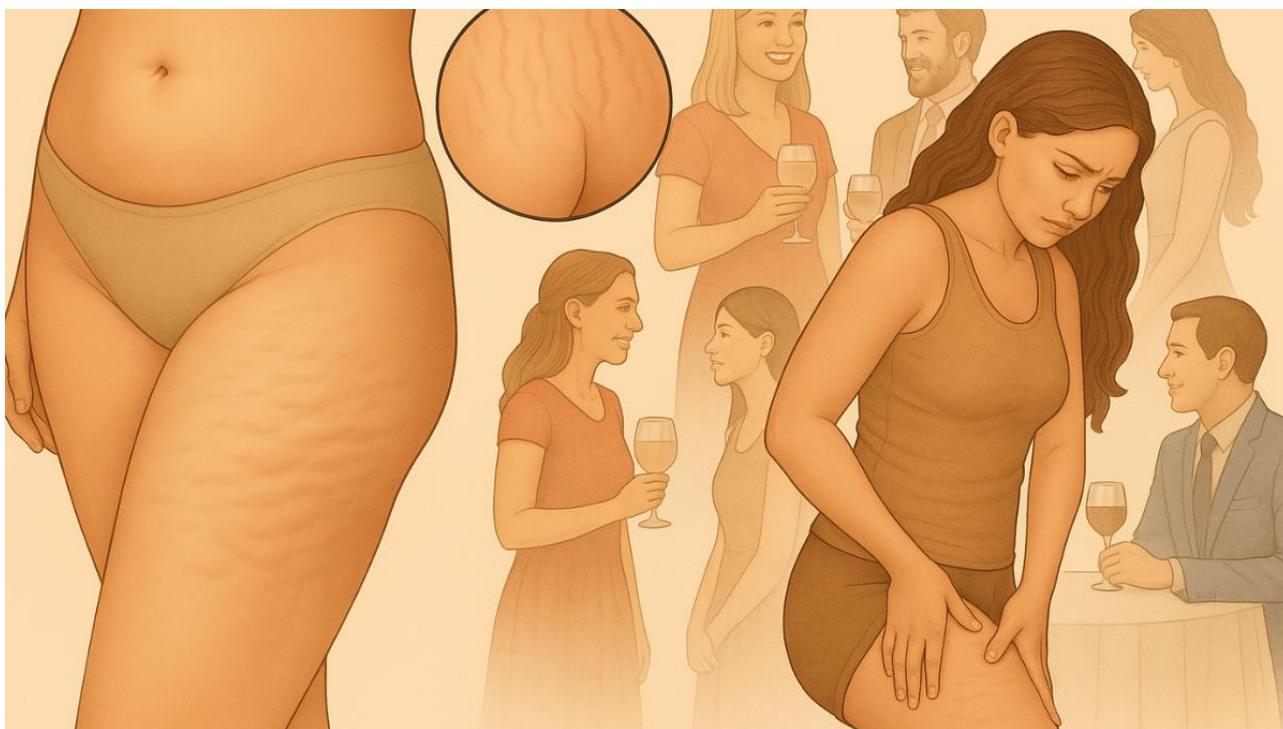
Dėl to kosmetinės procedūros sulaukia vis daugiau žiniasklaidos dėmesio, o kartu ir augantį visuomenės susidomėjimą. Vis daugiau žmonių siekia ne tik pagerinti savo išvaizdą, bet ir gyvenimo kokybę, ypač pasitenkinimą kūnu bei sveikata (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

### Grožio reikšmė istorijoje

Grožis – tai vertybė, kurios žmonija siekė nuo seniausių laikų. Platonas teigė, kad grožis, gera sveikata ir sąžiningai įgytas turtas yra esminiai žmogaus siekiai (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

Šis idealas įkvėpė poetus, dailininkus, rašytojus ir net karo konfliktus. Homero „Iliadoje“ pasakojama apie epinį Trojos karą, sukeltą Pario įvykdyto Elenos – laikomos gražiausia moterimi istorijoje – pagrobimo (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

Be to, grožis siejamas su Darvino evoliucijos teorija, pagal kurią jaunystės ir sveikatos požymiai yra patikimiausi fizinio patrauklumo ir vaisingumo rodikliai (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).



### Estetinė išvaizda ir socialinis gyvenimas

Estetinė išvaizda atlieka svarbų vaidmenį žmonių socialiniame gyvenime. Tyrimai rodo, kad išvaizda turi realią naudą – patrauklūs kūdikiai sulaukia daugiau rūpesčio, mokytojai dažniau laiko gražius vaikus protingesniais, o darbdaviai linkę samdyti patrauklius kandidatus, siūlydami jiems didesnius atlyginimus ir greitesnius paaukštinimus (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

### Celiulitas ir moterų savivertė

Šiais laikais viena iš pagrindinių moterų nepasitenkinimo savo išvaizda priežasčių yra celiulitas – būklė, paveikianti daugybę moterų visame pasaulyje (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

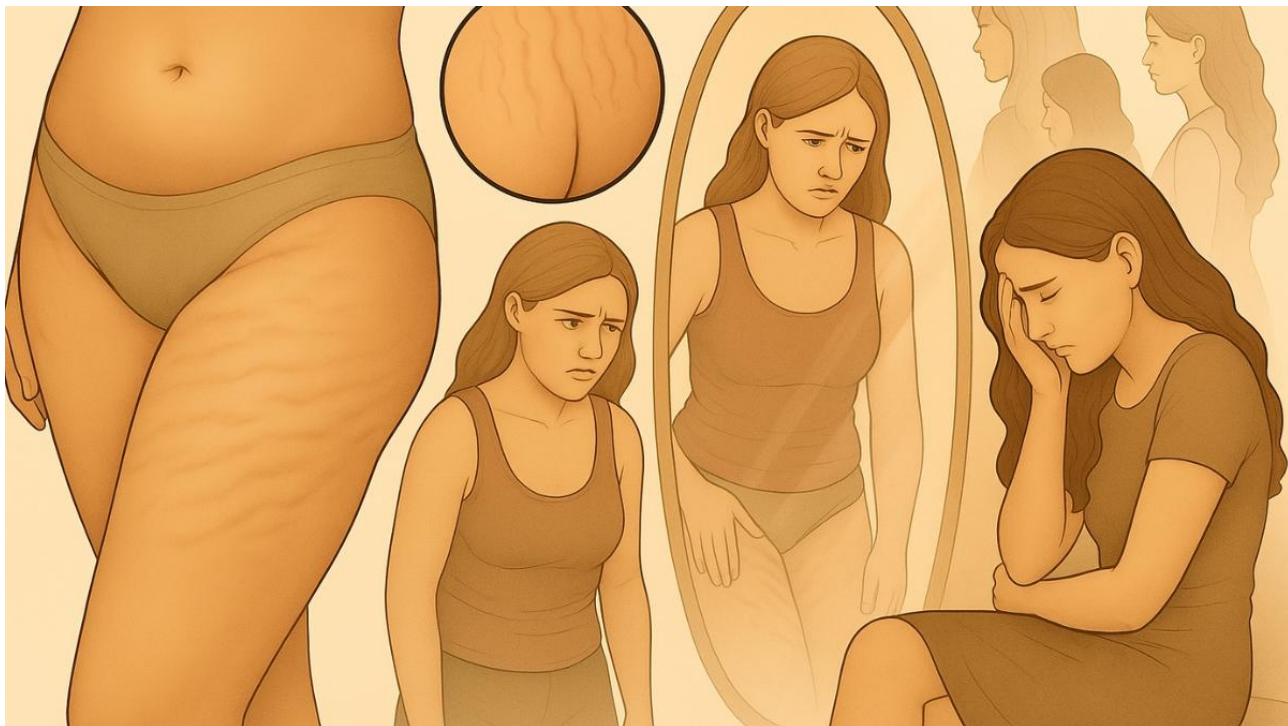
Pastebėta, kad moterys, turinčios celiulitą, patiria kasdienių apribojimų, susijusių su aprangos pasirinkimu, fiziniu aktyvumu ir pasitikėjimu savimi (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Nors medicininėje literatūroje vis dar trūksta išsamios informacijos apie kosmetinių celiulito gydymo procedūrų psichologinius aspektus, ankstyvieji tyrimai rodo, kad ši problema daro didelį socialinį poveikį moterų gyvenimui (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

### Psichologiniai veiksniai ir tyrimai

Siekdama **geriau suprasti šią problemą**, Brazilijos dermatologijos tyrimų centro komanda **iš Porto Alegre**s atliko tyrimą, kuriame **dalyvavo 30 sveikų moterų**, nuo 20 iki 45 metų (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Jos atsakė į klausimą, **analizuojantį psichologinius veiksnius, valgymo sutrikimų simptomus, kūno suvokimą, socialinį funkcionavimą**, su celiulitu **susijusius jausmus ir gydymo lūkesčius** (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).



### **Pacienčių požiūris į celiulitą ir jo socialinė įtaka**

Tyrimai rodo, kad **86 % moterų, turinčių celiulitą, pastebi jį ir pas kitus**, o jų reakcijos skiriasi. Kai kurios moterys lygina celiulito sunkumą (19 %), kitos jaučiasi geriau žinodamos, kad nėra vienintelės su šia būkle (15 %), dar 54 % teigia, kad abi priežastys svarbios vienodai, o 12 % nurodo kitus motyvus. Įdomu tai, kad **50 % moterų mano, jog vyrai pastebi jų celiulitą, o kita pusė teigia priešingai** (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Žiūrėdamos į veidrodį ir matydamos savo celiulitą, patientės patiria **neigiamas emocijas**, tarp kurių dažniausiai pasitaiko nusivylimas (26 %), bet taip pat ir pyktis, kaltė, liūdesys, gėda, diskomfortas bei noras paslėpti problemines vietas. **67 % moterų jaučia gėdą tam tikrose situacijose**, o 30 % jų tai patiria dažniau. Tik viena moteris teigė, kad nejaučia gėdos dėl celiulito. Nepaisant to, **63,3 % pacienčių teigia, kad šie jausmai netrukdo kasdieninei veiklai**, o 23,3 % mano, kad jie net skatina labiau rūpintis sveikata ir išvaizda. Vis dėlto 13,3 % moterų nurodė, kad dėl to patiria **žemą savivertę ir socialinę izoliaciją** (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).





### Celiulito gydymo motyvai

Pagrindinis pacientų sprendimą gydyti celiulitą lemiantis veiksnys buvo **asmeninė motyvacija** – ją nurodė 63,3 % moterų. **Žiniasklaida turėjo įtakos 20 % pacientų**, o 13 % pasirinkimą lėmė **partnerių, draugų ar šeimos narių rekomendacijos**. Bendrai pacientės tikisi, kad celiulito gydymas padės **pagerinti savigarbą ir socialinius ryšius** (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Asmeninė motyvacija yra glaudžiai susijusi su **gyvenimo istorija, tėvų palaikymu, savigarpa, kūno įvaizdžio formavimosi procesu bei asmenybės bruožais**. Vis dėlto išorinė įtaka, ypač žiniasklaida, yra svarbus veiksnys, formuojantis **idealaus kūno sampratą**. Tyrimai rodo, kad žiniasklaida daro didelę įtaką **mitybos įpročiams, emocinei būklei ir pasitenkinimui savo kūnu** (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).



### **Žiniasklaidos poveikis moterų savęs vertinimui**

Pinhas ir kt. su kolegomis tyrė studentų nuotaikų pokyčius, atsiradusius stebint mados žurnalų nuotraukas su modeliais, reprezentuojančiais lieknumo idealą. Jų išvados parodė, kad tokios vizualizacijos darė tiesioginį neigiamą poveikį moterų emocinei būklei, sukeldamos prislėgtumą ir pyktį (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

Hawkins ir kt. nustatė papildomus aspektus, rodančius, kaip moterų poveikis žiniasklaidos vaizdams, propaguojantiems lieknumo idealą, gali paskatinti nepasitenkinimą savo kūnu, neigiamas emocijas, valgymo sutrikimus bei sumažintą savivertę (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

### **Tyrimas apie žiniasklaidos įtaką kūno suvokimui**

Neseniai atliktame tyrime dalyviai buvo atsitiktinai suskirstyti į dvi grupes: viena žiūrėjo realybės šou apie kosmetines chirurgijas, o kita – realybės šou apie namų remontą. Autoriai padarė išvadą, kad dalyviai, ypač tie, kurie buvo internalizavę liekno kūno idealą ir žiūrėjo kosmetinės chirurgijos programą, labiau jautė žiniasklaidos spaudimą būti liekniems (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).



### **Smegenų reakcijos į kūno idealus**

Naudodami funkcinį neurovaizdinimą, Friederich ir kt. tyrė 18 sveikų jaunų moterų smegenų reakcijas ir nerimo lygį, matuodami lieknų idealizuotų kūnų (aktyvi būseną) ir vidinių dizainų (kontrolinė būseną) vaizdus. Aktyvioje būsenoje dalyviai inicijavo savo kūno formos apdorojimo tinklą. Autoriai mano, kad smegenų tinklai, susiję su nerimu, kurį sukelia savęs lyginimas su lieknų vaizdų rezultatais, gali būti susiję su kūno nepasitenkinimo geneze ir valgymo sutrikimų pažeidžiamumu (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).

### **Bulimijos simptomai ir jų paplitimas**

Mūsų tyrime bulimijos simptomai buvo nustatyti trimis pacientams, sudarantiems 10 % imties. Viena savanorė teigė, kad jai diagnozuota bulimija ir ją gydo psichiatras. Panašią proporciją aprašė Alagöz ir kt. tyrimas, nagrinėjęs savigarbą, kūno vaizdavimo skalę ir valgymo požiūrio testus pacientams, kuriems buvo atlikta plastinė chirurgija (O. Draper, S. Jutte & L. Knight, 2021).





### **Svorio metimo vaistų vartojimas**

Svarbus tyrimo atradimas – dvidešimt vienas pacientas (70 %) nurodė vartojantys svorio metimo vaistus, daugelis vartojo daugiau nei vieną preparatą. Keturi pacientai vartojo amfetaminus, aštuoni – vidurius laisvinančius vaistus, trys – diuretikus, o aštuoniems gydytojai išrašė sibutramino (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

### **Galimas vaistų šalutinis poveikis**

Kadangi šie pacientai gali nežinoti apie vaistų šalutinį poveikį, gydytojai turėtų informuoti juos apie amfetaminų keliamą grėsmę – paranojinius kliesdesius, haliucinacijas, nerimo sutrikimus, cheminę priklausomybę ir fizinius simptomus (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

### **Savarankiškas vaistų vartojimas**

Receptinių vaistų pirkimas ir vartojimas be recepto yra įprasta praktika daugelyje pasaulio šalių. Tai kelia riziką sveikatai, nes netinkamas vartojimas gali sukelti nepageidaujamą poveikį, įskaitant hormoninius ir metabolinius pokyčius. Vidurius laisvinantys vaistai gali sukelti elektrolitų disbalansą, todėl jų vartojimą reikėtų vertinti atsargiai (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

### **Sibutramino šalutinis poveikis**

Gydytojams skyrus sibutraminą, pacientai turėtų žinoti apie galimą šalutinį poveikį, įskaitant vaisto netoleravimą, galvos skausmą, nemigą, pykinimą, burnos džiūvimą, vidurių užkietėjimą, tachikardiją ir su hipertenzija susijusius reiškinius. Taip pat svarbu atkreipti dėmesį į jo poveikį pacientams, sergantiems bipoliniu sutrikimu, nes vaistas gali sukelti maniją ar mišrias nuotaikos būsenas (*P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).





### **Nerealistiniai lūkesčiai dėl svorio metimo**

Daugelis pacientų ieško „lengvo būdo“ numesti svorio. Jie taip pat turi didelių lūkesčių dėl celiulito gydymo efektyvumo. Mūsų preliminariniame tyrime 11 pacientų (37 %) tikėjosi, kad jų celiulitas visiškai išnyks po gydymo, dar 37 % buvo realistiškesni ir tikėjosi dalinio pagerėjimo, 16 % niekada nebuvo gydęsi, o 3 % manė, kad veiksmingo celiulito gydymo nėra ( *P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

### **Žiniasklaidos įtaka estetišiems sprendimams**

Crockett ir kt. tyrimas parodė, kad pacientai, reguliariai žiūrėję vieną ar daugiau realybės televizijos laidų, jautė didesnę žiniasklaidos įtaką savo sprendimui atlikti kosmetinę chirurgiją. Jie manė, kad geriau supranta plastinę chirurgiją ir laikė tokias laidas panašesnes į tikrąjį gyvenimą. Tyrimas rodo, kad daugelis pacientų į klinikas ateina su nerealistiškais lūkesčiais dėl estetinių procedūrų ( *P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).



### **Psichikos sveikatos svarba estetikoje**

Kadangi pacientai retai informuoja gydytojus apie savo psichikos sveikatos problemas, jei jų tiesiogiai nepaklausama, psichologinė istorija turėtų būti kruopščiai įvertinta. Kai kurie psichikos sutrikimai, ypač tie, kurie veikia kūno suvokimą, yra dažnesni tarp pacientų, kuriems atliktos kosmetinės procedūros, ir gali būti kontraindikacija tam tikroms intervencijoms. Reikėtų atkreipti dėmesį į psichozę, valgymo sutrikimus, kūno dimorfinį sutrikimą, depresiją ir nerimą ( *P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).

### **Emociniai aspektai ir pacientų atvirumas**

Mūsų tyrime 30 % pacientų turėjo psichikos sveikatos sutrikimų ir buvo gydyti psichoterapijoje. Pagrindinės diagnozės buvo depresija, bulimija, nerimas, panikos sutrikimai ir psichologiniai konfliktai. Nė vienam nebuvo diagnozuotas kūno dimorfinis sutrikimas. Taip pat svarbu pažymėti, kad 77 % pacientų norėtų geriau suprasti savo emocinius simptomus ir buvo atviri diskusijoms apie juos ( *P. Goldman, M. & Hexsel, D., 2019*).