

Spis treści

Przedmowa - - - - -	3
----------------------------	----------

dr n. farm. Anna Szymańska

1. Trądzik pospolity - - - - -	9
1.1. Epidemiologia - - - - -	9
1.2. Etiopatogeneza - - - - -	9
1.3. Obraz kliniczny - - - - -	14
1.4. Postacie choroby- - - - -	17
1.5. Leczenie - - - - -	17
1.5.1. Terapie miejscowe- - - - -	17
1.5.2. Terapie doustne - - - - -	18

dr n. farm. Anna Szymańska

2. Postępowanie kosmetologiczne - - - - -	25
2.1. Mikrodermabrazja - - - - -	26
2.2. Peelingi chemiczne - - - - -	28
2.3. Oczyszczanie wodorowe (peeling wodno-wodorowy) - - - -	35
2.4. Darsonwalizacja (prądy d'Arsonvala)- - - - -	35
2.5. Fototerapia - - - - -	36
2.6. Peeling węglowy - - - - -	39
2.7. Pielęgnacja domowa - - - - -	40
2.8. Zalecenia - - - - -	43

dr n. med. Katarzyna Rządowska

3. Znaczenie diety w leczeniu trądziku pospolitego- - - - - 49

3.1. Składniki odżywcze, które pełnią istotną rolę w leczeniu trądziku - - - - -	51
3.1.1. Makroskładniki - - - - -	52
3.1.2. Witaminy - - - - -	56
3.1.3. Składniki mineralne - - - - -	63
3.2. Postępowanie żywieniowe u osób z trądzikiem pospolitym- -	66
3.2.1. Warzywa i owoce - - - - -	70
3.2.2. Produkty zbożowe- - - - -	72
3.2.3. Produkty będące źródłem białka - - - - -	74
3.2.4. Pozostałe produkty spożywcze - - - - -	78
3.3. Wpływ diety na mikrobom jelitowy- - - - -	79

mgr Renata Anna Godlewska

4. Psychologiczny aspekt trądziku pospolitego- - - - - 87

4.1. Zmieniony chorobowo wygląd skóry - - - - -	87
4.2. Stres i jego rola w etiopatogenezie trądziku - - - - -	91
4.3. Psychospołeczne konsekwencje trądziku - - - - -	96
4.4. Metody redukcji stresu - - - - -	98

mgr Renata Anna Godlewska

5. Wizerunkowy aspekt trądziku pospolitego - - - - - 105

5.1. Estetyka wizerunku - - - - -	105
5.2. Terapeutyczna rola makijażu medycznego- - - - -	106
5.3. Charakterystyka kosmetyków kamuflujących - - - - -	107
5.4. Procedury z zakresu makijażu medycznego stosowane w trądziku- - - - -	109