

# КИСЛОРОДОТЕРАПИЯТА - ПОТРЕБНОСТ И ИНОВАЦИЯ ЗА СΙΑЙНА КОЖА

Дарина Делева<sup>1</sup>, Гергана Павлова<sup>2</sup>, Райна Петрова<sup>2</sup>, Пенка Крушкова<sup>1</sup>, Мария Вакрилова Бечева<sup>2</sup>

Медицински университет-Пловдив, Медицински колеж

1 Специалност “Медицинска козметика”

2 Специалност „Рехабилитатор“

**Резюме:** Кислородът е един от основните фактори за здравия жизнен вид на кожата. Той е проводник на всички полезни, хидратиращи и подхранващи вещества в клетките на кожата. Клетките дишат, за да сме по-точни: те консумират кислород. Според някои дерматологични изследвания през последните години съдържанието на кислород в клетките на кожата силно намалява с възрастта. Като следствие се забавят обменните процеси на клетъчно ниво, намалява се жизнената активност на клетките, при което те не могат да се регенерират.. За решаването на този проблем е създадена кислородната козметика. Заедно с кислородните кремове, в козметиката все по-често се използват и специални високотехнологични апарати за кислородотерапия. При редовното им приложение се активира производството на вещества /колаген, еластин и др./, които имат пряко отношение към младостта на кожата, нейната свежест, глаткост и блясък.

**Ключови думи:** кислород, кожа, кислородна козметика, кислородотерапия.

## OXYGEN THERAPY-NECESSITY AND INNOVATION FOR LUMINOUS SKIN

Darina Deleva<sup>1</sup>, Gergana Pavlova<sup>2</sup>, Penka Krushkova<sup>1</sup>, Raina Petrova<sup>2</sup>, Maria Vakrilova Becheva<sup>2</sup>

Medical University- Plovdiv, Medical College

1 Speciality of Medical Cosmetics

2 Speciality of Physical Therapist Assistant

**Summary:** Oxygen is one of the main factors for the healthy lifestyle of the skin. It is a conductor of all healthy, moisturizing and nourishing substances in cells of the skin. The cells breath, so that we are more accurate: they consume oxygen. According to some dermatological investigations during the last years, the content of oxygen in the cells of skin strongly decreases with age. As a result, the processes of exchange is slowing down, the life activity of the cells decrease, so they cannot regenerate. For a solution of the problem oxygen cosmetics was created. Along with oxygen creams, cosmetics are increasingly used special high-tech oxygen therapy devices. The substances (collagen and elastin), which have direct attitude to the youth of skin, its freshness, smoothness and shine are activated with the regular usage of oxygen cosmetics.

**Key words:** oxygen, skin, oxygen cosmetics, oxygen therapy.

### Въведение в проблема

Кислородът е проводник на всички полезни, хидратиращи и подхранващи вещества в клетките на кожата. От години кислородът намира приложение в козметиката

под формата на козметични продукти с кислород. В последните няколко години на козметичния пазар се предлагат по-съвременни и надеждни методи за пренасянето на кислородните молекули в дълбоките слоеве на кожата – посредством високотехнологични кислородни апарати. Тези апарати буквално “впръскват” кислорода в кожата, като я подхранват и ревитализират. Терапията с кислород прави кожата млада и сияйна, тъй като той е в основата на жизненоважните ѝ функции. Помага на клетките да живеят по-дълго и забавя процеса на стареене, като поддържа епидермиса еластичен и свеж. С годините обновяването на кожата се забавя, но чрез кислородната терапия се стягат лицевите тъкани, заглаждат се бръчките и се полират мимическите линии. Освен, че осигуряват директно впръскване на кислород в кожата, чрез кислородните апарати е възможно да се обогати и целия организъм с кислород посредством инхалации. Вдишването на чист кислород стимулира общото тъканно оросяване, подобрява метаболитните процеси, обогатява кръвта и подобрява общото клетъчно хранене на целия организъм. Това води, както до забавяне процесите на стареене, така и до подобряване на общото състояние на организма, тонизиране и намаляване на стреса.

### **Клетъчна дихателна система. Клетъчно дишане**

Клетките дишат, за да сме по-точни: те консумират кислород. Белите дробове на клетките се наричат митохондрии. В клетката може да има една или много митохондрии в зависимост от нуждите, а процесът на клетъчното дишане се осъществява от тях. Главният компонент на активната митохондриална субстанция се сформира от протеини, наречени цитохроми. Те играят роля на катализатор на биологичните реакции на метаболитния и респираторен цикъл, който се случва в митохондриите. Основната задача на митохондриите е да произвеждат енергия

Клетъчното дишане е поредица от метаболитни реакции и процеси, при които биохимичната енергия от хранителните вещества се трансформира в АТФ (аденозинтрифосфат), като този процес е зависим от кислорода - и след това се освобождават крайни токсични субстанции. Това е така нареченото аеробно дишане. Енергията, освободена при процеса на клетъчно дишане, се използва за синтез на АТФ и се съхранява под тази форма. При необходимост може да се използва незабавно за енергозависими процеси - биосинтез, активен транспорт или движение през клетъчната мембрана. Кожните клетки могат да консумират въпросната енергия, ако клетъчната мембрана е в изправно състояние. Все пак това е пътят, по който кислородът, транспортиран с кръвта, достига до различни части на тялото включително и до кожата. Друг важен фактор за клетъчното здраве е състоянието на ДНК. Така, че кожата консумира енергия, за да поддържа своите функции.

### **Кислородна козметика**

Според някои дерматологични изследвания през последните години съдържанието на кислород в клетките на кожата силно намалява с възрастта. Като следствие се забавят обменните процеси на клетъчно ниво, намалява се жизнената активност на клетките, при което те немогат да се регенерират.

За решаването на този проблем е създадена кислородната козметика. Козметичните средства с кислород способстват за повишаване на енергийния обмен в клетките, активизират тяхното делене, а следователно и регенерацията на кожната обвивка. Активните молекули на кислорода не само обогатяват клетките на кожата, но и спомагат за по-доброто усвояване на активните вещества, влизащи в състава на всяка козметика.

За да осигурим комплексна грижа за кожата и да я поддържаме винаги свежа и здрава, огромна роля имат и специалните кислородни продукти за домашна грижа. Те са разработени така, че да подпомагат дишането и регенерацията на клетките в ежедневието

и да ги защитават от вредното въздействие на околната среда. Съдържащите се в тях активни вещества проникват лесно в кожата и започват незабавното си действие. Обикновено, кислородната козметика се възприема добре от всеки тип кожа, особено когато в състава ѝ са включени натурални съставки, като фито-пептиди, растителни екстракти, плодови киселини и др. Специализираната кислородна козметика удължава ефекта от козметичните процедури и гарантира максималната хидратация на кожата.

Предимствата в прилагането на кислорода са следните:

- кислорода подобрява клетъчния метаболизъм чрез осигуряване на пълноценно хранене по време процеса на кератинизация;
- кислородът подхранва интерстициалната лимфа, от която различните видове епидермални клетки извличат своята храна;
- кислородът регенерира повредените клетки;
- кислородът подхранва свързващите тъкани в основния /базален/ слой;
- кислородът забавя процесите на стареене на кожата;
- кислородът стяга и укрепва кожата;
- кислородът редуцира активното акне;
- кислородът минимизира замърсяването на кожата;
- кислородът укрепва антибактериалната защита.

Привържениците на кислородната терапия твърдят, че при редовното и приложение се активира производството на колаген и еластан, вещества, които имат пряко отношение към младостта на кожата, ускореното зарастване на рани, борбата с възпалителните процеси и алергичните кожни реакции.

### **Методи на кислородотерапията**

Кислородната терапия е подходяща за всеки тип кожа, няма противопоказания и ограничения, което я прави приложима както за тийнейджъри с акнеични кожи, така и за пациенти в средна и зряла възраст. В зависимост от възрастта, състоянието на кожата и нейните проблеми се използват различни методи на кислородотерапия:

#### **Интра-епидермално впръскване на активни инградиенти**

С възрастта кожата губи своята междуклетъчна влажност, клетъчното обновление намалява, дермата става по-тънка, фибробластите са редуцирани поради намаляването на колагена и глюкозаминогликаните. Това е свързано с редуциране на връзката между дермата и епидермиса и фините линии на бръчки стават видими. Благодарение на интра - епидермалното впръскване на кислород активните смеси, които са специално формулирани да имат същата молекулна структура като интерстициалната лимфа са в състояние да проникнат през междуклетъчните пространства на епидермиса и да се натрупат в базалния слой. Чрез този метод не се налага инжектиране на активни инградиенти посредством спринцовка.

#### **Ендокозметика**

Това ново направление в естетиката прави възможно стимулирането на епидермиса и дермата в изграждането на специфични компоненти, благодарение на снабдяването с високо концентрирани прекурсори /елементи, предхождащи крайните продукти – например протеини и др. Иновативният аспект на тази система, освен че активира изграждането на структурните протеини, контролира през епидермиса активността на кожните компоненти чрез собствените и биохимични механизми. Например чрез снабдяването с аминокиселината пролин, прекурсор на колагена, ние подобряваме кожната консистенция. Аминокиселините валин и левцин, прекурсори на омега -6 мастните киселини, контролират и оптимизират продукцията на себум. Глюкозаминът стимулира синтеза на глюкозаминогликани за максимална влажност на кожата. Междуклетъчното пространство е основният път, определящ проникването на

козметичните продукти.

### **Пулверизация.**

Метод чрез който подуктите се разпрашават върху кожата под налягане. При пулверизацията се наблюдават следните ползи:

- бързо намаляване на зачервяванията;
- по-добро подхранване на травмираната кожа;
- ускоряване образуването на нови клетки;
- създаване на необходимите условия за синтеза на колаген;
- увеличаване снабдяването с кислород за епидермалните клетки;
- кожата е стегната, гладка и обновена.

### **Кислородна инхалация**

Кислородната инхалация, използваща чист кислород или в комбинация с няколко капки есенциални масла е идеален метод за ревитализиране, тонизиране, пречистване и успокояване на кожата.

### **Лицева оскигенация**

Този метод използва специално конструирана маска за оксигенация на цялото лице. Така потока от чист кислород стимулира метаболитните функции на кожата, в следствие на което лицето изглежда лъчезарно и сияйно. Предимствата на метода е, че не се наблюдават странични ефекти, не агресивен, не се налага прилагането на анестезия.

### **Кислороден бар**

Това е заведение, в което може да се диша кислород. Специален "генератор на кислород" пропуска въздух, като концентрира чистия кислород и го подава на клиента през специално устройство, представляващо нещо средно между сламка и шланг на противогаз.

Процедура няма противопоказания, но при предозиране може да се стигне до умора, тежест в цялото тяло, отпадналост и сънливост.

### **Кислороден коктейл**

Много кислородни барове предлагат не само да се вдишва, но и да се опита чистият кислород. Кислородният коктейл представлява плътна пяна на основата на яйчен белтък или друга пенообразуваща субстанция.

Той е полезен за нервната система, подобрява съня и активно се бори със синдрома на хроничната умора, нормализира микрофлората на червата, подобрява извеждането на токсините и обмяната на веществата, намалява чувството за глад и активизира изгарянето на мазнините.

През храносмилателната система в кръвта и тъканите попада 10 пъти повече кислород, отколкото при дишането.

### **Кислородно гладуване,**

Кислородното гладуване е метод при който всеки ден се приемат 5 порции кислороден коктейл. Тази диета прилагана в продължение на два дни е напълно достатъчна за пречистване на червата и за обновяване на микрофлората, като по своята ефективност тя се равнява на едноседмично гладуване.

Кислородният коктейл е безвреден. Той може да се приема еднакво успешно от бременни, деца и възрастни хора. Понякога в него се прибавят някои допълнителни вещества, за да се стимулира в по-висока степен например имунната система.

В заключение можем да кажем, че с времето кръвоносните съдове по повърхността на кожата се стесняват и спират да доставят живителен кислород на клетките. Кожата повяхва, губи блясъка си и се състарява. Благодарение на кислородната терапия в повърхностните и по-дълбоки слоеве на кожата се въвеждат коктейли от

кислород, които започват да действат благотворно на клетките почти мигновено. Лицето отново е освежено, подмладено и способностите на клетките да се възобновяват са възстановени. Подхранени с необходимите вещества и обогатени с кислород, кожните слоеве са по-жизнени, а резултатът е видим – свежа кожа с младежко излъчване. Кислородната терапия повишава енергийния обмен в клетките, активизира тяхното деление, регенерира кожата. Редовната употреба на кислородната козметика активира производството на колаген и еластин, запазва жизнеността и младостта на кожата.

Не можем сами да контролираме околната среда, но можем да контролираме начина, по който изглеждаме. Не можем да спрем времето, но можем да спрем стареенето.

### **Библиография**

1. <https://happy-at-home.com>
2. <https://docs.google.com/>
3. <http://www.doctorbeauty-bg.com/>
4. Мермерски, Народна медицина, болести, симптоми, рецепти. Лечебни и противоракови храни. Соколечение, изд. Рута, 2004.