

# Оглавление

Список сокращений .....	7
Введение .....	8

## ЧАСТЬ I

### БИОЛОГИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЖИРОВОЙ ТКАНИ

<b>Глава 1. Подкожная жировая ткань .....</b>	<b>10</b>
1.1. Особенности формирования и строения .....	10
1.2. Жировая ткань как эндокринный орган .....	12
1.3. Старение жировой ткани .....	13
1.4. Эстетические проблемы жировой ткани .....	14
<b>Глава 2. Целлюлит .....</b>	<b>16</b>
2.1. Причины целлюлита .....	17
2.2. Стадии и клинические признаки целлюлита .....	19
<b>Глава 3. Ожирение: чего ожидать на коже? .....</b>	<b>21</b>
3.1. Патофизиология кожи при ожирении .....	21
3.1.1. Барьерные свойства кожи .....	22
3.1.2. Сальные железы и продукция себума .....	22
3.1.3. Потовые железы .....	22
3.1.4. Структура коллагена и процесс заживления ран .....	23
3.1.5. Микроциркуляторное русло .....	23
3.2. Общие кожные проявления .....	23
3.3. Ожирение и заболевания кожи .....	24
3.3.1. Инфекции кожи .....	24
3.3.2. Воспалительные заболевания кожи .....	25
3.3.3. Метаболические расстройства .....	26
3.4. Ожирение и редкие состояния кожи .....	26

ЧАСТЬ II  
МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ ФИГУРЫ

<b>Глава 1. Стратегия и тактика в ремоделировании подкожной жировой клетчатки</b> .....	<b>31</b>
<b>Глава 2. Радикальные методы коррекции жировых отложений</b> .....	<b>35</b>
2.1. Стандартная липосакция под разрежением .....	35
2.2. Бустерная липосакция .....	36
2.3. Ультразвуковая липосакция .....	36
2.4. Лазерная липосакция .....	36
2.5. Радиочастотная липосакция .....	37
<b>Глава 3. Аппаратные методы и физиотерапия</b> .....	<b>40</b>
3.1. Научное обоснование .....	41
3.2. Механическое воздействие .....	44
3.2.1. Молекулярно-клеточные и тканевые эффекты механотерапии .....	45
3.2.2. Методы механотерапии .....	46
Мануальный массаж .....	46
Прессотерапия .....	47
Вакуумтерапия .....	50
Вибротерапия .....	51
Вибровакуумтерапия .....	51
Механовакуумная терапия (вакуумно-роликовый массаж) .....	52
Виброкомпрессионная терапия .....	54
3.3. Электрические технологии .....	56
3.3.1. Микротоковая терапия .....	56
3.3.2. Электролиполиз .....	58
3.3.3. Радиочастотная терапия (RF-терапия) .....	59
Виды RF-технологий .....	60
Молекулярно-клеточные и тканевые эффекты резистивных RF-технологий .....	61
Примеры резистивных RF-технологий .....	62
3.3.4. УВЧ-технологии .....	66
Молекулярно-клеточные и тканевые эффекты УВЧ-воздействия .....	68
Примеры УВЧ-технологий .....	69
3.3.5. Электромиостимуляция .....	71
Принцип действия электромиостимуляции .....	73
Магнитная миостимуляция .....	76
Электрическая миостимуляция .....	78

3.4. Звуковые технологии .....	78
3.4.1. Ультразвуковая кавитация .....	79
3.4.2. Высокочастотный фокусированный ультразвук (ВФУ) .....	81
3.4.3. Ударно-волновая терапия .....	82
3.5. Криолиполиз .....	83
3.5.1. Механизм криолиполиза .....	85
3.5.2. Криолиполиз и коррекция фигуры .....	88
3.5.3. Нежелательные явления криолиполиза .....	89
Причины и факторы риска парадоксальной жировой гиперплазии .....	90
3.6. Световые технологии .....	92
3.7. Сочетанные технологии .....	96
<b>Глава 4. Инъекционные методы .....</b>	<b>100</b>
4.1. Воздействие на жировую ткань .....	101
4.1.1. Активация липолиза .....	101
4.1.2. Липодеструкция .....	104
4.2. Улучшение микроциркуляции .....	111
4.3. Оздоровление кожи в целом .....	111
4.4. Карбокситерапия .....	112
<b>Глава 5. Косметические средства .....</b>	<b>116</b>
5.1. Активные ингредиенты .....	116
5.1.1. Стимуляция липолиза .....	116
5.1.2. Сжигание жира .....	117
5.1.3. Укрепление коллагеново-эластинового каркаса и улучшение структуры дермального матрикса .....	117
5.1.4. Уменьшение отечности, улучшение микроциркуляции .....	117
5.1.5. Антицеллюлитные комплексы .....	118
5.2. Профессиональные косметические процедуры .....	118
5.2.1. Грязелечение .....	119
5.2.2. Обертывания .....	119
<b>Глава 6. Специальные подходы к коррекции фигуры в рамках практики косметолога .....</b>	<b>121</b>
6.1. Нутрициональные средства .....	121
6.2. Специальная одежда .....	122
<b>Заключение .....</b>	<b>123</b>
<b>Источники и рекомендуемая литература .....</b>	<b>124</b>