

7. STRESZCZENIE W JĘZYKU POLSKIM

Trądzik pospolity jest chorobą przewlekłą, która powoduje różnego rodzaju zaburzenia prawidłowego funkcjonowania organizmu. Złożoność tych zaburzeń, poczynając od poczucia dyskomfortu, poprzez trudne do eliminacji zmiany skórne w ekspozowanych miejscach ciała, a skończywszy na zaburzeniach natury psychologicznej, przyczyniają się w sposób znaczący do obniżenia jakości życia. Wybrane elementy stylu życia, jak sposób żywienia, aktywność fizyczna, nałogi, higiena snu, stosowane zabiegi kosmetyczne, mogą mieć wpływ na jakość życia pacjentów z trądzikiem pospolitym.

Celem głównym badań było określenie wpływu wybranych elementów stylu życia oraz zastosowanych zabiegów kosmetycznych na jakość życia pacjentów z trądzikiem pospolitym. Cele szczegółowe obejmowały ocenę: stylu życia (palenie papierosów, spożycie alkoholu, higiena snu), sposobu żywienia (nawyki żywieniowe, częstotliwość spożycia poszczególnych grup produktów spożywczych, wartość odżywcza diety), stanu odżywienia (obwód talii, BMI), aktywności fizycznej (Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej – IPAQ), stanu depresji (Skala Depresji Becka - BDI), jakości życia (test SF-36), wpływu chorób dermatologicznych na jakość życia (test DLQI), wpływu trądziku na jakość życia (test CADI), satysfakcji z życia (test SWLS) oraz ocenę skuteczności zabiegów kosmetycznych (4-etapowy peeling 35% kwasem pirogronowym) na poprawę jakości życia pacjentów.

Grupa badana liczyła 200 osób, w tym największy odsetek (84,5%) stanowiły kobiety. Średni wiek wynosił $23,04 \pm 4,71$ lata (zakres: 17-43 lata). U połowy badanej grupy czas trwania choroby trądzikowej wynosił ponad 3 lata. Najczęściej zmiany trądzikowe występowały pod postacią krostek, grudek i blizn na twarzy, plecach i dekolcie, przeważnie o umiarkowanym oraz łagodnym stopniu nasilenia. Widoczne zmiany trądzikowe i potrądzikowe miały wpływ na stan emocjonalny pacjentów, głównie rozdrażnienie, niepokój, niską samoocenę, dyskomfort psychiczny, niepewność, a nawet stany depresyjne, długotrwały okres izolacji społecznej i zaburzenia kontaktów towarzyskich. Około połowy badanych nie potrafiło pogodzić się z istniejącymi zmianami trądzikowymi. Po interwencji kosmetycznej subiektywne odczucie poprawy własnego samopoczucia potwierdziła większa część badanej grupy.

Na podstawie otrzymanych wyników badań, sformułowano następujące wnioski:

1. Analiza wybranych elementów stylu życia osób z trądzikiem pospolitym wykazała wiele nieprawidłowości, jak: nieprawidłowe nawyki żywieniowe, niska wartość odżywcza diety, nie

czytanie etykiet produktów spożywczych przed zakupem, kierowanie się smakiem i upodobaniem, a nie składem i wartością odżywczą produktów przed zakupem, problemy z utrzymaniem prawidłowej masy ciała, palenie papierosów, spożywanie alkoholu, niska aktywność fizyczna, zbyt krótki odpoczynek nocny.

2. Trądzik pospolity obniżał jakość życia badanych osób.

3. Zastosowany zabieg kosmetyczny miał istotny wpływ na poprawę jakości życia pacjentów, szczególnie u osób z prawidłową masą ciała.

4. Nie wykazano wpływu wybranych elementów stylu życia na poprawę jakości życia badanych po zabiegu kosmetycznym.

5. Wyższa jakość zdrowia fizycznego i psychicznego badanych miała istotny wpływ na obniżenie wymiaru dolegliwości skórnych na jakość życia i nasilenie depresji.

6. Wyższa jakość zdrowia psychicznego wpływała na wzrost poziomu satysfakcji z życia.

7. Wyższy poziom satysfakcji z życia istotnie obniżał wpływ dolegliwości skórnych na jakość życia.