

Rodinná poradna

CELULITIDA



Jsem celkem štíhlá, přesto mě trápí celulitida. Jak je to možné?

MUDr. OTA **Schütz**

primář Žilní kliniky

„Celulitida je genetické postižení kůže a podkožní tkáně, které může postihnout ženy jakékoliv postavy. Výhodou u štíhlých žen je to, že celulitida není kombinovaná s nadváhou, a proto má léčba a odstranění celulitidy vždy větší efekt. Metod, jak bojovat proti celulitidě, je celá řada. Efektivní je pít dostatečné množství vody, ale zase ne nadměrně, konzumovat více ovoce a zeleniny, vhodný je také dostatek efektivního pohybu – nejlépe aerobní pohyb, alespoň pravidelná chůze, například do schodů, dále střídat teplý a studený proud vody při sprchování a v neposlední řadě odborná ruční nebo přístrojová masáž. Ta je při pravidelném opakování provedeném odborníkem nejúčinnější. Doporučují se speciální mechanické masáže moderními přístroji LPG, které jsou kosmetické, s menším efektem než přístroje lékařské, kterými nejen celulitidu na Žilní klinice odstraňujeme.

Celulitida je v podstatě cévním onemocněním. Povrchní cévní vaskulární vrstva se vytrácí a nahrazuje ji celulitická tkáň, čímž dochází k sulcovitému charakteru pokožky s dalšími projevy celulitidy v tom negativním směru.“

č. 9 ■ 28. ÚNORA 2020

Páteční magazín MF DNES

ročník DNES

A close-up photograph of the top of a person's head, showing thick, wavy white hair. The person's face is not visible, only the top of their head and the texture of their hair. The background is a blurred, light-colored surface.