

2 Новые подходы в косметологии

Макарчук А. А., Макарчук А. И.

2.1 Круги восстановления здоровой кожи

В настоящее время программа по восстановлению здоровой кожи поддерживает непрерывные программы ухода за кожей, которые включают как немедицинскую продукцию для пациентов, не нуждающихся в медицинском лечении, так и медицинское лечение. Концепция здоровой кожи представляет собой континуум, где профилактика, лечение и уход выступают со здоровой кожей как основные цели.

2.2 Восстановление здоровой кожи: нетрадиционное лечение

Большинство традиционных дерматологических процедур направлены на поверхность кожи и симптомы, не затрагивая клеточные функции. Этот метод может улучшить внешний вид кожи, но обычно улучшение ограничено и недолговечно, поскольку источник проблемы не определен. В конце традиционного лечения результаты всегда варьируются. У некоторых пациентов больше улучшений, у некоторых – меньше, а у некоторых их абсолютно нет. Ошибка может быть связана с:

- личным методом доктора;
- несоблюдением пациентом протокола;
- эффективностью (проникновение, количество применений) продукта;
- типом кожи (тонкая, толстая, жирная, сухая).

В программе по восстановлению здоровой кожи большинство неточностей (если не все) были устранены, и был разработан метод стандартного лечения любой проблемной кожи. Тем самым, результаты программ согласованы, воспроизводимы любым доктором и достижимы любым пациентом.

В программу были включены множество факторов для устранения неопределенности в лечении; необходимо было:

а) **установить определение здоровой кожи;** здоровую кожу можно определить при помощи объективных, субъективных и гистологических параметров; согласно принципам восстановления здоровой кожи, «здоровая» кожа: гладкая, упругая, одного цвета, гидратированная, устойчивая и без клинических проявлений заболеваний; преимущества четкого определения включают возможность:

- 1) выполнить надлежащий анализ кожи;
- 2) установить подробный диагноз;
- 3) составить более широкий и эффективный план лечения;
- 4) следить за прогрессом лечения;
- 5) точно оценить конечные результаты;
- 6) соответствовать всем признакам здоровой кожи;

б) **внести существенную и практическую классификацию кожи**, которая поможет в клиническом лечении и при выборе надлежащих процедур и интенсивности; кожа классифицируется:

- 1) плотностью (толстая, средняя, тонкая);
- 2) цветом (подлинный, отклоненный);
- 3) жирностью (жирная, сухая);
- 4) возрастными изменениями (кожа, кожа + основные мышцы);
- 5) слабостью (сильная, слабая);

в) **внести местную классификацию**, чтобы помочь выбрать актуальные средства для лечения или несколько актуальных средств с синергическим эффектом, что решает многочисленные проблемы кожи одновременно; местные агенты могут быть классифицированы как:

- 1) существенные (должны быть всегда использованы);
- 2) поддерживающие (максимизируют преимущества, когда используются вместе с «существенными»);
- 3) сомнительные (не доказанные преимущества);

г) **представить принципы по восстановлению здоровой кожи**, которые позволяют врачу выбрать лучший метод лечения.

Ниже приведены исходные принципы (разработанные 30 лет назад) и новые принципы.

2.3 Исходные принципы восстановления здоровой кожи

2.3.1 Коррекция, использующая местные агенты для улучшения эпидермиса, через:

- а) пилинг со средствами, направленными на конкретную проблему;
- б) отбеливание с гидрохинон (*HQ*), чтобы остановить выработку меланина (проблемы пигментации).

2.3.2 Стимуляция, использующая местные агенты для улучшения дермы, через:

- а) только ретиноевую кислоту (нет проблем пигментации);
- б) ретиноевую кислоту с *HQ* («отбеливание»), чтобы стимулировать дерму и силу распределения меланина.

2.3.3 Увлажнители:

- а) использовать ограничено, чтобы снизить реакцию, т. к. увлажнители, как правило, ослабляют интенсивность лечения;
- б) защита от солнца.

Эти исходные принципы были расширены, чтобы предложить больше преимуществ, более широкое разнообразие протоколов лечения, программу для тех, кому необходимо только предотвращение повреждений, ежедневный уход за кожей.

2.4 Новые принципы восстановления здоровой кожи

2.4.1 Коррекция. Улучшение эпидермиса благодаря конкретным местным агентам без эпидермальных процедур; шаги:

- чистка кожи;

- *pH* баланс тонера;
- пилинг с альфа-гидроксильными кислотами (АГК) и гидрохинон для отбеливания, которые могут быть использованы бесконечно.

Шесть лет назад принцип коррекции был разделен на два шага:

- подготовка кожи (очищение, стимул. скраб, *pH* баланс тонера, контроль кожного сала);
- коррекция, включающая пилинг с АГК и *HQ* для обесцвечивания.

2.4.2 Эпидермальная стабилизация. Год назад этот принцип был добавлен в преимущества по всем аспектам. Новая формулировка дает:

- быстрое восстановление барьерных функций, репарации ДНК, противовоспалительное вещество;
- снижает повреждения от УФ света;
- повышает преимущества коррекции;
- сокращает период предполагаемых реакций.

Используемыми местными агентами являются:

- ретинол;
- антиоксиданты;
- противовоспалительные вещества;
- ДНК агенты.

2.4.3 Стимуляция – это процесс улучшения дермы путем использования определенных местных агентов с кожными процедурами или без них, используя ретиноевую кислоту как основной местный агент. Этот шаг выполняется одним из двух способов:

- только ретиноевая кислота для стимуляции выработки и восстановления коллагена, эластина и гликозаминогликана (ГАГ) в случаях отсутствия проблем пигментации;
- ретиноевая кислота плюс *HQ*, чтобы обеспечить необходимую стимуляцию и восстановление нормального и даже цветного тона (новое); поскольку эта смесь не обесцвечивает кожу (когда используется только *HQ*), она заставляет меланин равномерно распределяться на коже.

2.4.4 Обесцвечивание и смешивание. Ранее это считалось отдельным шагом, используемым на всех пациентах для регулирования и лечения проблем пигментации (даже если проблемы пигментации не были видимыми). В новом мышлении Обесцвечивание включили в Коррекцию, а Смешивание – в Стимуляцию (всё это потому, что обесцвечивание не нужно для кожи, свободной от дисхромии). Дополнительной причиной изменений является то, что мы наблюдали нежелательные результаты как после длительного использования *HQ*, так и после кратковременного использования *HQ*, когда он был без надобности. Наблюдали, что нежелательные результаты включали повышенную фоточувствительность из-за устранения меланина, тенденцию к созданию сопротивления *HQ* (восстановление пигментации), также как *HQ* токсичности для меланоцитов, когда используется в концентрациях свыше 4 %.

2.4.5 Увлажнение и успокоение. В первоначальном мышлении, использование увлажнителей было разрешено только для снижения или остановки кожных реакций

(покраснения, сухость, отшелушивание), поскольку ежедневное использование увлажнителей останавливает или ослабляет преимущества ключевых принципов (Коррекция, Стимуляция, Обесцвечивание и Смешивание). В новом мышлении были достигнуты более дружелюбные методы лечения, которые:

- уменьшают тяжесть реакций;
- увеличивают терпимость кожи (Стабилизация);
- снижают раздражения ретиноевой кислоты и АГК путем использования противовоспалительных средств;
- ускоряют увлажнение кожи.

Этот новый шаг, который сместил предыдущую концепцию увлажнения без ослабления программных преимуществ, называется «Увлажнение и успокоение».

2.4.6 Защита от солнца. В исходном мышлении, мы использовали известные химические солнцезащитные средства, физические блокаторы и зависимые от *SPF*, чтобы показать время защиты. В новом мышлении мы скорректировали подход после того, как обнаружили, что все солнцезащитные средства и блокаторы предлагают только 1-2 часа защиты, независимо от номера *SPF*. Это, возможно, причина увеличения солнечных повреждений и заболеваемости раком кожи, несмотря на применение этих препаратов. Сейчас наш метод состоит из двух шагов:

- а) Эпидермальная Стабилизация для увеличения терпимости кожи и натуральной сопротивляемости к УФ свету, также как и для подавления воспалений, индуцированных УФ светом;
- б) Комбинация физических блокаторов и внешне-прикладного меланина, предлагающих двойную защиту, которая является краткосрочной (2 часа), с блокаторами и долгосрочной с меланином (6-8 часов); меланин не смывается и не вытирается, как это случается с солнцезащитными средствами и блокаторами.

2.5 Подход к лечению кожи и правильный уход за кожей

2.5.1 Общее и конкретное восстановление кожи. Каждый пациент должен понимать, что здоровая кожа включает две фазы:

- а) общее восстановление кожи (определенные шаги стабилизации могут быть использованы при общем восстановлении кожи для расширения преимуществ и увеличения эластичности) – использование ретиноевой кислоты, гидрохинона, АГК и других конкретных агентов для лечения любых медицинских проблем и восстановления здоровья кожи;
- б) конкретное восстановление кожи (немедицинских метод), когда лечение и восстановление завершены в качестве ухода, защиты и ежедневного ухода за кожей – использование ретинола, антиоксидантов, противовоспалительных агентов и пигментного контроля без гидрохинона.

2.5.2 Стабилизация – этот новый принцип должен быть использован как при медицинском, так и при немедицинском уходе за кожей. Человек, который становится сильнее и приобретает хорошую форму благодаря упражнениям и здоровой диете, может выпол-

нить обычные задания лучше, излечиваться лучше и быстрее реабилитироваться после травм или болезни, жить дольше и наслаждаться лучшим качеством жизни. Аналогично, кожа может стать более терпимой (устойчивой), если бы были предоставлены лучшие питательные вещества и условия для прочности. Такая кожа будет активно обновляться, заживать быстрее после травмы или болезни, оставаться выглядеть молодо и сияюще и функционировать так хорошо, как только возможно.

Цели «Стабилизации» – сделать кожу:

- терпимой (устойчивой) и способной сопротивляться любым повреждениям;
- способной восстанавливаться после любых повреждений (самообновление);
- способной регулировать трансэпидермальную потерю воды (ТЭПВ) и натуральный пилинг (восстановление барьерной функции);
- способной останавливать воспаления и захватывать свободные радикалы, вызванные внутренними / внешними ресурсами (поддерживание нормальной клеточной функции).

2.5.3 Стабилизация – механизмы действия:

- восстановление нормального баланса природных элементов рогового слоя (вода, липиды, протеин);
- увеличение эпидермальной толщины путем усиления отшелушивания кожи и митоза клеток базального слоя;
- улучшение кровообращения для усиления поставки воды, витаминов и минералов, чтобы восстановить нормальную клеточную функцию;
- приостановление воспалений и предотвращение воспалений, вызванных солнцем и другими внутренними / внешними факторами;
- регулирование и улучшение всех клеточных функций, которые необходимы для обновления кожи;
- выравнивание цветового тона путем контроля гиперактивных меланоцитов благодаря внутренней / внешней стимуляции;
- поддержание целостности волосяных единиц (чистые и маленькие поры, предотвращение акне);
- предотвращение старения кожи путем стимуляции и увеличения способности кожи продолжать производить коллаген и эластин.

Стабилизация подходит каждому в любом возрасте, независимо от типа кожи или пола, в качестве:

- многозначительной «ежедневной» программы по уходу за кожей;
- «предотвращающей» программы для поддержания кожи здоровой и молодой (*anti-aging*);
- «поддерживающей» программы после лечения.

Стабилизация может быть:

- общей (восстановление всех слоев кожи и функций – как части медицинской программы лечения);
- особой (стимуляция определенных отдельных клеток для активации, регулирования и стимуляции внутриклеточных функций – как основной принцип в немедицинской программе по уходу за кожей).

2.6 Общая стабилизация при медицинском лечении

2.6.1 Эпидермальная стабилизация – цели:

- строение сильной упругости (сильная барьерная функция);
- построение сопротивления негативным внутренним / внешним факторам;
- УФ свет, раздражители, эпидермальные процедуры, определенные местные агенты;
- создание эффективного натурального пилинга (эпидермальное обновление и плотность);
- сохранение нормальной эпидермальной гидратации.

2.6.2 Дермальная стабилизация – цели:

- максимизация эффектов эпидермальной стабилизации;
- стимуляция формирования коллагена и эластина;
- поддержание жизнеспособности;
- улучшение циркуляции для улучшенной клеточной функции;
- стимуляция производства гликозаминогликанов для гидратации;
- поддержание нормальной текстуры кожи;
- коррекция осветления;
- возобновление поврежденного коллагена и эластина (ферментативная модуляция).

2.6.3 Стабилизация подкожного слоя – цели:

- придерживаться нормального контура;
- минимизация потери объема путем механической стабилизации и активации клеток;
- коррекция потери объема путем восстановления синтеза коллагена и нормальной гидратации.

2.7 Особая стабилизация при поддержании, предотвращении и ежедневном уходе

Особая стабилизация направлена на определенные клетки для подавления, повышения или регулирования отдельных клеточных функций.

2.7.1 Стабилизация меланоцитов– цели:

- стимулировать сопротивление меланоцитов ко всем факторам, которые приводят к выработке меланина (УФ, наркотики, раздражители, эпидермальные повреждения, процедуры, воспаления);
- лечить обесцвечивание, когда *HQ* был использован чрезмерно долго;
- предлагать альтернативу для *HQ*, чтобы избежать фоточувствительности, хроноза и гиперпигментацию от длительного и неконтролируемого использования *HQ*.

2.7.2 Стабилизация кератиноцитов– цели:

- поддержание производства мягкого кератина (гладкий эпидермис);
- предотвращение дискератоза в волосяных фолликулах (сохранение пор чистыми);
- восстановление поврежденной ДНК (предотвратить предраковые, раковые и клеточные дисфункции);
- надлежащее созревание кератиноцитов;
- возобновление барьерной функции и эффективного натурального пилинга кожи.

2.8 Воспаления

Кожа находится в постоянной борьбе с воспалениями, которые делают кожу слабой и неспособной функционировать надлежащим образом. Воспаления вызываются многими элементами, включая болезнь, бактерии, раздражители, УФ свет и диету. В то время как эти элементы заставляют организм сопротивляться, эта борьба необходима, чтобы поддержать организм здоровым (преимущества острого воспаления). Однако, если проиграть борьбу при остром воспалении, то это приведет к хроническим воспалениям, которые являются разрушительными для организма. Хронические кожные воспаления никогда не были рассмотрены в предыдущих подходах по восстановлению кожи, и, тем самым, это часто вело к переменным результатам и периодическим неудачам лечения, так же как и определенным осложнениям.

Хроническое воспаление вызывает:

- клеточную дисфункцию;
- изменение структуры кожи;
- чувствительность;
- дисхромиию;
- плохую реакцию на лечение;
- плохое лечение;
- ускоренное старение.

Понимание и лечение воспалений является комплексом, поскольку существует много путей. Традиционный текущий уход за кожей не вызывает воспаление, которое является основным фактором при различных проблемах кожи. С медицинской точки зрения, лечат симптомы, а не причину, используя актуальные стероиды для различных дерматозов или метронидазол для розацеа.

Надлежащая концентрация, периодичность и количество местных агентов должны быть применены для создания двухнедельной фазы острого воспаления, необходимо-го, чтобы остановить или устранить хроническое воспаление кожи. Это позволяет коже вызвать природный механизм для остановки острого воспаления и предотвращения / устранения хронического воспаления. Если не лечить острое воспаление, то последующим будет хроническое воспаление.

В программе по восстановлению здоровой кожи каждый пациент с акне, розацеа, меланодермией, солнечными повреждениями, старением или аномалиями структуры начинает с 2-6-недельного курса индуцированного острого воспаления, известного как **Фаза Восстановления**. В этой фазе пациент покажет симптомы острого воспаления (покраснения, сухость и отшелушивание). После прекращения, за этой фазой последует **Фаза Терпимости**, а затем **Фаза Комфорта**.

Стабилизация местных агентов может быть использована бесконечно, чтобы поддерживать здоровье кожи. С другой стороны, медицинские местные агенты должны быть ограничены до 3-5 месяцев, чтобы избежать сопротивления, продолжения раздражения или фоточувствительность. По окончании медицинского лечения может начинаться программа поддержки. Стабилизация может быть достигнута путем использования ретинола, антиоксидантов, ДНК агентов, противовоспалительных агентов.

2.9 Увлажняющие средства

Увлажнители являются популярным продуктом – особенно среди женщин, – т. к. они предлагают быстрое решение различных симптомов (раздражения, шероховатость, зуд). Косметическая промышленность находится в постоянном соревновании, пытаясь превзойти друг друга путем производства широкого спектра увлажнителей (гладкий, светлый, тяжелый, с учетом или без учета *anti-aging* требований и т. д.). Использование увлажнителей при необходимости приемлемо, но зависит от них, чтобы гидратировать и успокаивать кожу на каждый день, является неправильным. При многократном использовании, увлажнители оказывают сильное негативное влияние на кожу, делая ее слабее и более сухой, и на клеточные функции кожи, останавливая способность кожи возобновляться самостоятельно, что ведет к чувствительности кожи и ускорению старения кожи.

Увлажнители состоят из воды, липидов и протеинов, совместимых в варьирующихся пропорциях, чтобы создать продукцию, привлекающую разнообразных потребителей.

Наш эпидермис содержит те же ингредиенты, что и увлажнители (вода, липиды и протеины), которые создаются кожей из элементов, полученных от организма. По этой причине, внешнее применение из тех же материалов закрывает внутреннюю поставку, ведущую к возможной зависимости от внешних источников, а так же к сухости, слабости и чувствительности кожи.

2.10 Замена увлажнения

Больше, чем 90 % населения, в основном женщины, которые ищут программы по уходу за кожей, используют продукцию, предлагающую увлажнение для недлительного ощущения гладкости кожи и быстрого удовлетворения. Увлажнители могут быть простыми или более сложными, когда скомбинированы с местными агентами, которые якобы предлагают дополнительные преимущества, такие как *anti-aging* молекулы, отбеливающий эффект и средства против морщин. Все они являются неэффективными продуктами, которым не хватает настоящих преимуществ. Отдельные антиоксиданты (идебенон, альфа-липоевая кислота, Q10, витамин C и т. д.) могут помочь в теории, но на самом деле приносят мало пользы – даже когда используются неоднократно. Эти продукты производятся, чтобы успокоить кожу, улучшить характер поверхности гидратацией (искусственное сглаживание) или полнением кожи, ведущим к переходным улучшениям морщин. Этими продуктами может пользоваться каждый, и они обычно хорошо переносятся.

Эти текущие продукты по уходу за кожей продаются как «нежные», «не раздражающие», «утешительные» и т. д. Эти термины ввели, чтобы представлять желаемые особенности, и любой продукт, который вызывает жжение, шелушение и покраснение (как при лечении акне) рассматривается негативно. Пациент часто прекращает лечение, пока терпимость еще не достигнута. Текущий «утешительный» подход ведет к тому, что много женщин считают, что у них чувствительная кожа, такое назначение благосклонно рассматривается некоторыми пациентами. Чтобы подойти «чувствительной коже», компании разработали продукты, содержащие сильные увлажнители, которые могут действительно сделать кожу более чувствительной (приобретенная чувствительность). Чувствительность кожи в действительности не является расстройством чувствительности, которое можно увидеть в определенных случаях сухости кожи или генетических заболеваниях, и должна более точно называться как слабость кожи или нетерпимость.

Продолжительное использование увлажнителей приводит к зависимости. Популяр-

ность увлажнителей привела к:

- появлению термина «чувствительная кожа», в большинстве – у женщин (реже у мужчин или детей, которые обычно не используют никакие продукты);
- появлению дисфункциональной коже;
- сухости и ускоренному старению кожи.

Чрезмерное увлажнение поверхности кожи может привести к:

- поврежденной барьерной функции (нетерпимости);
- увеличенной трансэпидермальной потере воды (сухости);
- нарушениям структуры кожи из-за подавления натурального увлажнения кожи и отшелушивания (шелушение, вялость и ускоренное старение).

Целью увлажнения является гидратация кожи во время подавления воспалений, которые делают кожу раздражительной (успокаивающий эффект). Настоящая и постоянная гидратация кожи воодушевляет пациентов продолжать свое лечение. Слепая покупка продуктов для кожи без принятия во внимание типа кожи и ее нужд может усугубить существующие медицинские условия и привести к задержке в проведении консультаций с врачом для эффективного лечения. Пациенты, которые пользовались такими увлажнителями и которые развили «чувствительность» кожи, в результате часто становятся сложными пациентами, которые плохо переносят эффективное лечение.

2.11 Немедицинский подход по уходу за кожей для ежедневного ухода, предотвращения и поддержания

Несмотря на свою популярность, нынешняя философия ухода за кожей является неадекватной при поддержании или восстановлении здоровой кожи. Практикующийся в настоящее время подход направлен на поверхность кожи с использованием продуктов, у которых нет специальных функций и которые предлагают только комфорт и быстрое удовлетворение. Ни одна из теорий *anti-aging* научно не обосновывается, и преимущества, про которые они утверждают, являются сомнительными. Тяжелый и упорный маркетинг убедил множество женщин, что уход за кожей требует постоянного увлажнения, иногда с продуктом, включающим несуществующие, магические молекулы *anti-aging*. Многие потребители, однако, убеждены благодаря рекламе и покупают продукцию с надеждой её применения в качестве единственного руководства. Они не понимают основные потребности своей кожи в определенном возрасте. Восстановление здоровой кожи может быть достигнуто только путем использования определенных местных агентов, которые могут сохранить природную жизнеспособность кожи и активность. Альтернативой современному уходу за кожей должен стать процесс с определенными целями, состоящий из шагов, которые легко соблюдать, и результаты должны быть видимыми за короткий период времени.

Как только доктор познакомится с принципами здоровой кожи, у него или нее появляется возможность выбора общей или торговой марки продукта, предлагаемые многими производителями, чтобы создать подходящую систему для пациентов; это включает:

- продукты, которые представляют восстановление ДНК;
- противовоспалительное вещество;
- стимуляцию, пигментный контроль и коррекцию.

Другие вопросы, с которыми они должны были бороться, являются: пенетрация, концентрация активного ингредиента и формирование, разработка совместимости и тип кожи пациента.

Принципы и шаги немедицинской программы по уходу за кожей:

а) подготовить кожу;

б) стабилизация:

1) эпидермальная стабилизация: улучшить эпидермис, репарация ДНК, предоставить анти-воспалительные агенты, и постоянное эпидермальное обновление и поддержка упругости кожи;

2) стабилизация меланоцитов: сделать меланоциты устойчивыми к вредной внешней и внутренней стимуляции, которая ведет к осветлению;

3) стабилизация дермы: стимулировать производство коллагена и эластина, восстановление ГАГ, улучшить циркуляцию кожи;

в) гидратация и успокаивание: гидратация и противовоспалительные агенты;

г) солнцезащита.

2.12 Предложенные программы по уходу за кожей

Таблица 2.1 - Предложенные программы по уходу за кожей ZO-SH (немедицинские) ZO-SH (основная программа)

Шаги	Продукты	Предназначение	Комментарии
Подготовка кожи	2-3 шага	Все	Сухая кожа, чувствительная кожа: 1 и 2 Нормальная / жирная кожа: 1, 2 и 3
1. Умывание	<i>Exfoliating Cleanser</i> TM <i>Hydrating Cleanser</i> TM	Нормальная/жирная кожа Сухая кожа	Прохладная вода: утром и вечером Прохладная вода: утром и вечером
2. Скраб	<i>Exfoliating Polish</i> TM	Нормальная/жирная кожа: один раз в день Сухая: 2-3 раза в неделю	1 минута шлифовки
3. Контроль кожного сала	<i>TePads</i> TM	Нормальная/жирная кожа Все пигментации	Утром и вечером
Стабилизация	<i>Daily power Defense</i> TM	Все	Только утром или утром и вечером
УФ защита	<i>Oclipse</i> TM	Все	

ПРИМЕЧАНИЕ: Пункты для рассмотрения:

- мужчины = жирная кожа Нормальная кожа = жирная кожа
- сухая, чувствительная, зависимая от увлажнителей = сухая кожа
- кожа с пигментациями (немедицинская) = жирная кожа

Таблица 2.2 - ZO-SH (программа для детей в возрасте 10 лет)

№№	Шаги	Продукты	Предназначение	Комментарии
1	Умывание	<i>Hydrating Cleanser</i> TM	Утром и вечером	
2	Стабилизация	<i>Daily power Defense</i> TM	Утром и вечером	
3	УФ защита	<i>Oclipse</i> TM		
4	Необязательный (гидратация)	<i>Ommerse Daily Renewal Creme</i> TM	По необходимости	Для сухой кожи

2.12 ПРЕДЛОЖЕННЫЕ ПРОГРАММЫ ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ

Таблица 2.3 - ZO-SH (программа для детей старше 10 лет)

№№	Шаги	Продукты	Предназначение	Комментарии
1	Умывание	<i>Exfoliating Cleanser</i> TM	Утром и вечером	Эта программа идеальна для: - предотвращения акне; - улучшения структуры кожи и упругости; - ежедневного ухода для мужчин. <i>Aknetrol (BP)</i> может быть использован вместо шага № 4
2	Скраб	<i>Exfoliating Polish</i> TM	Раз в день	
3	Контроль кожного сала	<i>TePads</i> TM	Утром и вечером	
4	Пилинг «необязательный»	<i>Glycogen</i> TM	По необходимости	
5	Стабилизация	<i>Daily power Defense</i> TM	Утром	

Таблица 2.4 - ZO-SH (улучшение структуры)

№№	Шаги	Продукты	Предназначение	Комментарии
1	Подготовка кожи	<i>A & B-</i>	Одинаково с основной программой	
2	Отшелушивание	<i>Glycogen</i> TM	Утром	Если необходима гладкость поверхности кожи
3	Дермальная и эпидермальная стабилизация и пигментный контроль	<i>Brightenex</i> TM	Утром	Не использовать с (2); ожидать реакцию использования при обесцвечивании
4	Эпидермальная стабилизация	<i>Daily power Defense</i> TM	Утром	Упругость кожи, противовоспалительность, репарация ДНК
5	Стимуляция дермы	<i>A. Radical Night Repair</i> TM для жирной кожи <i>B. Retamax</i> TM для сухой кожи	Вечером Вечером	Предвиденные реакции: ежедневные или постепенные Предвиденные реакции: Ежедневные или постепенные Микс с <i>Ommerse Daily Renewal</i> TM для более слабого эффекта
6	Гидратация и успокаивание	<i>Ommerse Daily Renewal</i> TM	Утром и вечером при необходимости	Нанесите на верхнюю часть кремов перед <i>Radical Night Repair</i> TM
7	Ретинол пилинг (3-5 дневный пилинг)	<i>Radical Night Repair</i> TM	Утром и вечером	Выполнять после 2-3 недель, когда кожа более терпимая к кожной стимуляции агентов.

ПРИМЕЧАНИЕ: Изменения структуры могут включать один или несколько компонентов: цвет, шероховатость, увеличенные поры, неровная поверхность, большие жирные железы, солнечные повреждения, темный и светлый (неравномерный тон).