



# AESTHETIC DERMATOLOGY JAUNAJĀ PASAULĒ

Vērojot tendences, kā pasaulē savu darbu atsāk kosmetoloģijas un estētiskās medicīnas nozares speciālisti - kosmetologi un dermatologi, kļūst skaidrs, ka jāmainās arī rituāliem, procedūrām un protokoliem. Rezultāts ir atkarīgs no tā, cik ātri mēs spēsim ieviest noteikumus, pieņemt šīs izmaiņas un iemācīties tās pareizi izmantot.

Mums būs jāsaskaras ar vairākām izmaiņām, tostarp pacientu uzvedībā, procedūru piedāvājuma samazināšanā, kas notiks piespiedu kārtā, teledermatoloģijas apgūšanā un drošības standartu pastiprināšanā. Kosmetoloģija var īslaicīgi pāriet otrajā plānā. Un dermatoloģija iegūt citu veidolu. Vai klīnikas un pacienti tam ir gatavi? Mēs runājam ar ārsti, dermatologi Kristīni Azarjanu.

**AUTORE: ALMAZA PIRHA**

Izmaiņas estētisko dermatologu un kosmetologu darbā ir acīmredzamas jau šodien. Šo izmaiņu apmēru mēs varēsim noteikt tikai pēc pandēmijas beigām. Taču vairākas izmaiņas nāksies pieņemt kā jaunu normu. Dakter, ādas slimību ārstēšana un sejas procedūras paredz personisku, ļoti tuvu kontaktu. Kas šodien ir mainījies, kas traucē jums strādāt, un, gluži pretēji, vai jaunajiem noteikumiem, kas šobrīd vairāk līdzinās ierobežojumiem, ir kādas priekšrocības?

Kosmētiskās un skaistumkopšanas procedūras ir kļuvušas ārkārtīgi pieprasītas pēdējo desmit gadu laikā. Būtiski pieaudzis mazināzīvo procedūru skaits. Un tas attiecas ne tikai uz masāžām un pamata procedūrām kosmētiķa kabinetā. Procedūru top 5: botulīntoksīna injekcijas, hialuronskābes procedūras, lāzerepilācija, neķirurģiska

DR.MED. KRISTĪNE AZARJANA,  
ĀRSTE-DERMATOLOĢE,  
KLĪNIKAS AZARYAN MEDICAL CLINIC  
ĪPAŠNIECE UN GALVENĀ ĀRSTE



tauku nogulšņu samazināšana un fotoatjaunināšana (IPL). Attiecīgi, visas šīs procedūras ir kļuvušas par ikdienas procedūrām.

Taču pēkšņi šīs pamata un/vai nepieciešamības procedūras tika atceltas vai vismaz «atliktas». Un jau šodien mums nākas pārskatīt procedūru indikācijas un nepieciešamo vizīšu skaitu, samazinot to līdz minimāli nepieciešamajam.

Pagaidām šī ir ļoti slidena tēma. Tas, ko mēs varējām izārstēt vizītes laikā, iespējams, būs arvien biežāk jāārstē attālināti. Bet estētiskā dermatoloģija un medicīniskā kosmetoloģija ir vizuāla specialitāte.

Kā alternatīvu klātienē konsultācijām un vizītēm, mēs jau izmantojam teledermatoloģiju. Tomēr klātienē apskates laikā un individuāli novērojot pacientu, ādas bojājums var izskatīties citādi, nekā skatoties fotoattēlā vai video. Pagaidām šī pāreja uz telemedicīnas konsultācijām var radīt tikai diagnostikas grūtības. Mums nav pietiekami daudz rīku, tehniskās bāzes un dažreiz pat pieredzes. Lai noteiktu diagnozi, nepietiek tikai ar pacienta sūdzībām un simptomiem. Nepieciešama medicīniskā vēsture, augstas kvalitātes fotogrāfijas vai video un bieži vien papildus izmeklējumi.

Bet uzsvars uz attālināto sadarbību starp pacientiem un speciālistu saglabāsies. Jaunajā pasaulē shēma būs sekojoša: tiešsaistes konsultācijas, analīžu veikšana, klātienē apmeklējums un ārstēšana klīnikā (medicīniskās un kosmētiskās procedūras) un pēc tam – ārstēšanas rezultātu kontrole ar video konsultāciju starpniecību.

**Mums priekšā vēl viens izaicinājums — distancēšanās noteikumi. Procedūras laikā dermatologs vai kosmetologs parasti atrodas tikai dažu centimetru attālumā no klienta...**

Protams, mums būs jāievēro jaunie distancēšanās noteikumi, masku nēsāšana, telpu ventilācija un dezinfekcija. Uz nenoteiktu laiku izpaliks arī kafijas/tējas piedāvājums klientiem, un organiskais stikls reģistratūrā nekur neizgaisīs. Pat mūsu administratori tiek īpaši apmācīti jautājumos, kas skar distancēšanos un telpu dezinfekciju. Tā patiešām ir neatņemama mūsu profesijas sastāvdaļa. Bet taisnības labad jāatzīmē, ka visus drošības noteikumus, mēs — ārsti, kas strādā klīnikās, esam ievērojuši arī iepriekš. Jo mūsu prioritāte ir pacienta veselība un drošība. Kad man vēl bija neliels pieņemšanas kabinets, apstākļi tajā pat tad bija kā ambulatoro ķirurģisko manipulāciju zālē.

Ir grūti pateikt, kā mūsu iecienītākās procedūras izskatīsies nākotnē un kad mēs varēsim atkal justies ērti. Pat, ja tiks atcelti valsts noteiktie ierobežojumi, es uzskatu, ka arī pēc tam daudzi noteikumi joprojām būs jāievēro.

**Dakter, ieviestās ārkārtas situācijas laikā radās daudz strīdu un neatrisinātu jautājumu: kurš drīkst un kurš, kādu iemeslu dēļ — nedrīkst strādāt. Vēlreiz definēsim dermatologu, kosmetologu un kosmētiķu darbības jomu.**

Dermatologs ir ārsts, kas specializējas dermatoloģisko slimību profilaksē, diagnostikā un ārstēšanā. Dermatologs atkarībā no specializācijas, nodarbojas ne tikai ar ādas slimībām, bet arī ar labdabīgu un ļaundabīgu ādas audzēju diagnostiku un ārstēšanu. Āda cieš no jebkuriem iekšējo orgānu darbības traucējumiem, tāpat arī no ārējās vides ietekmes un tā ir pakļauta novecošanai. Gandrīz ikviens ādas darbības traucējums ir dermatologa kompetence. Dermatologu kompetencē ir vairāk nekā 3000 ādas slimību, kuru terapijā izmanto gan medicīniskas, gan kosmētiskas procedūras, kas palīdz cīnīties ne tikai ar ādas, bet arī tās derivātu — nagu un matu slimībām. Tādēļ es uzskatu, ka ir nepareizi aizliegt dermatologam nozīmēt un veikt kosmētiskās procedūras, jo tā ir daļa no ārstēšanas un bieži ir iekļauta arī atsevišķu slimību ārstēšanas vadlīnijās.

«**GANDRĪZ IKVIENS ĀDAS DARBĪBAS TRAUCĒJUMS IR DERMATOLOGA KOMPETENCE. DERMATOLOGU KOMPETENCĒ IR VAIRĀK NEKĀ 3000 ĀDAS SLIMĪBU, KURU TERAPIJĀ IZMANTO GAN MEDICĪNISKAS, GAN KOSMĒTISKAS PROCEDŪRAS, KAS PALĪDZ CĪNĪTIES NE TIKAI AR ĀDAS, BET ARĪ TĀS DERIVĀTU — NAGU UN MATU SLIMĪBĀM. TĀDĒĻ ES UZSKATU, KA IR NEPAREIZI AIZLIEGT DERMATOLOGAM NOZĪMĒT UN VEIKT KOSMĒTISKĀS PROCEDŪRAS, JO TĀ IR DAĻA NO ĀRSTĒŠANAS UN BIEŽI IR IEKĻAUTA ARĪ ATSEVIŠĶU SLIMĪBU ĀRSTĒŠANAS VADLĪNIJĀS.**

Kamēr daži dermatologi nodarbojas ar medicīnisko problēmu risināšanu un risku apzināšanu, kas saistīti ar ādu, citi izvēlas koncentrēties uz jautājumiem, kas saistīti ar estētiku un kosmētisko līdzekļu izmantošanu dermatoloģijā. Estētiskā dermatoloģija ir dermatoloģijas specialitāte, kurā praktizējošiem ārstiem vēl PĀRĪDUS ir jāapgūst speciāla apmācība, jānolāto eksāmens un jāiegūst sertifikāts katrā no estētiskās medicīnas atsevišķām metodēm: darbam ar botulīntoksīnu, darbam ar pildvielām vai darbam ar medicīniskajām aparātu tehnoloģijām. Neatkarīgi no tā, kur un kādā apakšspecialitātē viņi praktizē, dermatologi vizītes laikā savāc anamnēzi, veic pacienta apskati, nepieciešamos izmeklējumus un sagatavo ārstēšanas plānu. Viņi var arī izrakstīt recepšu medikamentus (iekšķīgai vai lokālai lietošanai) un sniegt ieteikumus dzīvesveida uzlabošanai, kā arī ādas, matu un nagu kopšanai. Tas nozīmē, ka jāizveido un jāuztur datu bāze, jāreģistrē pacienti, atsakoties no pa-



pīra formāta pacientu kartītēm un rekomendācijām, kas uzrakstītas uz noplēšamajām lapiņām.

Estētiskā dermatoloģija kļūs holistiskāka, pārdomātāka un visbeidzot kalpos par instrumentu tikai medicīnas speciālistiem.

Ir arī kosmētiķi, skaistumkopšanas speciālisti, kas nav ārsti, bet dažreiz viņiem ir arī vidējā medicīniskā izglītība. Šie speciālisti veic vienkāršas kosmētiskās procedūras, kuru mērķis ir uzlabot klienta ārējo izskatu, bez invazīvām metodēm. Pirmā un otrā pandēmijas viļņa laikā viņiem bija visgrūtāk, viņu pakalpojumi tika «atlikti» uz nenoteiktu laiku. Bet, kā es rakstīju iepriekš, ir procedūras, kuru mērķis ir novērst un ārstēt ādu, bet ir vienkārši patīkamas procedūras. Iespējams, pēdējā nebūs prioritāte, taču visam, kas ir saistīts ar ādas veselību, vajadzētu palikt pieejamam.

#### Kā jūs redzat šo nozari nākotnē?

Statistika ir skaistumkopšanas pusē. Un, pagaidām pasaulē valda botulīna toksīns un filleri. Bet arvien vairāk nākas runāt par ādas kvalitāti. Botulīna toksīns palīdz mums atbrīvoties no mīmiskajām grumbām, ar filleriem mēs varam atgūt apjomu, izlabot asimetriju. Bet tas ne vienmēr ir pietiekami, lai uzlabotu ādas kvalitāti, vai arī tā nav vispiemērotākā metode. Mēs arvien vairāk laika pavadām iekšējās, ar savām viedierīcēm, kas izstaro gaismu un ietekmē pigmentācijas veidošanos un veicina ādas sausumu. Mēs ne vienmēr ēdam regulāri un tā, kā būtu ieteicis uztura speciālists. Mums visiem ir atsevišķu vitamīnu deficīti, makro un mikroelementu trūkums. Un tas viss ietekmē ādu. Mēs nedrīkstam aizmirst par novecošanās procesu un hormonālajām izmaiņām, no kurām vēl nevienam nav izdevies izvairīties.

Tieši šī iemesla dēļ tik svarīga ir kompleksa pieeja un profilakse. Tas ietver izpratni par procesiem, kas notiek mūsu organismā, lokāla ādas stāvokļa diagnostiku un pareizu procedūru izvēli. Šeit jāpiemin arī vienkāršas kopjošas procedūras, bet, tajā pat laikā, ādas kvalitātes saglabāšanai ļoti svarīgas procedūras – sākot ar augšskābju pīlingiem līdz pat ultraskaņas, dažādām mitrinošām un radiofrekvenču procedūrām, kuras veic kosmētiķi. Un nedrīkst aizmirst par tām procedūrām, kas attiecināmas uz profilaksi un ārstēšanu, un ir ārstu kompetencē – intensīvi pulsējošā gaisma, frakcionētās procedūras un dažādas ādas atjaunošanas procedūras ar lāzera un citu aparātu tehnoloģiju palīdzību. Es domāju, ka jau tuvākajā nākotnē mūs pārsteigs reģeneratīvā medicīna.

**Dakter, Rietumos saka: laipni lūdzam skaistumkopšanas nozares mākslīgā intelekta zelta laikmetā! Idejas, kas kādreiz tika uzskatītas par novitāti, un pat robežojās ar zinātnisko fantastiku, tagad kļūst daudz pieejamākas, pateicoties jaunām inovācijām gandrīz visās pakalpojumu kategorijās. Tai skaitā arī estētiskajā dermatoloģijā. Jūs esat viena no pirmajiem ārstiem Latvijā, kura savā darbā aktīvi izmanto aparātu metodes. Lāzera un citas tehnoloģijas – tie būtībā ir roboti.**

Jā, Jums ir pilnīga taisnība. Es sekoju līdz estētisko lāzera attīstībai, sākot ar to teorētisko izcelsmi līdz pat mūsdienu medicīnas ierīcēm. Pirmie lāzera estētiskās iekārtas sāka parādīties pagājušā gadsimta 60. gados. Deviņdesmitajos gados tika izstrādātas robotizētas skenēšanas ierīces, kas ļāva vienmērīgi un precīzi pārvietot lāzera staru pa ārstēšanai paredzēto virsmu. Šie skeneri ir palīdzējuši novērst pārmērīgus audu bojājumus.

Mūsdienās dermatologiem un plastikas ķirurgiem ir pieejamas dažādas daudzfunkcionālas platformas, kuras iespējams pielāgot, paplašināt un atjaunināt, pievienojot tām jaunas manipulātas. Šīs sistēmas ļauj praktizējošiem ārstiem piedāvāt efektīvākas un ātrākas ārstēšanas metodes dažādu saslimšanas stāvokļu spektrā.

Taču mēs joprojām nevaram radīt ievērojamu ādas liftinga efektu ar aparātu tehnoloģiju palīdzību. Vai iedarboties uz tauku dziedzeriem un veiksmīgi izārstēt pūtītes tikai izmantojot aparātu tehnoloģijas. Aparāti nespēj droši, ērti un iespējami likvidēt nevēlamas tauku nogulsnes. Tehnoloģijas, robotizācija un mākslīgais intelekts ir noderīgi, lai palīdzētu jums sašaurināt izmantojamo produktu klāstu, taču tiem ir savi ierobežojumi. Tāpēc tik svarīga ir ārsta līdzdalība un kompetence. Neskatoties uz to, ka mūs bieži dēvē par šo platformu operatoriem, pagaidām tos pārvaldām mēs, nevis otrādi.

«**TEHNOLOĢIJAS, ROBOTIZĀCIJA UN MĀKSLĪGAIS INTELEKTS IR NODERĪGI, LAI PALĪDZĒTU JUMS SAŠAURINĀT IZMANTOJAMO PRODUKTU KLĀSTU, TAČU TIEM IR SAVI IEROBEŽOJUMI. TĀPĒC TIK SVARĪGA IR ĀRSTA LĪDZDALĪBA UN KOMPETENCE. NESKATOTIES UZ TO, KA MŪS BIEŽI DĒVĒ PAR ŠO PLATFORMU OPERATORIEM, PAGAI DĀM TOS PĀRVALDĀM MĒS, NEVIS OTRĀDI.**

Protams, ka nevar noliegt visu veidu ierīču un “gadžetu” lietderību. Pat tā aplikācija-skeneris, kas skenē lietotāja seju ar viedtālruna kameru, salīdzinot attēlu ar tūkstošiem profesionālu fotogrāfiju, lai palīdzētu dermatologiem diagnosticēt ādas slimības, piemēram, melanomu, nesatiekoties ar pašu pacientu personīgi. Šāda veida autonomija ir patiešām noderīga pacientiem, kuri īslaicīgi nespēj apmeklēt savu dermatologu. Šīs tehnoloģijas priekšrocība ir tās spēja diagnosticēt un uzraudzīt ādas slimības. Taču tās nespēj sniegt ārstēšanas rekomendācijas. Nozare noteikti turpinās skatīties nākotnē, kas, cerams, kļūs pieejama visiem, aptverošāka, ērtāka un higiēniskāka kā jebkad agrāk.

«**NOZARE NOTEIKTI TURPINĀS SKATĪTIES NĀKOTNĒ, KAS, CERAMS, KĻŪS PIEEJAMA VISIEM, APTVEROŠĀKA, ĒRTĀKA UN HIGIĒNISKĀKA KĀ JEBKAD AGRĀK. PAREIZA ŠO IERĪČU KOORDINĒŠANA SPĒS PALĪDZĒT PACIENTAM NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ SAVLAICĪGI VĒRSTIES PĒC ĀRSTA PALĪDZĪBAS. TAČU, JA ŠĀDAS IERĪCES NETIKS KONTROLĒTAS, TAD PAŠDIAGNOSTIKAS UN ĀRSTĒŠANAS GADĪJUMU SKAITA PIEAUGUMS VAR SASNIEGT KULMINĀCIJU. UN TAS VAR RADĪT SITUĀCIJAS, KAD ĀDAS SLIMĪBU GAITA TIEK IELAISTA, KĀ ARĪ KAVĒTA SAVLAICĪGA ĻAUNDABĪGU ĀDAS VEIDOJUMU DIAGNOSTIKA.**

Pareiza šo ierīču koordinēšana spēš palīdzēt pacientam nepieciešamības gadījumā savlaicīgi vērsties pēc ārsta palīdzības. Taču, ja šādas ierīces netiks kontrolētas, tad pašdiagnotikas un ārstēšanas gadījumu skaita pieaugums var sasniegt kulmināciju. Un tas var radīt situācijas, kad ādas slimību gaita tiek ielaista, kā arī kavēta savlaicīga ļaundabīgu ādas veidojumu diagnostika.

Tas ir acīmredzams, ka telemedicīna turpinās attīstīties, tiks izstrādāti jauni algoritmi un jaunas lietojumprogrammas, ar kuru palīdzību, atbildot uz konkrētiem jautājumiem būs iespējams veikt pārbaudes testu un ar lielāku varbūtību noteikt iespējamo diagnozi bez speciālistu palīdzības. Un, ja diagnoze būs veselībai bīstama, būs iespēja pierēģistrēties video konsultācijai vai klātienē vizītei pie ārsta.

**Mazliet pasapņosim...Tas taču nemaz nebūtu tik slikti, ja, ierodoties Jūsu klīnikā, robots spētu palielināt un mainīt pacientu lūpu formu, būdams īsts skaistuma tēlnieks, diagnosticētu jaunveidojumus un ārstētu ādas slimības saskaņā ar noteiktajiem algoritmiem. Un Jūs stāvētu blakus... un malkotu kafiju...**

Es pat nešaubos, ka tā tas arī būs. Tiesa, ne tik ātri. Pirmkārt, cilvēku domāšanai ir jāmainās. Viņiem jābūt gataviem uzticēt sevi un savu veselību robotam. Un, protams, mums nenāktu par jaunu vispirms iemācīties izveidot robotus, kas spēš sajst sejas nianses, proporcijas, izvērtēt ādas kvalitāti un, kas nav mazsvarīgi – izprast arī mūsu vēlmes. Pretējā gadījumā mēs pārvērtīsimies par klonētu radījumu populāciju. Jau tagad mēs varam novērot, kā cilvēku apziņu ietekmē tas pats Instagram.

Pareizas diagnozes noteikšanai un efektīvam darbam ar pacientu ir nepieciešamas ne tikai zināšanas, bet arī pieredze. Mūsdienās speciālistu apmācība notiek tikai tiešsaistē. Neskatoties uz to, ka topošie ārsti jau tiek iepazīstināti ar robotizētās medicīnas un mākslīgā intelekta (MI) protokoliem, mācību programmā ir iekļautas lekcijas par teledermatoloģiju, tomēr ārstiem jākonkurē nevis progresivitātes, bet kvalitātes un pieredzes ziņā.

Pandēmijas tālejošo ietekmi nav iespējams paredzēt. Tikai laiks rādis, vai tā pāries, vai arī realitāte izrādīsies sliktāka par mūsu bažām. Tagad mēs nevaram tā vienkārši apsvērt iespējamus scenārijus, mums jābūt maksimāli sagatavotiem un jānogaida, lai redzētu, kas mūs sagaida nākotnē.

Tiešsaistes mācības notiek un ir notikušas vienmēr. Bet ārsta darbā ārkārtīgi svarīga ir personiskā prakse, kas vienmēr sākas ar praktisku mācīšanos. Tā kā es pati esmu injekciju metožu trenere, un mūsu klīnika ir oficiālais lāzera tehnoloģiju LUMENIS mācību centrs Baltijā, varu teikt, ka pandēmija ir neticami ietekmējusi ārstu apmācības sistēmu. Visās medicīnas jomās, praktiskās apmācības ir samazinātas līdz minimumam, un tā ir katastrofa.

AZARYAN  
MEDICAL CLINIC

PIERAKSTĪTIES  
PIE SPECIĀLISTA  
+371 24400333  
+371 67244333

Adrese:  
Rīga, Tēriņu iela 79,  
LV-1058  
info@azaryan.lv  
www.azaryan.lv