

TRĄDZIK W PIGUŁCE

Kompleksowy przewodnik dla kosmetologów

PREMIUM EDITION 2026

Sandra Bujnowska

Materiał edukacyjny łączący podstawy patogenezy trądziku, analizę kosmetologiczną, pielęgnację, zabiegi i zasady bezpiecznej współpracy interdyscyplinarnej.

MAPA E-BOOKA

01 FUNDAMENTY - mechanizmy powstawania i obraz zmian

02 ANALIZA - wywiad, ocena skóry i czerwone flagi

03 PIELEGNACJA - bariera, składniki aktywne i tolerancja

04 GABINET - dobór procedur, przeciwwskazania i bezpieczeństwo

05 WSPÓŁPRACA - kiedy kosmetolog, kiedy dermatolog/lekarz

Trądzik jest chorobą skóry. Kosmetolog może wspierać pielęgnację i prowadzić odpowiednio dobrane procedury kosmetyczne, ale leczenie farmakologiczne i diagnoza medyczna pozostają w kompetencji lekarza.

ZASADA PRACY Z TRĄDZIKIEM

Najpierw oceń aktywność stanu zapalnego i integralność bariery.

Nie dobieraj zabiegu wyłącznie na podstawie nazwy problemu.

Uwzględnij leki, wcześniejsze terapie, pielęgnację domową i reakcje skóry.

Przy nasilonych, bliznowaciejących lub nietypowych zmianach kieruj do lekarza.

Buduj terapię etapowo i dokumentuj tolerancję oraz odpowiedź skóry.

Edition 2026 kładzie nacisk na indywidualizację, bezpieczeństwo i unikanie obietnic terapeutycznych wykraczających poza zakres kosmetologii.

SPIS TREŚCI

MODUŁ 1: PODSTAWY DERMATOLOGII ESTETYCZNEJ

1.1. Anatomia i fizjologia skóry	01
1.2. Przegląd głównych funkcji skóry	02
1.3. Rola skóry w diagnozie dermatologicznej	03
1.4. Podstawowe terminy i definicje w dermatologii estetycznej	04
1.5. Narzędzia diagnostyczne w dermatologii	05
	06

MODUŁ 2: TRĄDZIK – DEFINICJA, RODZAJE I ETIOLOGIA

2.1. Definicja i klasyfikacja trądziku	01
2.2. Trądzik pospolity, różowaty i inne odmiany	02
2.3. Etiologia trądziku – czynniki wewnętrzne i zewnętrzne	03
2.4. Hormonalne podłoże trądziku	04
2.5. Wpływ diety i stylu życia na trądzik	05
	06

MODUŁ 3: DIAGNOSTYKA TRĄDZIKU

3.1. Badanie kliniczne skóry trądzikowej	01
3.2. Metody oceny stopnia nasilenia trądziku	02
3.3. Wykorzystanie technologii w diagnostyce trądziku	03
3.4. Rola anamnezy w diagnostyce trądziku	04
3.5. Biopsja skóry i inne badania laboratoryjne	05

MODUŁ 4: TRĄDZIK A PSYCHIKA

4.1. Wpływ trądziku na samopoczucie i jakość życia pacjenta	01
4.2. Trądzik w okresie dojrzewania a problemy emocjonalne	02
4.3. Obszary psychodermatologii dotyczące trądziku	03
4.4. Komunikacja z pacjentem – budowanie relacji i wsparcie psychologiczne	04
4.5. Edukacja pacjentów dotycząca trądziku i jego konsekwencji	05

© SANDRA BUJNOWSKA 3

WSTEP

Witaj w świecie skóry, gdzie każdy centymetr może opowiadać historię. Jako kosmetologzy jesteśmy niczym detektywi, rozwiązujący zagadki ukryte w skomplikowanej strukturze naskórka i dermy. Jedną z najbardziej powszechnych zagadek, z jakimi przychodzi nam się zmierzyć, jest trądzik – przeciwnik, który nie wybiera wieku ani płci, wpływający na miliony osób na całym świecie.

Rozpocniemy podróż do zrozumienia trądziku, która będzie kluczowa dla każdego profesjonalisty marzącego o skutecznej pomocy swoim klientom. Gotowi? Zatem zaczynamy!

CZYM JEST TRĄDZIK I DLACZEGO AKURAT ON?

Trądzik to nie tylko problem estetyczny, to złożona choroba skóry, która manifestuje się w postaci zaskórników, grudek, krost, cyst czy guzków. Zaskórnik może wydawać się niewielkim problemem, ale dla wielu jest to pierwszy krok do pewnej, bardziej skomplikowanej podróży. W naszym przewodniku przyjrzymy się różnorodnym typom trądziku i ich przyczynom, a także zależnościom z innymi stanami skórnymi.

PRZYCZYNY TRĄDZIKU: CO KRYJE SIĘ POD POWIERZCHNIĄ?

Trądzik nie jest jednowymiarowy. Jego pojawienie się może być efektem skomplikowanego związku czynników genetycznych, hormonalnych, środowiskowych i życiowych. Zagłębimy się w świat hormonów, diet i czynników stresogennych, aby zrozumieć, jak te elementy wpływają na skórę i wywołują trądzik. Znajomość tych czynników jest fundamentalna w tworzeniu indywidualnych planów leczenia dla naszych klientów.

DIAGNOSTYKA TRĄDZIKU: PIERWSZY KROK DO SKUTECZNEGO LECZENIA

Każdy przypadek trądziku jest inny, dlatego kluczowe jest prawidłowe zdiagnozowanie problemu, zatem podkreślimy znaczenie dokładnej analizy skóry oraz przeprowadzenia wywiadu z pacjentem. Poznanie historii skórnej klienta jest niezbędne do wyboru odpowiedniej metody leczenia.