



REPORT

Report from the Scientific and Training Conference "Weariness – its role and influence on facial appearance"

SPRAWOZDANIE

Sprawozdanie z Konferencji Naukowo-Szkoleniowej „Zmęczenie – jego rola i wpływ na wygląd twarzy”

Teresa Matthews-Brzozowska^{a*}

Department of Orthodontics and Temporomandibular Disorders, Poznan University of Medical Sciences, Poland

Klinika Ortodontcji i Dysfunkcji Narządu Żucia, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

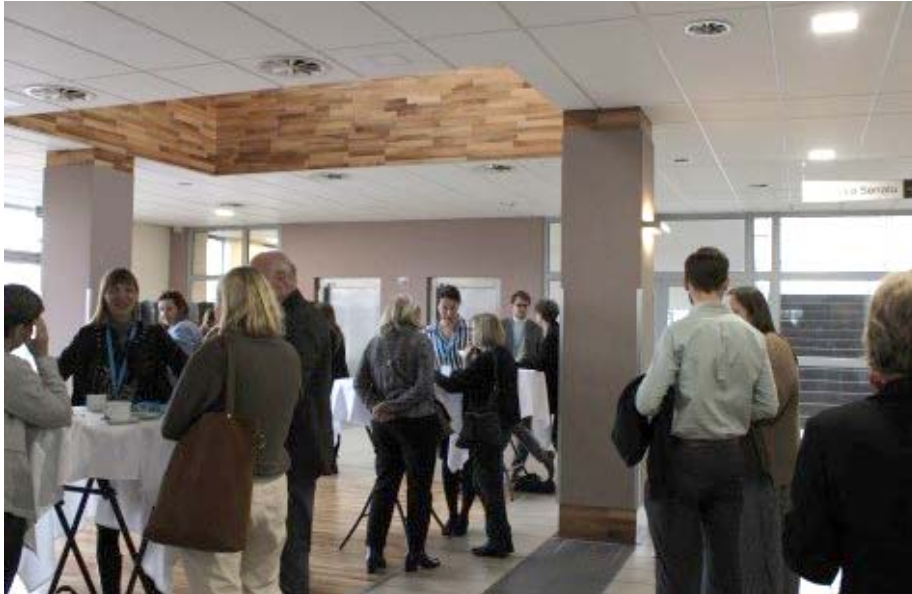
^a  <https://orcid.org/0000-0002-7127-6018>

* **Corresponding author / Osoba do kontaktu**
e-mail: tmatbrzo@gmail.com

On November 24, 2023, a Scientific and Training conference entitled: "Weariness – its role and influence on facial appearance" under the patronage of: Magnificence Rector of the Poznań Medical University prof. Andrzej Tykarski, Supreme Medical Chamber, Mayor of Poznań and Greater Poland Medical Chamber. The conference was opened by the President of the Greater Poland Medical Chamber, Dr. Krzysztof Kordel. The conference organizers raised extremely important issues regarding fatigue because fatigue, as a physiological defense reflex, can adversely affect the functioning of the human body, with loss of energy, but also with signs visible on the face. The speakers attempted to explain the mechanisms of fatigue on many levels. Paying particular attention to the process of subjective recognition of fatigue, the regulatory function of fatigue in relation to life activity

W dniu 24.11.2023 roku w Centrum Kongresowo-Dydaktycznym UMP odbyła się Konferencja Naukowo-Szkoleniowa „Zmęczenie – jego rola i wpływ na wygląd twarzy” pod patronatem: Jego Magnificencji Rektora Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu prof. Andrzeja Tykarskiego, Naczelnej Izby Lekarskiej, Prezydenta Miasta Poznania oraz Wielkopolskiej Izby Lekarskiej. Konferencję otworzył Prezes Wielkopolskiej Izby Lekarskiej dr Krzysztof Kordel.

Organizatorzy konferencji podjęli niezwykle ważny temat dotyczący zmęczenia, gdyż zmęczenie, jako fizjologiczny odruch obronny, może niekorzystnie wpływać na funkcjonowanie organizmu człowieka. Ojawia się to utratą energii, ale także oznakami widocznymi na twarzy. Prelegenci podjęli próbę wielopłaszczyznowego wyjaśnienia mechanizmów powstawania zmęczenia. Szczególną uwagę zwracając na pro-



◀ Figure 1. The corridors
◀ Rycina 1. Kuluury



◀ Figure 2. Two moderators
◀ Rycina 2. Moderatoroki



◀ Figure 3. The place with the JoFA magazine
◀ Rycina 3. Stanowisko z czasopismem JoFA



▲ Figure 4. Conclusion of the conference

▲ Rycina 4. Zakończenie konferencji

and chronic fatigue as a pathological condition. Chronic fatigue syndrome is accompanied by infections, changes in the immune system and stress affecting the body's biochemistry. An important issue in the analysis of fatigue is awareness and attitude, which can promote or eliminate signs of fatigue. A very important issue, which perhaps not everyone is aware of, is the stomatognathic system - correct and full dental arches reduce visual signs on the face such as wrinkles. Providing the patient with dentures improves the appearance of the face, eliminates wrinkles around the eyes and mouth, marionette lines, nasolabial folds, and corner lines. It was also emphasized that the aging process itself, stress, abnormal muscle tension and sometimes pain over time can contribute to the formation of wrinkles and loss of skin laxity. By using appropriately selected exercises, lymphatic drainage and manual therapy, we can reduce wrinkles and firm the facial skin. You can also limit the processes of aging, fatigue or emerging wrinkles through cosmetological treatments, which by focusing on stimulating blood circulation, improving cellular metabolism, restoring color, firming and stimulating regenerative processes allow you to achieve appropriate benefits. It should be remembered that there is no specialization - aesthetic medicine, although we often encounter it in the public space, and aesthetic medicine services are aesthetic and repair

ces subiektywnego rozpoznawania zmęczenia, regulacyjną funkcję zmęczenia wobec aktywności życiowej oraz na zmęczenie chroniczne jako stan patologiczny. Zespołowi chronicznego zmęczenia towarzyszą: infekcje, zmiany w układzie immunologicznym czy stres wpływający na biochemię organizmu. Ważną determinantą w analizie zmęczenia jest świadomość i postawa, które mogą sprzyjać powstawaniu oznak zmęczenia lub je niwelować. Bardzo istotną kwestią, z której może nie wszyscy zdają sobie sprawę, jest układ stomatognatyczny. Prawidłowe i pełne łuki zębowe zmniejszają wizualne oznaki zmęczenia na twarzy, objawiające się występowaniem zmarszczek. Zaopatrzenie pacjenta w protezy zębowe poprawia wygląd twarzy, niweluje zmarszczki wokół oczu i ust, linii marionetek, bruzd nosowo-wargowych, linii kącików ust. Podkreślano także, że sam proces starzenia się, stres, nieprawidłowe napięcie mięśniowe, a niekiedy i ból z biegiem czasu mogą przyczynić się do powstawania zmarszczek oraz utraty wiotkości skóry. Poprzez zastosowanie odpowiednio dobranych ćwiczeń, drenaż limfatyczny oraz terapię manualną można spłycić powstałe zmarszczki, a także ujędrnić skórę twarzy. Można także procesy starzenia się, zmęczenia czy pojawiających się zmarszczek ograniczać poprzez zabiegi kosmetologiczne, które poprzez koncentrację działań na pobudzeniu krążenia krwi, poprawie metabolizmu komórkowego, przywró-

activities that improve the external appearance by interfering with human tissues and organs. The topic taken up by the conference organizers touched on extremely important issues regarding fatigue, which we all experience as a natural response of the body to intense work.

The corridors were conducive to lively discussions (**Figure 1**). A special setting for this conference was organized by two moderators, Maja Matthews-Kozanecka and Magdalena Tuczyńska (**Figure 2**), without their constant presence, vigilance and subtle support for the speakers, the conference could not have run so beautifully and smoothly. The stand of the UMP Scientific Publisher was supervised by young people Kamila and Leon Kozanecki (**Figure 3**).

The conference was closed by prof. Teresa Matthews-Brzozowska (**Figure 4**), inviting you to facial care workshops on January 5, 2024 and also to next year's international event on September 27, 2024, of course regarding facial aesthetics in a holistic approach and the main slogans will be: physicality, mentality and spirituality.

ceniu kolorytu, ujędrnieniu i pobudzeniu procesów regeneracyjnych pozwalają osiągnąć odpowiednie korzyści. Należy pamiętać, że nie ma specjalizacji medycyna estetyczna, choć w przestrzeni publicznej często z taką się spotykamy. Świadczenia z zakresu medycyny estetycznej to działania estetyczno - naprawcze poprawiające wygląd zewnętrzny poprzez ingerencję w tkanki i narządy ludzkie. Podjęty przez organizatorów konferencji temat poruszał niezwykle ważne kwestie dotyczące zmęczenia, którego wszyscy doświadczamy jako naturalnej odpowiedzi organizmu na wzmożoną pracę.

Atmosfera w kuluarach sprzyjała ożywionym dyskusjom (**Rycina 1**). Szczególną oprawę tej konferencji zorganizowały dwie moderatorki Maja Matthews-Kozanecka i Magdalena Tuczyńska (**Rycina 2**), bez ich stałej obecności, czujności i subtelnego wsparcia dla prelegentów nie mogłaby konferencja tak pięknie i płynnie przebiec. Stoisko Wydawnictwa Naukowego UMP miała pod opieką młodzież, Kamila i Leon Kozaneccy (**Rycina 3**).

Konferencję zamknęła prof. Teresa Matthews-Brzozowska (**Rycina 4**), zapraszając na warsztaty z pielęgnacji twarzy na 5.01.2024 roku, a także na przyszłoroczne międzynarodowe wydarzenie 27.09.2024 roku oczywiście dotyczące estetyki twarzy w ujęciu holistycznym, a hasłami przewodnimi będą: fizyczność, psychiczność i duchowość.

Acknowledgements

Conflict of interest statement

The author declares no conflict of interest.

Funding sources

There are no sources of funding to declare.

Oświadczenia

Oświadczenie dotyczące konfliktu interesów

Autor deklaruje brak konfliktu interesów w autorstwie oraz publikacji pracy.

Źródła finansowania

Autor deklaruje brak źródeł finansowania.

Acceptance for editing: **15-12-2023**
Artykuł przyjęty do redakcji:

Acceptance for publication: **31-01-2024**
Artykuł zaakceptowany do publikacji: