

# Modyfikacja CIAŁA

Kręta droga od umiary życia... do znaczenia po śmierci



Redakcja Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Kanopielka

# **Modyfikacja ciała**

Autorzy

**prof. zw. dr hab. n. med. Jerzy T. Marcinkowski**

- Katedra Higieny i Epidemiologii, Collegium Medicum, Uniwersytet Zielonogórski
- Uczelnia Łazarskiego w Warszawie, Wydział Medyczny
- Zakład Zdrowia Publicznego, Katedra Medycyny Społecznej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu
- Polskie Towarzystwo Higieniczne – Zarząd Główny w Warszawie

**dr n. med. Zofia Konopielko**

- em. Kierownik Kliniki Nefrologii i Nadciśnienia Tętniczego, Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka” w Warszawie

**dr n. społecznych Paulina Rosińska**

- Uczelnia Łazarskiego w Warszawie, Wydział Medyczny
- Zakład Psychologii Wspomagania Rozwoju, Instytut Psychologii, Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie

**dr n. biol. Aneta Klimberg**

- Katedra Higieny i Epidemiologii, Collegium Medicum, Uniwersytet Zielonogórski
- Polskie Towarzystwo Higieniczne – Zarząd Główny w Warszawie

**dr hab. n. med. Czesław Żaba**

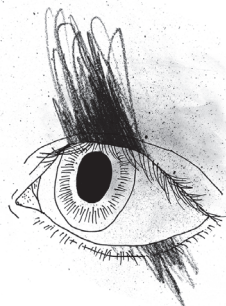
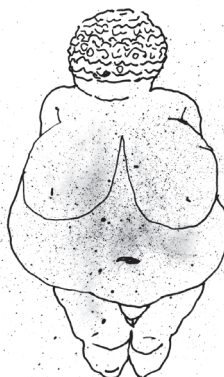
- Katedra i Zakład Medycyny Sądowej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

**dr n. hum. Sebastian Surendra**

- badacz niezależny

Autorzy korespondencyjni

e-mail: [jtmarcin@gmail.com](mailto:jtmarcin@gmail.com), [zofiakonopielko@gmail.com](mailto:zofiakonopielko@gmail.com)





# **Modyfikacja ciała**

**Kręta droga od urody życia...  
do znaczenia po śmierci**

Redakcja  
**Jerzy T. Marcinkowski  
i Zofia Konopielko**

Zielona Góra 2021

**RADA WYDAWNICZA**

Andrzej Pieczyński (przewodniczący), Andrzej Bisztyga, Bogumiła Burda,  
Eugene Feldshtein, Beata Gabryś, Magdalena Gibas-Dorna, Jacek Korentz,  
Tatiana Rongińska, Franciszek Runiec (sekretarz)

**RECENZJE**

Prof. dr hab. n. med. Anna Jung  
Dr hab. n. społ. Anna Kowalewska

**REDAKCJA JĘZYKOWA**

Sebastian Surendra  
dobrakorekta.pl

**KOREKTA**

Aldona Reich

**PROJEKT OKŁADKI**

Marta Surudo

**GRAFIKI**

Polina Iliushchenko

**OPRACOWANIE TYPOGRAFICZNE**

Anna Strzyżewska

Na okładce wykorzystano grafikę autorstwa Poliny Iliushchenko

© Copyright by Uniwersytet Zielonogórski  
Zielona Góra 2021

**ISBN 978-83-7842-449-9**

**OFICyna WYDAWNICZA UNIWERSYTETU ZIELONOGÓRSKIEGO**

65-246 Zielona Góra, ul. Podgórna 50, tel. (68) 328 78 64  
www.ow.uz.zgora.pl, sekretariat@ow.uz.zgora.pl

# SPIS TREŚCI

<b>WPROWADZENIE</b>	9
<b>WSTĘP</b>	13
<b>IDEAŁY URODY KOBIETY W UJĘCIU HISTORYCZNYM</b> (Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko)	15
Modele wizerunku ciała w różnych epokach	15
Współczesna moda na zdrowy styl życia	16
<b>IDEAŁ MĘSKIEJ URODY NA PRZESTRZENI WIEKÓW</b> (Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko, Paulina Rosińska)	18
Rola reklamy i mediów w kształtowaniu wizerunku idealnego mężczyzny	20
Badania genderowe	20
Produkty adresowane do wyidealizowanych obrazów męskich ciał	21
„Sporno”	22
Emocje mężczyzn związane z wyglądem	23
Poczucie zadowolenia z własnego ciała	23
<b>SIŁOWNIE, KULTURYSTYKA I FITNESS</b> (Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko, Paulina Rosińska)	26
Historia siłowni	26
Kulturystyka kobiet	28
Fitness	30
Narodziny aerobiku	30
<b>MAKIAŻ (Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko)</b>	32
Historia	32
Starożytny Egipt	33
Starożytna Grecja i Rzym	36
Indie, Chiny, Japonia	38
Europa od średniowiecza do współczesności	39
<b>MODYFIKACJA UŻĘBIENIA (Paulina Rosińska)</b>	43
Biały uśmiech	43
Uśmiech czarny	45
Uśmiech ze spiłowanymi zębami	46
Uśmiech kolorowy	47
<b>MEDYCYNA ESTETYCZNA (Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko, Aneta Klimberg)</b>	51
Najpopularniejsze w 2020 r. trendy zabiegów medycyny estetycznej	51
Moda na operacje plastyczne na przykładzie Koreanek	53

Badania ankietowe wśród korzystających z zabiegów medycyny estetycznej	54
Symbolseksu, urody i popularności a szczęśliwe życie	55
Motywacja powiększania ust i piersi	55
Ginekologia plastyczna i „męska ginekologia estetyczna”	58
Toksyna botulinowa (botox)	59
Liposukcja i lipotransfer (przeszczep własnego tłuszczu – lipolifting)	60
Bańki chińskie jako forma zabiegów medycyny estetycznej niekonwencjonalnej	62
Estetologia medyczna jako gałąź humanizmu	62
Korzystanie z zabiegów medycyny estetycznej objawem zaburzeń zdrowia psychicznego	63

### **MĘSKA CHIRURGIA PŁASTYCZNA – UJĘCIE KULTUROZNAWCZE** (Sebastian Surendra) 64

<b>SKARYFIKACJA (Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko, Paulina Rosińska)</b>	73
Historia aktualna do dziś	73
Zabieg skaryfikacji – współcześnie	76

### **TATUAŻE**

<b>(Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko, Paulina Rosińska, Czesław Żaba, Aneta Klimberg)</b>	78
Pierwotne sposoby wykonywania tatuaży	81
Historyczne świadectwa tatuowania ciała	81
Oryginalny tatuaż japoński – horimono/irezumi	85
Współczesne odniesienia do dawnych tatuaży Wschodu – tribale	87
Tatuaże w Europie w XIX i XX w.	87
Tatuaże w czasach nazistowskich	88
Tatuaże w czasach współczesnych	89
Rodzaje i style tatuaży	97
Tatuaże w czasach współczesnych	89
Symbolika motywów tatuażu	104
Lokalizacja tatuażu a osobowość człowieka	124
Zmiana postrzegania tatuaży	128
Wytatuowane kobiety w oczach współczesnych mężczyzn	130
Współczesne badania ankietowe	130
Opinie papieża Franciszka o tatuażach	132
Związek tatuowania ciała z psychiką człowieka	134
Przyczyna tatuowania ciała wśród współczesnych – emocje, oczekiwania	136
Prace badawcze nad przyczynami tatuowania ciała i nad osobowością	143
Emocje wstępne przed tatuowaniem się	144
Tatuaż możliwym źródłem informacji o zdrowiu psychicznym, okolicznościach śmierci – sugestia dla lekarza, w tym medyka sądowego i kryminologa	145
Tatuaże jako nośnik ważnych informacji	149
Tatuowanie i tatuaże – zagrożenia dla zdrowia	150
Wiedza o szkodliwości tatuowania nie koreluje ze zmiennymi socjodemograficznymi	150
Niezamierzone uszkodzenia gałki ocznej przy tatuowaniu oka	150

Historia tematu toksyczności tuszu do tatuażu _____	152
Tusze do tatuażu – nadal brak przepisów dotyczących bezpieczeństwa w obrębie całej UE _____	152
Zalecenia przed podjęciem decyzji o wykonaniu sobie tatuażu _____	153
Odległe zagrożenia zdrowotne tatuowania ciała _____	155
Nietrwałe tatuaże wykonane henną i związane z nimi ryzyko _____	156
Skutki zdrowotne substancji toksycznych w barwnikach do tatuażu _____	156
Tatuowanie a ryzyko chorób zakaźnych _____	157
Zmiany skórne, które mogą być spowodowane tatuażem _____	158
Tatuaże a nowotwory skóry i czerniak _____	159
Zmiany grudkowe na skórze tatuowanej, w tym sarkoidoza _____	160
Przemieszczania się ze skóry barwnika zawartego w tuszu _____	161
Tatuaże u pacjentów z łuszczycą _____	161
Wpływ tatuaży na metabolizm _____	162
Tatuaże a badanie rezonansem magnetycznym _____	162
Usuwanie tatuaży (w tym laserem) – problemy zdrowotne _____	163
Świadomość problemów zdrowotnych związanych z tatuowaniem wśród polskiej młodzieży _____	164
Kobiety i mężczyźni – różnice w modyfikacji ciała i możliwe zagrożenia dla potomstwa _____	168
<b>PIERCING (KOLCZYKOWANIE)</b>	
<b>(Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko, Aneta Klimberg)</b> _____	169
Historia _____	170
Afrykański obyczaj plemienny w skrajnej postaci _____	171
Tatuaże i/lub piercing a przynależność do grupy społecznej _____	172
Przemiany kanonów piękna dotyczące również piercingu _____	173
Tatuaże i/lub piercing a ryzykowne zachowania młodzieży _____	173
Postrzeganie tatuowania ciała i/lub piercingu przez lekarzy – przeciwwskazania i powikłania _____	174
Bezwzględne przeciwwskazania do piercingu i czasem tatuażu _____	175
Problemy zdrowotne związane z piercingiem w obrębie jamy ustnej _____	175
Piercing w miejscach intymnych – zagrożenia _____	176
<b>BIOCHIPY (Paulina Rosińska)</b> _____	179
Historia wykorzystania chipów u ludzi _____	180
Przyszłość chipów _____	181
Opinia eksperta _____	182
Problem dostępu do danych _____	182
Chipowanie Szwedów _____	183
Przyszłość akceptacji chipów _____	184
<b>BIOHACKING – POCZĄTEK ERY CYBORGÓW</b>	
<b>(Aneta Klimberg)</b> _____	185
Cyborgi _____	186
<b>SYTUACJA PRAWNA OSÓB WYKONUJĄCYCH ZABIEGI MODYFIKACJI CIAŁA</b>	
<b>(Jerzy T. Marcinkowski)</b> _____	192



<b>DYSMORFOFOBIA (CIELESNE ZABURZENIA DYSMORFICZNE) (Paulina Rosińska)</b> _____	201
Klasyfikacja DSM-5, ICD-10, ICD-11 _____	201
Częstość występowania, etiologia, objawy _____	203
Estetoreksja _____	205
Tanoreksja _____	205
Bigoreksja _____	207
<b>ZAMIERZONE SAMOUSZKODZENIE/ZATRUCIE</b>	
<b>(AUTOAGRESJA, AUTODESTRUKCJA) – „ANTYSAMOBÓJSTWO”</b>	
<b>(Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko, Paulina Rosińska)</b> _____	211
Epidemiologia i historia rozpoznania problemu _____	212
Funkcje, doznania, metody samouszkodzania _____	213
Postrzeganie przez społeczeństwo (również przez profesjonalistów) _____	215
Znaczenie internetu _____	215
Opowieści młodych o tym, jak pomaga im tatuaż _____	216
<b>NAMIATKA ŻYCIA DANA PO ŚMIERCI (Jerzy T. Marcinkowski)</b> _____	218
Tanatopraksja, czyli balsamowanie _____	219
Tanatopraktyka _____	220
Tanatokosmetyka _____	220
Tanatoplastyka _____	221
Portrety pośmiertne _____	222
<b>„OSTATNI AKORD” – PLASTINARIUM, BODY WORLDS</b>	
<b>(Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko)</b> _____	223
Plastinarium _____	224
Technika plastynacji _____	225
Body Worlds _____	225
Kontrowersje wokół wystawy plastynatów _____	228
<b>INDEKS</b> _____	231

## WPROWADZENIE

Ludzka skóra jest jak odzież ochronna dla mięśni i kości. Zabezpiecza przed wirusami, bakteriami i promieniowaniem UV. Umożliwia termoregulację organizmu, a także odbiór bodźców, takich jak ciepło, zimno, ból. Gdyby ją zdjąć i rozłożyć, zajęłaby ok. 2 m<sup>2</sup>. Naga, pozbawiona owłosienia, może być również specyficznym „płótnem” dla mniej lub bardziej trwałych obrazów<sup>1</sup>.

Antropolodzy postrzegają ciało ludzkie jak otwartą księgę zawierającą tekst z informacjami o kulturze danej społeczności. Na ten socjo-kulturowy kontekst składają się nie tylko fryzury, stroje, a nawet odchudzanie się czy tycie, rozbudowywanie muskulatury, odrębności budowy ciała, ale też tatuaże, skaryfikacje, przebijanie skóry bądź określone zabiegi chirurgii estetycznej.

Terence S. Turner, antropolog z Uniwersytetu Cornella, badając zarówno współczesne formy modyfikowania ciała, jak i np. krążki na wargach mężczyzn z plemienia Kayapo z Amazonii czy XIX-wieczne gorsety, nazwał to „społeczną skórą”. Turner twierdzi, że zewnętrzna warstwa ciała jest w każdej kulturze świata traktowana i jako granica ze środowiskiem w sensie biologiczno-fizycznym, i jako granica społecznego „ja”<sup>2</sup>.

Zastanawiając się nad wątpliwą, zdaniem wielu osób, urodą wytatuowanego ciała, piercingiem w nieoczekiwanych miejscach czy efektem działania medycyny estetycznej, warto przypomnieć, że w pewnych kulturach od prawieków zdeformowane ciało jest postrzegane jako szczególnie atrakcyjne pod względem erotycznym. Dekoracyjne blizny są popularne wśród wielu afrykańskich plemion. W części południowej tego kontynentu żyją spokrewnieni z Buszmenami „ludzie-ludzie”, zwani też Khoikhoi lub KhoeKhoe. Dawna ich nazwa „Hotentoci”, nadana przez holenderskich kolonizatorów, pochodząca prawdopodobnie od dźwięków, które tubylcy wydają w czasie tańców rytualnych, obecnie jest przez nich uważana za obelżywą i przestarzałą. Jednak powszechnie przyjęła się nazwa „fartuszek hotentocki”. Tworzą go przerośnięte wargi sromowe mniejsze, których nie są w stanie zakryć wargi większe. Jest to po części cecha genetyczna, ale bywa, że efekt jest osiągnięty sztucznie. Cztero- czy pięcioletnim dziewczynkom wykonywano zabiegi rozciągania warg sromowych mniejszych aż do uzyskania osiągnięcia ideału piękności tego plemienia<sup>3</sup>. Inną cechą kobiet niespotykaną lub prawie wcale niespotykaną u innych ludów była steatopygia, czyli odkładanie się znacznych ilości tłuszczu na pośladkach. Charakterystyczna sylwetka kobiety z tego ludu, podkreślona przez nadmierną lordozę lędźwiową, łącznie z owym „fartuszkem” była symbolem

1 <https://www.national-geographic.pl/artukul/skaryfikacje-cialo-zniesie-wszystko-kopij-1> [dostęp: 11.02.2021].

2 *Ibidem*.

3 *Ibidem*.

piękna, dojrzałości do małżeństwa, jak i płodności. Uwieczniano ją na znalezionych licznych figurkach. Jak zauważono, osoby te miały trudności z utrzymaniem równowagi ciała, a także częściej zapadały na cukrzycę i schorzenia układu krążenia. Organizacja plemienna Hotentotów legła w gruzach w XVIII w., a kontakt z nieznanymi wcześniej chorobami europejskimi powodował masowe wymieranie ludności tubylczej, m.in. w 1713 r., kiedy szalała epidemia czarnej ospy<sup>4</sup>.

Warto w tym miejscu przypomnieć francusko-belgijski dramat filmowy z 2010 r. pt. *Czarna Wenus* (franc. *Vénus noire*). Opowiada on autentyczną tragiczną historię młodej czarnoskórej kobiety Saartjie „Sarah” Baartman, żyjącej w latach 1789-1815, która wraz z angielskim opiekunem opuszcza swój kraj – wyjeżdża do Londynu w poszukiwaniu zarobku. Występuje jako Hottentot Venus w parateatralnych pokazach, prezentując swoje ciało brytyjskiej publiczności. Jej szczególnie wygląd (duże pośladki i wargi sromowe) wzbudzą zainteresowanie. Początkowo pracuje pod opieką Cezara, występując w widowiskowych pokazach cyrkowych. Gdy jednak Cezar zostaje oskarżony o handel niewolnikami, Saartjie sprzedano, a jej nowym opiekunem zostaje Réaux. Po wyjeździe do Francji pokazy „Hottentot Venus” nabierają pikanterii, zmieniając się w egalitarną, perwersyjną, seksualną orgię. We Francji stanie się również obiektem badań naukowych ze względu na steatopycię i fartuszek hotentocki<sup>5</sup>.

W 2019 r. opublikowano wyniki badań archeologicznych z terenu Chin. Odnaleziono 25 szkieletów młodych ludzi obojga płci z okresu neolitu. Wszystkie miały charakterystycznie spłaszczony czaszki w wymiarze czołowo-potylicznym. Znaleźisko wskazuje, że w tym regionie musiał panować zwyczaj deformowania czaszek, a jak wskazują badania – zabiegi musiały być już stosowane od wczesnego dzieciństwa. Nie udało się jednak potwierdzić, jakimi metodami osiągnęto ten cel<sup>6</sup>.

Prawdopodobnie zwyczaj przeniósł się na kraje Starego i Nowego Świata. Jeszcze do lat 50. XX w. matki z plemienia Mangbetu z Konga krępowały główki niemowląt, żeby nadać ich czaszkom szlachetny, w ich przekonaniu, wydłużony kształt.

Z kolei kobiety z żyjącego w Birmie i Tajlandii plemienia Padaung od dziecka deformują ciało, by optycznie wydłużyć szyję nawet do 24 cm. W tym celu przez całe życie noszą na nich, stopniowo nakładane w miarę wzrostu, 5-10-kilogramowe mosiężne obręcze. Dean Chapman, fotoreporter, który przez kilka lat mieszkał z birmańskimi uchodźcami, o panujących wśród nich zwyczajach zakładania dziewczynom

---

4 J. du Plessis, *Origin and Meaning of the Name „Hottentot”*, [w:] *Report of the South African Association for the Advancement of Science*, 1918, s. 189-193, <https://archive.org/stream/southafrican-jour14sout#page/188/mode/2up> [dostęp: 12.02.2021].

5 <https://www.filmweb.pl/film/Czarna+Wenus-2010-506486/descs> [dostęp: 12.02.2021].

6 Q. Zhang, P. Liu, Hui-Yuan Yeh et al., *Intentional cranial modification from the Houtaomuga Site in Jilin, China: Earliest evidence and longest in situ practice during the Neolithic Age*, *Am J Phys Anthropol.* 2019, nr 169 (4), s. 747-756, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31237364/> [dostęp: 12.02.2021].

metalowych obręczy na szyi pisze: „dla nich obręcze to jak dla nas błyszczak”<sup>7</sup>. Jednak nie jest to prawda. Otóż przez całe życie zgniatają im one obojczyki i deformują żebra, przez co tworzą optyczne złudzenie wydłużonej szyi. Tak naprawdę nikt nie wie, skąd wziął się ten zwyczaj. Jedne kobiety mówią, że pierwotnie była to ochrona przed napaścią tygrysa, inne, że próba oszpecenia ich w oczach mężczyzn z obcych plemion. Niezależnie od tradycji te metalowe obręcze stały się dziś dla nich sposobem na zarobek, a zarazem ich największym więzieniem. Co roku jedna z kobiet Padaung, specjalnie do tego przyuczona, dokładała im kolejne obręcze, aż do osiągnięcia maksymalnego wydłużenia. Młodsze chętnie zdjęłyby jednak naszyjniki i ruszyły w świat, żeby zdobyć wykształcenie. Jednak, jak opowiadają, rząd nie umożliwi im wyjazdu pomimo zdobytych dokumentów. Kobiety podejrzewają, że władzom zależy, by tradycja ta jak najdłużej przyciągała turystów. Jedna z nich postanowiła uwolnić się od ciężaru, co spotkało się z dezaprobatą pozostałych mieszkanki wioski. Do nowej sytuacji anatomicznej przyzwyczała się dopiero po dwóch tygodniach. Jednak, jak zauważyła, nie spojrział na nią już żaden turysta...<sup>8</sup>

W Chinach nikt już na szczęście nie łamie dziewczynkom kości stóp, by ukształtować je w „kwiat lotosu”, za to pełne ręce roboty mają chirurdzy plastyczni. To, z czego rezygnują plemiona pierwotne, starając się dołączyć do „cywilizowanego” świata, paradoksalnie znajdują właśnie w nim. Salony piercingu i tatuażu nie narzekają na brak klientów, tuszem pokrywa się nawet gałki oczne. Jakby tego było mało, ludzie Zachodu sięgają już po to, co ich kulturze było dotąd obce – skaryfikacje i... piętnowanie. Tyle że znacznie częściej niż rozpalonego metalu używa się do tego laserów<sup>9</sup>.

Kiedy spotyka się człowieka po raz pierwszy, zauważa się zwykle jego twarz. Jak podano w 2020 r., antropolodzy, szczególnie natywiści, zawsze zwracają uwagę, czy na twarzach nawet przechodniów można znaleźć ślady kultury i efekty działań w postaci modyfikacji ciała. Jest to tzw. *Trait Inference Mapping* (TIM).

Obecnie coraz częściej mieszkańcy określonych rejonów czy plemion, odczuwając zagrożenie własnej odwiecznej tożsamości, świadomie wracają do dawnych zwyczajów modyfikowania ciała, by je utrwalić lub nawet odrodzić, a także podkreślić swoją tubylczość<sup>10</sup>.

Psychologów i lekarzy od zawsze interesuje problem związków nasilenia modyfikacji ciała z psychiką człowieka. Temat nadal pozostaje przedmiotem badań i rozważań. Jedna z niedawno opublikowanych prac wskazuje, że intensywność, liczba i zakres różnych form modyfikacji ciała (tatuaze, piercing, skaryfikacja, usuwanie włosów

7 D. Chapman, *Kobiety Padaung uwięzione w tradycji*. „Dla nich obręcze to jak dla nas błyszczak”, National Geographic Traveler Polska, 2020, <https://www.national-geographic.pl/traveler/artykul/kobiety-padaung-uwiezionew-tradycji> [dostęp: 6.09.2021].

8 *Ibidem*.

9 <https://www.national-geographic.pl/artykul/skaryfikacje-cialo-zniesie-wszystko-kopiuuj-1> [dostęp: 11.02.2021].

10 H. Over, A. Eggleston, R. Cook, *Ritual and the origins of first impressions*, PhiloS Trans R Soc Lond B Biol Sci. 2020, s. 375, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32594871/> [dostęp: 12.02.2021].

lonowych i zabiegów medycyny estetycznej) może wskazywać na zaburzenia funkcjonowania dorosłych i pozytywnie koreluje z osobowością typu *borderline* (BMD)<sup>11</sup>. Autorzy zauważają, że motywacja do podejmowania licznych zabiegów modyfikacji ciała nie jest w pełni poznana, może też być np. wyrazem szczególnej funkcji tożsamości czy samoświadomości<sup>12</sup>.

W 2017 r. przedstawiono pierwszy raport Amerykańskiej Akademii Pediatrii z badań przeprowadzonych przez wolontariuszy. Odnotowano, że wśród młodzieży i młodych dorosłych coraz częściej obserwuje się tatuaże, piercing i skaryfikację. Można podejrzewać, że część z tych osób w ten sposób manifestuje nieradzenie sobie z problemami społecznymi, jak w przypadku zamierzonego samouszkodzenia bez intencji samobójstwa. Zauważono także, że wiedza wśród młodych modyfikujących ciało na temat różnych form uszkodzania ciała i związanych z tym zagrożeń zdrowotnych nie jest wystarczająca. We wnioskach podano, że konieczna jest szeroka edukacja i zwrócenie uwagi na problemy społeczne, z którymi nie radzą sobie młodzi ludzie<sup>13</sup>.

Odrębnym problemem, który warto poznać i rozważyć, decydując się na modyfikację ciała, jest uleganie modzie i poczucie bycia oryginalnym. Jednak specjaliści, np. prof. Bartłomiej Dobroczyński z Instytutu Psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego, ostrzegają, że tatuaże nas nie indywidualizują. „Moda z jednej strony jest po to, by się wyróżniać, z drugiej zaś, by się jej podporządkować. Jeśli modne są końskie ogony czy ubrania jakiejś marki w szkołach i ludzie masowo je noszą, to gdzie tu indywidualność?”<sup>14</sup>.

---

11 *Borderline* – dosłowne tłumaczenie z jęz. ang. to „osobowość z pogranicza”. Termin ten wprowadził Robert Knight w połowie XX w. na określenie osób, których zaburzenia psychiczne mieściły się pomiędzy zaburzeniami psychotycznymi (schizofrenicznymi) a zaburzeniami neurotycznymi (nerwicami). U pacjentów z tej grupy nie dochodzi jednak do takiego pogorszenia, aby można było u nich diagnozować schizofrenię. Mimo że stan emocjonalny tych osób nieustannie się zmienia, to jednocześnie jest on stabilny; określa się to pojęciem: „stabilnej niestabilności”. Jest to jeden z podtypów zaburzeń osobowości, z którym – często błędnie – utożsamia się wszystkie zaburzenia osobowości, [https://www.mp.pl/pacjent/psychiatria/zaburzenia\\_osobowosci/74280,osobowosc-borderline-informacje-ogolne](https://www.mp.pl/pacjent/psychiatria/zaburzenia_osobowosci/74280,osobowosc-borderline-informacje-ogolne) [dostęp: 13.02.2021].

12 <https://psycnet.apa.org/record/1996-01707-011> [dostęp: 13.02.2021]; A.L. Vizgaitis, M.E. Lenzenweger, *Pierced identities: Body modification, borderline personality features, identity, and self-concept disturbances*, *Personal Disord.*, 2019, nr 10 (2), s. 154-162.

13 C.C. Breuner, D.A. Levine, *Adolescent and Young Adult Tattooing, Piercing, and Scarification*, „*Pediatrics*”, September 2017, <https://pediatrics.aappublications.org/content/early/2017/09/14/peds.2017-1962> [dostęp: 13.02.2021].

14 <http://grm-scweb.newscyclecloud.com/Plus-Minus/310319916-Tatuaz-to-juz-tylko-zwykly-towar.html> [dostęp: 10.10.2020].



## WSTĘP

Nasza „przygoda” z tatuażami i innymi formami modyfikacji ciała rozpoczęła się od zadziwienia nad współczesną wszechobecnością wytatuowanych ciał. Gdy zmierzamy do końca naszej opowieści, zadziwienie nasze, ale też zrozumienie zjawiska, narasta.

W miarę zgłębiania problemu my – najstarsi autorzy tej opowieści (Zofia Konopielko, Jerzy T. Marcinkowski), ludzie urodzeni kilka lat po II wojnie światowej, od ponad pół wieku doktorzy chorób wszelakich – dowiadujemy się, że tatuaże, jak i inne zabiegi modyfikujące ciało to nie tylko moda czy poprawianie urody, ale i wolność podejmowania własnych decyzji dotyczących ingerencji w dane nam bez naszej woli i zgody przez naturę i geny ciała.

Z tego powodu, jak i z wielu innych, tatuaże, piercing, medycyna estetyczna potrafią przynosić szczęście. Nie takie związane ze znalezieniem złotej monety czy „czarno-złoto-kolorową” magią, ale z odzyskaniem czy potwierdzeniem swojego ja, z otrzymaniem wiary w możliwość dobrego życia, gdy jednostkę dotyka depresja czy ból duszy staje się tak nieznosny, że dana osoba wybiera akty samouszkodzenia, by bólem fizycznym zabić tamten ból...

Czasami jednak ludzie przesadzają z zabiegami zmiany wyglądu. Ciągłe niezadowolenie z niego, postrzeganie siebie w „krzywym zwierciadle” i uświadomienie sobie tego stanu ducha powinno być sygnałem do poddania się terapii. Ten poważny problem, zwany dysmorfofobią, muszą dostrzegać w osobach, które się do nich zgłaszają, ci, którzy poprawiają wygląd ciała człowieka. Piszą o tym chirurdzy plastyczni, którzy niejednokrotnie nie tylko są zniechęceni nieustannym niezadowoleniem pacjentów, ale także przestrzegają, że są podawani przez nich do sądu...

Dlatego w tej książce znajduje się opis wszystkich wymienionych problemów – ku przestrodze, ale i radości, że można przynosić ludziom szczęście lub poszukiwać go na drodze modyfikacji ciała.

Jednak, jak we wszystkim w życiu, bardzo istotne jest zachowanie umiaru. I dotyczy to nie tylko zabiegów modyfikacji ciała, ale też stosowania różnych diet czy znacznej aktywności fizycznej bez odpowiedniego przygotowania.



## IDEAŁY URODY KOBIETY W UJĘCIU HISTORYCZNYM

### Modele wizerunku ciała w różnych epokach

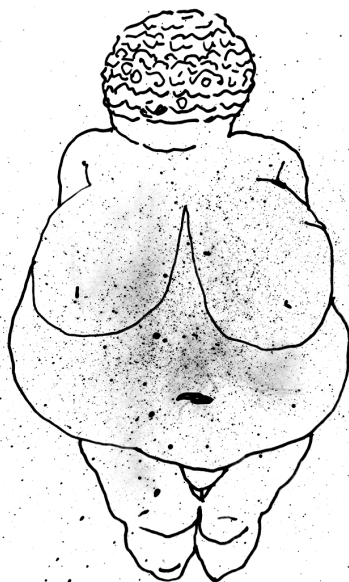
W 1908 r. podczas prac drogowych w pobliżu miejscowości Willendorf w Austrii znaleziono trzy figurki przedstawiające kobiety z górnego paleolitu (26 000-20 000 r. p.n.e.). Nazwano je „paleolitycznymi Venus” lub *Venus z Willendorfu*<sup>15</sup>. Podobne figurki znajdowano na wielkim obszarze euroazjatyckim od Atlantyku po jezioro Bajkał. Wszystkie podkreślają cechy kobiety i ówczesną najważniejszą ich rolę, czyli macierzyństwo. Wykonywano je z kamienia (wapienia, tufu wulkanicznego lub krzemienia) kości, gliny, rogu bądź gagatu. Mają formę wrzecionowatą, dość schematyczny zarys głowy, drobne ramiona, szczerunkowo zarysowane stopy i bardzo rozbudowany korpus z nadnaturalnie bujnym biustem i pośladkami. Jak się uważa, wiązały się z kultem płodności i bóstwem sprawującym opiekę nad kobietami w okresie ciąży i porodu<sup>16</sup>.

W starożytnym Egipcie ideałem były smukłe ciała i delikatne rysy twarzy (*Nefertiti*). Zarówno kobiety, jak i mężczyźni nosili peruki i obowiązkowo stosowano makijaż.

W starożytnej Grecji sylwetka kobiety była już bardziej masywna i zwykle ukryta pod fałdami szat. W przeciwieństwie do Greczynek Rzymianki lubiły odsłaniać ciało, ale dość wyraźnie ukrywały walory kobiecości, bo w wielu przypadkach ich sylwetki przypominały sylwetkę mężczyzny.

W średniowieczu akcentowano znaczenie macierzyństwa, delikatnie podkreślając biust, a w kobiecej smukłej sylwetce eksponowano brzuch, który kojarzy się ze stanem błogosławionym. Częsty wizerunek kobiety z tego okresu to jasne włosy i wysokie czoło, które miało świadczyć o ich inteligencji.

Wygląd kobiet obrazowanych na renesansowych dziełach sztuki był bliższy rzeczywistości – wyraźniej zaznaczano kobiece kształty. Wśród elit były modne portrety



15 <http://www.visual-arts-cork.com/prehistoric/venus-of-willendorf.htm> [dostęp: 10.03.2021].

16 <http://isztuka.edu.pl/i-sztuka/node/184> [dostęp: 10.03.2021].



dam subtelnych, eterycznych, o zagadkowych wyrazach twarzy, czego przykładem jest „Dama z gronostajem” namalowana przez Leonarda da Vinci.

W baroku zapanowała moda na kobiety o delikatnych rysach twarzy i małych drobnych ustach, ale o obfitych, „rubensowskich kształtach”. W rokoku przedstawiano sylwetkę kobiet bardziej niż poprzednio smukłą, ale uzyskiwano ją dzięki bardzo szkodliwym dla zdrowia gorsetom. Ideał kobiety w klasycyzmie powrócił do starożytnych obrazów, „uwolnił” kobiety od gorsetów i innych niedogodności panującej wcześniej mody, dzięki czemu mogły wreszcie poruszać się swobodnie i naturalnie. Jednakże już w drugiej połowie XIX w. powróciły gorsety i ciężkie, niewygodne suknie. Równocześnie artyści chętnie przedstawiali kobiety zgodnie ze średniowiecznym ideałem piękności (tzw. nurt prerafaelitów).

Początek XX w. przyniósł kult smukłego kobiecego ciała, ale z wyraźnymi damskimi krągłościami, przede wszystkim biustem. Jednocześnie od lat 20. XX w. zapanowała moda na sylwetkę „chłopczycy” z krótkimi włosami. Na przełomie lat 20. i 30. Marlena Dietrich rzuciła wyzwanie panującemu od zarania dziejów stereotypom i zaczęła nosić spodnie i garnitury. Ten rodzaj ubioru był od zawsze zarezerwowany dla mężczyzn. Uznano, że taki styl wcale nie odbierał jej kobiecości. Inne aktorki, w tym hollywoodzkie, okresu międzywojennego, jak np. Rita Hayworth, odrzuciły krępujące stroje i ubierały się w suknie podkreślające biust i biodra.

W latach 50. XX w. do damskiej mody powróciły gorsety, choć nie tak drastycznie modelowane i szkodliwe jak w poprzednich epokach, a także bardzo kobiece sukienki. Ideałem tego okresu była szczupła talia, akcentowany biust oraz kobiece biodra i jak na ideał współczesny – trochę zbyt masywne uda.

W latach 60. XX w. pojawiły się dwie najbardziej charakterystyczne kobiety będące ideałem ówczesnego kanonu piękna: Audrey Hepburn i Twiggy. Obie miały smukłą sylwetkę, ale najbardziej zaznaczył się wyraz twarzy i specyficzne eteryczne spojrzenie Audrey. W tym czasie było to wyznacznikiem kobiecości. Modelka Twiggy (jej pseudonim pochodzi od ang. słowa *twig*, co oznacza gałązkę) zapoczątkowała modę na kobiety tak szczupłe, że nazywano te sylwetki „wieszakami”.

## Współczesna moda na zdrowy styl życia

Od lat 70. XX w. obserwuje się zbliżanie ideału kobiety do świata realnego, a przełom lat 80. i 90. przyniósł modę na zdrowy tryb życia oraz kult zdrowego, szczupłego, ale muskularnego ciała. Z tym okresem kojarzone są szczególnie dwie kobiety będące symbolami ówczesnej wyzwolonej kobiecości: Sharon Stone i Kim Basinger.

Jeszcze na początku XXI w. królowały na wybiegach kościste, anorektyczne modelki. Obecnie wydaje się, że te wszystkie mody dalece ingerujące w zdrowie kobiety

przeminięły, a ideałem na długo pozostanie piękna, wyzwolona, pełna kobiecości i znająca swoją wartość kobieta<sup>17</sup>.

Jednak obserwując współczesny świat, widać, że kobieta nie jest w pełni wyzwolona. Jakże często musi sprostać wymaganiom idealnej sprawności, urody i piękna, wzorowej matki, strażniczki domowego ogniska i bardzo często uosabiać także sukces zawodowy. Ta sytuacja często staje się przyczyną różnych problemów zdrowia psychicznego...

---

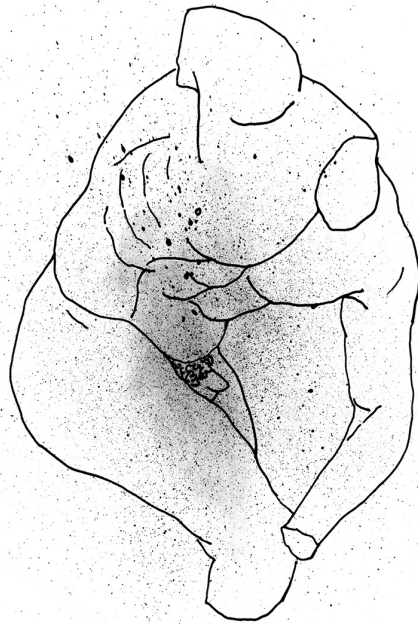
<sup>17</sup> <https://www.focus.pl/artykul/10-cech-ktre-w-innych-kulturach-uchodz-za-atrakcyjne-poznaj-egzotyczne-kanony-pikna> [dostęp: 10.03.2021].

## IDEAŁ MĘSKIEJ URODY NA PRZESTRZENI WIEKÓW

W starożytnym Egipcie sposób obrazowania człowieka zależał od hierarchii jednostki w społeczeństwie – miał więc znaczenie religijne i polityczne, a nie służył kreowaniu ideału budowy ciała<sup>18</sup>.

Na początku VI w. p.n.e. greccy rzeźbiarze byli pod wyraźnym wpływem starożytnego Egiptu i przedstawiali na większości swych prac smukłych młodzieńców, tzw. kurosów (stgr. *κόρος* – młodzieniec). W miarę upływu czasu stopniowo zaznaczali ich klatkę piersiową w formie prostokąta i podkreślali umięśnienie. Ostatecznie kanon piękna męskiego ciała, który odpowiada w dużym stopniu sylwetce mezomorficznej (opisanej w dalszej części tekstu), w starożytnej Grecji pojawił się w połowie V w. p.n.e.). Angielski historyk sztuki Kenneth Clark w książce *Akt. Studium idealnej formy* podaje, że Grecy w ciągu 150 lat doskonalili wizerunek doskonałości ciała o budowie sportowca-atlety. Prawdopodobnie zależało to od obserwacji, np. w trakcie igrzysk olimpijskich zachwycających, uosabiających zdrowie ciał męskich.

Do słynnych rzeźbiarzy przedstawiających atletów należał Myron, autor m.in. rzeźby „Dyskobol”<sup>19</sup>. Innym autorem rzeźb o podobnej tematyce był Poliklet z Argos (gr. *Πολύκλειτος* *Polýkleitos*), pochodzący z Peloponezu grecki rzeźbiarz, żyjący w latach 450-415 p.n.e. W swoim, niestety, niezachowanym, ale cytowanym przez innych traktacie *Kanon* (gr. miara, reguła, wzorzec) zawarł własną teorię proporcji ludzkiego ciała. Według niego długość stopy powinna być równa 1/6, głowy – 1/8, a dłoni – 1/10 wysokości ciała. Wszystkie te wielkości powinny być wielokrotnościami modułu, którym była szerokość palca u ręki. Poliklet, rzeźbiąc ok. 450 r. p.n.e. mężczyznę niosącego włócznię, Doryforosa, zastosował w praktyce swoją teorię, a także wprowadził stworzoną przez siebie zasadę kontrastu (specjalny układ ciała wynikający ze wsparcia na jednej nodze). Kanon Polikleta stosowany był w rzeźbie antycznej aż do



18 <https://pl.khanacademy.org/humanities/ap-art-history/ancient-mediterranean-ap/ancient-egypt-ap/a/egyptian-art> [dostęp: 5.03.2021].

19 <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/Myron;3944904.html> [dostęp: 5.03.2021].

czasów Lizypa (IV w. p.n.e.)<sup>20</sup>. Wizerunki mężczyzn, które licznie uwieczniano m.in. na wazach greckich, to nadzy młodzieńcy uprawiający zapasy, rzucający dyskiem czy „zatrzymani” podczas biegu.

Rzymski architekt, konstruktor machin wojennych, autor dzieł, żyjący w I w. p.n.e. Marcus Vitruvius Pollio, był twórcą tzw. człowieka witruwiańskiego – czyli opisu proporcji ludzkiego ciała zobrazowanego rysunkiem nagiego mężczyzny wpisane-go w okrąg i kwadrat (własną wersję tego rysunku upowszechnił później Leonardo da Vinci)<sup>21</sup>. Wzorzec piękna, wypracowany w starożytnej Grecji, został zarzucony przez średniowiecznych artystów – przedstawiane na obrazach czy posągach m.in. postaci Chrystusa czy biblijnego Adama są smukłe, szczupłe i delikatne.

W XVI w. w renesansie powrócił ideał męskiego piękna proponowany przez starożytnych Greków – przykładem jest np. rzeźba „Dawid” Michała Anioła czy dzieło Leonarda da Vinci obrazujące wspomnianego człowieka witruwiańskiego. Ideał ten przetrwał do naszych czasów.

Według Kennetha Clarka, w sztuce europejskiej do XVI w. akt męski występował częściej niż akt kobiecy. Trzeba w tym miejscu podkreślić, że od czasów starożytnych aż do XVIII stulecia w Europie męskiemu ciału i umysłowi nadawano status wzorca i jedynej płci, w tę kategorię wpisano niekompletne i subordynowane ciało kobiece. Wierzono, że macica jest prostym odwróceniem penisa. Posiadanie kobiecego ciała oznaczało bycie odwróconym, a przez to mniej doskonałym mężczyzną. Amerykański historyk Randolph Trumbach sądzi, że w kulturze zachodniej paradygmat dwóch płci społeczno-kulturowych (*gender*), ukształtowany w oparciu o dwie płcie biologiczne, zaczął przeważać dopiero na początku XVIII w. Lynne Luciano w książce *Looking Good* pisze, że do drugiej wojny światowej atrakcyjność mężczyzn definiowana była głównie przez ich działania i osiągnięcia. Wygląd nie miał takiego znaczenia<sup>22</sup>.

Jednak w okresie powojennym przez kolejne dziesięciolecia następował wzrost zainteresowania ciałem mężczyzny. Tłumaczono to zmianami na rynku pracy – wzrastającą konkurencją nie tylko wśród mężczyzn, ale też coraz większą obecnością dobrze wykształconych kobiet w różnych zawodach do tej pory postrzeganych jako typowo męskie. W tej sytuacji wygląd stał się jednym z czynników w walce o sukces zawodowy. Równocześnie seksualna emancypacja kobiet spowodowała, że coraz bardziej śmiało, częściej i nieomal publicznie zaczęły one oceniać mężczyznę – kolegę z pracy czy nawet szefa w kategoriach atrakcyjności seksualnej ciała męskiego.

Kolejną przyczyną zwiększającego się zainteresowania mężczyzn własnym ciałem może być zmniejszająca się identyfikacja wielu młodych z rolą żywiciela rodziny. Jean Baudrillard twierdzi, że proces racjonalizacji sił wytwórczych, który miał miejsce w XIX w. w produkcji, osiągnął swój punkt kulminacyjny w XX w. w sektorze

20 <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/Poliklet;3959480.html> [dostęp: 5.03.2021].

21 <https://archive.is/c3hIC> [dostęp: 5.03.2021].

22 K. Arcimowicz, *Współczesny ideał męskiego ciała – wybrane aspekty problematyki*, „Acta Universitatis Lodzianis. Folia Sociologica” 2015, nr 55, <http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.ekon-element-000171432832> [dostęp: 5.03.2021].

konsumpcji. Kiedy kapitalizm uspołecznił masy jako siłę wytwórczą, musiał posunąć się dalej, aby zakończyć swój własny projekt i uspołecznić ją, tzn. kontrolować jako siłę konsumpcyjną. Krytycy społeczeństwa konsumpcyjnego, tacy jak Baudrillard czy Bauman, twierdzą, że sposób, w jaki ludzie są kształtowani przez współczesne społeczeństwo, podporządkowany jest przede wszystkim roli konsumenta, którą mają do odegrania<sup>23</sup>.

W 1940 r. harwardzki psycholog William H. Sheldon opisał trzy podstawowe typy budowy ciała mężczyzny: endomorficzny (z sylwetką szeroką, a nawet otyłą), ektomorficzny (smukły, szczupły lub nawet bardzo szczupły) i mezomorficzny (odpowiadający ideałowi przedstawianemu przez starożytnych Greków: sylwetka proporcjonalna, ciało dobrze umięśnione bez widocznej tkanki podskórnej)<sup>24</sup>. Badacz próbował łączyć poszczególne typy budowy z określonymi cechami osobowości, jednak po pewnym czasie jego badania zostały zakwestionowane przez świat naukowy.

Jeszcze stosunkowo niedawno, bo na początku lat 90. XX w., Naomi Wolf w książce *The Beauty Myth* pisała, że piękno tradycyjnie jest kojarzone z kobiecością, a od mężczyzn jedynie wymaga się bycia naturalnym<sup>25</sup>. Od tego czasu, w miarę niebywałego od czasów pradawnych zainteresowania ciałem w kulturze Zachodu, związanego w pewnym stopniu ze społeczeństwem coraz bardziej konsumpcyjnym, pojawia się ideał wyglądu mężczyzny, do którego coraz bardziej dążą. Trend można zauważyć w reklamach, filmach czy w kolorowych magazynach, nie mówiąc o mediach społecznościowych. Pojawia się tam m.in. męskie ciało wydepilowane i opalone.

## Rola reklamy i mediów w kształtowaniu wizerunku idealnego mężczyzny

W zależności od miejsca zamieszkania i związanej z tym kultury oraz okresu historycznego mężczyznom przypisuje się różne zestawy cech oraz ról życiowych. Człowiek żyjący w tym czasie i kulturze ulega różnego rodzaju wpływom społecznym, które często są powodem modyfikacji własnego ciała tak, by uzyskać podobieństwo do obowiązujących wzorców. W czasie współczesnym znacznie większą rolę odgrywają wzorce przekazywane w mediach.

## Badania genderowe

Od bardzo wielu lat prowadzone są badania nad kobiecością, tzw. *women's studies*, ale dopiero od lat 70. XX w. rozpoczęto podobne badania nad mężczyznami, zwane

<sup>23</sup> *Ibidem*.

<sup>24</sup> W.H. Sheldon, *The varieties of human physique: an introduction to constitutional psychology*, Wydawnictwo Harper, New York 1940, <https://antropologia-fizyczna.pl/antropometria/typy-budowy-ciala/somatotypy-wg-sheldona> [dostęp: 6.09.2021].

<sup>25</sup> N. Wolf, *The Beauty Myth (Vintage Feminism Short Edition)*, Random House UK Ltd, London 2015.

*men's studies* lub *masculinity studies*, które od lat 80. XX w. wiążą się z badaniami socjologicznymi.

Badania nad męskością układają się w szereg teorii. Jedną z najbardziej znanych i mających wpływ na badania innych jest koncepcja męskości hegemonicznej, którą stworzyła w 1987 r. australijska socjolożka Raewyn Connell. Według niej podział na różne typy męskości wiąże się z cechami zewnętrznymi, jak tężyzna i siła. Nazywa to „konfiguracją praktyk genderowych, które akceptują i legitymują patriariat, gwarantując jednocześnie dominującą pozycję mężczyzn i subordynację kobiet”<sup>26</sup>.

Męskość hegemoniczna to zwykle heteroseksualność, siła fizyczna, autorytet i zajmowanie wysokiej pozycji w hierarchii społecznej. Badaczka sugeruje, że opisywana kategoria stanowi model idealny, do którego mężczyźni jakby z natury aspirują. Ponieważ wielu z nich nie jest w stanie realizować wszystkich założeń męskości hegemonicznej, tworzą oni tzw. męskość współuczestniczącą, korzystając z przywilejów, jakie mają osoby z męskością hegemoniczną, m.in. uznają hierarchię płci, ale ich relacje z osobami obu płci mogą być w społeczeństwie negocjowane. Zdaniem Connell, można zauważyć trzecią kategorię męskości, tzw. podporządkowaną, która wynika z niemożności lub braku chęci realizowania wymogów stawianych przez poprzednio wspomniane typy męskości. Zwykle ta kategoria męskości dotyczy osób nieheteronormatywnych, ale czasem też mężczyzn o innej barwie skóry niż biała. Często są oni postrzegani jako osoby o cechach kobiecych i tak traktowani bywają przez mężczyzn hegemonicznych.

W pracy pt. *Socjologia płci* opublikowanej w 2013 r. Raewyn Connell podkreśla bardzo ważne znaczenie wizerunku ciała dla umacniania istniejącej hierarchii płci i podtrzymania społecznego znaczenia i roli społecznej danej osoby. Podstawowa teza współczesnej socjologii ciała głosi, że ciało jest konstruktem społeczno-kulturowym<sup>27</sup>.

## **Produkty adresowane do wyidealizowanych obrazów męskich ciał**

Wyidealizowane obrazy młodych mężczyzn, mających sylwetkę na wzór greckich, czyli mezomorficzną, pojawiają się w reklamach, które służą zwiększeniu sprzedaży różnego rodzaju produktów związanych z pielęgnacją i usprawnianiem ciała.

W XX w. nastąpił duży wzrost zainteresowania wyglądem mężczyzny i modą męską, czego wyrazem jest pojawienie się magazynów dla mężczyzn, np. w Stanach Zjednoczonych „Playboy” (wydawany od 1953 r.) i „Sports Illustrated” (od 1954 r.). Reklamy tam zamieszczane prezentowały wyłącznie młode, wysportowane, dobrze umięśnione ciała męskie. W następnych dziesięcioleciach zaczęto wydawać kolejne

<sup>26</sup> R. Connel, *Socjologia płci*, [http://cyfrotka.pl/ebooki/Socjologia\\_płci-ebook/p00612236i006](http://cyfrotka.pl/ebooki/Socjologia_płci-ebook/p00612236i006) [dostęp: 10.03.2021].

<sup>27</sup> *Ibidem*.

czasopisma: „Penthouse”, „Hustler”, „Men’s Health”. Wszystkie te periodyki, mające lokalne edycje w kilkudziesięciu krajach świata, zamieszczają zdjęcia mężczyzn o sylwetce mezomorficznej.

Równie istotną rolę w upowszechnianiu kanonu męskiej sylwetki odegrała telewizja, choćby poprzez emisję bloków reklamowych ze znaczną liczbą spotów z udziałem mezomorficznych modeli. Ponadto w latach 60. XX w. nastąpił rozwój technologii telewizyjnej – transmitowano nie tylko sporty olimpijskie, ale i wiele zawodów stricte gimnastycznych, lekkoatletycznych, zapasniczych, w których biorą udział zwykle zawodnicy o dobrze umięśnionych ciałach, co stanowi wzorzec dla oglądających, szczególnie młodych chłopców.

Uważa się, że pojawienie się już od lat 70. XX w. najpierw w USA, a potem w wielu krajach siłowni i klubów fitness spowodowało, że młodzi ludzie zaczęli gromadnie z nich korzystać, by osiągnąć idealne ciało. W latach 80. XX w. sylwetki mezomorficznych mężczyzn wykorzystywano do reklamy męskiej bielizny. Jednymi z pierwszych były kampanie reklamowe Calvina Kleina. Badacze tej problematyki zauważają, że o ile w pierwszych dziesięcioleciach po zakończeniu II wojny światowej reklamy tego typu produktów pokazywały siłę fizyczną i silną osobowość mężczyzny, to obecnie coraz bardziej staje się zauważalna seksualizacja dobrze umięśnionego ciała męskiego.

Swój udział w popularyzacji wizerunku muskularnych mężczyzn ma kino hollywoodzkie, które od lat 80. XX w. rozpowszechniło na całym świecie obrazy muskularnych postaci, jak np. Conan Barbarzyńca czy John Rambo, a aktorzy wcielający się w te role – Arnold Schwarzenegger i Sylvester Stallone – reprezentowali typ sylwetki hipermezomorficznej, którą charakteryzuje olbrzymia muskulatura. Na początku XXI w. obserwuje się już rzadziej hipermezomorficzne postaci filmowe, choć nadal prezentuje się sylwetki o budowie wyidealizowanej przez starożytnych Greków, np. Pierce Brosnan i Daniel Craig – odtwórcy kultowej postaci Jamesa Bonda, Brad Pitt grający Achillesa w filmie *Troja* czy Matt Damon w *Tożsamości Bourne’a*.

## „Sporno”

Na początku XXI w. pojawiło się nowe zjawisko polegające na włączeniu męskich gwiazd sportu w nasyconą erotyzmem reklamę, czasem przez niektórych uważaną za bliską pornografii. Mark Simpson (twórca terminu „metroseksualność”) określił to mianem „sporno”. Do reklamy produktów sportowych, męskiej bielizny i kosmetyków zaangażowano znanych sportowców, takich jak np. David Beckham, Cristiano Ronaldo, Rafael Nadal, Michael Phelps. Na zdjęciach są przedstawiani jako nadzy lub półnaczy herosi przypominający greckie rzeźby. Jednym z pierwszych przejawów „sporno” było wydanie w 2001 r. „rozbieranego” kalendarza „Bogowie stadionu”, z francuską drużyną rugby. W nurcie tym ciało męskie promujące różne produkty, podobnie jak ciało kobiece w reklamie, zostało wystawione na pokaz, stając się obiektem do oglądania.



Niektórzy zauważają w takiej prezentacji sław sportu nawiązanie do estetyki gejowskiej pornografii.

## Emocje mężczyzn związane z wyglądem

Od dawna w przestrzeni publicznej omawia się problemy kobiet związane z ciałem, jednak rzadko mówi się o emocjach mężczyzn dotyczących wyglądu. Jedną z przyczyn jest uczucie wstydu, którego doświadcza wielu mężczyzn niezadowolonych w swoim ciele podobieństwa do ideału kreowanego przez media. Jest to m.in. skutek wychowania w społeczeństwach zachodnich. Chłopcy i mężczyźni uważają, że mówienie o swoich problemach i niepokojach związanych z obrazem swojego ciała przyjacielom czy partnerkom nie jest zgodne z tradycyjnym pojęciem męskości, stanowi powód do wstydu i musi być starannie ukrywane. Dlatego nadal powielany jest pogląd, że to kobiety są bardziej niezadowolone ze swojego ciała niż mężczyźni. Jednak liczne współczesne badania temu przeczą.

Stephanie A. Bryson z Portland State University w 2003 r. dokonała przeglądu prac dotyczących kompleksu Adonisa, po raz pierwszy opisanego – wraz z zespołem – przez profesora psychiatrę z Harvardu – Harrisona G. Pope w książce *The Adonis Complex* wydanej w 2000 r. Dotyczy ona kryzysu zdrowotnego dotyczącego mężczyzn w każdym wieku. Nazwa pochodzi od Greka Adonisa, dla którego ciało było największym wykładnikiem męskości. Kompleks Adonisa może wiązać się z kompulsywnymi, bez racjonalnych ograniczeń ćwiczeniami, takimi jak podnoszenie ciężarów, korzystanie z siłowni itp., ale też spożywaniem steroidów, zaburzeniami odżywiania i pełnoobjawowymi zaburzeniami typu dysmorfia czy uzależnienia. Dotyka to tysięcy chłopców i mężczyzn, a często jest przez nich starannie ukrywane, pozostaje nierozpoznane i w związku z tym nieleczone, co prowadzi do znacznych, pogłębiających się problemów zdrowia fizycznego i psychicznego<sup>28</sup>.

## Poczucie zadowolenia z własnego ciała

Pope, Philips i Olivardia twierdzą, że jeszcze w latach 50. i 60. XX w. zdecydowana większość mężczyzn żyjących w społeczeństwach zachodnich nie przejmowała się swoją muskulaturą i ciałem. Mężczyźni nie wydawali pieniędzy na siłownię i osobistego

28 S.A. Bryson, *The Adonis Complex: The Secret Crisis of Male Body Obsession Looking Good: Male Body Image in Modern America Making the Body Beautiful: A Cultural History of Aesthetic Surgery Body Modification*, „Psychiatric Services” 2003, nr 54 (2), s. 255-256, <https://ps.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ps.54.2.255> [dostęp: 6.03.2021]; G. Riccobono, A. Pompili, C. Iorio, G. Carducci, S. Parnanzone, G. Pizziconi, A. Iannitelli, F. Pacitti, *An instrument for the evaluation of muscle dysmorphia: The Italian validation of the adonis complex questionnaire*, Brain Behav. 2020 Jul; 10(7):e01666, doi: 10.1002/brb3.1666, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32469110/> [dostęp: 21.07.2021].



trenera, proteinowe suplementy diety, zakup przyrządów i urządzeń do rozbudowy masy mięśniowej. Zaburzenia odżywiania, bulimia i anoreksja nie były łączone z mężczyznami. Większość mogła nawet nie mieć świadomości, że są otyli, a w związku z tym nie przejmowali się wagą ciała. Jednak to relatywnie dobre samopoczucie wielu mężczyzn zmieniło się znacznie w kilku ostatnich dekadach.

Badania przeprowadzone przez Larry'ego Truckera wśród młodych Amerykanów uczęszczających do college'u wskazują, że przytłaczająca większość respondentów chciałaby mieć budowę mezomorficzną, odrzucano zaś sylwetki skrajne: ektomorficzną i endomorficzną. Taką preferencję wyrażali też pięcio- i sześciolatek chłopcy.

Badania zrealizowane w 2007 r. przez Martę Markowską wśród polskich studentów wskazują, że w przytłaczającej większości uważają oni, że przystojnego mężczyznę charakteryzuje sylwetka mezomorficzna.

Trzeba podkreślić, że nie tylko zdaniem mężczyzn, ale również kobiet męskie ciało mezomorficzne jest ideałem. Wyniki obszernego badania ankietowego „Discovery Species”, zrealizowanego w pierwszej dekadzie XXI w. w 15 krajach europejskich i w Republice Południowej Afryki, wśród 12 tys. mężczyzn w wieku 25-39 lat, wskazują, że tradycyjny model męskości ulega przeobrażeniom. Dobry wygląd jest bardzo ważny dla zdecydowanej większości współczesnych mężczyzn, a wzrost zainteresowania ciałem jest spowodowany silnym oddziaływaniem powtarzanych nieustannie bardzo wyrazistych i jednoznacznych przekazów medialnych.

Jak już wspomniano, mężczyźni poprawiają swój wygląd również dlatego, że chcą mieć większe powodzenie wśród kobiet i zwiększyć swoje szanse na coraz bardziej konkurencyjnym rynku pracy.

Na podstawie badań przeprowadzanych wśród ankietowanych o różnej płci i wieku w Stanach Zjednoczonych ustalono, że w 1972 r. niezadowolonych ze swojego wyglądu było 15% respondentów, w 1985 r. – 34%, a w 1997 r. odsetek ten wzrósł do 43%. Największe zastrzeżenia mężczyźni mieli do wyglądu swojego brzucha – 52% wskazań, muskulatury (45%) i klatki piersiowej (38%). Wśród amerykańskich studentów w 1982 r. aż 95% młodych mężczyzn wyrażało niezadowolenie z wyglądu – głównie z rozmiarów klatki piersiowej, obwodu w pasie, budowy ramion oraz masy ciała i wzrostu.

W badaniach z 2000 r. mężczyźni niezadowoleni ze swojego ciała mieli niższe poczucie własnej wartości, byli bardziej skłonni do depresji niż osoby, które w pełni akceptują swój wygląd.

Niezadowolenie z własnego wyglądu nie dotyczy jedynie Amerykanów. W 2017 r. opublikowano badania przeprowadzone przez polskie Centrum Badania Opinii Społecznej. Zdecydowana większość Polaków (87%) – 93% kobiet i 80% mężczyzn – przywiązuje wagę do własnego wyglądu zewnętrznego, a dla 37% jest to problem bardzo ważny. Jednak obserwuje się pewną tendencję zniżkową, gdyż podobne badania przeprowadzone w 2003 i 2009 r. wskazywały, że temat własnego wyglądu jest ważny dla 90% ankietowanych obu płci. Wydaje się więc, że pomimo zwiększającej się oferty

usług pielęgnacyjnych i kosmetycznych adresowanych do mężczyzn zmniejsza się wśród nich zainteresowanie własnym wyglądem. W porównaniu z badaniem z 2009 r. ich odsetek zmalał aż o 8 punktów procentowych. U kobiet takich zmian nie odnotowano.

Największe znaczenie do swojego wyglądu przywiązują osoby najmłodsze (93% wśród nich), które są jeszcze na etapie kształtowania swej tożsamości i wizerunku. Dla tej grupy wygląd zewnętrzny – „strój, fryzura, ubranie – zawiera stosunkowo najwięcej «kodów» przesądających o kulturowej i społecznej przynależności”<sup>29</sup>.

W miarę upływu lat temat własnego wyglądu staje się sprawą drugo- lub trzeciorzędną, choć nadal ważną granicą wieku, kiedy obniża się istotnie znaczenie własnego wyglądu, jest ok. 55 r.ż. Inną granicą jest negatywna ocena własnej sytuacji materialnej – wśród osób oceniających ją jako złą ok. 22% twierdzi, że wygląd jest nieważny. Podobnie jak przed laty, ok. 75% jest zdania, że wygląd ma duży lub bardzo duży wpływ na powodzenie w życiu osobistym oraz w przebiegu kariery zawodowej (po 70%). Jedna trzecia uważa nawet, że wygląd przesądza o powodzeniu w życiu zawodowym i osobistym (odpowiednio 33% i 32%).

Ponad dwie piąte badanych ocenia, że zadbana fryzura, dobry makijaż i odpowiednie ubranie w dużym stopniu mogą przyczynić się do sukcesów życiowych (42%), uwypuklając atuty czy tuszując mankamenty urody. Mniejsze znaczenie dla sukcesów w życiu ma, zdaniem badanych, zgrabne, muskularne ciało.

Korzystna zmiana w ocenach znaczenia własnego wyglądu dokonała się w latach 2003-2009, jednak badania w 2017 r. wskazują, że trend ten pozostaje na takim samym poziomie. „Niemal co drugi Polak lubi siebie takim, jakim jest, i nie chce niczego zmieniać w swoim wyglądzie (49%). Prawie tyłu samo nie jest z siebie do końca zadowolonych i chętnie coś by w swoim wizerunku poprawiło (47%). W porównaniu z sytuacją sprzed ośmiu lat, odsetek takich wskazań jest dziś nieco wyższy (wzrost o 4 punkty procentowe)”<sup>30</sup>.

---

29. Czy jesteście zadowoleni ze swojego wyglądu?, KOMUNIKAT z BADAŃ NR 104, Centrum Badania Opinii Społecznej, 2017, [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_104\\_17.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_104_17.PDF) [dostęp: 26.05.2021].

30. Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (face-to-face) wspomaganych komputerowo (CAPI) w dniach 29 czerwca – 6 lipca 2017 r. na liczącej 977 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski, [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_104\\_17.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_104_17.PDF) [dostęp: 6.03.2021]; J. Łosiak-Pilch, *Atrakcyjność budowy męskiego i kobiecego ciała w ocenach osób homo- i heteroseksualnych*, „Psychiatria i Psychoterapia” 2016, t. 12, nr 3, s. 3-14, [http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PiP\\_Jesien2016/art1\\_PiP2016v12i3.pdf](http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PiP_Jesien2016/art1_PiP2016v12i3.pdf) [dostęp: 6.03.2021]; A. Kułak-Bejda, E. Harasim-Piszczatowska, G. Bejda et al., *Postrzeganie własnego ciała przez kobiety*, „Hygeia Public Health” 2017, nr 52 (2), s. 171-182, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2017/hyg-2017-2-171.pdf> [dostęp: 6.03.2021].

# SIŁOWNIE, KULTURYSTYKA I FITNESS



## Historia siłowni

Bardzo interesująco o historii ćwiczeń fizycznych opowiadają Lance C. Dalleck i Len Kravitz w *The History of Fitness*<sup>31</sup>. Kiedy naszym przodkom za ruch fizyczny wystarczyły polowania, zbieractwo leśne czy przymusowe ucieczki przed drapieżnikami, prace na roli i zajęcia gospodarskie, już w starożytnej Grecji powstawały gimnazjony uważane za pierwowzór dzisiejszych siłowni. W ramach tych zajęć, często przy muzyce, nadzy młodzieńcy mieli kształtować nie tylko swoje ciała, ale i umysły. Ćwiczenia fizyczne dla poprawy zdrowia zalecali starożytni lekarze, np. Herodicus, Hipokrates, Galen. Jednak przez kolejne stulecia aż do XIX w. sale gimnastyczne nie stanowiły elementu w przestrzeni publicznej, jedynie czasem znajdowały się w instytucjach wychowawczych. W latach 30. XX w. w Stanach Zjednoczonych stawały się popularne salki treningowe dla bokserów i zapaśników, np. Gramercy Gym Cusa D'Amanto na Manhattanie.

Idea aktywności fizycznej osób niezwiązanych zawodowo ze sportem narodziła się znacznie później i była wynikiem sposobu myślenia dwóch amerykańskich prezydentów – Theodore'a Roosevelta i Johna F. Kennedy'ego. Pierwszy z nich był zainspirowany opowieścią ze swojego dzieciństwa, kiedy to ponoć został wyleczony z astmy dzięki rygorystycznym ćwiczeniom fizycznym. Natomiast Kennedy zauważył słabą kondycję rodaków, którą opisał w czasopiśmie „Sports Illustrated” w artykule *The Soft American (Miękki Amerykanin)*<sup>32</sup>. Jednocześnie apelował, by Amerykanie zamiast oglądać sport w telewizji sami zaczęli go uprawiać. Słowa Kennedy'ego: „Fizyczna doskonałość jest podstawą każdej innej formy doskonałości” stały się mottem ducha fitnessu.

Jak podano w 2017 r., kult ładnego, zgrabnego, wysportowanego ciała jest nadal najbardziej popularny w USA. Społeczeństwo amerykańskie jest z jednej strony w znacznym stopniu otyłe, ale z drugiej – bardzo usportowane. Jednym z głównych miast kojarzonych ze sportem amatorskim w Stanach Zjednoczonych jest Los Angeles. Nie może to dziwić, gdyż pogoda w tym mieście sprzyja uprawianiu wszelakiego sportu przez cały rok. Znajduje się tam sporo ciekawych tras biegowych: wielu biegaczy można

31 <https://www.unm.edu/~lkravitz/Article%20ofolder/history.html> [dostęp: 13.03.2021].

32 <https://vault.si.com/vault/1960/12/26/43278> [dostęp: 6.09.2021]; <http://www.recreatingwith-kids.com/news/read-it-here-kennedys-the-soft-american/> [dostęp: 6.09.2021].

spotkać na wzgórzach St. Monica nieopodal napisu „Hollywood” lub po prostu na miejskich plażach. Ludzie biegają tam o każdej porze dnia, nawet w samo południe, gdy temperatura przekracza już 30°C. Venice, jedna z dzielnic Los Angeles, słynie ze swoich kanałów wodnych (stąd zresztą jej nazwa – Wenecja), plaży oraz rozległej promenady, która tętni życiem przez cały rok. To również świetne miejsce do rozmaitych treningów siłowych. Znajdziemy tutaj kilka doskonale znanych nie tylko w USA, ale i na świecie, siłowni, m.in. pierwszy kultowy Gold’s Gym czy zlokalizowaną na świeżym powietrzu działającą od lat 30. XX w., przeniesioną do Venice w latach 80. XX w. słynną siłownię Muscle Beach Venice. Tuż obok, na plaży, czeka siłownia „pod chmurką”, gdzie miłośnicy aktywności mogą skorzystać z wszelkiego rodzaju drążków, poręczy i kół gimnastycznych. Z kolei założona w 1965 r. przez Joego Golda siłownia Gold’s Gym Venice, jedna z pierwszych na świecie, do dziś pozostaje jedną z najbardziej kultowych. Trenowali na niej m.in. Larry Scott, Arnold Schwarzenegger, Franco Columbu, Mike Katz. Zawody o tytuł Mr and Mrs Muscle Beach przyciągają setki tysięcy turystów<sup>33</sup>.

Jednak nie były to pierwsze tak wielkie i znane siłownie. Kilka lat przed powstaniem pierwszego Gold’s Gyma w latach 40. ubiegłego wieku niejaki Vic Tanny pieszczotliwie nazywany „Dungeon” wpadł na, wydawałoby się w tamtych czasach, szalony pomysł. Postanowił wyłożyć zapewne ogromne pieniądze i zbudować w Santa Monica, California największą w USA siłownię. Było to ogromne miejsce liczące 7000 metrów kwadratowych napakowane wszelkimi rodzajami maszyn i wolnych ciężarów. Ponieważ siłownia „Vic Tanny Gym” leżała niedaleko Los Angeles trenowali tam zatem największe gwiazdy filmowego rynku tacy jak Reg Lewis, Gordon Scott i najlepsi kulturysty – Steve Reeves, George Eiferman i Joe Gold. Siłownia Vinc’a była w pierwszej połowie XX wieku największą i najsławniejszą klubem siłowym, naprawdę pionierskim na taką skalę biznesem, który wypalił i cieszył się ogromną sławą<sup>34</sup>.

Jak podano w 2018 r., w Europie wciąż trwa moda na bycie fit. Obecnie z europejskich klubów fitness korzysta już 62,2 mln osób. Korzyści z tego trendu odnoszą nie tylko osoby prowadzące zdrowy tryb życia, ale też przedsiębiorstwa działające w tym sektorze. Przychody klubów wyniosły 27,2 mld euro, czyli o 3,5% więcej niż rok wcześniej. Niemal dwie trzecie tej sumy stanowią przychody wygenerowane w pięciu krajach: w Niemczech, Wielkiej Brytanii, Francji, Włoszech oraz Hiszpanii.

„The European Health & Fitness Market 2019”, w raporcie przygotowanym przez firmę doradczą Deloitte we współpracy z organizacją Europe Active, prognozuje, że polski rynek usług fitness w kolejnych latach nadal będzie się rozwijał. Do klubów, których liczba na koniec ub. roku wyniosła ponad 2,5 tys., uczęszcza blisko 3 mln Polaków. Jednak stanowi to jedynie 8% mieszkańców Polski, co być może wskazuje na duże perspektywy rozwoju branży fitness<sup>35</sup>. Z kolei Międzynarodowe Stowarzyszenie Fitness szacuje, że łączna, stale rosnąca liczba siłowni w Polsce sięga 4 tys.

33 <https://profilaktywny.pl/artykuly/sie-trenuje-kultowych-silowniach-los-angeles> [dostęp: 13.03.2021].

34 <http://www.sportowiec.org/historia-pierwszych-silowni> [dostęp: 12.03.2021].

35 <https://www2.deloitte.com/pl/pl/pages/press-releases/articles/blisko-3-miliony-polakow-korzysta-z-klubow-fitness.html> [dostęp: 13.03.2021].

Jak podawano przed wystąpieniem pandemii COVID-19, polski rynek fitness, wart już ponad 1,5 mld zł, przeżywa rozkwit. Nowe sieci fitness, chcąc podbić rynek, oferują niespotykane dotąd w Polsce rozwiązania, np. całodobowe siłownie wyposażone w najnowszy sprzęt, wirtualnych trenerów i o wiele niższe ceny<sup>36</sup>.

Siłownie przestają być kojarzone tylko z miejscem, gdzie znajduje się sprzęt do treningu. Stają się klubami, gdzie prowadzone są treningi motywacyjne. Organizuje się coraz więcej grupowych zajęć integrujących, proponowane są też indywidualne programy treningowe pod okiem doświadczonych trenerów personalnych. Kluby inwestują w technologie, które pozwalają lepiej zrozumieć metabolizm człowieka – podczas ćwiczeń określają specyficzne strefy tętna, monitorują spalanie tłuszczów i węglowodanów, umożliwiając indywidualne rozumienie wpływu na zdrowie. Członkostwo w klubie staje się powodem do dumy, a wokół wspólnych ćwiczeń rozwijają się sieci społecznościowe<sup>37</sup>.

## Kulturystyka kobiet

Sylwetka kulturysty jest marzeniem nie tylko wielu młodych mężczyzn, ale i kobiet, co daje się zauważyć w różnych miejscach poza siłowniami, gdzie namiętnie ćwiczą. Za prekursora uważa się siłacza epoki wiktoriańskiej – Eugena Sandowa, właśc. Friedricha Wilhelma Müllera (1867-1925)<sup>38</sup>. Kulturysta uzyskuje swoją sylwetkę poprzez ćwiczenia fizyczne z obciążeniami, co powoduje przerost mięśni z jednoczesnym zredukowaniem tkanki tłuszczowej.

Pod koniec lat 70. XX w., kobiety zaczęły uprawiać kulturystykę, która do tej pory stanowiła domenę mężczyzn. Może być postrzegana jako wyraz równouprawnienia kobiet i wraz z upływem czasu stała się ona bardzo popularna. Nadal jednak budzi kontrowersje, gdyż zmienia kobiece ciało i proponuje wizerunek znacznie odbiegający od ogólnie przyjętych norm. Istnieje wiele odmian kulturystyki kobiet i obejmuje ona różne rodzaje treningu. Tradycyjna kulturystka kobiet polega na zmniejszaniu ilości tkanki tłuszczowej i pracy nad rozbudową mięśni.

W regularnych zawodach tradycyjnej kulturystyki kobiety biorą udział w grupowej prezentacji na scenie, są proszone o wykonanie szeregu póz obowiązkowych, aby pokazać swoją „definicję mięśniową”, a następnie w pojedynczej rundzie sędziowie oceniają każdą cechę szczegółowo i wybierają zwyciężczynię.

W innej dyscyplinie także zaliczanej do kulturystyki, jaką jest fitness, wymagana jest dobra kondycja fizyczna, ale bez nadmiernie rozbudowanej muskulatury.

36 <https://www.fit.pl/kluby-fitness/jak-wyglada-rynek-fitness-w-polsce/15433/> [dostęp: 13.03.2021].

37 <https://www.forbes.pl/biznes/rynek-fitness-w-polsce-i-sukces-benefit-systems/tqb1kq9> [dostęp: 12.03.2021].

38 D.L. Chapman, *Sandow the Magnificent: Eugen Sandow and the Beginnings of Bodybuilding*, University of Illinois Press, Champaign-Urbana 1994.

W przeciwieństwie do tradycyjnej kulturystyki biorące udział w tego typu zawodach mogą się wykazać nie tylko stopniem wytrenowania, ale też osobowością. Są ubrane w dwuczęściowe stroje kąpielowe i nie ma obowiązkowych póz. Sędziowie oceniają wygląd ciała, biorą ponadto pod uwagę szybkość, siłę i elastyczność każdej zawodniczki.

W kolejnym konkursie oceniana jest figura zawodniczek. Przebiega to podobnie jak w fitness, jednak bez pokazu elastyczności siły czy szybkości. Prezentują się w podobnych jak w fitness strojach kąpielowych, ale na szpilkach. Oceniane jest osiąganie ideału doskonałej, choć atletycznej budowy z szerokimi ramionami, smukłymi udami i biodrami.

Konkurs bikini jest dość nową kategorią. Zawodniczki powinny być szczupłe, ale nie aż tak jak w tradycyjnej kulturystyce. W przeciwieństwie do poprzednich konkursów są oceniane jedynie z przodu i z tyłu, a szczególną uwagę przywiązuje się do postawy zawodniczki. Trening przygotowujący do tego konkursu jest mniej intensywny.

Styl życia kulturystki opiera się na specjalistycznym programie treningowym i zdrowej diecie. Trening może obejmować, w większym lub mniejszym stopniu, następujące ćwiczenia, w zależności od rodzaju celu i oczywiście zawodów, w których kulturystka chce wziąć udział:

Kardio: trening kardio pomaga eliminować nagromadzoną tkankę tłuszczową. W rezultacie mięśnie stają się bardziej widoczne. Zwykle stosuje się trening interwałowy o wysokiej intensywności.

Ćwiczenia siłowe: kulturystki powinny również wykonywać ćwiczenia wzmacniające i rozwijające mięśnie. Najczęściej są to przysiady, pompki, ćwiczenia leg press i crunch.

Ćwiczenia z ciężarkami: ćwiczenia z obciążeniem są ważną częścią treningu kulturystycznego. Dzieje się tak, ponieważ ciężary są pełnią istotną rolę w rozwoju hipertrofii mięśniowej [...]. Kulturystyka kobiet to dyscyplina, która wymaga wiele poświęceń i wyrzeczeń. Ma jednak wiele zalet, takie jak zdrowy styl życia i silne, umięśnione ciało<sup>39</sup>.

W związku z kultem ciała wyraźnie widocznym w czasach współczesnych obserwuje się stały wzrost liczby siłowni – także, co szczególnie cenne, na świeżym powietrzu – i klubów fitness.

Poza treningami i od kobiet, i mężczyzn wymagane jest:

1. odpowiednie odżywianie oraz tzw. dietą zbilansowaną – z unikaniem produktów z wysoką zawartością tłuszczu i cukru, odpowiednią podażą białka, błonnika (warzywa);
2. odpoczynek – ponieważ treningi odbywają się codziennie i wymagają wysiłku, bardzo istotny jest relaks po ćwiczeniach, by następował odpowiedni rozwój mięśni;
3. bezwzględny zakaz zażywania niedozwolonych środków dopingujących, takich jak sterydy anaboliczno-androgenne, hormon wzrostu, insulina czy diuretyki.

W szczególnych przypadkach przesadne poprawianie sylwetki ciała związane jest z cielesnym zaburzeniem dysmorficznym (dysmorfofobię opisano w kolejnym rozdziale).

---

39 <https://fitpeople.com/pl/kulturystyka/kulturystyka-kobiet-jej-rodzaje-i-trening/> [dostęp: 15.02.2021].



## Fitness

Fitness to dbałość o sprawność ciała, ale także troska o wszystkie aspekty naszego życia: sposób zachowania, nawyki żywieniowe, aktywność w życiu codziennym, unikanie używek, odpowiednie proporcje pomiędzy pracą i wypoczynkiem, odporność na sytuacje stresowe, regularność codziennych zajęć i cała gama pochodnych zachowań wpływających na poziom zadowolenia z życia. „Fit” w języku angielskim oznacza być w formie, a dokładniej być w szczytowej formie poprzez odpowiedni trening. Do poziomu fit należy dochodzić poprzez różnorodne formy aktywności fizycznej, której cele uzależnione są od: płci, wieku, zainteresowań, potrzeb i poziomu sprawności fizycznej. Pojęcie fitness nie ma jednoznacznego odnośnika; fitness to raczej sposób życia i bycia w formie<sup>40</sup>.

Fitness to nie tylko powierzchowna dbałość o ciało i modny slogan reklamowy służący do sprzedaży szerokiej gamy produktów – od zupek i płatków śniadaniowych po ekskluzywne kolekcje sportowe. Fitness to coś więcej. Fitness to filozofia. To styl życia przejawiający się troską o własne szeroko pojmowane zdrowie i sprawność fizyczną. Być fit to być aktywnym i zaangażowanym w pielęgnowanie własnego potencjału, zarówno fizycznego, jak i intelektualnego, emocjonalnego oraz społecznego. Nadrzędnym celem aktywności fitness jest „czuć się dobrze z samym sobą”. Będąc świadomym swoich możliwości, nieustannie się doskonaląc, czuć się bezpiecznie i pewnie we wszystkich obszarach życia: na publicznym wystąpieniu w pracy, na samotnej wędrowce po górach, na imprezie u znajomych, na basenie z dziećmi, na rowerach z wnukami itp.<sup>41</sup>

## Narodziny aerobiku

Korzenie treningu fitness sięgają lat 60. XX w., kiedy to lekarz medycyny, były pułkownik sił powietrznych z Oklahomy – Kenneth H. Cooper (1931-) – zaproponował zestawy ćwiczeń aerobowych w celu utrzymania i poprawy zdrowia. Trening wytrzymałościowy zaproponowany przed dr. Coopera był oparty na ćwiczeniach gimnastyczno-tanecznych wykonywanych w rytm muzyki, co nazwał aerobikiem.

W 1970 r. utworzył w Dallas Cooper Aerobics Center, które zajmowało się m.in. badaniami nad układem ćwiczeń w chorobach układu krążenia, a także służących przedłużaniu życia. Jego książka *Aerobics* cieszyła się tak wielką popularnością, że została przełożona na 41 języków, a nawet napisana alfabetem Braille'a. Termin aerobik i jego definicja znalazła się w *Oxford English Dictionary*. Ponadto Cooper był autorem jeszcze 18 innych książek wydanych w nakładzie większym niż 30 mln<sup>42</sup>.

Do spopularyzowania tych zajęć przyczyniły się zafascynowane metodą aktorki – także równocześnie gwiazdy show-biznesu (m.in. Jane Fonda). Aerobik nie tylko zyskał rzeszę zwolenników, ale nieustannie się rozwijał i zmieniał w zależności od najnowszych doniesień naukowych i kreatywności instruktorów.

40 <https://testosterone.pl/wiedza/fitness-i-jego-rozne-formy/> [dostęp: 12.03.2021].

41 <https://www.mp.pl/pacjent/dieta/sport/72201,krotki-przewodnik-po-swiecie-fitness-jakie-zajecia-wybrac> [dostęp: 12.03.2021].

42 <https://www.cooperaerobics.com/About/Our-leaders/Kenneth-H-Cooper,-MD,-MPH.aspx> [dostęp: 12.03.2021].

Obecnie aerobik wchodzi w skład zajęć fitness i jego różne formy mają bardziej lub mniej złożone układy choreograficzne. Można więc wyróżnić m.in. low impact aerobik, hi-low aerobik, dance aerobik, a także aerobik z wykorzystaniem różnych przyrządów, takich jak hantelki, sztangi, piłki, stopy, taśmy itp. Ponadto może być wykonywany w wodzie – zajęcia nazywane są aqua fitness.

Osoba zainteresowana osiągnięciem konkretnego celu, np. wzmocnieniem mięśni, usprawnieniem czynności układu krążenia, zwiększeniem elastyczności poruszania się, modelowaniem sylwetki czy poprawą ogólnej kondycji, ma możliwość zapoznania się z programami i dokonania wyboru odpowiedniej dla siebie w zależności od wieku, kondycji, zainteresowań formy aerobiku<sup>43</sup>.

Ponieważ rodzajów aerobiku jest wiele, a ich nazwy są stale modyfikowane i często się zmieniają, nie będą podawane w tej monografii.

Jedną z najpopularniejszych obecnie form fitness jest pilates. Ta forma gimnastyki została opracowana na początku XX w. przez niemieckiego cyrkowca Josepha Pilatesa, który ją wymyślił przebywając w obozie jenieckim, a inspirację czerpał z obserwacji kotów. „Wszystkie nowe pomysły są rewolucyjne. Kiedy teoria, która za nią stoi, zostaje udowodniona przez praktyczne zastosowanie, potrzeba tylko czasu na jej rozwój” – napisał Pilates w promocyjnej broszurze w 1934 r. Swoją metodę nazywał na początku „kontrolologia”. Były to serie ćwiczeń rehabilitacyjnych, które miały przywrócić równowagę ciała i umysłu, jeszcze zanim lekarze uznali, że ćwiczenia są niezbędne dla zdrowia<sup>44</sup>.

Pilates, bardzo rozpowszechniony we współczesnych dzisiejszych klubach fitness, to połączenie jogi, baletu oraz wolno wykonywanych ćwiczeń izometrycznych w rytm spokojnej muzyki i własnego oddechu. Dzięki niej wzmacniają się i uelastyczniają mięśnie przede wszystkim brzucha, grzbietu, miednicy oraz pośladków. Poprzez oddziaływanie na mięśnie głębokie uzyskuje się korektę wad postawy. Ćwiczenia tylko w niewielkim stopniu obciążają układ kostno-stawowy i dlatego mogą je wykonywać wszyscy.

W celu uatrakcyjnienia i uskutecznienia ćwiczeń stosuje się różne przybory, takie jak maty, poduszki, obręcze, piłki itp.

Niezwykle istotne jest to, by wybrane formy umożliwiały realizację zaleceń treningu zdrowotnego propagowanego między innymi przez Światową Organizację Zdrowia (WHO). Zgodnie z wytycznymi w prozdrowotnym treningu fitness powinny dominować ćwiczenia wytrzymałościowe (aerobowe), które przy zachowaniu odpowiedniej intensywności wysiłku (np. 50-85% maksymalnej częstotliwości rytmu serca [% HRmax]) najskuteczniej stymulują i usprawniają funkcje krążeniowo-oddechowe oraz metabolizm tlenowy. Zaleca się minimum 2, a najlepiej 3-5 sesji treningowych na tydzień, każda po ok. 30-60 minut (nie mniej niż 10-15 minut wysiłku na trening i nie mniej niż 75 minut na tydzień)<sup>45</sup>.

43 <https://polki.pl/dieta-i-fitness/odchudzanie,rodzaje-fitnessu-na-czym-polegaja,10043891,artykul.html> [dostęp: 12.03.2021].

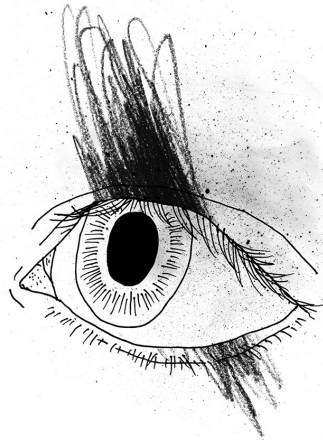
44 <https://www.vogue.pl/a/vogueinternational-historia-pilatesu> [dostęp: 12.03.2021].

45 <https://www.mp.pl/pacjent/dieta/sport/72201,krotki-przewodnik-po-swiecie-fitness-jakie-zajecia-wybrac> [dostęp: 12.03.2021].



## MAKIJAZ

Długą i pasjonującą historię makijażu i kosmetyków przedstawia w swojej książce *Face Paint: historia makijażu*<sup>46</sup>, wydanej w 2015 r. i przetłumaczonej na język polski w 2017 r., światowej sławy makijażystka Lisa Eldridge. Współpracują z nią takie domy mody, jak Prada czy Chloé. Wykonuje makijaż Kate Winslet, Keiry Knightley i Emmie Watson.



W przywołanej publikacji autorka podaje tajemnice kreowania wizerunku poprzez odpowiedni makijaż słynnych artystek i jednocześnie ikon mody – od Audrey Hepburn po Madonnę i Amy Winehouse. Omawia również problem, dlaczego współcześni tak chętnie wykonują sobie makijaż. Indywidualne wybory stylu, związane też z osobowością, prowadzą zwykle do naśladownictwa gwiazd czy celebrytek, np. malowania się w taki sam sposób jak Marilyn Monroe. W książce można także znaleźć fascynujące opowieści o ludziach, którzy z tworzenia piękna uczynili swoją życiową misję, m.in. o twórcach współczesnego przemysłu kosmetycznego, jak np. Helena Rubinstein, Max Factor, Elizabeth Arden czy Estée Lauder<sup>47</sup>.

## Historia

Już od czasów starożytnych można zauważyć, że swoboda, z jaką kobiety się malowały, była ściśle powiązana z wolnościami i prawami, jakim mogły cieszyć się w danym momencie historii i na określonym terenie.

Psycholog ewolucyjny Nancy Etxoff wskazuje:

Róż na policzkach i czerwień na wargach to sygnały erotyczne, stwarzające wrażenie, że kobieta jest młoda, jeszcze nie rodziła; a te barwy tak zlokalizowane dają efekt dziewiczego rumieńca i promieniającego zdrowia. Ponadto jest to kolor krwi i przybierają ją narządy nabrzmiałe podnieceniem jak usta, sutki, i wargi sromowe. Naukową przyczyną starej jak świat popularności czerwieni jest fakt, że barwa ta ma najdłuższą falę spośród kolorów postrzeganych przez człowieka i najsilniej oddziałuje na podświadomość<sup>48</sup>.

Najstarszymi wykorzystywanymi barwnikami była czerwona ochra (rodzaj skały zawierającej mieszanki tlenków żelaza), wyciąg z koszenili i kermesy (rodzaje owadów),

46 <https://hurt.wydawnictwoznak.pl/moda-i-uroda/face-paint-historia-makijazu> [dostęp: 15.02.2021].

47 *Ibidem*.

48 N. Etxoff, *Przetrwają najpiękniejsi*, Wyd. W.A.B., Warszawa 2000

roślin jak kartamina z krokosza barwierskiego, korzeń alkanny barwierskiej, zmiążdżony owoc morwy lub truskawka, sok z buraka czy czerwony amarantus. Barwniki te były mieszane z tłuszczem zwierzęcym lub roślinnym i kształtowane najczęściej w formę szyftu. Dzięki różnym dodatkom uzyskiwano barwy od jasnoróżowej do intensywnej czerwieni. Aby uzyskać płomienny rumieniec, używano też minerałów śmiertelnie trujących, takich jak minia ołowiowa, cynober i siarczki rtęci. Sporządzane wówczas szyfty niewiele różniły się kształtem od używanych obecnie.

Wiele zarówno starożytnych, jak i żyjących nadal plemion pierwotnych, które kontynuują odwieczną tradycję, słynie z malowania na czerwono nie tylko ust, ale całej twarzy i ciała. Jak sugeruje antropolog Alfred Gell, modyfikując tak ciało, uzyskiwano wrażenie nie tylko nowej skóry, ale też nowej osobowości.

Kobiety z afrykańskiego plemiona Himba, żyjącego w północnej Namibii, które od XVI w. zajmuje się hodowlą kóz i bydła, słyną z wyjątkowych włosów zaplecionych w warkoczyki, które w zależności od wieku i stanu cywilnego tworzą różne fryzury, jak i używania mieszanki czerwonej ochry i tłuszczu zwierzęcego, którą wcierają co dzień w twarz, ciało, włosy i biżuterię. Mieszanka ta, zwana otijze, nadaje skórze niezwykle czerwony blask, co nawiązuje do koloru ziemi i jest uważane za ideał piękna w tej kulturze. Jednakże, jak zauważają badacze, jest to także ważna dla zachowania zdrowia ochrona skóry przed promieniami słonecznymi.

## Starożytny Egipt

Kosmetyki w starożytnym Egipcie były bardzo ważnym elementem higieny oraz ozdoby. Z uwagi na niesprzyjający klimat stosowano olejki i kremy, w celu ochrony się przez promieniowaniem słonecznym oraz wiatrem wysuszającym skórę. W celach ozdobnych malowano głównie skórę oraz włosy przy użyciu takich barwników, jak henna (barwnik pochodzący z liści i pędów lawsonii bezbronnej), kohol (proszek antymonowy, zrobiony najprawdopodobniej z galenitu, siarczanu ołowiu, malachitu, rozdrobnionego siarczku antymonu i węgla drzewnego lub sadzy). Ze względu na swoją barwę, proszek antymonowy służył do malowania i wydłużania brwi, a ponadto uważano, że może on pozytywnie wpływać na wzrok. Często używanymi składnikami kosmetyków (oraz płynów do balsamowania zmarłych) były mirra (żywica otrzymywana z balsamowca mirry), majeranek, róże, rozmaryn, tymianek, mięta oraz olejek z oliwy lub migdałowca. Egipcjanie przywiązywali ogromną wagę do higieny, o czym chociażby świadczy obecność łaźniek w domach bardziej zamożnych obywateli. Zamiast mydła używano oleju roślinnego lub zwierzęcego zmieszanego ze sproszkowanym wapnem palonym oraz odpowiednim dodatkiem zapachowym. W starożytnym Egipcie od ok. 2500 lat p.n.e. przemysł perfumeryjny stał się swojego rodzaju sztuką znaną tylko wybranym. Wiadomo, że z pewnością perfumy produkowane były w świątyni mieszczącej się w mieście Dendera, na co wskazują płaskorzeźby obrazujące proces ekstrakcji

oraz destylacji odpowiednich olejków. Interesujące jest, że dla Egipcjan perfumy były ważnym elementem wiary, uważano bowiem, że tylko idealnie pachnąca osoba może dostąpić zaszczytu przyjęcia przez bogów<sup>49</sup>. Do dzisiaj Egipt uważany jest za kolebkę makijażu.

Intensywny makijaż oczu służył Egipcjankom nie tylko do dodania sobie urody, lecz także miał znaczenie prozdrowotne.

Poza henną używano pałeczek z węgla, który chronił oczy przed kurzem, słońcem, a nawet owadami. Innym popularnym kolorem stosowanym do malowania kreski była zieleń wytwarzana z malachitu (zielonej rudy miedzi). W tym samym czasie w krajach arabskich korzystano z proszku antymonowego, inaczej nazywanego kajalem<sup>50</sup>. Aktualnie wiadomo, że jest to naturalny minerał chroniący gałkę oczną przed piaskiem.

Najważniejszymi kolorami była biel, czerni i czerwień. W starożytności modny był też kolor zielony, który uzyskiwano z malachitu lub rudy. To właśnie ze starożytnego Egiptu pochodzą najbardziej wyrafinowane przykłady barwników do twarzy i kosmetyków – datowanych na kilka tysięcy lat p.n.e. Egipcjanie poza tym, że uwielbiali makijaż, byli zdolnymi chemikami i tworzyli mieszanki różnych substancji używanych do produkcji kosmetyków.

Odważnie stosowali czerwień. Malowali usta na jaskrawe kolory sztyftem będącym prototypową szminką, wykonanym z mieszanki z czerwonej glinki, malachitu, ochry<sup>51</sup> i tłuszczu zwierzęcego. Przez stulecia kobiety do barwienia ust wykorzystywały też owoce leśne. Egipcjanki malowały usta nie tylko na kolor wyraziście czerwony, ale i ciemnogrnatowy. W ten sposób starały się też ukryć efekty starzenia. Czerwony jako kolor młodości i namiętności wykorzystywany był nie tylko przez kobiety najbogatsze. Wiejskie kobiety często korzystały z takich barwników, jak... buraki czy truskawki. Bywało, że biedniejsze kobiety wytwarzały róż na własny użytek z czerwonej glinki. Najpierw wydobywały ją z ziemi i dokładnie myły, by oczyścić z piasku, a gdy nieco wyschła na słońcu, nakładały na skórę.

Moda na makijaż z użyciem intensywnej czerwieni wróciła w latach 60. XX w., a fascynacja tym kolorem trwa do dzisiaj.

Róż, wytworzony z tych samych składników i prawdopodobnie zmieszany z woskiem lub żywicą, był też nakładany na policzki, nadając im czerwony, lakierowy połysk.

---

49 [http://supra.home.amu.edu.pl/files/monographs/kosmetyki\\_-\\_chemia\\_dla\\_ciala.pdf](http://supra.home.amu.edu.pl/files/monographs/kosmetyki_-_chemia_dla_ciala.pdf) [dostęp: 14.03.2021].

50 <https://www.poradnikzdrowie.pl/uroda/makijaz/kajal-i-kohl-arabski-jakie-maja-wlasciwosci-jak-zrobic-makijaz-kajalem-aa-UUej-3Brf-iN4B.html> [dostęp: 14.03.2021].

51 „Ochra (stgr. *ὄχρα* *ōchra*, z *ὄχρος* *ōchrós* – żółty, błady) – rodzaj pelitycznej zwietrzliny skał i ilów bogatych w związki żelaza, wykorzystywany jako naturalny, nieorganiczny pigment o barwie od żółtej do brązowej”, <http://archeopasja.pl/2011/10/16/pracownia-produkcji-ochry-sprzed-100-tyslat-z-jaskini-blombos/> [dostęp: 14.03.2021].

Ich jaskrawość była równoważona przez świetlisty szmaragdowozielony cień do powiek oraz czarne kreski często też namalowane kohlem<sup>52</sup>.

Już od starożytności można zauważyć, że swoboda, z jaką kobiety malowały się, była ściśle powiązana z wolnościami i prawami, jakim cieszyły się na swoim terenie, w danym momencie historii.

W porównaniu z późniejszymi wiekami, kiedy kobiety traciły prawa i były spychane do roli podrzędnej, kobiety w starożytnym Egipcie cieszyły się sporą wolnością. Mogły posiadać i dziedziczyć ziemię i nieruchomości (jeden z wczesnych dokumentów, zwany Papirusem Wilboura, wskazuje, że 10-11% właścicieli ziemskich stanowiły kobiety), mogły prowadzić własne biznesy, a nawet wszczynać postępowania przeciwko mężczyznom. Wiele kobiet, choć jednak z niższych warstw społecznych zatrudniało się do prac fizycznych. Ta wolność kobiet i ich role społeczne oraz wolność od uprzedzeń prawdopodobnie były jedną z przyczyn śmiałego eksperymentowania z makijażem.

W Iranie, w mieście Shahdad, odkryto najstarsze, bo sprzed epoki brązu (sprzed ok. 3400 r. p.n.e.) najwcześniejsze ślady używania czerwieni, a w każdym z odkrytych grobowców znaleziono także naczynia z białym pudrem. W odkrytych ostatnio grobach irańskich kobiet z IV i V w. znaleziono róż i bawełniany wacik do jego nakładania. Róż, nazywany tam surkhab, ghazah lub gulgunah, wytwarzano ze sproszkowanego hematytu lub czerwonego marmuru, a nawet ze zwykłej czerwonej ziemi, do której dodawano naturalny czerwony barwnik, jak runas, czyli barwnik z marzany barwierskiej.

Kolor czerwony w wielu kulturach świata zarezerwowany był dla członków rodziny królewskiej. Dotyczyło to przede wszystkim koloru ubrania czy też koloru paznokci. Podobno ulubionym kolorem manicure Kleopatry była rdzawa czerwień, a Nefretete – rubinowy.

## Moda na błądź skóry

Pomimo chętnie używanego różu, od czasów pradawnych kobietom zależało na najjaśniejszej cerze. Był to symbol zamożności i dobrego pochodzenia, gdyż kobiety z ludu, pracując na zewnątrz domów, miały opalone twarze. By błądź twarzy była najbardziej

---

52 Kohl czasem bywa utożsamiany z kajalem: „Kohl – słowo pochodzi z języka arabskiego. [...] to cudowna mieszanka ziół i innych składników cennych dla oka w postaci czarnego proszku. [...] Jest naturalnym czernidłem do oczu. Daje ulgę i orzeźwienie zmęczonym oczom. [...] Dodatkowo powoduje obkurczenie naczynek krwionośnych w oku, dzięki czemu wybiela białkówki. Nasze spojrzenie wyda się bardziej magiczne i niezwykle niż przy makijażu zwykłą, czarną kredką. Kohl jest stosowany do oczu przez kobiety na całym świecie, szczególnie w krajach arabskich i Indiach. Kohle są znane jako dziedzictwo starożytnych cywilizacji, które używały ich do ukojenia, oczyszczenia oczu [...]. Współczesne badania wykazały, że kohl naturalnie chroni oczy przed promieniowaniem UV. Stosowanie produktu kohl w proszku zabezpiecza oczy przed kurzem i bakteriami, ponieważ kohl ma działanie ściągające, adsorpcyjne”, <https://www.casablanca.sklep.pl/kohl-czarny-hashmi-aswad-w-proszku-p-124.html> [dostęp: 17.02.2021].

wyrazista, Egipcjanki stosowały krwiouputy, używając do tego celu pijawek. Innymi wybielaczami stosowanymi w starożytnych cywilizacjach był biały ołów i kreda.

Rzęsy farbowano już w starożytności. Aby usztywnić oraz uwydatnić kolor i gęstość rzęs, starożytne Egipcjanki stosowały mieszaninę sadzy, oliwy i białka. Pomysł został potem przejęty przez Greczynki i rozpowszechniony w kulturze śródziemnomorskiej.

## Starożytna Grecja i Rzym

W starożytnej Grecji już od IV w. p.n.e. kobiety stosowały róż. Uzyskiwany był za pomocą olejów czy spirytusu z wielu naturalnych składników jak wodorosty czy paedros, czyli korzeń podobny do alkanny barwierskiej, uprawianej w środkowej i południowej Europie jedynie dla zawartego w nim barwnika. W późniejszych czasach do malowania rumieńców używany był czerwony barwnik zwany cynobrowym. Uzyskiwano go ze sproszkowanego cynobru, który pochodził z czerwonego siarczku rtęci. Barwnik ten, podobnie jak wszystkie pochodne rtęci, przy dłuższym stosowaniu okazał się trujący.

Wprawdzie w Grecji kobiety stosowały makijaż, ale gdy był zbyt wyrazisty i rzucał się w oczy, był źle postrzegany, szczególnie przez mężczyzn z elit. Ich bowiem zdaniem, głównym zadaniem kobiety jest bycie cnotliwą i zajmowanie się jedynie prowadzeniem domu. Jak twierdził grecki filozof Arystoteles, „tak jest również z rodzajem męskim i żeńskim, z których pierwszy jest z natury silniejszy, a drugi słabszy; toteż ten panuje, a tamten mu podlega”<sup>53</sup>.

Kobiety żyjące w Atenach doświadczały najwięcej ograniczeń i kontroli – były wykluczane z życia politycznego toczącego się w mieście, zachęcane do siedzenia w domu. Od VI do IV w. p.n.e. wyłączono je z posiadania własności, z polityki, prawa i wojny. Musiały przebywać pod nadzorem krewnego płci męskiej, który decydował, kiedy i kogo mają poślubić. Istniał nawet państwowy urząd, który regulował publiczne zachowania kobiet. Każdy aspekt kobiecego życia był monitorowany i osądzany, nic więc dziwnego, że makijaż mógł wzbudzać kontrowersje.

Wyjątkiem od reguły były hetery czy kurtyzany, które nosiły mocny makijaż i miały znacznie więcej praw. Pozwalano im brać udział w sympozjonach i posługiwać się pieniędzmi. Co ciekawe, ten model, dający kurtyzanom i prostytutkom więcej praw i większą władzę niż pozostałym kobietom (co oznaczało także przyzwolenie na więcej makijażu), powtarzał się na przestrzeni wieków.

Grecki kronikarz Ksenofont w dziele *Ekonomik*, dialogu o zarządzaniu gospodarstwem domowym, jasno wyraża opinię, jakoby użycie różu było nieuczciwe, gdyż daje mylne wyobrażenie o naturalnym wyglądzie kobiety: „Czyż tedy, rzekłem, wydam ci się godniejszym miłości współtowarzyszem, kiedy starać się będę przedstawiać ci ciało swoje w zdrowiu i sile troskliwie zachowane, i gdy dla tego rzeczywiście czerstwo wyglądać będę; czy też, kiedy smarując się różem i podmaszczając oczy farbą męską (płec męską naśladowującą), omamiam cię będę, obcując z tobą, i dając ci patrzeć i dotykać się różu miasto skóry mojej?”<sup>54</sup>.

53 Arystoteles, *Polityka*, tłum. L. Piotrowicz, [w:] idem, *Dzieła wszystkie*, t. I, Warszawa 2003.

54 L. Eldridge, *Historia makijażu*, Społeczny Instytut Wydawniczy „Znak”, Kraków 2017.

Kobiety w starożytnej Grecji nie miały zatem prawa głosu. Wszystkie teksty na temat makijażu tworzyli mężczyźni. Zadziwia liczba pozostawionych dzieł dotyczących tego tematu – o kosmetykach mowa jest w wierszach, w prozie czy listach. Do znanych dzieł o tej tematyce należą opisy technik malowania twarzy sporządzone przez Ksenofonta.

Ciekawostką jest, że słynny grecki filozof Sokrates był zdecydowanym przeciwnikiem stosowania perfum, gdyż uważał, że używane powszechnie mogą zacierać granice pomiędzy brzydko pachnącymi niewolnikami a ładnie pachnącymi wolnymi ludźmi.

Kobiety wierzyły, że ołów (stosowany jako jeden ze składników do podkreślania oczu) ma właściwości lecznicze – miał pomagać pozbyć się infekcji, takich jak zapalenie spojówek. Proszek antymonowy<sup>55</sup> popularny był także w starożytnej Grecji i Rzymie. Wierzono tam, że chroni kobiety przed demonami chcącymi uszkodzić ich wzrok.

W Rzymie makijaż stał się powszechny wśród wszystkich warstw społecznych – nosiły go również niewolnice. Starożytni Rzymianie, także kobiety, aby utrzymać ciała doskonale białe, używali kredy, ale i... farby, które uzyskiwano z węglań ołowiu połączonego z mąką owsianą. Stosowano też maseczki z miodu, nasion, octu, białego ołowiu (hydroksowęglań ołowiu) czy mirry.

By wygładzić zmarszczki, stosowano osłe mleko, gumę arabską czy łabędzi tłuszcz. W wyobrażeniu nie tylko Rzymian różowe policzki kontrastujące z jasną karnacją były oznaką dobrego zdrowia. W tym celu najczęściej stosowano purpurę tyryńską, wyciąg z morszczyńców, czerwoną kredę, cynober (siarczek rtęci (II)) oraz czerwony ołów (tlenek ołowiu). Już wtedy wiedziano, że dwa ostatnie barwniki są toksyczne, ale nie ograniczało to ich używania. Podobnie jak w starożytnym Egipcie jako tuszu do rzęs stosowano najczęściej proszek antymonowy, a jako cienia do powiek – sproszkowanego malachitu (uzyskując barwę zieloną) oraz azurytu (uzyskując barwę niebieską). Głównym składnikiem obu tych minerałów jest hydroksowęglań miedzi<sup>56</sup>.

W poemacie rzymskiego poety Owidiusza (właściwie Publiusz Owidiusz Nazo – 43 r. p.n.e. – ok. 18 r. n.e.) pt. *Sztuka kochania*, starożytnym podręczniku dla zakochanych, znalazły się, oprócz do dziś aktualnych porad na temat związków, wskazówki dotyczące pielęgnacji kobiecej urody akceptujące makijaż. Poeta pisze: „Jesteś zbyt błada? Uróżuj wybladłe policzki twoje”<sup>57</sup>.

Wśród substancji naturalnych wymienia płatki róży i maku jako składniki różu. Cenne są opisy receptur specyfików służących do pielęgnacji zawarte w jego dydaktycznym utworze *Medicamina Faciei Femineae* (*O kosmetyce twarzy pań*).

55 WHO – Światowa Organizacja Zdrowia, określiła antymon (Sb) jako substancję toksyczną i niebezpieczną dla ludzkiego zdrowia, gdy stężenie w próbce wody przekracza 20 mikrogramów/L. Regulacje amerykańskie i japońskie zalecają jeszcze niższe stężenie antymonu w wodzie – 6 mikrogramów/L (USA) i 2 mikrogramy/L (Japonia), <http://laboratoria.net/pdf/?get=L3BsL2FrdHVhbG5vY2NpL19pdGVtLDQ1MzUscHJpbmQsMSxwZGYsMS5odG1s> [dostęp: 14.03.2021].

56 [http://supra.home.amu.edu.pl/files/monographs/kosmetyki\\_-\\_chemia\\_dla\\_ciala.pdf](http://supra.home.amu.edu.pl/files/monographs/kosmetyki_-_chemia_dla_ciala.pdf) [dostęp: 14.03.2021].

57 Owidiusz, *Sztuka kochania*, <https://wolnelektury.pl/media/book/pdf/sztuka-kochania.pdf> [dostęp: 26.05.2021].



Na tym tle opisy rzymskiego pisarza Pliniusza Starszego (23 r. n.e. – 79 r. n.e.) pozostają zadziwiające, gdyż podaje on, że w skład kosmetyków wchodziły mysie odchody i mózg sowy.

Mimo nieufności i krytyki, z jaką podchodzono do kosmetyków, stanowiły one część życia codziennego i w czasach rzymskich były ogólnodostępne. Warto dodać, że już od dwóch tysięcy lat kobiety stosują kosmetyki maskujące wypryski. Rzymianki wykorzystywały w tym celu puder na bazie jęczmienia i masła.

Archeolodzy odnaleźli całą masę pojemników na makijaż (zwanymi *pyxides*), w których znajdowały się specyfiki od prostych, wykonanych z niedroгих materiałów, jak drewno czy szkło (te należały do klasy niższej), po naczynia bardziej ozdobne, zrobione z metali szlachetnych (należące do bogatych i dobrze urodzonych).

Pozwala to przypuszczać, że makijaż nie był luksusem; nosiły go wszystkie kobiety, bogate i biedne. Zachowane liczne anegdoty dotyczące makijażu, a także ślady w rzymskiej literaturze, sztuce i rzeźbie umożliwiają poznanie życia codziennego i roli kobiet w ówczesnym społeczeństwie.

Postawa Rzymian (mężczyzn) wobec makijażu była, podobnie jak w starożytnej Grecji, raczej negatywna. Malowanie się stanowiło przedmiot ostrej krytyki i temat satyr.

Kolejnym po pismach starożytnych ważnym tekstem o makijażu była XII-wieczna *Trotula*, czyli trzy księgi napisane w Salerno, które dotyczą kobiecej medycyny. Jeden z rozdziałów – *O kosmetykach kobiecych* – jest poświęcony temu, jak zachować i poprawiać urodę. Z form używanych w tekście wynika, że fragment o kosmetykach został napisany przez mężczyznę, mimo że autorkami pozostałych części są kobiety. Tekst jest źródłem fascynującej wiedzy na temat ówczesnych miejscowych tradycji, m.in. dotyczącej różu zrobionego w Salerno: „Salernitańskie kobiety wkładały korzeń przestępu czerwonego i białego do miodu, i tymże miodem mazały sobie twarze, co nadawało im wspaniały rumieniec”<sup>58</sup>.

Produkowano też wówczas kremy nawilżające, kohle, róże do ust i na policzki, a nawet farby do malowania paznokci.

## Indie, Chiny, Japonia

Przez stulecia do barwienia oczu kobiety używały również zapałek. W Indiach prostytutki, szczególnie z wyższych sfer, tzw. ganiki, wykorzystywały krokosz barwierski nie tylko do malowania ust, ale i kącików oczu. Do zaznaczania brwi używany był także proszek antymonowy czy spalone zapałki. W niektórych kulturach (m.in. w Chinach czy Japonii) kobiety goliły brwi i same rysowały łuk nad oczami wyżej niż naturalne brwi.

---

<sup>58</sup> A. Głosiuk, *Dbłość o urodę kobiet na podstawie traktatów Metrodory z Bizancjum i Trotuli z Salerno*, <http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-97ffe361-75a8-47b4-bf42-aff592fcf8b4> [dostęp: 15.02.2021].

Natomiast z kwiatów, a konkretnie z krokosza barwierskiego z rodziny astrowatych robiły użytek gejsze w Japonii. Miażdżyły płatki tej jednorocznej rośliny i nakładały na usta.

W Japonii już w drugiej połowie VI w. zaczęto sprowadzać kosmetyki z Chin i Półwyspu Koreańskiego. Kobiety uważały, że róż znakomicie podkreśla... oczy i nos<sup>59</sup>.

Starożytnych Chińczyków uważa się też za wynalazców ok. 3000 lat p.n.e. lakiery do paznokci. Przyrządzano go z gumy arabskiej, białka jaj, żelatyny oraz wosku pszczelego, czasem dodając mieszaniny ałunów z utartymi płatkami róż i storczyków. W zależności od składu „lakiery” te po zaschnięciu barwiły paznokcie na kolory od różowego po czerwony. Ponadto członkowie bogatych rodów często decydowali się na przyozdabianie swoich paznokci przy pomocy srebra albo złota<sup>60</sup>.

## Europa od średniowiecza do współczesności

W XIII w. we Włoszech czerwona pomadka była symbolem przynależności do wyższej klasy społecznej. Kobiety, które malowały usta, manifestowały w ten sposób, że stać je na ten drogi wówczas makijaż. Dawniej, odwrotnie niż w czasach współczesnych, kobietom zależało na jak najjaśniejszej cerze, stanowiła ona bowiem symbol zamożności i dobrego pochodzenia: tylko kobiety z niższych klas społecznych pracowały na dworze, wskutek czego ich twarz była opalona. By osiągnąć efekt porcelanowej cery, sięgano po najrozmaitsze sposoby – w średniowieczu Angielki używały w celu uzyskania śnieżnobiałej cery białka od jajek.

Podczas gdy w większości kultur czasów starożytnych makijaż był popularny i raczej traktowany jako zabieg normalny, to już w średniowieczu nawet zbyt częste mycie się, nie wspominając o innych zabiegach pielęgnacyjnych, a tym bardziej o makijażu, postrzegane jako uleganie próżności, było grzechem.

Natomiast w XVI w., w renesansie – po kolejnej wielkiej fali dżumy, zwanej czarną śmiercią – zamiast mydła stosowano perfumy i różne kosmetyki. Kobiety celowo się raniły, by upuścić sobie nieco krwi i uzyskać wymarzoną błądź. W tym czasie we Włoszech panie malowały twarze ołowiem, być może nie zdając sobie nawet sprawy z jego negatywnego wpływu na zdrowie. Używały także pudru, którego składnikiem był arsenik, o którego śmiertelnym działaniu wiedzano już od prawieków.

Aqua Toffana – to nazwa pudru stworzonego w tamtym czasie przez Signorę Toffana dla bogatych kobiet. W pudełeczku znajdowało się zaproszenie do Signory w celu dokładnego zapoznania się z prawidłowym użyciem kosmetyku. Podczas wizyty twórczyni pudru radziła nakładać go

---

59 <https://docplayer.pl/194606750-Face-paint-lisa-eldridge-historia-makijazu-beata-zandman-przeklad.html> [dostęp: 15.02.2021].

60 [http://supra.home.amu.edu.pl/files/monographs/kosmetyki\\_-\\_chemia\\_dla\\_ciala.pdf](http://supra.home.amu.edu.pl/files/monographs/kosmetyki_-_chemia_dla_ciala.pdf) [dostęp: 14.03.2021].



na policzki, gdy w pobliżu znajduje się mąż. Na skutek tego zabiegu „upiększającego” zmarło 600 mężczyzn i wiele zamożnych kobiet, a Toffana ostatecznie poddana została egzekucji<sup>61</sup>.

Współczesną opowieść o tej słynnej trucicielce można obejrzeć na YouTube<sup>62</sup>.

Jednak nie tylko puder z arsenikiem był niebezpieczny. By uzyskać jasną cerę, kobiety używały innych szkodliwych substancji: poza białym ołowiem także rtęć. Te substancje nie tylko powodowały problemy ze skórą, ale prowadziły też do utraty włosów, chorób żołądka i drgawek. Niekiedy ich stosowanie groziło nawet śmiercią.

Portrety z końca XVI w. sugerują, że kobiety podążające za modą oraz szlachetnie urodzone nakładały róż na kości policzkowe tak, by tworzył on kształt odwróconego trójkąta. Mimo że na obrazach tworzy to gładką i spójną całość, jednak prawdopodobnie w rzeczywistości wyglądało to ostrzej i jaskrawiej.

Za wzór pielęgnacji przy pomocy szkodliwych kosmetyków uchodziła angielska królowa Elżbieta I Tudor (1533-1603), panująca w drugiej połowie XVI w., która wprowadziła modę na biel twarzy z odcieniem ołowiu, zwaną też wenecką. Zapewniająca ją „kosmetyk” stosowano też w celu maskowania blizn powstałych w wyniku przebytej ospy. Początkowo używano mieszaniny ałunu (naturalne związki glinowo-potasowe z domieszką innych minerałów) i bieli cynkowej oraz innych wykonanych m.in. z talku czy kurzego białka. Biel wenecką wytwarzano z ołowiu i kwasu octowego. Środki te były bardzo szkodliwe dla zdrowia – nie tylko osłabiały, ale też stosowane regularnie podtruwały organizm, prowadząc m.in. do utraty włosów, zębów, problemów związanych z bezpłodnością i uszkodzeń narządów wewnętrznych. Demakijaż również nie był zbyt bezpieczny – królowa Elżbieta stosowała w tym celu roztwory zawierające rtęć, które pozostawiały „idealnie gładką twarz”, a silne kwasy prawdopodobnie wręcz wypalały naskórek władczyń.

Na dworze Elżbiety I stosowano też barwniki do ust i czernidła do rzęs, które zawierały związki rtęci. Pomimo tego, że były wytwarzane na bazie naturalnego wosku pszczelego, czerwonych barwników takich jak algi, koszenila (wysuszone i zmielone owady czerwcowe) i ochry – dodawano do nich minerał zawierający rtęć, tzw. cynober, z którego była ona wchłaniana poprzez drogi oddechowe i podtruwała organizm. Rtęć poza ogólnym osłabieniem pogarszała funkcjonowanie nerek, układu nerwowego, a w przypadku używania kosmetyków przez ciężarne wpływała negatywnie na zdrowie i rozwój płodu.

Nie były to jedyne trucizny używane w kosmetykach czasu Elżbiety I. Podobnie jak w czasach starożytnych kobiety nadal chciały mieć „głębokie spojrzenie”. Czernidła do rzęs również zawierały związki rtęci i używanego w alchemii specyfiku uzyskiwanego na bazie sproszkowanego antymonu. Antymon to metal, stosowany w starożytności przez alchemików podczas prób wytworzenia złota. Aby spojrzenie było jeszcze głębsze,

61 M. Dash, *Toxicology in the Middle Ages and Renaissance*, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128095546000068> [dostęp: 26.05.2021].

62 <https://www.youtube.com/watch?v=j2OAI3LJ1GM> [dostęp: 14.03.2021].

kobiety czasów elżbietańskich poszerzały sobie również źrenice. Do tego celu służył wyciąg z wilczej jagody zawierający belladonnę, którego nadużywanie powodowało niekontrolowane napady szału, halucynacje, a nawet utratę wzroku<sup>63</sup>.

We Francji w XVIII w. szminka stała się najnowszą europejską modą. Kobieta o czerwonych ustach była postrzegana jako zdrowa i o radosnym usposobieniu.

W XIX w. królowa Wiktorja (1819-1901), panująca w Anglii aż 66 lat, jednoznacznie potępiła makijaż. Twierdziła, że kojarzy się on z prostytutkami oraz życiem w grzechu próżności. W tym czasie akceptowano jedynie wymalowane w czasie występów artystycznych aktorki. Jednak kobiety, szczególnie te z wyższych sfer, używały makijażu, choć nie były to czerwone pomadki, ale jasne pomady zawierające czasem dodatek niewielkiej ilości pigmentu – co dodawało ustom jedynie blasku, a czasem delikatnego różu.

Pomimo że już w 508 r. n.e. wynaleziono w Chinach zapalki, zwane „ognistym patykiem”, które składały się z patyka sosnowego z główką z siarki, to pomysł wprowadzono w Europie dopiero w XIX w. na równi z używanym dawniej proszkiem antymonowym. Służył nie tylko do barwienia powiek czy rysowania brwi, ale także do przyciemniania rzęs. W XIX w. w Anglii kobiety wcierały w rzęsy olejek rycynowy, a nierzadko – by dodać oczom blasku, tak jak w poprzednich epokach, choć dobrze znając jej toksyczne działanie – zażywały belladonnę. Nieco łagodniejszą formą wydobywania głębi spojrzenia było w epoce wiktoriańskiej wkrapianie do oczu cytryny. Co ciekawe, na krótko przed tym, jak Wiktorja zakazała makijażu, na dworze francuskim szminka przeżywała swoje odrodzenie. Stosowanie czerwonego barwnika – wzorem mody XVIII-wiecznej – miało podkreślić radosny nastrój kobiety oraz jej młodość.

Po rządach królowej Wiktorji makijaż w XX-wiecznej już Anglii stopniowo i powoli wracał do łask. Kobiety coraz chętniej zaczynały podkreślać swoją urodę. Jednak w społeczeństwie stale utrzymywały się przekonania epoki wiktoriańskiej, a intensywny makijaż nadal kojarzył się z grzechem. Róż nakładany na policzki był więc w naturalnych kolorach i subtelnie zaznaczał rysy. Z czasem wyzwolone kobiety zaczęły manifestować swoją wolność i prawo do wyrażania siebie i wkrótce czerwona pomadka stała się niemal nieodzownym atrybutem płci pięknej.

Wiktoriańskie rozumienie intensywnego makijażu utrzymało się aż do ok. 1920 r., kiedy zaczęła się masowa produkcja kosmetyków. Moda na bladą cerę minęła dopiero w latach 20. XX w., kiedy opaleniznę zaczęła promować Coco Chanel. Ta uboga dziewczyna wychowana w sierocińcu stała się światową kreatorką mody – uwolniła kobiety z XIX-wiecznych gorsetów utrudniających nie tylko poruszanie się, ale też oddychanie, kapeluszy z mnogością piór i ciężkich zdobnych kreacji, wprowadzając styl lekki, czasami chłopięcy, luz, swobodę i naturalność.

---

63 <http://rewolucjakulturalna.pl/historia-makijazu/> [dostęp: 5.03.2021].

100 lat temu kobiety zaczęły nakładać na rzęsy krople gorącego wosku czy wazelinę, co stało się nieśmiałym początkiem tzw. sztucznych rzęs. W 1860 r. francuski przedsiębiorca Eugene Rimmel ze sproszkowanego węgla rozcieńczonego zwykłą wodą, który nakładało się szczoteczką, dokonał pierwszej próby stworzenia maskary. Pochodzące od jego nazwiska określenie tuszu do rzęs „rimmel” stało się popularne i jest powtarzane w wielu językach do dziś. Jednakże prawdziwy tusz do rzęs (maskara) powstał w 1913 r. Z pomysłem tym wiąże się romantyczna historia. Otóż chemik, Thomas Lyle Williams, widząc cierpienie siostry o imieniu Mayebell, porzuconej przez narzeczonego, postanowił sprawić, by jej spojrzenie nabrało głębi, tajemniczości i uroku nowości. Po zmieszaniu wazeliny z pyłem węglowym uzyskał utrzymującą się dłużej na rzęsach substancję i ofiarował siostrze. Efekt był natychmiastowy i znakomity, bo ów narzeczony odkrył dziewczynę na nowo i zafascynowany wkrótce się oświadczył – niebawem szczęśliwa para stanęła na ślubnym kobiercu. W 1915 r. Williams założył firmę Maybelline. Jej nazwa pochodzi od zdrobnienia imienia siostry chemika (Maybel) i części słowa „wazelina” (*vaseline*), a tusz do rzęs znany jest do dziś jako Maybelline<sup>64</sup>.

W połowie XX w. obok mody na opaleniznę pojawił się makijaż często dopasowywany do stroju barwą i stylem. Bywał wyrazisty albo bardziej naturalny.

Coraz częściej stosowano kolory na powiece, podkreślano brwi i oczywiście stosowano czerwoną szminkę. W latach 60. powrócił styl egipski, a styl lat 80. to okres, który obfitował w kolory. Kobiety używały głównie perłowych cieni. Lata 90-te związane były z rozwojem muzyki rockowej i popu. Jak w latach 60. XX w. kobiety podzielone były między urodą i makijażem Audrey Hepburn i Marilyn Monroe, tak w latach 90. XX w. kobiety malowały się albo w stylu rockowym, albo w stylu pop<sup>65</sup>.

Mocny, wyrazisty makijaż powinien być dostosowany do typu urody. Do rozpowszechnienia wiedzy dotyczącej pielęgnowania ciała i urody od początku XXI w. przyczyniają się blogerki – profesjonalistki zajmujące się tym problemem oraz testerki produktów przeznaczonych do makijażu twarzy i ciała. Obecnie nie do pomyslenia jest stosowanie niedozwolonych, szkodliwych dla zdrowia środków, a informacja o złej jakości produktów obiega świat w ciągu kilku dni, coraz większą popularnością cieszą się kosmetyki naturalne. Najlepiej, jeśli nie były one testowane na zwierzętach – jedną z wielkich współczesnych kontrowersji jest właśnie fakt wykorzystywania zwierząt do testowania nowych produktów przez wielkie koncerny kosmetyczne. Konsumentom są również bardziej świadomi w kwestii jakości używanych produktów. Wartością historii makijażu jest więc nie wzbudzenie kontrowersji, ale wyciągnięcie odpowiednich wniosków przez twórców rynku beauty na całym świecie<sup>66</sup>.

---

64 <https://kobieta.wp.pl/kontrowersyjna-historia-makijazu-5982673008178305a> [dostęp: 5.03.2021].

65 <http://rewolucjakulturalna.pl/historia-makijazu/> [dostęp: 5.03.2021].

66 *Ibidem*.

## MODYFIKACJA UŻĘBIENIA

### Biały uśmiech

Znaczenie higieny jamy ustnej było znane od bardzo dawna. Niewątpliwie zauważano także urodę ładnego uśmiechu, szczególnie w czasach, gdy powszechna była próchnica, która w pewien jednak sposób samoistnie modyfikowała uzębienie i wygląd całego człowieka.

Od tysięcy lat czyszczono więc zęby, zwykle z użyciem naturalnych środków. Pierwszymi szczoteczkami do zębów były gałązki. Potwierdziły to odkrycia kultury higieny ludności żyjącej w Babilonie 3500 lat p.n.e.

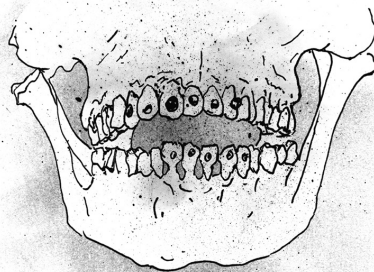
W Chinach i Japonii już 1600 lat p.n.e. także używano gałązek drzew i krzewów. Spełniały one podwójną funkcję – jeden koniec takiej gałązki służył jako szczoteczka do zębów, drugi był używany jako wykałaczka. Gałązki te pochodziły najczęściej z aromatycznych drzew, więc ich dodatkową funkcją było odświeżanie oddechu. Najczęściej używano gałązek drzewa herbacianego, arakowego, melii indyjskiej i orzecha włoskiego.

Starożytni Grecy i mieszkańcy Rzymu też używali gałązek. Do dziś ludność afrykańska zamieszkująca tereny na południe od Sahary, a także mieszkańcy Senegalu stosują „patyk” do żucia.

W pozostałych krajach do mycia zębów służyły palce, gałązki, a nawet kości zwierząt. Przełomem stała się stworzona dopiero w 1870 r. pierwsza szczoteczka do zębów – zbliżona kształtem do współczesnej, pomysłu Williama Addisa. Początkowo używano włosów konia lub dzika.

Współcześnie nadal produkuje się gałązki do czyszczenia zębów, zwykle z drzewa arakowego, nazywane „miswakiem”. Używany był on już przed naszą erą przez Babilończyków czy Japończyków, a obecnie jest bardzo popularny wśród ludności Azji (Indie, Irak, Arabia Saudyjska i Pakistan) i Afryki (Nigeria, Kenia, Tanzania, Zair, Uganda, Etiopia, Ghana, Jemen, Senegal, Sudan).

Ten naturalny sposób czyszczenia zębów jest alternatywą dla szczoteczek zalecanych przez Światową Organizację Zdrowia. Staje się też coraz popularniejszy w Europie.



Ponadto ekstrakty z drzewa arakowego są wykorzystywane w higienie jamy ustnej, gdyż jednoznacznie udowodniono ich właściwości przeciwbakteryjne<sup>67</sup>.

Już w starożytnym Egipcie i Grecji znane były pasty do zębów. W ich skład wchodziły zioła, miód i suszone części zwierząt. Starożytni Persowie i Rzymianie używali w tym celu drobno zmielonego poroża zwierząt lub muszli ślimaków, mieszając je z ludzkim moczem, gdyż już wtedy zauważano jego działanie przeciwbakteryjne; aby zminimalizować nieprzyjemny zapach, dodawano odrobiny mięty i ziół.

Pierwszą firmą, która rozpoczęła sprzedaż pasty do zębów, była amerykańska Colgate & Company. Pasta była dostępna w szklanych słojach już od 1896 r., jednak do regularnej sprzedaży weszła dopiero w XX w.

Przemianę pięknych białych zębów w czarniawe kołki, które nie tylko sprawiały ból, ale pogarszały urodę, zauważano od prawników. Problemem tym zajmowali się uczeni, filozofowie i oczywiście lekarze.

Celsus, żyjący w II w. n.e. pisarz i filozof grecko-rzymski, uważał, że plamy próchnicowe należy zeskrobać, natrzeć chory ząb płatkami róży i przepłukać jamę ustną winem. Metoda ta używana była aż do XVIII w.

Guy de Chauliac, XIV-wieczny francuski lekarz, nazywany „ojcem chirurgii”, uważał, że ubytki próchnicowe należy wypełniać mastyksem i mirrą. Mastyks, zwany też „łzami Chios”, to miękka, aromatyczna żywica naturalna, pozyskiwana z balsamu wyciekającego z drzewa rosnącego w obszarze Morza Śródziemnego – pistacji kleistej (*Pistacia lentiscus*). Był używany jako środek zapobiegający dolegliwościom płucnym i dokuczliwym katarom. Mirra zaś, stosowana też w kadzidłach, miała właściwości rozgrzewające, pobudzające apetyt. Obecnie również dodaje się ją jako środek antyseptyczny w płynach do płukania ust i pastach do zębów oraz stosuje w profilaktyce i leczeniu chorób dziąseł<sup>68</sup>. Guy de Chauliac sformułował sześć głównych zasad dotyczących prawidłowych nawyków w zakresie higieny jamy ustnej, z których większość jest do dziś aktualna.

W XVII w. Cornelius Solingen zalecał wypalanie ubytków próchnicowych rozżarzoną sodą i wypełnianie ich złotem, srebrem lub ołowiem<sup>69</sup>.

Do zainteresowania tematem fluoru w profilaktyce próchnicy przyczynił się amerykański dentysta dr F. McKay, który zauważył u swoich pacjentów zmiany na szkliwie, określając je jako „szkliwo plamkowe”. Dopiero w latach 30. XX w. odkryto związek

---

67 A. Jurczak, D. Olczak-Kowalczyk, E. Bąk et al., *Próchnica zębów – od czasów starożytnych do współczesności*, „Borgis – Nowa Stomatologia” 2014, nr 4, s. 183-188, <http://www.czytelniamedyczna.pl/5054,prchnica-zblw-od-czaslw-starozytnych-do-wsplczesnoci.html> [dostęp: 13.02.2021].

68 J. Lawless, *The Encyclopedia of Essential Oils*, Harper Collins, Nowy Jork 2002, s. 135.  
69 Mirra – „wonna żywica otrzymywana z balsamowców Commiphora myrrha lub Commiphora gileadensis. Są to krzewy lub drzewa. Rosną głównie w południowej Afryce, Arabii i Indiach. Wypływająca substancja twardej przybierając postać ziarenek, które zmieniają kolor na brązowy lub czerwonożółty. Ziarenka te przy spalaniu wydają miły zapach. Jest znana od tysiącleci”, <https://apetline.pl/artykuly/mirra-kadzidlo-i-zloto-czym-sa-podarunki-od-trzech-kroli> [dostęp: 13.02.2021]; A. Jurczak, D. Olczak-Kowalczyk, E. Bąk et al., *op. cit.*

pomiędzy przyczyną tych zmian a zmniejszoną podatnością na próchnicę i obecnością dużej ilości fluoru w wodzie pitnej<sup>70</sup>.

Dbalością o stan uzębienia, ale także pewną jego modyfikacją – gdyż głównie wyrywaniem zębów, co wpływało na urodę, ale czasem ratowało życie – na przestrzeni wieków zajmowali się różni ludzie.

Zarówno na Starym Kontynencie, jak i w Stanach Zjednoczonych stomatologię uznano za odrębną dziedzinę nauki dopiero w XIX w.<sup>71</sup> Wcześniej leczeniem zębów zajmowali się lekarze ogólni lub osoby bez medycznego wykształcenia – m.in. kowale czy cyrulicy<sup>72</sup>. Na przestrzeni wieków zawód „wędrownego wyrywacza zębów” był bardzo popularnym zajęciem, dziedziczonym z ojca na syna.

W Egipcie i w Chinach mężczyźni, którzy chcieli zajmować się uzębieniem człowieka, musieli najpierw odbyć kilkuletni kurs i zakończyć go egzaminem, otrzymując tym samym odpowiednie uprawnienia. Pierwszym znanym stomatologiem był Hesi-Ra (Hesy-Ra). Wobec popularnego poglądu, że chory ząb należy usuwać jedynie palcami, wstępne przysposobienie do „zawodu” odbywało się w Chinach w ramach ćwiczeń z wyjmowaniem kołków wbitych w deskę, w Mezopotamii ćwiczone na zwłokach, a w Indiach na martwych zwierzętach.

## Uśmiech czarny

Moda na poczernianie zębów, jak dowodzą archeolodzy, rozpoczęła się co najmniej w VI w. n.e. Tradycja jest wyraźna w Japonii, Chinach, w Wietnamie, Laosie, na Filipinach czy Tajlandii, ale też na terenie licznych wysp Pacyfiku, a nawet na Madagaskarze.

W tych regionach białe wyszczerzone zęby były postrzegane jako oznaka dzikości, agresji, nieokrzesania – kojarzono je z barbarzyńcami czy zwierzętami. Czarne zęby były dowodem człowieczeństwa, a nie podszywającego się pod tę osobę złego ducha, gdyż w krajach Wschodu wiara w demony była szczególnie silna. Często barwienie zębów wiązano z ceremoniami przejścia np. w dorosłość, zawierania małżeństwa etc.

Najczęściej barwiono zęby roztworami z wykorzystaniem żelaza i octu, naparu herbaty, alkoholu połączonego z sokiem z cytryny czy substancją otrzymaną z wydzielin pluskwików. Na różnych wyspach stosowano pasty z palonej skorupy kokosa.

70 <https://www.medfile.pl/blog/garsc-ciekawostek-o-stomatologii> [dostęp: 13.02.2021].

71 *Ibidem*.

72 „balwierz [łac. *barbarius*], fryzjer, golibroda, który zajmował się goleniem, strzyżeniem, a także zabiegami felczerskimi, jak upusty krwi, wrywanie zębów; zawód balwierza wyodrębnił się w średniowieczu w wyniku oddzielenia się chirurgii od medycyny; w tym czasie lekarzami byli z reguły duchowni, ale zaczęła wówczas obowiązywać zasada, że duchownym nie wypada wykonywać krwawych zabiegów – stąd powstał świecki zawód cyrulika, który coraz częściej obok balwierstwa wykonywał również zabiegi chirurgiczne; w Polsce zawód uprawiany do końca XVIII w.”, <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/3873791> [dostęp: 13.02.2021].



Czarne barwienie zębów u ponad 80% ludności wietnamskiej zauważyli Francuzi w 1938 r. Obecnie czarny uśmiech widuje się tam rzadko, zwykle występuje u kobiet starszego pokolenia. Kiedyś oznaczało to, że dziewczyna już dojrzała i może wyjść za mąż. Rytuał barwienia zębów odbywał się wtedy, gdy już wyrosły wszystkie zęby stałe, po pierwszej miesiączce. W tym celu co drugi dzień przez tydzień aplikowano „lakier”. Przez ten czas dziewczęta mogły jedynie pić przez słomkę, pozostając bez pożywienia. Często zdarzały się bolesność i obrzęki śluzówki jamy ustnej. Dziś wiadomo, że wynikało to z używanego barwnika. Była to gumilaka uzyskiwana z wydzieliny pluskwiaka podobnego do mszycy – *Laccifer lacca*, zwanego też czerwcem lakowym. Dla produkcji skorupki ochronnej swoich larw wysysał on sok spod kory drzew zwanych szelakowymi lub lakowymi. Właśnie ów szelak służył jako barwnik<sup>73</sup>. Po rozcieńczeniu go sokiem z cytryny albo alkoholem ryżowym trzymano roztwór przez kilka dni w ciemności i potem nakładano na zęby. Reaguje on z opiłkami żelaza lub z żelazem z ałunu i tanninami, uzyskując niebiesko-czarną barwę i znaczną twardość.

Zwyczaj ten był wynikiem wiary w to, że białe zęby mają tylko barbarzyńcy, zwierzęta i demony. Likwidując tę naturalną biel, zapobiegano postrzeganiu dziewczyn jako złego ducha. Także w przypadku zwracania się do króla nie mógł on widzieć białych zębów np. mandarynów, więc ten w czasie rozmowy zasłaniał usta specjalną tabliczką. Zostało to zobrazowane w wielu wietnamskich świątyniach. Zwyczaj zasłaniania dłońią ust w czasie rozmowy przetrwał w wielu rejonach Dalekiego Wschodu.

W Japonii, w okresie Meiji, zwyczaj lakierowania zębów na czarno nosił nazwę ohaguro. Zachowano jego opisy pochodzące z III w. n.e. Do barwienia zębów używano roztworu żelaza w kwasie octowym, do którego dodawano taminę oraz sproszkowane żołądziejce, co zapewniało uzębieniu intensywny, czarny kolor. Podobnie jak we wspomnianych regionach śnieżnobiałe zęby kojarzono z agresywnością i instynktami zwierzęcymi. Tak jak w Wietnamie, zabieg powtarzano codziennie lub co kilka dni.

Jak się obecnie uważa, popularne niegdyś w całej Azji Południowo-Wschodniej lakierowanie zębów na czarno nie tylko oznaczało przeciwieństwo barbarzyńcy o białych zębach, ale służyło też szczególnie pojmowanej urodzie. Ciekawe jest też to, że jak wykazano – jednocześnie bardzo wyraźnie zapobiegało próchnicy zębów<sup>74</sup>.

## Uśmiech ze spiłowanymi zębami

Innym obyczajem, choć niewątpliwie bardzo niebezpiecznym dla zdrowia, było piłowanie zębów. Zwyczaj ten kultywują Pigmeje z Afryki Środkowej, m.in. z plemion Aka,

<sup>73</sup> Szelak (E-904) – odmiana żywicy naturalnej otrzymana z wydzieliny czerwcow lakowych lub wytwarzana syntetycznie, stosowana do wyrobu lakierów, emalii, farb, past do skóry itp., <https://sjp.pl/szelak> [dostęp: 13.02.2012].

<sup>74</sup> <https://www.national-geographic.pl/arttykul/skaryfikacje-cialo-zniesie-wszystko-kopiuj-1> [dostęp: 11.02.2021].

Baka, Mbuti, Efé i Twa. W ich mniemaniu jest to zabieg estetyczny, który zwiększa zainteresowanie płci przeciwnej. Piłowanie zębów odbywa się przy użyciu prymitywnych narzędzi (patyk, nóż, młotek), jest bardzo bolesny, a ząb jest podatny na urazy i próchnicę. Zabieg wykonuje się układając pacjenta w pozycji na plecach, jama ustna pozostaje w rozwarciu dzięki patykowi włożonym pomiędzy szczęki, „dentysta”, przykładając do zęba nóż, uderza w niego młotkiem, odłupując fragmenty aż do uzyskania pożądanego zaostrego kształtu stożka. Taka modyfikacja jednego zęba trwa ok. 45 minut, po czym następuje ostrzenie zęba kolejnego. Zabieg bywa nie tylko bardzo bolesny, ale i krwawy, a po nim można jedynie pić, nie konsumując potraw przez kilka dni<sup>75</sup>.

Zwyczaj piłowania, a nawet wybijania przednich zębów był popularny także w Australii, Afryce oraz Ameryce Południowej. Zabieg wykonywano głównie u młodych chłopców w czasie ceremonii inicjacji, piłując im zęby kamieniami aż do uzyskania zaostrego, trójkątnego kształtu.

Nadal popularne są rytualne modyfikacje zębów wśród osób z plemiona Baka – Pigmejów zamieszkujących teren Kamerunu. W 2019 r. opublikowano wyniki badań stanu higienicznego jamy ustnej 56 osób zamieszkujących ten region, w wieku średnio 31 lat – 60,7% stanowili mężczyźni, którzy modyfikację zębów przeżyli w wieku 10-15 lat. Większość z nich podawała odczuwanie znacznego bólu podczas piłowania zębów, który się utrzymuje niezmiennie u 64,3% badanych. Najczęściej były piłowane części górne i boczne siekaczy. Większość z nich myła zęby przynajmniej raz dziennie, 1/3 żuła gumę. Częste powikłania, jak nadwrażliwość zębów, bóle zębów, ropnie okołożębowe, były leczone tradycyjnie znanymi tam ziołami: *Irvingia gabonensis*, *Ricinodendron heudoletti*, *Pterocarpus soyauxii*, *Alchornea cordifolia* i *Piptadeniastrum africanum*. Jak zauważają badacze, konieczne są działania władz i społeczne w celu zahamowania kontynuowania tradycji modyfikowania zębów. Jednocześnie warto podjąć badania nad składem i działaniem tych ziół, by ewentualnie wykorzystywać je w tradycyjnej stomatologii lub medycynie<sup>76</sup>.

## Uśmiech kolorowy

### Zdobienie zębów

Prekursorami stomatologii estetycznej byli niewątpliwie Majowie, którzy ozdabiali swoje zęby drobinami turkusu, jadeitu i hematytu. Tak ozdobione zęby świadczyły o wysokim statusie społecznym. „Chińczycy nosili w ustach płytki złota, które wspólnie pełnią rolę licówek. Chcieli w ten sposób poprawić wygląd tych zębów, na których piętno odcisnął już czas (oraz niekoniecznie dobra higiena jamy ustnej)”<sup>77</sup>.

75 *Ibidem*.

76 A.M. Agbor, C.C. Azodo, S. Naidoo, *Ritual tooth modification among the Baka pygmies in Cameroon*, *Odontostomatol Trop.* 2015, nr 38 (151), s. 21-30, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26930771/> [dostęp: 12.02.2021].

77 <https://www.medfile.pl/blog/garsc-ciekawostek-o-stomatologii> [dostęp: 13.02.2021].



Czasami u współczesnych żyjących w tzw. krajach cywilizowanych można zauważyć kolczyk w zębie. Jest on albo doklejany, albo wprowadzany przez wyborowaną dziurkę. Jak w przypadku innych lokalizacji piercingu, ale szczególnie umiejscowionych w obrębie jamy ustnej, często obserwowane są powikłania jak alergie i zakażenia. Ponadto stomatolodzy alarmują, że taki osłabiony ząb jest bardziej podatny na próchnicę i nawet niewielkie urazy<sup>78</sup>.

### Ozdabianie jamy ustnej

Innym sposobem modyfikacji uzębienia, poza barwieniem, było ozdabianie jamy ustnej. W niektórych częściach świata próbowano tak zmienić kształt linii uzębienia, by przypominało zwierzęce.

Wśród ludów żyjących na terenach Ameryki Południowej tradycją było zdobienie zębów, zwykle przednich, po uprzednim nawierceniu otworu – wypełnianie fragmentami skał wulkanicznych czy kamieni półszlachetnych. Praktyki te miały znaczenie społeczne lub religijne. Aktualnie zwyczaj ten zanika i choć widuje się już raczej tylko starszych ludzi z takimi ozdobami, to jednak zdarza się, że młodzi również je praktykują z uwagi na szacunek dla tradycji i kultury przodków.

Istnieje prawdopodobieństwo, że wobec powszechności coraz bardziej różnorodnych form modyfikacji ciała modne staną się też czarne uśmiechy<sup>79</sup>.

### Aparaty ortodontyczne – uśmiech równy i kolorowy

Badania archeologiczne dowodzą, że pierwsze prymitywne aparaty ortodontyczne były używane już tysiące lat wcześniej przez starożytnych Egipcjan. Opaski na zębach mumii wykonane ze zwierzęcych organów mogą sugerować, że były wykorzystywane do prostowania zębów<sup>80</sup>.

W 1899 r. Edward Hartley Angle zajął się problemem nieprawidłowości zgryzu, jednocześnie podając klasyfikację i zalecając nieusuwanie zębów wystających poza linię zgryzu. W 1900 r. otworzył w USA szkołę dla przyszłych stomatologów, nauczając jednocześnie ortodoncji. W 1940 r. jego uczeń Charles Tweed opublikował wyniki badań, wykazując, że szczęki niektórych pacjentów są zbyt małe, by pomieścić 32 zęby, a co za tym idzie – w leczeniu ortodontycznym może zajść konieczność usunięcia niektórych zębów. Z kolei uczeń Tweeda – Cecil Steiner – rozwinął wykorzystywaną do dziś analizę cefalometryczną (ocena profilu czaszki). Intensywny rozwój stomatologii, protetyki i ortodoncji nastąpił w latach 50. XX w., gdy do leczenia protetycznego wprowadzono

78 B. Marczewski, A. Paradowska, K. Napieralska, *Kolczykowanie a stan jamy ustnej*, Dent. Med. Probl. 2007, nr 44, s. 231-235, [https://www.dbc.wroc.pl/Content/1910/DMP\\_2007442231\\_Marc.pdf](https://www.dbc.wroc.pl/Content/1910/DMP_2007442231_Marc.pdf) [dostęp: 1.06.2020].

79 <http://www.centrum-ortodontyczne.pl/sposob-na-piekne-zyby-tradycje-innych-kultur> [dostęp: 14.02.2021].

80 <https://smileline.pl/kto-wynalazl-aparat-ortodontyczny/> [dostęp: 14.02.2021].

stal nierdzewną, a kilkanaście lat później – żywice syntetyczne. W latach 80. XX w. zaczęto stosować implanty.

Pierwszym aparatem ortodontycznym był złoty pasek przeciągnięty między zębami, który ostatecznie wprowadził zęby znajdujące się poza łukiem zębowym, dając układ fizjologiczny. Wymyślił go i założył pacjentowi w 1723 r. francuski stomatolog Pierre Foucharde, uznawany za ojca nowoczesnej ortodoncji<sup>81</sup>.

Aktualnie bardzo popularne stało się noszenie aparatów ortodontycznych. Na podstawie badań epidemiologicznych ustalono, że w Polsce 43-80% dzieci w wieku 7-18 lat ma wady zgryzu. Należą do nich wady wrodzone, ale coraz więcej jest nabytych. Są spowodowane sposobem odżywiania półproduktami i fast foodami. Dzieci rzadziej i mniej chętnie niż kiedyś gryzą pokarmy twarde, np. warzywa, a są żywione papkami. W efekcie większość z nich wymaga noszenia aparatu ortodontycznego założonego na stałe lub okresowo zdejmowanego. Obecnie widuje się coraz więcej uśmiechów odsłaniających metalowy, często ubarwiony kolorowymi nakładami aparat. Nie tylko stomatolodzy, ale i rodzice i stomatolodzy zauważają nawet niewielkie zaburzenie linii uzębienia czy kształtu szczęki, częściej zgłaszają się do specjalistów, inwestują w zęby swoich potomków. Bardzo często widuje się też osoby dorosłe z aparatem ortodontycznym. Na forach internetowych nieustannie prowadzone są dyskusje, z których wręcz wynika, że noszenie takiego aparatu nie tylko nie stanowi już powodu do wstydu, ale jest modą, także wśród młodzieży. W prywatnych szkołach na 10 osób w klasie wszystkie miały aparaty na zębach. Powodem leczenia ortodontycznego stały się nie tylko względy medyczne, ale i estetyczne. Widok krzywych zębów, kiedyś tak powszechny, budzi teraz negatywne emocje, a poprawa wizerunku dodaje pewności siebie, pomaga w relacjach z rówieśnikami, a w przypadku osób dorosłych jest pomocne w sytuacjach zawodowych. Ortodenci zauważają też pewną tendencję:

Zdarza się, że rodzic przychodzi z dzieckiem do gabinetu tylko dlatego, że chce założyć mu 'modny aparat' co sugeruje, że najważniejszy jest w tym przypadku dążenie do idealnego 'hollywoodzkiego' uśmiechu swojego dziecka. Jednak okazuje się, że 99% takich dzieci czy osób dorosłych wymaga leczenia ortodontycznego. Tak więc leczenie krzywych zębów to nie tylko sprawa pięknego uśmiechu, ale profilaktyka próchnicy i chorób przyzębia. Aparaty ortodontyczne, w porównaniu do tych sprzed laty przypominają porównanie aut – Mercedesa z Polonezem<sup>82</sup>.

Prospektywne długoletnie badania kohortowe, przeprowadzone na australijskim Uniwersytecie w Adelajdzie wśród pacjentów leczonych ortodontycznie w wieku 13 lat w latach 1988-1989 (te same osoby badano w latach 2005-2006), nie potwierdziły, że wyprostowanie krzywych zębów i uzyskanie pięknego, prostego zgryzu poprawiło ich funkcjonowanie społeczne w zakresie m.in. radzenia sobie z nowymi i trudnymi sytuacjami, niepowodzeniami, poczuciem pewności siebie etc. Zauważono ponadto, że

<sup>81</sup> *Ibidem*.

<sup>82</sup> [https://www.edziecko.pl/zdrowie\\_dziecka/56,79364,23964576,aparat-ortodontyczny-dla-ozdo-bia-dla-nastolatkow-to-modny-gadzet.html](https://www.edziecko.pl/zdrowie_dziecka/56,79364,23964576,aparat-ortodontyczny-dla-ozdo-bia-dla-nastolatkow-to-modny-gadzet.html) [dostęp: 14.02.2021].

nienoszenie aparatu, ale dwukrotne w ciągu dnia mycie i szczotkowanie zębów wpływa na odczuwanie wyższego poziomu szczęścia i motywuje do dbałości o zdrowie w ogóle<sup>83</sup>.

---

83 E.J. Doğramacı, D.S. Brennan, *The long-term influence of orthodontic treatment on adults' psychosocial outcomes: An Australian cohort study*, „Orthodontics & Craniofacial Research” 2019, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ocr.12327> [dostęp: 14.02.2021].

## MEDYCINA ESTETYCZNA

Medycyna, zwana czasem w szerokim ujęciu estetyczną czy plastyczną, zajmuje się m.in. usuwaniem znamion na skórze będących wielokrotnie stanem nowotworowym bądź usuwaniem szpecących blizn, pajączków naczyniowych czy operacjami stulejki, która ogranicza funkcje seksualne mężczyzny i sprzyja zakażeniom w obrębie układu moczowego. Tych zagadnień nie będziemy rozwijać. Wspomnimy jedynie w zarysie o innych zabiegach, mających na celu poprawianie urody czy funkcjonowania, a tym samym dobrostanu jednostki i społeczeństwa.

Początków medycyny estetycznej należy doszukiwać się jeszcze w starożytności – w czasach powszechnego kultu piękna w cywilizacjach Egipcjan, Greków i Rzymian. Choć przeprowadzane przez nich zabiegi korygujące urodę znacznie różniły się od dzisiejszych, przyświecał im ten sam cel – poprawa wyglądu.

Medycyna estetyczna jako dyscyplina medyczna pojawiła się w latach 70. XX w. we Francji, a do Polski dotarła w latach 90. XX w.<sup>84</sup>

We współczesnym świecie jeszcze do niedawna wydawało się, że poprawianie urody to domena kobiet. Przemiany cywilizacyjne, zmiana modelu zachowań i ról w rodzinie i kult ciała jest przyczyną tego, że zabiegom poprawiającym urodę, atrakcyjność, także seksualną, poddają się równie chętnie mężczyźni.

### Najpopularniejsze w 2020 r. trendy zabiegów medycyny estetycznej

W 2020 r. zauważa się wyraźny wzrost zainteresowania metodami medycyny estetycznej nieinwazyjnymi, tzn. bez użycia skalpela. Kolejnym trendem jest wykorzystywanie nowych technologii, szczególnie związanych z modelowaniem czy symulacją efektów



<sup>84</sup> K. Padlewska, *Medycyna estetyczna i kosmetologia*, PZWL, Warszawa 2014; R. Śpiewak, *Estetologia medyczna, medycyna estetyczna, dermatologia estetyczna, chirurgia estetyczna, ginekologia estetyczna, stomatologia estetyczna – definicje i wzajemne relacje poszczególnych dziedzin*, „Estetologia Medyczna i Kosmetologia” 2012, nr 2 (3), s. 69-71.

zabiegu oraz zabiegi pobudzające naturalne procesy regeneracji ciała. Szczególnie pożądane są różnego rodzaju zabiegi liftingu.

Coraz częściej osoby pragnące poddać się zabiegom modyfikacji twarzy proszą o jej mapowanie. Przy użyciu coraz prężniej rozwijającej się technologii 4D można dokładnie zobrazować bryłę twarzy przed zabiegiem, ale też dokonać symulacji wyglądu po zabiegu, co szczególnie dotyczy zabiegów chirurgii plastycznej.

Jedną z coraz bardziej popularnych metod wyszczuplenia sylwetki jest Icoone Laser. Urządzenie umożliwia masaż podciśnieniowy i laserową oraz przez światło LED stymulację zagęszczenia skóry. Zabieg ten usuwa także cellulit oraz obrzęki.

Innym zabiegiem używanym w celu wyszczuplenia i odmłodzenia sylwetki jest tzw. Indiba Deep Care. Jak podają specjaliści, choć tę wiedzę należy zawsze sprawdzać, zabieg jest możliwy do zastosowania nawet u osób będących w trakcie terapii nowotworowej, po zawale serca czy u kobiet ciężarnych i karmiących.

Nieodmiennie zainteresowaniem cieszy się wolumetria twarzy za pomocą kwasu hialuronowego. Umożliwia poprawę kształtu policzków, zmianę owalu twarzy. Chociaż efekt jest natychmiastowy, zabieg należy do nietrwałych i trzeba go powtarzać co rok.

Dla osób pragnących „rzeźbić” mięśnie brzucha i pośladków, wyszczuplić talię czy unieść pośladki przeznaczony jest tzw. Emsculpt. Efekt uzyskuje się po czterech sesjach zabiegów. W opinii producenta możliwe jest zlikwidowanie 19% tkanki tłuszczowej w zaledwie 30 minut. Chirurgiczna plastyka nosa należała do niedawna do zabiegów bardzo popularnych. Jednak wiązały się one z dość długim czasem rekonwalescencji, obrzękiem twarzy, zasinieniami i bólem. Obecnie stosuje się niechirurgiczne metody plastyki nosa, polegające głównie na wstrzykiwaniu kwasu hialuronowego. W ten sposób można wyrównywać większość niedoskonałości, takich jak niesymetryczny nos, garbek czy obniżony czubek. Inną metodą jest lifting nosa nićmi Aptos. Trwa on zaledwie 20 minut i wymaga jedynie znieczulenia miejscowego. Główną wadą tego rodzaju zabiegów jest nietrwały efekt. W zależności od wybranej metody utrzymuje się on przez rok, a czasem do pięciu lat.

Terapie autoregeneracyjne wchodzą w całą paletę metod stosowanych do stymulowania skóry w celu pobudzenia naturalnych procesów regeneracyjnych w przypadku starzenia się, blizn, rozstępów czy przebarwień. Można wykorzystać komórki macierzyste pacjenta, ale też stymulować np. laserem. Większość tych zabiegów należy do mało inwazyjnych i rzadko okres rekonwalescencji po zabiegu przekracza kilka dni.

Do tej grupy terapii należy tzw. wampirzy lifting. Wykonywany jest za pomocą osocza bogatopłytkowego uzyskanego przez odwirowanie krwi pacjenta. W przeciwieństwie do np. botoksu jest substancją biologicznie obojętną. Wypełnia się nim zmarszczki, czasem używa się go do hamowania łysienia, gdyż udowodniono jego stymulujący wpływ na mieszki włosowe<sup>85</sup>.

85 <https://medycynaestetyczna.waw.pl/zabiegi-medycyny-estetycznej-2020/> [dostęp: 15.02.2021].

## Moda na operacje plastyczne na przykładzie Koreanek

Ogromną rolę w popularności zabiegów medycyny estetycznej odgrywają media społecznościowe. W ludziach chęć upodobniania się do gwiazd filmowych, celebrytów, a nawet ludzi innej rasy jest, jak widać, znaczna. Dodatkowo na popularnych portalach stało się nieomal powszechne przyznawanie się do wykonanych zabiegów, a nawet chwalenie się nimi – zamieszczanie zdjęć „przed” i „po”. W wielu krajach fakt „urody” od dawna przestał być wstydliwie ukrywany, nie jest tabu jak jeszcze w Polsce. Przykład stanowi swoista współczesna epidemia zabiegów modyfikacji ciała wśród Koreanek. Młode dziewczyny, ale też chłopcy chcą się upodobnić do swoich idoli, często Amerykanów czy Europejczyków.

„Kiedyś matki w tajemnicy przyprowadzały swoje córki na lifting, a potem do biura matrymonialnego – mówi dr Park Sang-hoon, dyrektor kliniki chirurgii plastycznej ID Hospital w Seulu. – Dziś młode kobiety umawiają się na zabieg przy okazji zakupów”<sup>86</sup>.

Zdarza się, że rodzice fundują córkom operację powiek w nagrodę za wyniki w nauce. Ponoć w centrum Seulu, jeszcze przed pandemią COVID-19, powszechny był widok osób w maseczkach chirurgicznych i okularach przeciwsłonecznych, nawet w dni pochmurne. Miało to wskazywać, że niedawno przeszły operację plastyczną. Poza operacjami skracania powiek czy modelowania nosa coraz popularniejsze są jeszcze bardziej inwazyjne metody, np. podwójna korekcja szczęki. Wspomniany chirurg wylicza, że przez ostatnich sześć lat w jego klinice, jednej z kilkudziesięciu podobnych w Seulu, wykonano 3 tys. zabiegów. Do niedawna w tym kraju obowiązywały zasady Konfucjusza, zgodnie z którymi niedopuszczalna była ingerencja w ciało. „Teraz zrobienie sobie operacji plastycznej jest traktowane podobnie do zakupu drogiej torebki – twierdzi Whang Sang-min, psycholog z Uniwersytetu Yonsei”<sup>87</sup>. Już w 2009 r. jedna na pięć Koreanek w wieku 19-49 lat poddała się przynajmniej jednemu zabiegowi chirurgii plastycznej. Wielka i wciąż rosnąca liczba chirurgów plastyków i klinik powoduje, że często organizują one np. bale Kopciuszka, czyli imprezy, w ramach których wykonywane są nieodpłatne zabiegi w zamian za udostępnienie wizerunku w ramach reklamy.

Na decyzję wykonania zabiegów operacyjnych wpływają też nadzieje młodych na znalezienie męża, dobrej pracy, co wiąże z wyglądem. W efekcie wizerunek idealnej w ich mniemaniu twarzy staje się powielany i sprawiają wrażenie jednakowych.

Koreanki mniej więcej zgadzają się co do tego, jak powinna wyglądać idealna twarz – stwierdził lekarz. – Ma być mniejsza, z dosyć ostrymi rysami. Odpowiada to mniej więcej „zachodniemu” wyglądowi. To sprawia, że 90 procent Koreanek to potencjalne pacjentki mojej kliniki,

86 <http://wyznania-azjatoholiczki.blogspot.com/2015/08/korea-poudniowa-japonia-nawanica.html> [dostęp: 15.02.2021].

87 *Ibidem*.

bo przecież nie rodzą się z taką twarzą. Na ulicach Seulu ciężko już znaleźć kobietę, która nie miałaby „europejskich” powiek<sup>88</sup>.

Interesująca jest reakcja na taką sytuację tamtejszego Ministerstwa Edukacji. Zalecono, by w szkołach zorganizowano zajęcia omawiające „syndrom operacji plastycznych”. Na przykładach Michaela Jacksona czy znanej koreańskiej celebrytki spuchniętej po nieudanym zabiegu omawia się możliwość utraty racjonalnego myślenia, zaburzeń postrzegania siebie w dążeniu do „ideału”. Niedawno pewna kobieta popełniła samobójstwo po nieudanej operacji szczęki. W swoim pamiętniku ponoć napisała: „Każda minuta jest piekłem”. W mediach zauważa się też, co jest potwierdzane filmami z ukrytej kamery, jak niekiedy cynicznie lekarze rozmawiają z kobietami: „Chcesz wyjść za mąż? W takim razie musisz się zoperować”. Jednak ta akcja edukacyjna jak na razie nie daje spodziewanych efektów. Kobiety po operacji opowiadają: „Ostatnio, kiedy jechałam pociągiem, mężczyzna siedzący obok zagadał do mnie. Stwierdził, że wyglądam na młodszą, niż jestem. Moje życie stało się o wiele radośniejsze”<sup>89</sup>.

## Badania ankietowe wśród korzystających z zabiegów medycyny estetycznej

Polskie Towarzystwo Medycyny Estetycznej i Anti-Aging w 2017 r. przeprowadziło badania, które dały obraz korzystających z zabiegów medycyny estetycznej. Ponad 50% ankietowanych stanowiły osoby w wieku 41-50 lat, osoby w przedziale 31-40 lat – 37%, jedynie 5% osoby starsze i 2% w wieku 21-30 lat. 79% badanych korzysta z zabiegów nawet kilka razy w roku. Pozostałe klientki zgłaszają się na zabiegi raz na rok (17%), przychodzą jednorazowo (3%) lub rzadziej niż raz w roku (1%)

Najczęściej wybierane są toksyna botulinowa (29%) i wypełniacze (28%). Pozostałe zabiegi to mezoterapia (18%), zabiegi z wykorzystaniem tkanek autologicznych (9%), zabiegi laserowe (8%), peelingi chemiczne (4%), nici (2%), zabiegi w technologii high-tech (2%) oraz inne rodzaje zabiegów (1%).

Główne motywy korzystania z zabiegów medycyny estetycznej stanowią chęć poprawienia wyglądu (64%) i pozbycia się kompleksów lub podniesienia samooceny (33%). Niewielki odsetek kobiet decyduje się na korektę wyglądu ze względu na presję otoczenia (3%).

Ponad 70% Polek nie przyznaje się do korzystania z zabiegów medycyny estetycznej. Jest to dowodem stereotypów panujących w naszym społeczeństwie i pewnym paradoksem, gdyż podziwiane są powszechnie i rozpowszechniane np. w mediach

88 <https://kobieta.wp.pl/operacje-plastyczne-w-korei-5983120519586433g/2> [dostęp: 10.10.2020].

89 *Ibidem*.



społecznościowych i komunikatorach obrazu tzw. kanonu piękna, ale jednocześnie modyfikowanie wyglądu ciała stanowi wstydlivy temat rozmowy<sup>90</sup>.

## **Symbole seksu, urody i popularności a szczęśliwe życie**

W latach 50. XX w. symbolem seksu stała się aktorka Marilyn Monroe (1926-1962) – jej usta i biust, ale też sposób zachowania usiłowały naśladować kobiety na całym świecie. Jednak posiadanie takich walorów nie zawsze sprzyjało poczuciu osiągnięcia pełni szczęścia, a przykład Marilyn Monroe i wielu innych „ikon współczesnego świata” pokazał, jak potrzeba nieustannego bycia „na szczycie” wpływała na ich życie, okazując się tak silnym stresem, że prowadziła do uzależnień, a także tragicznych śmierci. To tylko tytułem refleksji, a może przestrogi przed przesadnym i wyłącznym zajmowaniem się własnym ciałem, co bywa przyczyną zaniedbywania innych sfer życia i jego istotnych wartości. Taka sytuacja może być związana z uzależnianiem poczucia własnej wartości od opinii innych osób, budową kariery czy popularności, jak np. nieustanna potrzeba bycia zauważanym poprzez zdobywanie lajków w portalach społecznościowych<sup>91</sup>.

Istnieje wykaz znanych i popularnych osób całego świata, które popełniły samobójstwo<sup>92</sup>.

## **Motywacja powiększania ust i piersi**

Od tysięcy kobiet barwiły sobie usta – w starożytności m.in. pastą z kamieni półszlachetnych, ochry czy olejków (szerzej historię makijażu opisano w poprzednim rozdziale). Obecnie świat ogarnęła moda czy wręcz mania powiększania sobie ust do rozmiarów niemal karykaturalnych. Nie dziwi to antropolog Jamie Gordon, która wskazuje, że pełne usta były zawsze oznaką zmysłowości i kojarzyły się z seksem, jak i z płodnością. W licznych badaniach mężczyźni wymieniają pełne usta jako jedną z pożądanych cech w kobiecym wyglądzie. Jak pisze jedna z internetek, która ma naturalne, pełne usta, zawsze zauważa wzrok mężczyzn skierowany na jej usta, co interpretuje jako wyraz pożądania.

Na Instagramie (i nie tylko) można znaleźć niezliczoną liczbę zdjęć dziewczyn z nienaturalnie powiększonymi ustami. Niektóre znane aktorki mają ponad 22 mln

90 M. Ankiel, A. Kuczyńska, *Wyznaczniki satysfakcji klientów korzystających z usług medycyny estetycznej*, „Studia Ekonomiczne. Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach” 2017, nr 330, s. 82; *Najpopularniejsze zabiegi w medycynie estetycznej (wyniki ankiety)*, <http://beautyinspiration.pl/najpopularniejsze-zabiegi-medycynie-estetycznej-wyniki-ankiety/> [dostęp: 10.10.2020].

91 *Syndrom beznadziejności. Dlaczego ludzie, którzy „mają wszystko”, popełniają samobójstwo?*, <https://portal.abczdrowie.pl/syndrom-beznadziejnosci-a-samobojstwo> [dostęp: 22.07.2020].

92 *Lista samobójstw*, [https://pl.qwe.wiki/wiki/List\\_of\\_suicides](https://pl.qwe.wiki/wiki/List_of_suicides) [dostęp: 22.07.2020].



obserwujących. Amerykanka Kylie Jenner, celebrytka, mając niespełna osiemnaście lat, dokonała takiego zabiegu, a dzięki prezentowaniu jego efektów zdobyła wielką fortunę na reklamach. Za jej sprawą podążyły tłumy dziewczyn – np. bardzo wielu internautów bierze udział w „Kylie Jenner Challenge”<sup>93</sup>.

Zdarza się, że w sieci zamieszczane są zdjęcia obrzmiałych, zasiniawych warg uzyskanych dzięki umieszczeniu ich w szyjce butelki czy kieliszku i następnie wysysaniu z nich powietrza, pokazujące możliwe powikłania tego „zabiegu” i innych wykonanych profesjonalnie<sup>94</sup>.

Chirurg plastyczny w 2018 r. tak odpowiedział na pytanie, dlaczego dziewczyny chcą powiększać sobie usta:

Na pewno chcą wybijać się z tłumu. Duże usta przyciągają uwagę, to dość prosty sposób, by się odróżnić. To media (Instagram, ale też te tradycyjne) wypaczyły standardy urody. Normalne, ładne dziewczyny patrzą na instagramowe celebrytki i chcą mieć nie tylko takie usta jak one, ale i całe twarze, całe ciała. Kolega ostatnio pokazywał mi zdjęcia różnych kobiet, których brzuch zdobi piękny ‘kaloryfer’. ‘Pewnie dużo ćwiczę’, mówię – a on się śmieje, że to on się musi nagimnastykować, żeby im ultradźwiękami ujędrnić pośladki i wyrzeźbić te ‘kaloryfery’. [...] ‘kacze usta’ to dla mnie deformacja, ale już się tak nie dziwię. Traktuję każdą pacjentkę jak dorosłą osobę, która wie, co robi. Jeśli już jest napompowana i mimo zagrożeń szuka lekarza, który dalej będzie ją ostrzykiwał – niech szuka. U mnie dostanie tylko wykład z zagrożeń. Nie chcę przykładać się do tworzenia kolejnych klonów, dziewczyn, które przez wielkie usta szukają sławy i łatwych pieniędzy. To smutne, że wystarczy mieć karykaturalnie duże usta i olbrzymie piersi, żeby zostać celebrytką, wyrocznią dla innych młodych kobiet. W skrajnych wypadkach może dojść nawet do martwicy fragmentu wargi górnej, ale najczęściej spotykanym defektem po użyciu kwasu hialuronowego są ziarniniaki (granuloma). Wargi są nierówne, pod skórą tworzą się grudki. Nie wygląda to dobrze<sup>95</sup>.

Moda na obrzmiałe usta nadal trwa. Młode dziewczyny, które chcą poddać się takiej modyfikacji ciała, w przypadku braku odpowiednich funduszy próbują same uzyskiwać taki efekt. O wacikach wkładanych do jamy ustnej nie warto wspominać, ale jak podają media, w 2020 r.:

W sieci możemy znaleźć filmiki, na których kobiety pokazują, jak powiększyć usta przy pomocy zalotki do rzęs. Sposób ten polega na ścisaniu wargi pomiędzy gumkami (poduszkami) zalotki tak, aby spowodować ich nabrzmienie. W efekcie silnego ucisku krew przestaje dopływać do ust, które powiększają się. Efekt ten utrzymuje się tylko przez kilka chwil. Gdy krążenie powraca, usta stopniowo zmniejszają się do swojego pierwotnego kształtu. Usta można powiększyć w bardzo prosty i naturalny sposób. Wystarczy użyć szczoteczki do zębów. Taki zabieg szczotkowania ust (peeling) warto wykonywać regularnie. Należy używać do tego szczoteczki do zębów, ale koniecznie z miękkim lub średnim włosiem. Najlepiej taki zabieg stosować dwa razy dziennie:

93 <https://www.instagram.com/kyliejenner/?hl=en> 6,359 posts, 168m followers, 138 following [dostęp: 4.04.2020].

94 *The horrifying science behind the Kylie Jenner challenge*, <https://splinternews.com/the-horrifying-science-behind-the-kylie-jenner-challeng-1793847303> [dostęp: 4.04.2020].

95 <https://noizz.pl/opinie/dlaczego-kobiety-powiekszaja-sobie-usta-i-czym-to-grozi/pv5fg32> [dostęp: 15.03.2021].

rano i wieczorem. Szczoteczka powinna być zwilżona wodą lub np. oliwką. Usta należy masować przez 15 sekund. Taki prosty zabieg polepszy ich krążenie, dotleni skórę, a także pobudzi produkcję kolagenu. Dzięki temu usta nie tylko będą lekko powiększone, ale będą miały również bardziej intensywny kolor<sup>96</sup>.

Powiększanie piersi to jedna z najbardziej popularnych operacji plastycznych w Polsce. Prawdopodobnie jest to związane z panującym współcześnie kultem ciała, wyobrażeniami o urodzie, a na pewno z możliwościami medycyny estetycznej<sup>97</sup>. Bezpośrednią przyczyną operacji są kompleksy wynikające z porównywania siebie z innymi kobietami, a zwłaszcza aktorkami, fotografiami zamieszczanymi w internecie – często „poprawianymi” za pomocą różnych możliwych programów komputerowych, wizerunkami kobiet na reklamach najprzeróżniejszych produktów czy niskiej samooceny w kategoriach atrakcyjności dla osób płci przeciwnej (rzadko się zdarza, aby kobiety decydowały się na powiększanie piersi tylko dla jednej bliskiej osoby).

Decyzja o tej operacji nie jest błaha, bo – pomijając jej wysokie koszty – stanowi poważną ingerencję w organizm. Przed podjęciem decyzji każda kobieta powinna poznać możliwe powikłania zarówno wczesne, jak i późne. Informacje dotyczące zakażeń, deformacji implantu czy reakcji organizmu na ciało obce są podawane na licznych specjalistycznych portalach internetowych, ale jak się podkreśla, wiedza ta zwykle nie ogranicza chęci posiadania innych piersi i decydowania o zmianie ich kształtu<sup>98</sup>.

Większość kobiet przyznaje, że jest to jedna z najważniejszych decyzji w ich życiu (obok urodzenia dziecka czy wyjścia za mąż). Kobiety decydują się więc na poprawę swoich piersi dla własnego lepszego samopoczucia. Trudniej jest nam bowiem zaakceptować swoje wady niż niedoskonałości innych osób. Zdecydowana większość (ponad 90%) przyznaje, że operacja odmieniła ich życie i pozwoliła poczuć się atrakcyjnie oraz dodała pewności siebie, co z pewnością korzystnie wpływało na ich życie i funkcjonowanie w społeczeństwie.

To wszechobecne pokazywanie kobiecych piersi (ostatnio jedynie sztucznie powiększanych) i dekoltów jako ideału kobiety, wabika na mężczyzn (co możemy zaobserwować często na bilbordach i reklamach) ma smutne konsekwencje w postaci zakompleksionych dorastających i dojrzałych kobiet<sup>99</sup>.

---

96 <https://kobieta.gazeta.pl/kobieta/7,111997,26583427,przerazajacy-trend-w-sieci-kobiety-probuja-powiekszac-sobie.html> [dostęp: 15.03.2021].

97 B.C. Patel, C.S. Wong, T. Wright, A. Schaffner, *Breast Implants in: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL)*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28723027/> [dostęp: 15.03.2021].

98 <https://portal.abczdrowie.pl/powiklania-po-rekonstrukcji-piersi> [dostęp: 15.03.2021].

99 *Dlaczego kobiety powiększają piersi?*, <https://www.kobieta.pl/arttykul/dlaczego-kobiety-powieksza-piersi> [dostęp: 29.05.2020].

## Ginekologia plastyczna i „męska ginekologia estetyczna”

Już nie trzeba objaśniać, bo świadomość w społeczeństwie jest duża (dzięki np. telewizyjnym reklamom dotyczącym nietrzymania moczu u kobiet), że ginekologia plastyczna nie zajmuje się jedynie upiększaniem miejsc intymnych, ale poprzez korygowanie anatomii, przede wszystkim kobiet, wyraźnie poprawia jakość ich życia i samopoczucie.

Ginekologia plastyczna służy też do poprawiania wyglądu stref intymnych kobiecego ciała, wzmacniając samopoczucie jednostki, a przez to komfort i jakość jej życia<sup>100</sup>.

Jak zauważają psychologowie i seksuolodzy, wiedza wśród młodych osób dotycząca budowy ciała, a zwłaszcza sfer intymnych nie jest zadawalająca. Warto objaśniać dorastającym dziewczętom, jak wyglądają żeńskie narządy płciowe, a także to, że mogą być one różne, co jest zakresem normy i indywidualną urodą. Jak podają badacze, często bowiem się zdarza, że nie mając takiej świadomości, a oglądając filmy pornograficzne, młode osoby myślą, że pokazywane tam kobiety (i mężczyźni) są ideałem atrakcyjności i seksu, co może być przyczyną poczucia mniejszej wartości. Tematem dobrze znanym seksuologom i psychologom są odpowiedzi na pytania: czy budowa np. warg sromowych mniejszych może być powodem kompleksów także w dorosłym życiu? Czy w ogóle dostrzegają to ich partnerzy? Naukowcy, zauważając ten istotny problem, który może zaburzać rozwój młodych ludzi, opracowali aplikację na smartfony umożliwiającą oglądanie swojej waginy – uważają oni, że w ten sposób nie tylko podniosą wiedzę, której – jak ustalili – nie mają współczesne nastolatki na temat swojej budowy, ale też umożliwią wczesne rozpoznawanie zmian chorobowych o tej lokalizacji<sup>101</sup>.

Celem „ginekologii męskiej” wchodzącej w zakres chirurgii plastycznej są zabiegi stricte lecznicze, np. operacje stulejki, ale też podnoszące jakość życia seksualnego, samopoczucie mężczyzny i partnerki/partnerek, co wpływa pośrednio na dobrostan społeczny.

Jak podają lekarze zajmujący się tą dziedziną, mężczyźni stanowią istotny procent wszystkich klientów placówek chirurgii plastycznej. I choć zabiegi męskiej ginekologii estetycznej nie są tak często wykonywane jak korekcje nosa czy powiek, zapotrzebowanie na tego typu usługi systematycznie rośnie. Ponoć każdego tygodnia zgłasza się do jednej z klinik 3-4 mężczyzn z prośbą o powiększenie penisa. Coraz więcej mężczyzn prosi o operacyjne leczenie: stulejki, którą się stwierdza aż u 12% mężczyzn, uniemożliwiająca erekcję, czasem utrudniającą odpływ moczu i sprzyjającą zakażeniom;

100 <https://www.onet.pl/styl-zycia/oneturoda/zabiegi-plastyczne-okolic-intymnych-jakie-sa-mozliwosci-porady/6nt996d,2b83378a> [dostęp: 15.03.2021].

101 <https://www.focus.pl/artukul/nie-ma-czegos-takiego-jak-brzydkie-wargi-sromowe-lekarze-zniechecaja-do-labioplastyki> [dostęp: 15.03.2021]; <https://www.facebook.com/watch/?v=557204498541082> [dostęp: 15.03.2021]; <https://www.wysokieobcasy.pl/wysokie-obcasy/1,154207,20765811,aplikacja-do-zarzadzania-wagina-pierwsze-na-swiecie.html> [dostęp: 15.03.2021].

obrzezanie, które zwykle jest związane z wymogami kultury czy religii, ale też wpływa na doznania seksualne i zapobiega zakażeniom.

Mężczyźni zgłaszają się do chirurga medycyny estetycznej m.in. z prośbą o zabieg prostowania penisa, zwany operacją Nesbita, wykonywany najczęściej w przypadku choroby Peyroniego, czyli pourazowego skrzywienia członka. Przyczyną skrzywienia – które w skrajnych przypadkach może powodować zaburzenia erekcji i utrudniać podejmowanie współżycia seksualnego bądź nawet je uniemożliwiać – jest najczęściej zbliznowaciała tkanka.

Coraz częściej mężczyźni decydują się na zabiegi powiększania penisa. Jak wykazują badania, ponad  $\frac{3}{4}$  mężczyzn nie jest zadowolonych ze swojego penisa, a ok. 80% uważa, że jego rozmiar ma znaczenie dla satysfakcji seksualnej partnerki. Kobiety podzielają te opinie – aż 67% badanych nie jest zadowolonych z rozmiaru członka partnera, co zdecydowanie wpływa na jakość pożycia seksualnego, poziom zadowolenia w życiu. Tego typu problemy partnerów seksualnych pogarszają ich dobrostan fizyczny, mogą zaburzać ich funkcjonowanie w społeczeństwie. Zaburzenia tej sfery życia wielokrotnie prowadzą do zachowań ryzykownych, np. uzależnienia ze wszystkimi skutkami społecznymi. Stosowane różne metody „męskiej ginekologii estetycznej” i zadawalający ich efekt powoduje poprawę satysfakcji z życia, wpływa na nieomal wszelkie jego obszary, oddziałuje korzystnie na dobrostan społeczny<sup>102</sup>.

## Toksyna botulinowa (botox)

Toksyna botulinowa, botulina, jad kiełbasiany (łac. *botulus* – kiełbasa – BTX), wytwarzana przez bakterie beztlenowe – laseczki *Clostridium botulinum* i nieliczne inne bakterie rodzaju *Clostridium* – jest egzotoksyną, czyli substancją białkową należącą do neurotoksyn. Jak wiadomo, w zależności od dawki może być silnie trująca dla człowieka. Stosowana jest w leczeniu takich zaburzeń, jak przewlekła migrena, szczękocisk, bruksizm, stany chorobowe mięśni twarzy, nadmierna potliwość, a także w medycynie estetycznej.

## Historia użycia w medycynie estetycznej

Około 25 lat temu podczas terapii botuliną tężcową (botoksem) patologii mięśni twarzy zauważono, że podając botoks w określony sposób, uzyskuje się spłycenie, a nawet zlikwidowanie zmarszczek. Początkowo nie podchodzono do obserwacji entuzjastycznie, uważając nawet, że podawanie trucizny tylko w celu poprawy wyglądu jest nieetyczne. Jednak temat podjęli amerykańscy lekarze, którzy entuzjastycznie wstrzykując botoks w każde zagłębienie na twarzy, powodowali jej unieruchomienie, ale też obserwowali

<sup>102</sup> *Chirurgia męskich narządów płciowych*, <https://www.tourmedica.pl/artykuly-medyczne/chirurgia-meskich-narzadow-plciowych/> [dostęp: 2.06.2020].

liczne objawy niepożądane. Jednak z czasem metodę tę udoskonalano i stała się jedną z podstawowych i najpopularniejszych zabiegów medycyny estetycznej<sup>103</sup>.

## Liposukcja i lipotransfer (przeszczep własnego tłuszczu – lipolifting)

### Przeszłość metody liposukcji

Inwazyjne zabiegi odsysania tłuszczu z różnych miejsc ciała – jak brzuch, uda, pośladki, rzadziej szyja, plecy, ramiona – już ma znaczenie historyczne, gdyż od 2008 r. wprowadzono metodę kriolipolizy.

Liposukcję zaproponowali chirurdzy z Europy w latach 60. XX w., którzy liposukcje wykonywali z wykorzystaniem prymitywnej techniki łyżeczkowania. Próby te zostały zignorowane ze względu na liczne powikłania. Nowoczesny zabieg zaprezentowany został przez francuskiego lekarza dr. Yves'a-Gerarda Illouza w 1982 r. „Metoda Illouz” opierała się na technice lipolizy wspomaganiej próżniowo. Za pomocą grubej kaniuli i wysokiej próżni ssącej wlewano do tkanek płyn o odpowiednim składzie. Takie rozwiązanie pozwoliło na otrzymanie powtarzalnego, dobrego efektu oraz bardzo niewielkiej liczby powikłań. W 1980 r. wielu chirurgów z USA eksperymentowało z liposukcją, stosując różne formy znieczulenia czy sedacji.

W 1990 r. do liposukcji wprowadzono metodę rozbijania tłuszczu za pomocą ultradźwięków, a następnie odsysania.

### Kriolipoliza

Twórcami kriolipolizy są dwaj lekarze ze szpitala z Massachusetts (USA): dr med. Dieter Manstein i dr med. R. Rox Anderson. W 2008 r. udowodnili, że podskórne komórki tłuszczowe są bardziej wrażliwe na działanie zimna niż otaczające je tkanki<sup>104</sup>. Wykorzystując wyniki tych badań, wprowadzono metodę kriolipolizy polegającą na schłodzeniu komórek tłuszczowych, które ulegają rozpadowi (lipolizie).

Kriolipolizy nie powinny przeprowadzać kobiety podczas miesiączki, w ciąży i karmiące piersią. Przeciwwskazaniem do kriolipolizy są: rany, otarcia naskórka, zakażenia skóry, znamiona, tatuaże, łuszczyca, bielactwo, liszaje, zaburzenia krzepliwości krwi,

---

103 25 lat botoksu, czyli krótka historia cudownej trucizny, <https://zdrowie.wprost.pl/uroda/10120298/25-lat-botoksu-czyli-krotka-historia-cudownej-truczizny.html> [dostęp: 2.06.2020]; A. Przyłipiak (red.), *Podstawy medycyny estetycznej. Podręcznik dla studentów kosmetologii*, [https://www.umb.edu.pl/photo/pliki/WF\\_jednostki/samodzielna-pracownia-medycyny-estetycznej/podrecznik-podstawy-medycyny-estetycznej\\_ap\\_ver3.pdf](https://www.umb.edu.pl/photo/pliki/WF_jednostki/samodzielna-pracownia-medycyny-estetycznej/podrecznik-podstawy-medycyny-estetycznej_ap_ver3.pdf) [dostęp: 2.06.2020].

104 D. Manstein, H. Laubach (red.), *Selective cryolysis: a novel method of non-invasive fat removal*, „Lasers In Surgery And Medicine” 2008, nr 40 (9), s. 595-604; *Nieinwazyjne usuwanie tłuszczu. Kriolipoliza będzie hitem 2018 roku*, <https://portal.abcdzrowie.pl/nieinwazyjne-usuwanie-tluszczu-kriolipoliza-bedzie-hitem-2018-roku> [dostęp: 2.06.2020].

padaczka, choroba Raynauda, choroby nowotworowe, cukrzyca, hemofilia, nadczynność i niedoczynność tarczycy, krioglobulinemia, hipoproteinemia, schorzenia wątroby i nerek, choroby serca, wszczepione urządzenia medyczne (np. rozrusznik serca)<sup>105</sup>.

### **Autogeny przeszczep tłuszczu (lipotransfer), lipolifting**

Przy stosowaniu klasycznej liposukcji było możliwe pobranie tłuszczu, oczyszczenie go i zastosowanie jako naturalnego wypełniacza zwanego też „autogenym przeszczepem tłuszczu”. Tłuszcz podawano w miejsca, gdzie pożądane było nadanie innego kształtu, np. w celu zmniejszenia lub wyeliminowania zmarszczek lub modelowania piersi<sup>106</sup>.

W celu modelowania lub korygowania niedoskonałości ciała stosuje się przeszczep własny tłuszczu (lipotransfer). Pierwsze koncepcje dotyczące tej techniki pojawiły się już pod koniec XIX w.

Pierwszym etapem zabiegu jest liposukcja. Najczęściej tkankę tłuszczową pozyskuje się z ud, bioder, pośladków i okolicy nadłonowej. Jednorazowo pobiera się 20-30 ml tłuszczu, a następnie poddaje się go odpowiednim obróbkom, m.in. odwirowywaniu (usuwanie wody i obumarłych komórek). Tłuszcz jednak najczęściej ulega częściowej biodegradacji i uszkodzeniu i dlatego wzbogaca się go osoczem bogatopłytkowym albo komórkami macierzystymi, które zwiększają przeżywalność adipocytów nawet do 90%.

Możliwe jest wykonanie lipofillingu twarzy: wypełnianie bruzd nosowo-wargowych, zmarszczek, łagodzenie symetrii twarzy czy spłykanie blizn po trądziku bądź urazach. Lipolifting biustu (lipomodeling piersi) bywa wykonywany ze względów estetycznych, ale też zdrowotnych (po amputacji piersi lub częściowej resekcji). Zabieg umożliwia nieużywanie implantów, które czasem uczulają, podczas gdy własny tłuszcz nie daje tego powikłania. Metoda jest stosowana od lat 80. XX w.

Powikłania po przeszczepie tkanki tłuszczowej występują bardzo rzadko, choć są możliwe.

### **Przeciwwskazania do lipoliftingu**

Uważa się, że lipolifting jest zabiegiem bezpiecznym, jednak istnieją pewne przeciwwskazania, m.in. choroby autoimmunologiczne i nowotworowe, choroby wątroby, nerek i czynności tarczycy, przewlekłe infekcje, zaburzenia krzepliwości krwi (wynikające z hemofilii czy zażywania leków o działaniu przeciwkrzepliwym), schorzenia przewlekłe niewyrównane, jak choroba wieńcowa, cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, stosowanie

---

105 A. Migasiewicz, J. Bauer, A. Cizek, H. Podbielska, *Zastosowanie niskich temperatur w dermatologii i kosmetologii*, „Kosmetologia Estetyczna” 2018, nr 7, s. 53-55, <http://aestheticcosmetology.com/wp-content/uploads/2019/01/ke2018.1-4.pdf> [dostęp: 2.06.2020]; M. Kostyńska, *Kriolipoliza na odchudzanie. Wymrażanie zamiast odsysania – sposób na nadmiar tłuszczu*, <https://www.medonet.pl/zdrowie,kriolipoliza-na-odchudzanie--wymrazanie-zamiast-odsysania--sposob-na-nadmiar-tluszczu,artykul,1734121.html> [dostęp: 2.06.2020].

106 *Liposuction*, <https://medlineplus.gov/ency/article/002985.htm>, [dostęp: 2.06.2020].

leków immunosupresyjnych i cytotoksycznych<sup>107</sup>. Zabieg nie może być przeprowadzony u kobiet w ciąży i podczas karmienia piersią. Ponadto przeszczepu tkanki tłuszczowej nie wykonuje się u osób wyjątkowo szczupłych<sup>108</sup>.

## Bańki chińskie jako forma zabiegów medycyny estetycznej niekonwencjonalnej

Jedną z najstarszych metod leczenia, które przetrwały przez tysiąclecia, jest stawianie baniek. Oczywiście jest to metoda obecnie stosowana w Europie jedynie w ramach tzw. medycyny niekonwencjonalnej, m.in. w tradycyjnej medycynie chińskiej. Jednakże w Chinach, Korei czy w Japonii przywrócono jej dawną rangę i jest uznawana przez Ministerstwa Zdrowia tych krajów za metodę włączoną do działań medycyny konwencjonalnej<sup>109</sup>.

O zastosowaniu masażu bańkami chińskimi w poprawianiu urody – jędrności i modelowania skóry twarzy czy eliminacji cellulitu – można przeczytać także na portalach podających informacje wiarygodne medycznie, jak np. Medonet. Uważa się, że umiejętnie wykonane bańki chińskie, rozbijając tkankę tłuszczową podskórną oraz poprawiając mikrokrążenie, wpływają na lepsze ukrwienie skóry, poprawiają wygląd ciała. Możliwe jest wówczas wchłanianie składników ze stosowanych specjalnych oliwek. Zabieg mogą wykonywać jedynie profesjonaliści. Podaje się, że najbardziej skuteczne jest 10-12 zabiegów wykonywanych co trzy dni.

Przeciwwskazania do zabiegów bańką chińską to m.in.: choroby autoimmunologiczne, nowotwory, hemofilia, stany zapalne skóry, ciąża, miesiączka, wiek poniżej 12. miesiąca życia, choroby serca, choroby zakaźne, wysoka gorączka, cera naczyńniowa, żylaki, padaczka, stwardnienie rozsiane<sup>110</sup>.

## Estetologia medyczna jako gałąź humanizmu

Medycyna estetyczna, będąc działem estetologii medycznej, jest przedmiotem zainteresowania badaczy z różnych dyscyplin naukowych. Choć w zakresie interwencyjnym jej specjaliści korzystają z metod typowych bądź zastrzeżonych dla medycyny

107 A. Kasem, U. Wazir, H. Headon, K. Mokbel, *Breast Lipofilling: a review of current practice*, „Archives of Plastic Surgery” 2015, nr 42, s. 126-130.

108 M. Debal, T. Pech, C. Kaiser et al., *Lipofilling effects after breast cancer surgery in post-radiation patients: an analysis of results and algorithm proposal*, „European Journal of Plastic Surgery” 2017, nr 40, s. 447-454.

109 K. Klimasz, J.C. Zhao, K. Zeng, P.J. Tomasik, *History of cupping*, *Med Og Nauk Zdr.* 2018, nr 24, s. 244-250, <http://www.monz.pl/Tradycja-leczenia-bankami-lekarskimi,97370,0,2.html> [dostęp: 15.02.2021].

110 <https://www.medonet.pl/zdrowie/zdrowie-dla-kazdego,banki-chinskie---zastosowanie--wskazania--przeciwwskazania--efekty,artykul,51178352.html> [dostęp: 15.02.2021].



(leków, procedur, zabiegów o różnym stopniu inwazyjności) oraz dziedzin pokrewnych (dietetyki, rehabilitacji, fizykoterapii), to w zakresie poznawczo-opisowym jest to dziedzina transdyscyplinarna, ponieważ jej cele przekraczają znacznie kompetencje samej medycyny. Estetologia medyczna opiera się zatem zarówno na metodologii nauk przyrodniczych, jak i humanistycznych – antropologii, socjologii, psychologii i filozofii (w tym etyce i estetyce).

Naukowcy analizują też kwestię przynależności tej stosunkowo młodej, niesformalizowanej i nieutralowanej przez tradycję nauki gałęzi medycyny do humanizmu (łac. *humanus* – ludzki). Humanizm w tych aspektach starają się rozumieć jako wszelkie postawy intelektualne i moralne, którym towarzyszy pogląd afirmujący godność człowieka. W ramach humanizmu człowiek znajduje się w centrum zainteresowania. Używają też pojęcia *enhancement*, co w języku angielskim oznacza poprawę, rozszerzenie, zwiększenie, podniesienie, uwydatnienie, wzbogacenie, usprawnienie, spotęgowanie zmierzające do doskonałości ciała<sup>111</sup>.

## **Korzystanie z zabiegów medycyny estetycznej objawem zaburzeń zdrowia psychicznego**

W 2005 r. opublikowano wyniki badań przeprowadzonych wśród pacjentów 81 klinik przez Cartera Singha, psychologa z Derbyshire Royal Infirmary, oraz Martina Kelly'ego, chirurga plastycznego z London Plastic Surgery Associates. Porównali oni wyniki badań osób, które korzystały z iniekcji botoksu, z tymi, które zdecydowały się na mniej inwazyjny zabieg upiększający. Stwierdzili, że wśród osób, które miały zabieg z botoksem:

1. ponad połowa miała poczucie braku kontroli nad procesem starzenia się;
2. ponad połowa wyrażała złość wobec ludzi, którzy krytykowali je za używanie botoksu;
3. ponad 40% przejawiało kompulsywne pragnienie powtarzania zabiegów z botoksu;
4. ponad połowa uważała, że czuje się młodziej, a nie że tak wygląda<sup>112</sup>.

W świetle tych obserwacji może się wydawać, że zaburzenie dotyczy cielesnych zaburzeń dysmorficznych, ale też zachowań kompulsywnych lub zbliżonych do anoreksji zwanych estetoreksją lub wręcz uzależnienia behawioralnego.

---

<sup>111</sup> K. Napiwodzka-Bulek, *Medycyna estetyczna – humanistyczne dążenie czy „enhancement”?*, „Filozofia Publiczna i Edukacja Demokratyczna” 2017, nr 6, s. 151-166, [www.filozofiapubliczna.amu.edu.pl](http://www.filozofiapubliczna.amu.edu.pl) [dostęp: 2.06.2020].

<sup>112</sup> *Botox therapy 'may be addictive'*. *BBC News*, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/5355282.stm> [dostęp: 2.06.2020].



## MĘSKA CHIRURGIA PLASTYCZNA – UJĘCIE KULTUROZNAWCZE



### Wprowadzenie

Floryda, 2013 r. Poboczem drogi idzie młoda kobieta. Niesie kartkę z napisem: *Not homeless. Need boobs* („Nie jestem bezdomna. Potrzebuję piersi”). Christina Andrews nie zмага się z nowotworem piersi, nie zbiera pieniędzy na operację ratującą życie, ale... na zabieg powiększenia biustu. Wielu kierowców zatrzymuje się i daje jej pieniądze<sup>113</sup>. Czy na miejscu Christiny mógłby być mężczyzna trzymający np. planszę „Zbieram na większego penisa”? Oczywiście – tak (i pomijam tu happening, myślę o przeprowadzeniu takiej akcji na poważnie). Być może zresztą do takich sytuacji już doszło w jakiejś części świata, ale nie doczekały się one informacji medialnych (choć nagranie to dokumentujące ma absolutnie potencjał wiralu) lub też do takich przekazów nie dotarłem. Bez trudu mogę sobie wyobrazić mężczyznę zbierającego na zabieg poprawienia wyglądu, ponieważ panowie coraz częściej są pacjentami klinik medycyny estetycznej. Mimo to prawdopodobieństwo publicznego zbierania przez mężczyznę środków finansowych na zabieg poprawiający daną część ciała jest mniejsze niż w przypadku kobiet. Po pierwsze dlatego, że wciąż z usług chirurga plastycznego częściej korzysta płeć piękna, po drugie – bo nadal (jak wskazują lekarze przeprowadzający zabiegi) mężczyźni niechętnie, rzadziej niż kobiety, dzielą się z otoczeniem informacją o poprawie wyglądu w klinice.

W niniejszym tekście szkicuję zagadnienie męskiej chirurgii plastycznej (istotne zastrzeżenie: podejmuję temat wyłącznie chirurgii kosmetycznej, pomijam chirurgię rekonstrukcyjną). Omawiam je z perspektywy kulturoznawczej i medioznawczej. Rozpatruję bowiem medycynę estetyczną w kontekście epoki ponowoczesności, roli współczesnych mediów (także społecznościowych). Takie ujęcie nie jest całkowicie wolne, czego mam świadomość, od generalizacji, pozwala jednak wskazać na uprawdopodobnione hipotezy dotyczące m.in. przyczyn popularności zabiegów medycyny estetycznej, powodów zainteresowania daną usługą chirurga plastycznego. Skupiam się na sytuacji w Polsce, ale kilkakrotnie odnoszę się do Stanów Zjednoczonych – to, co jest dziś popularne w USA, będzie (z bardzo dużym prawdopodobieństwem) elementem

113 B. Możdżyński, *Dobry nastrój spod skalpela*, <https://www.forbes.pl/life/styl/operacje-plastyczne-przymus-nowoczesnosci/1f3mty2> [dostęp: 23.04.2014].

polskiego krajobrazu społecznego jeśli nie jutro, to za kilka dni (czasem metaforycznie, czasem dosłownie).

## Skala zjawiska

Liczba operacji plastycznych oraz mniej inwazyjnych zabiegów poprawiających wygląd zarówno kobiet, jak i mężczyzn rośnie systematycznie od lat w zasadzie na całym świecie<sup>114</sup>. Pandemia koronawirusa nie tylko tej tendencji nie zatrzymała, ale jeszcze trend się zwiększył. Praca zdalna ułatwiająca regenerację skóry, rzadszy kontakt ze współpracownikami (brak dociekań przyczyn opuchnięcia, naklejonego plastra itd.), brak możliwości wyjazdów zagranicznych (skutkujący posiadaniem większych środków finansowych) – to zapewne część powodów zwiększonej liczby pacjentów klinik medycyny estetycznej. Według danych Brytyjskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej liczba konsultacji z osobami chcącymi coś poprawić w wyglądzie wzrosła o 70% w Zjednoczonym Królestwie. Amerykańskie Towarzystwo Chirurgów Plastycznych wskazuje na 64-proc. wzrost liczby wizyt u chirurga plastycznego względem okresu sprzed pandemii<sup>115</sup>. Nie inaczej jest w Polsce: „Niektóre kliniki notują wzrost zainteresowania nawet o kilkadziesiąt procent”<sup>116</sup>.

W literaturze przedmiotu i w internecie można spotkać różne dane obrazujące, ilu Polaków (w znaczeniu płci, nie narodu – jeśli będzie mi chodziło o drugie znaczenie, zasygnalizuję to) jest pacjentami klinik medycyny estetycznej. W 2019 r. Happy Clinic<sup>117</sup> informowała, że ponad 20% (a 10 lat wcześniej – niespełna 8%) jej pacjentów to mężczyźni<sup>118</sup>. W 2020 r. z usług kliniki SC Beauty Clinic skorzystało ok. 10-15% panów<sup>119</sup>, a z kliniki Dr Paul Chirurgia Plastyczna – ok. 20% pacjentów płci męskiej<sup>120</sup>. Autorka jednego z analizowanych przeze mnie tekstów o skali zjawiska w ubiegłym roku pisze, że mężczyźni stanowią 20-30% pacjentów<sup>121</sup>.

114 Na przykład: D. Mieczkowski, *Obsesja piękna*, <https://www.rynekestetyczny.pl/obsesja-piekna/> [dostęp: 21.04.2021]; S. Brown, *Manager pod skalpelem*, <http://businesstraveller.pl/styl-zycia/zdrowie-i-uroda/manager-pod-skalpelem> [dostęp: 21.04.2021].

115 *Jak pandemia koronawirusa wpłynęła na rynek operacji plastycznych? Bombowo!*, <https://www.f5.pl/spoleczenstwo/jak-pandemia-koronawirusa-wplynela-na-rynek-operacji-plastycznych-bombowo> [dostęp: 25.04.2021].

116 M. Madejski, *Koronawirus wywołał boom na operacje plastyczne. „Wzrosty o kilkadziesiąt procent”*, <https://www.money.pl/gospodarka/koronawirus-wywolal-boom-na-operacje-plastyczne-wzrosty-o-kilkadziesiat-procent-6535198470760065a.html> [dostęp: 22.04.2021].

117 <https://www.manikowska.eu/blog/zabiegi-medycyny-estetycznej-dla-mezczyzn/> [dostęp: 21.04.2021].

118 <https://www.drsczyt.pl/blog/chirurgia-plastyczna-dla-mezczyzn-jakie-zabiegi-najczesciej-wybieraja-panowie> [dostęp: 21.04.2021].

119 *Przychodzi facet do kosmetologa...*, <https://www.zatokapiekn.pl/medycyna-estetyczna/162-zabiegi-estetyczne/1836-przychodzi-facet-do-kosmetologa> [dostęp: 21.04.2021].

120 E. Kurzyńska, *Pogoń za męską urodą*, <https://www.pb.pl/pogon-za-meska-uroda-1001265> [dostęp: 21.04.2021].

121 I. Hukałowicz, *James Bond zrobiony w klinice urody. Jak epidemia koronawirusa napędziła rynek medycyny estetycznej i chirurgii plastycznej*, <https://plus.dzienniklodzki.pl/james-bond-zrobiony->

Dane podawane przez kliniki wydają mi się bardziej wiarygodne niż deklaracje pacjentów, ponieważ część mężczyzn niechętnie przyznaje się do korzystania z takich zabiegów. W 2015 r. Renata Kim cytowała kilku chirurgów plastycznych, wszyscy wyrażali tę samą opinię:

– Mam pacjenta, który nawet przed żoną ukrywa swoje zabiegi. Przychodzi do mnie zawsze, gdy ona wyjeżdża – śmieje się dr Ewa Markiewicz, dermatolog z Gdańska. – Myślę, że 95 proc. moich pacjentów nie powie nikomu, że zrobili sobie jakiś zabieg – zgadza się dr Janusz Zdzitowiecki, współwłaściciel Sopockiej Fabryki Urody. – Za nic. To dla nich większy kłopot niż dla kobiet – potwierdza dr Joanna Kurmanow, chirurg plastyczny z Poznania<sup>122</sup>.

Po kilku latach sytuacja nie zmieniła się radykalnie. „Warto pamiętać również o śladach po zabiegu, gdyż mężczyźni nie za bardzo lubią chwalić się wizytami w gabinetach zabiegów estetycznych”<sup>123</sup>.

Większe zainteresowanie mężczyzn chirurgią plastyczną jest faktem. A jakie są jego przyczyny? W największym skrócie można je podzielić na indywidualne i społeczno-kulturowe. Mam tu na myśli to, że w niektórych przypadkach decyzja o skorzystaniu z usług chirurga plastycznego zależy wyłącznie od danej jednostki – ma ona taką wewnętrzną potrzebę, a środowisko rodzinne, zawodowe, przekaz medialno-reklamowy nie odgrywają żadnej roli. Bez wątplenia czasem takie sytuacje się zdarzają. Człowiek jest jednak istotą społeczną, podlega różnym oddziaływaniom, wpływom. Jak już wskazałem, chirurgię kosmetyczną rozpatruję głównie w kontekście ducha epoki: kultu ciała, potrzeby (musu?) widzialności, dążenia do natychmiastowego rezultatu itd. W dalszej części tekstu omówię kilku istotnych według mnie czynników, które wpływają na ciągły wzrost zainteresowania medycyną estetyczną ze strony mężczyzn. Analizowanych przeze mnie zjawisk nie szereguję od najważniejszego do mniej istotnych, kolejność nie jest więc elementem znaczącym.

## Reklama dźwignią... skalpela

Szczególnie w ostatnich latach trudno wyobrazić sobie istnienie nawet małej firmy bez jakiegokolwiek reklamy. Miliony użytkowników internetu odwiedzają dziennie tyle stron, korzystają z tak wielu aplikacji w swoich smartfonach, że nie usatysfakcjonuje ich witryna przeciętna, a te niefunkcjonalne, nieestetyczne nie tylko nie są czytane, ale grozi im stanie się memem.

Kliniki medycyny estetycznej doskonale zdają sobie z tego sprawę. Przygotowując niniejszy rozdział, odwiedziłem kilkanaście stron internetowych klinik z całej Polski.

---

w-klinice-urody-jak-epidemia-koronawirusa-napedzila-rynek-medycyny-estetycznej-i-chirurgii-plastycznej/ar/c3-15299669 [dostęp: 21.04.2021].

122 R. Kim, *Faceci pod nóż*, <https://www.newsweek.pl/polska/operacje-plastyczne-mezczyzn/15yhb2w> [dostęp: 9.08.2017].

123 R. Sitanovich, *Mężczyzna w gabinecie zabiegów estetycznych*, <https://dermatic.pl/aestheticbusiness/2021/02/01/mezczyzna-w-gabinecie-zabiegow-estetycznych/> [dostęp: 20.04.2021].

Wszystkie były profesjonalne. Podkreślały doświadczenie lekarzy (w nazwie niektórych stron widniał skrót „dr” podkreślający tytuł naukowy właściciela kliniki), pokazywały uśmiechnięte twarze. Osoba wchodząca na daną stronę ma poczuć, że już za chwilę, po umówieniu wizyty, znajdzie się co najmniej w dobrych rękach, a w zasadzie – w najlepszych. Słowa są starannie dobrane – mają oddziaływać na percepcję czytelnika. Oto przykład takiego perswazyjnego komunikatu (pogrubienia – moje):

Zabiegi medycyny estetycznej dla mężczyzn **cieszą się coraz większą popularnością**. [...] Mężczyźni **coraz bardziej dbają o swój wygląd**. **Chcąc utrzymać doskonałą prezencję** niezależnie od wieku, **przełamują stereotypy**, korzystając z rozmaitych zabiegów dostępnych w gabinetach medycyny estetycznej. [...] Należy podkreślić, że zabiegi wykonane w **profesjonalnym gabinecie**, są **skuteczne i całkowicie bezpieczne** nawet dla wrażliwej skóry. [...] Iniekcja botoxu i kwasu hialuronowego oraz depilacja laserowa to podstawowe zabiegi z zakresu medycyny estetycznej, na które decydują się **współcześni mężczyźni**. Są one **mało inwazyjne, bezbolesne i nie wymagają długotrwałej rekonwalescencji**, a **znacząco wpływają na poziom ich atrakcyjności**<sup>124</sup>.

Pełna wspólnota doświadczeń: współczesny mężczyzna, dbający o wygląd, przełamujący stereotypy, chcący być wciąż atrakcyjny, a przy tym obawiający się bólu czuje, że w tym miejscu zostanie w pełni zrozumiany.

## Rola mediów społecznościowych

Wpływ mediów społecznościowych na wszelkiego typu – od życiowych po zakupowe – wybory ich użytkowników jest znany i opisywany od dawna. Social media wywierają też olbrzymi wpływ na zainteresowanie medycyną estetyczną. W 2019 r. „Journal of the American Medical Association” opublikował rezultaty badań (przeprowadzonych przez naukowców z Johns Hopkins) użytkowników mediów społecznościowych. Pokazały one, że osoby korzystające z takich serwisów są bardziej skłonne do zaakceptowania ingerencji plastycznych w wygląd i częściej rozważają takie zabiegi. Użytkownicy mediów społecznościowych korzystają często różnych aplikacji do edycji zdjęć. Wirtualne filtry nie sprawdzają się w realnym życiu. Przywołane czasopismo podało także, że aż 55% lekarzy spotkało się z tym, że pacjenci przynieśli na wizytę swoje zdjęcie przerobione za pomocą filtrów (mieli na nim np. większe oczy czy zgrabniejsze nosy), aby pokazać, jaki wygląd chcą uzyskać<sup>125</sup>.

Także w 2019 r. Amerykańska Akademia Chirurgii Plastycznej i Rekonstrukcji Twarzy podała, że „72 proc. osób zgłaszających się na konsultację motywowało chęć

---

124 *Zabiegi medycyny estetycznej dla nowoczesnych mężczyzn*, <https://kliniakrajewski.pl/przelamujemy-stereotypy-czyli-nowoczesny-mezczyzna-w-gabinecie-medycyny-estetycznej/> [dostęp: 22.04.2021].

125 M. Kuchta-Nykiel, *Użytkownicy social media są bardziej skłonni do akceptacji operacji plastycznych*, <https://socialpress.pl/2019/07/uzytownicy-social-media-sa-bardziej-sklonni-do-akceptacji-operacji-plastycznych> [dostęp: 21.04.2021].

poddania się zabiegowi medycyny estetycznej potrzebą polepszenia własnego wyglądu do selfie<sup>126</sup>. Takie sytuacje, choć jeszcze na mniejszą skalę, mają miejsce również w Polsce. W „Wysokich Obcasach” zacytowano chirurga plastycznego, który w 2020 r. powiedział: „Niektóre pacjentki już chcą wyglądać tak jak w aplikacji: z większymi ustami, mniejszym nosem”<sup>127</sup>.

Zaburzenie postrzegania wyglądu swojego i innych wskutek używania filtrów jest niebagatelnym, do tego wciąż rosnącym problemem współczesności. W 2020 r. firma Dove zleciła badanie amerykańskich nastolatków (10-17 lat) i kobiet (w wieku 18-55 lat). Pokazało ono, że aż 80% dziewczynek do 13. roku życia korzysta z aplikacji do edycji zdjęć, by osiągnąć wymarzony przez nie wizerunek. 52% nastolatków spędzających od 10 do 30 minut na edycji własnych zdjęć miało niskie poczucie wartości swojego ciała. 61% dziewczyn chciałoby, aby świat bardziej skupiał się na tym, kim są, a nie na tym, jak wyglądają. Uzyskane wyniki badania, bardzo niepokojące dla dobrostanu jednostek, skłoniły markę Dove do zainicjowania kampanii społecznej „Piękno bez filtra”<sup>128</sup>.

Przywołane badanie dotyczy wyłącznie kobiet, ale nie mam wątpliwości, że nadmierne korzystanie z filtrów zaburza postrzeganie somatoestetyczne także u chłopców i mężczyzn.

## Kultura instant

Ponowoczesność to kultura natychmiastowości. Cel trzeba osiągnąć szybko, bez wysiłku. W kulturę instant, jak określa ją Zbyszko Melosik<sup>129</sup>, wpisują się niektóre zabiegi dla mężczyzn, np. liposukcja czy implanty klatki piersiowej.

Wydawać by się mogło, że sportowa sylwetka wymaga uprawiania sportu (abstrahując od przypadków, gdy dana jednostka stosuje restrykcyjne diety czy ma dobrą przemianę materii). Od co najmniej kilku lat dostrzegam stosunkowo niewielkie zainteresowanie przez mężczyzn powyżej 30. roku życia grą na „orlikach”. Gram w koszykówkę i poza moim „zespołem” (to granie czysto amatorskie, więc cudzysłów jest uzasadniony), czyli ludźmi urodzonymi w latach 80., rywalizuję głównie z nastolatkami. Na polskich plażach i na nadmorskich promenadach dostrzegam rosnącą z roku na roku liczbę mężczyzn, często młodych, z bardzo dużą nadwagą. Nie jest to w żadnym razie kwestia mojego krytycyzmu. W 2019 r. Kantar przeprowadził badanie dotyczące aktywności ruchowej. Wyniki nie pozostawiają złudzeń – polskie społeczeństwo całkowicie zaniedbuje tak ważną sferę życia, jaką jest sport:

126 *Jak pandemia koronawirusa...*

127 A. Mrowińska, *Chirurg plastyczny: Niektóre pacjentki już chcą wyglądać tak jak w aplikacji: z większymi ustami, mniejszym nosem*, <https://www.wysokieobcasy.pl/wysokie-obcasy/7,53668,25886272,niectore-pacjentki-juz-chca-wygladac-tak-jak-w-aplikacji-z.html> [dostęp: 21.04.2021].

128 „Odwrócone selfie” – Dove zwraca uwagę na nierealne stereotypy piękna, <https://marketing-przykawie.pl/espresso/odwrocone-selfie-dove-zwraca-uwage-nierealne-stereotypy-piekna/> [dostęp: 25.04.2021].

129 Por. Z. Melosik, *Tożsamość, ciało i władza w kulturze instant*, Impuls, Kraków 2014.

64% mieszkańców naszego kraju przynajmniej raz w miesiącu podejmuje jakieś działania rekreacyjne, za które uznano spacer i jazdę rowerem. Pozostałe 36% badanych [...] nie zrobiło nic w tym kierunku. Aż 18% Polaków stwierdziło, że nie było na spacerze dłuższym niż 10 minut ani razu w ciągu ostatniego tygodnia. Co trzecia osoba nie podejmuje żadnej aktywności fizycznej nawet raz w miesiącu. [...] Światowa Organizacja Zdrowia zaleca minimum 150 umiarkowanego lub 75 minut intensywnego wysiłku fizycznego na tydzień<sup>130</sup>.

Można postawić ironiczną hipotezę, że osoby nieruszające się regenerują się po zabiegu poprawiającym wygląd, ale sprawa jest niezwykle poważna, dotyczy zdrowia publicznego.

Oczywiście zdają sobie sprawę, że modelowanie brzucha może być skutkiem zrzućenia bardzo dużej wagi (a jej wcześniejszy wzrost mógł mieć podłoże chorobowe). W części przypadków jednak wynika to wyłącznie z chęci uzyskania szybkiego efektu (wymarzona sylwetka) zamiast pozytywistycznej pracy u podstaw, jakże jednak odległej od kultury współczesnej nastawionej na „tu i teraz”. Dla omawianych zabiegów interesujące są słowa lekarki, która opisuje wizytę pacjenta już po poddaniu się zabiegowi modelowania mięśni brzucha: „Powiedział: «Kurczę, całe życie starałem się dobrze wyglądać, chodziłem na siłownię i w końcu kiedy po zabiegu poszedłem poćwiczyć, to wszyscy stwierdzili, że musiałem się nieźle napracować, aby osiągnąć taką rzeźbę...» A ten pan po prostu zrobił sobie liposukcję, do której pewnie nikomu się nie przyznał<sup>131</sup>. Przykład wydaje mi się ciekawy, ponieważ ukazuje osobę wprawdzie aktywną fizycznie, ale ruch nie ma na celu wyłącznie dbania o zdrowy styl życia, nie stanowi realizacji sportowej pasji, ale najważniejszym elementem jest chęć imponowania innym.

## Męskie sprawy

Tom Hickman dowcipnie zauważa, że pod wieloma względami posiadanie członka ogranicza mężczyznom widzenie świata. Już w momencie narodzin człowieka są w bliskim związku, tworzą nieodłączną parę. Dla Hickmana mężczyzna i jego penis są jak Batman i Robin<sup>132</sup>. Dla mężczyzn członek to synonim męskości. Wielu panów uważa, że tylko odpowiedniej wielkości penis zapewnia przyjemność seksualną partnerowi. Nie przyjmują na ogół do świadomości oczywistego dla psychologów czy socjologów faktu, że „Penis potrafi dawać dużo przyjemności, ale rozkosz można także osiągnąć bez jego udziału. [...] W seksie – wbrew pozorom – najważniejszy jest mózg<sup>133</sup>”.

„British Journal of Urology International” w 2015 r. opublikował badania, z których wynikało, że tylko nieco ponad połowa mężczyzn jest zadowolona z wielkości swojego

130 *Zatrważające dane. Blisko 40 proc. Polaków w ogóle nie uprawia sportu*, <https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,25105594,polowa-polakow-powyzej-55-roku-rezygnuje-z-aktywnosci-fizycznej.html> [dostęp: 21.04.2021].

131 I. Hukałowicz, *op. cit.*

132 T. Hickman, *Boskie przyrodzenie. Historia penisa*, Wydawnictwo Czarne, Warszawa 2014.

133 J.M. Berent, *Męskość kręci się wokół jednego organu*, <https://zwierciadlo.pl/psychologia/czym-jest-dla-mezczyzny-jego-meskosc> [dostęp: 22.04.2021].



penisa. Psychiatra David Veale napisał: „Duża w tym wina branży porno, w której aktorów dobiera się, biorąc pod uwagę wymiary członka”<sup>134</sup>. Trudno się z tym nie zgodzić, przy czym miałbym jedno zastrzeżenie: odbiorca kierujący się rozsądkiem ma świadomość, że świat kreowany przez producentów filmów pornograficznych nie ma nic wspólnego z rzeczywistością i postrzeganie go jako wzorca jest całkowitą aberracją. Jednak jako że racjonalność w dobie fake newsów, rozmaitych manipulacji i kreowania w mediach (także społecznościowych) nierzeczywistych obrazów jest zagrożona, to część mężczyzn nie potrafi kierować się rozsądkiem.

Dominik Boligłowa, chirurg plastyczny zajmujący się m.in. operacyjnym przedłużaniem penisów, zauważa: „W rejestrach International Society of Aesthetic Plastic Surgery przed rokiem 2013 liczba zabiegów przedłużania penisa była tak mała, że nie rejestrowała tego statystyka. Potem nastąpił nagły skok i do końca 2017 roku na całym świecie zdecydowało się na taki zabieg ponad 45 tysięcy mężczyzn”<sup>135</sup>. Lekarz ten wskazuje, że zdarzają się pacjenci mający mikropenis, ale zdecydowanie częściej zgłaszają się do niego mężczyźni, u których chęć powiększenia członka ma przyczynę nie biologiczną, a społeczno-kulturową. Boligłowa wymienia ochotę na wysyłanie partnerowi, a nawet znajomym, poprzez media społecznościowe, rozbieranych zdjęć, a także chęć dorównania aktorom filmów pornograficznych.

Przeanalizowałem kilkadziesiąt wypowiedzi internautów zamieszczonych pod wywiadem z chirurgiem plastycznym. Piszący zdecydowanie opowiedzieli się przeciwko chirurgicznemu powiększaniu członka. Zamieszczam kilka postów (najpierw podaję nick użytkownika, potem cytuję jego opinię, pisownia oryginalna) rekonstruujących tok myślenia osób, które podzieliły się swoją opinią.

- Kundel: „Z penisem jest jak z pensją w budżetowce, szczególnie w edukacji. Zawsze, ale to zawsze będzie za mało. I nie pomaga tłumaczenie, że pochwa unerwiona jest zaledwie na kilku centymetrach u wejścia. Media, a w szczególności portale oferujące filmy pornograficzne, wykreowały obraz nienasyconego buhaja, z 25 centymetrowym wackiem, zdolnego odbyć 20 stosunków z minutową przerwą. I każdy odstający od tego wzorca dostaje siwych włosów, a od stresu konar coraz rzadziej płonie. Lekarze zaś i farmaceuci tylko zacierają ręce, rezerwując sobie naprędce, akonto, najnowszego Bentleya. I tak życie płynie”.

- polacz.kropki: „pewnym nadużyciem jest używanie słowa medycyna, choćby estetyczna, do spełniania chorych zachcianek zdrowych osób”.

---

134 J. Krywko, *Oto PRAWDZIWA długość penisów. Będziecie zdziwione*, [https://wyborcza.pl/1,75400,17518770,Oto\\_PRAWDZIWA\\_dlugosc\\_penisow\\_\\_Bedziecie\\_zdziwione.html](https://wyborcza.pl/1,75400,17518770,Oto_PRAWDZIWA_dlugosc_penisow__Bedziecie_zdziwione.html) [dostęp: 22.04.2021].

135 I. Hajnosz, *Rynek medycyny estetycznej. Coraz więcej mężczyzn u chirurga: mój penis jest za mały*, <https://krakow.wyborcza.pl/krakow/7,44425,24449717,cena-wiekszej-meskosci.html> [dostęp: 22.04.2021].

- polonests: „Rozmiar w przypadku penisa ma takie same znaczenie jak w przypadku wielkości biustu, czyli żadne. Chyba że mówimy o mikropenisach albo o całkowitym braku piersi/gigantycznych piersiach. Wszystko pomiędzy jest OK”.
- anetka: „Po raz kolejny okazuje się, że największe pieniądze robi się na ludzkiej głupocie”.
- nikanor: „Mózgu powiększyć się nie da – to powiększają penisa. Zawsze coś”.

## Męska chirurgia plastyczna przejawem kryzysu męskości?

O kryzysie męskości napisano już wiele publikacji i zapewne jeszcze sporo nowych tekstów powstanie, bo to zjawisko niezwykle interesujące. Ramy tego tekstu nie pozwalają na szersze podjęcie tematu, wskażę więc tylko kilka aspektów, które w kontekście refleksji nad tym, czy istnieje korelacja między kryzysem męskości a korzystaniem przez panów z usług chirurgów plastycznych, wydają się ważne.

Ponad 100 badaczy z kilkudziesięciu krajów w ramach międzynarodowego projektu Towards Gender Harmony, szukało odpowiedzi na pytanie, czym jest męskość, jak ją definiować i co przez nią rozumieć. Przebadano ponad 28 tys. uczestników – kobiet i mężczyzn. W większości kultur męskość jest czymś innym niż byciem mężczyzną – na męskość i bycie męskim mężczyzną trzeba zasłużyć, co za tym idzie – męskość można utracić. Jak przekonują badacze, jej poczuciem łatwo jest zachwiać, np. komentując cechy fizyczne czy osobowościowe mężczyzn<sup>136</sup>.

Od dziesięcioleci część nurtu feministycznego głosi pogląd, że chirurgia plastyczna to przejaw opresjonowania kobiet zmuszanych – w formie przemocy symbolicznej – do sprostanania ideałowi piękna stworzonemu przez mężczyznę. Teksty z takim przesłaniem powstają do dziś. Oto dwa przykłady:

Przykre jest to, iż kobiety stały się ofiarami piękna, które w praktyce jest integralną częścią polityki patriarchalnych społeczeństw. Podkreśla to androcentryczny charakter kultury, w której to mężczyźni definiują normę, a atrakcyjność kobiet podnosi status społeczny mężczyzn. Feministyczna krytyka kultury wskazuje, iż wyzwolenie kobiet jest pozorne. W przeszłości kobiety były więźniami ogniska domowego i macierzyństwa, a współcześnie stały się więźniami własnego ciała<sup>137</sup>.

Współczesne branże kosmetyczne i chirurgii plastycznej są produktami końcowymi obsesji, która zrodziła się w latach 40. XIX wieku w Stanach Zjednoczonych – obsesji wiernego odzworowywania i ujawniania wszelkich prawd skrytych w wizerunku. [...] Istotną rolę w rozwoju mitu piękna wraz z początkiem fotografii mieli mężczyźni, ponieważ to oni byli głównymi twórcami pierwszych portretów. Pierwsze wizerunki kobiet zostały stworzone przez mężczyzn,

136 *Męskość długo się zdobywa, szybko traci. Międzynarodowe badania naukowego zespołu z UG*, <https://ug.edu.pl/news/pl/1119/meskosc-dlugo-zdobywa-szybko-traci-miedzynarodowe-badania-naukowego-zespołu-z-ug> [dostęp: 25.04.2021].

137 A. Ciupa, *Idealne ciało kobiety a presja społeczna*, <https://vege.com.pl/2019/07/29/idealne-cialo-kobiety/> [dostęp: 24.04.2021].



reprezentowały ich spojrzenie oraz skopofilię – przyjemność patrzenia na uprzedmiotowiony obiekt obserwacji<sup>138</sup>.

Szanując tę optykę, absolutnie nie mogę się z nią zgodzić. Słusznie zauważa Melosik: „W przeszłości ciało męskie pozostawało poza «obrazem»; miało się wrażenie, że jedynie kobieta posiada ciało, które mężczyzna podziwia i zdobywa. [...] W kulturze współczesnej mężczyzna «przyodziewa się» w swoje ciało. Ciało męskie staje się obiektem zainteresowania i krytyki”<sup>139</sup>.

Zainteresowania i krytyki także ze strony kobiet – dodam. Współcześnie wzorce dla kobiet, również te dotyczące medycyny estetycznej, tworzą zarówno kobiety, jak i mężczyźni. Te pierwsze może nawet bardziej, jeśli wziąć pod uwagę, że większość tekstów, co upiększyć w klinice medycyny estetycznej, tworzą kobiety, one też są – z bardzo rzadkimi wyjątkami – redaktorami naczelnymi adresowanych do kobiet czasopism, w których propagują czytelniczkom określone wzorce piękna.

W kontekście tego, kto tworzy wzorec atrakcyjnego ciała, a kto chce mu sprostać (za wszelką cenę?), przywołam opinie dwóch chirurgów plastycznych:

Myślę, że pierwsze wizyty u nas bywają jeszcze dla niektórych panów wstydlive, dlatego często przychodzą ze swoimi drugimi połówkami, które ich wspierają – przyznaje Tomasz Konończuk [...]. Jak dodaje Magdalena Nowicka, nierzadko jej stałe klientki, które zobaczyły pozytywne efekty na własnej skórze, przyprowadzają swoich mężów, aby ich też „poprawić”. Sporo jest też panów, którzy mają dużo młodsze żony i chcą się czuć przy nich atrakcyjnie. Są też mężczyźni, którzy się rozwodzą i bardzo zależy im na dobrym wyglądzie, ponieważ szukają nowych partnerek<sup>140</sup>.

## Zakończenie

Bez wątpienia zainteresowanie mężczyzn medycyną estetyczną jest coraz większe. Wszystko wskazuje na to, że co najmniej w najbliższych kilku latach ta rosnąca tendencja utrzyma się. Wynika ona bowiem z kilku istotnych kwestii społeczno-kulturowych, których znaczenie rośnie, a nie maleje. *Signum temporis* stanowi fakt, że o nastawieniu na „ja” mówi i pisze wielu członków społeczeństwa, mają oni przekonanie o swojej wyjątkowości, a tymczasem ich wybory życiowe nie mają nic wspólnego z indywidualizacją, są za to podążaniem za modą, chęcią sprostania normom danego neoplemienia.

Na jednym z memów pod zdjęciem twarzy kobiety napisano: „Pożyczyłam znajomej pięć tysięcy na operację plastyczną i teraz nie wiem, jak ona wygląda”. Chirurgiczne poprawianie wyglądu, jeśli dana osoba zachowuje przy tym twarz i chłodną głowę, ma w niektórych przypadkach uzasadnienie. Zachowanie umiaru w kulturze nadmiaru nie jest jednak powszechne. W przeciwieństwie do chirurgicznych interwencji...

---

138 K. Stupnicka, *Fotografia jest patriarchalna z założenia, czyli o czym zapomnieliśmy w dyskusji na temat selfie-feminizmu*, <https://krytykapolityczna.pl/kultura/fotografia-jest-patriarchalna-z-zalozenia-czyli-o-czym-zapomnieliśmy-w-dyskusji-na-temat-selfie-feminizmu/> [dostęp: 24.04.2021].

139 Z. Melosik, *op. cit.*, s. 149.

140 I. Hukałowicz, *op. cit.*

## SKARYFIKACJA

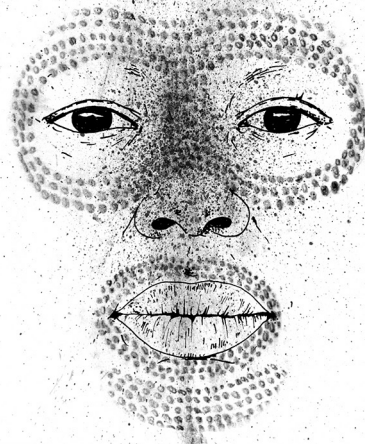
Modyfikacja ciała, tak powszechna obecnie na świecie, już nie budzi tak wielu emocji i skojarzeń jak np. tatuaże nazistów czy więźniów. Tatuaże i kolczyki w różnych częściach ciała są coraz bardziej akceptowane społecznie. Wciąż jednak trudno określić, czy także skaryfikacja, czyli nacinanie ciała, znajdzie się poza kręgiem zaciekawienia, zadziwienia czy oburzenia.

### Historia aktualna do dziś

Skaryfikacja nie jest pomysłem współczesnej mody. Ozdabianie ciała tatuażami i skaryfikacją zauważono u człowieka z lodu nazwanego Ötzi, który zmarł ponad 5000 lat temu w południowym Tyrolu. Na jego ciele odnaleziono 50 tatuaży układających się w linie i krzyżyki. Po szczegółowych badaniach ustalono, że powstały wskutek skaryfikacji ciała i wcierania w rany węgla drzewnego. Szczególnie chętnie skaryfikowano ciała o ciemnej skórze, gdyż na niej rysunki tatuażu były niewyraźne, ale uzyskiwany efekt przypominał płaskorzeźbę.

Historia skaryfikacji sięga epoki neolitu. Związana była z rytuałami religijnymi. Wśród pierwotnych ludów Australii i Oceanii oraz Afryki, plemion żyjących w bardzo trudnych warunkach, które wymagały odwagi i umiejętności znoszenia bólu, skaryfikacja stanowiła element obrzędów inicjacyjnych będących symbolem przechodzenia dziecka w dorosłość. Trwałe obrazy na ciele były też znakami tożsamości, gdyż każdy klan miał swój własny wzór, który zwykle wiązano z totemem – protoplastą i opiekunem rodziny. Inaczej należało rozumieć naznaczanie w ten sposób zwycięzców lub przegranych w bojach niż więźniów i kryminalistów.

Tatuaże Maorysów znane jako moko również były łączone ze skaryfikacją. Odkrył to współczesny artysta fotografik Michael Bradley, oglądając zdjęcia z lat 50. XX w., które wykonywali osadnicy. Technika wówczas używana nie umożliwiła zachowania



barw, jednak wyraźnie zauważalne są bliznowate ślady po używanych przez Maorysów dłutach zwanych uhi<sup>141</sup>.

Bronisław Piłsudski, brat słynnego Józefa, zesłany przez cara na Sachalin, stał się badaczem kultury Ajnów – mieszkańców Sachalina, a potem części Japonii. Obserwował, opisał i sfotografował skaryfikację twarzy kobiet wykonywaną ostrym nożem wokół ust. Następnie w rany wcierano sadzę zeszkrobaną z garnka, a potem przemywano wywarem z kory. Zabieg powtarzano wielokrotnie, uzyskując efekt jakby drugich ust – czasami od brody do nasady nosa, sięgając na policzki. W pewnym sensie kobiety upodabniały się w ten sposób do bardzo owłosionych mężczyzn tego plemienia, jednocześnie było to postrzegane jako przejmowanie męskiej odwagi i siły. Do dziś ten zwyczaj można zauważyć, szczególnie u starszych kobiet. Być może kiedyś same wykonywały te zabiegi, by podkreślić gotowość do małżeństwa i zasygnalizować, że wspólnie z mężem podejmą codzienne trudy<sup>142</sup>.

Skaryfikacja była do niedawna popularna szczególnie w Afryce, gdyż z uwagi na ciepły klimat wzory na ciele były stale eksponowane. Jednak nadal zwyczaj ten przetrwał w niektórych plemionach szczególnie południowej Afryki i skaryfikacja jest wykonywana w celu uzyskania panującego tam ideału piękności. Przykładem są dziewczyny z plemienia Thembu w bantustanie Transkei. Brzuchy dziewczyn pokrywają blizny, układające się we wzór, który rozpoczyna się pomiędzy piersiami i ciągnie się do pępka i rozchodzi na boki, a czasami przechodzi na plecy.

Zabieg został opisany przez badaczy – obserwatorów dopuszczonych do tajemnicy. Wykonują go starsze, wyspecjalizowane w takiej technice kobiety. Zabieg rozpoczyna wyrysowanie zaostrzonym patyczkiem wzoru na skórze. Potem co kilka milimetrów podnoszona jest skóra i nacinana żyłką. Po zmyciu obficie spływającej krwi świeże rany smarowane są krowim łajnem, co ma je zabezpieczać przed dostępem powietrza i zapobiegać zakażeniom. Po kilku dniach usuwa się strupki, a blizna formuje się w grudki.

W Beninie, niewielkim państwie Afryki zachodniej należącym do Unii Afrykańskiej i Wspólnoty Gospodarczej Państw Afryki Zachodniej (Economic Community of West African States – ECOVAS), położonym między Togo i Nigerią, nadal wykonuje się skaryfikację twarzy u dzieci przed osiągnięciem okresu dojrzałości. Wszystkie otrzymują zwykle taki wzór, jaki noszą ich ojcowie. U jednych członków plemienia nacięcia mogą przebiegać od nozdrzy pod brodę, u innych od skroni, czoła czy nosa. Liczba nacięć też jest zależna od rodzinnego wzoru. Ceremonia jest bardzo krwawa.

O mieszkańcach tego kraju, obyczajach i wierzeniach niezmiernie ciekawe informacje podaje Paolo Valente w *Opowieściach szeptanych przez wiatr*. Przemierzał on afrykańskie wioski w poszukiwaniu najstarszych członków rodów i przekazał ich opowieści

---

141 <https://fotoblogia.pl/12530,technika-mokrego-kolodionu-sprawia-ze-tatuaze-sa-niewidoczne> [dostęp: 28.02.2021].

142 <https://wielkahistoria.pl/ajnowie-jedna-z-najbardziej-tajemniczych-i-zaskakujacych-kulturalnego-wschodu/> [dostęp: 26.02.2021].

na łamach tej książki<sup>143</sup>. Na tych terenach w XVIII w. toczono długotrwałe i bardzo ostre międzyplemienne walki. To wówczas, by odróżnić przeciwnika, upowszechniła się skaryfikacja, która układała blizny w określone wzory, czasem pokrywające również ciało. Dzięki temu możliwe było zidentyfikowanie członków własnego plemienia i zgodne z zachowaniem własnych obrzędów pochowanie poległych. W różnych częściach Afryki mówi się, że skaryfikacja twarzy chroniła przed handlarzami niewolnikami. Jedynie za osoby o gładkiej twarzy i całym ciele (co miało świadczyć o doskonałym zdrowiu) uzyskiwano najwyższą cenę.

Inne obyczaje, w których używano skaryfikacji, dotyczyły dzieci kobiet, które poroniły i błagały bóstwa o potomka. Jeśli się urodził, dla upamiętnienia niezżyjącego rodzeństwa wycinano na lewym policzku dziecku małą ranę, pozostawiającą charakterystyczną bliznę.

Zakochane dziewczęta prosiły o wykonanie na ich brzuchu skaryfikacji zwanej pu-uwari, co było sygnałem, że chcą wyjść za mąż. Młode mężatki z plemienia Bétamarribe, chcąc zapewnić poród bez komplikacji, przed zajściem w pierwszą ciążę prosiły o skaryfikację pionowych linii na pośladkach.

Tradycja skaryfikacji w Beninie powoli zanika. Ludzie nie chcą już kaleczyć swoich dzieci, obawiają się też zakażeń, bo narzędzia używane do świętego rytuału skaryfikacji bywają niesterylizowane<sup>144</sup>.

Przed 10 laty opublikowano wyniki obserwacji w Kongu – 2008 dzieci w wieku od 1. miesiąca do 9 lat, hospitalizowanych w latach 2005-2008: 130 z nich leczono przedtem w domu skaryfikacją, w tym 1/3 z nich w czasie zabiegu nacinano ciało, zwykle żyłką, kilkukrotnie (brzuch, klatka piersiowa). Częściej zabiegi te wykonywano też u rodzeństwa i w środowiskach o niskim poziomie socjalno-ekonomicznym. We wszystkich przypadkach na decyzję rodziców istotny wpływ mieli dziadkowie. U 1/3 tych dzieci obserwowano powikłania – miejscowe zakażenia, u 7 dzieci wystąpiła posocznica i gronkowcowe zapalenie płuc i opłucnej. Badacze zauważają, że z uwagi na wysoką częstość wykonywania w zamierzeniu terapeutycznej skaryfikacji w Kongo, konieczne są działania, które umożliwiłyby jej wyeliminowanie.

W 2017 r. przedstawiono wyniki badań wśród mieszkańców subsaharyjskiej Afryki – znaczna część różnych zabiegów modyfikacji ciała, takich jak skaryfikacja, wykonywanych jest prawdopodobnie z powodu wiary w to, że zapobiegają chorobom lub mają znaczenie terapeutyczne. Przeprowadzane są w większości w warunkach niesterylnych, co prowadzi do wielu powikłań zdrowotnych<sup>145</sup>.

143 P. Valente, *Opowieści szeptane przez wiatr*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2008.

144 <https://www.national-geographic.pl/artykul/skaryfikacje-cialo-zniesie-wszystko-kopiuuj-1> [dostęp: 11.02.2021].

145 R. Garve, M. Garve, J.C. Türp et al., *Scarification in sub-Saharan Africa: social skin, remedy and medical import*, Trop Med Int Health. 2017, nr 22(6), s. 708-715, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28380287/> [dostęp: 12.02.2021]; J. Roman, *African Scarification*, JAMA Dermatol. 2016, nr 152, s. 1353, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27973657/> [dostęp: 12.02.2021].

## Zabieg skaryfikacji – współcześnie

Współczesnej skaryfikacji nie przypisuje się szczególnej roli. Jest to zabieg bardzo krwawy, odsłaniający żywe, podskórne tkanki. Czasem poddawanie się skaryfikacji czy przypalaniu jest związane z autoagresją, czyli zamierzonym samouszkodzaniem się, ponieważ ból fizyczny łagodzi cierpienie duszy. Tak ciężko okupiona bólem potrzeba piękna otwiera pole dla przemyśleń wielu psychologów, socjologów czy lekarzy.

Mateusz Biesiada, który wykonuje takie zabiegi w swoim krakowskim studio Rock'n'ink Tattoo, mówi:

Ciężko odpowiedzieć na pytanie, po co ludzie poddają się zabiegowi skaryfikacji. Niektórzy dla osiągnięcia rezultatu o charakterze estetycznym bądź duchownym, dla części osób to po prostu kolejna modyfikacja, o której zawsze marzyli, lecz znajdzie się garstka ludzi, którzy zrobią to tylko dlatego, aby być bardziej kontrowersyjnymi, aby zwrócić na siebie uwagę. Często później żałują<sup>146</sup>.

Zauważa on też, że osoby poddawane skaryfikacji w czasie zabiegu demonstrują stany jakby zaburzeń świadomości czy nadmiernej euforii, co związane jest z „szokiem endorfinowym”<sup>147</sup>.

W 2017 r. szeroko dyskutowano, zwłaszcza w mediach społecznościowych, na temat czarnych, wytatuowanych oczu i skaryfikacji na twarzy znanego rapera o pseudonimie Popek Monster. W czasie internetowego talk-show wspominał, że zabiegi nie były bolesne, choć kosztowne. Specjalistę od skaryfikacji znalazł aż w Australii i za 3,5 tys. funtów sprowadził go do Wielkiej Brytanii. Sam zabieg kosztował 4 tys. funtów<sup>148</sup>.

O młodych mężczyznach, którzy naśladując celebrytów, często sami sobie uszkadzają ciało, można znaleźć filmiki na YouTube, a także informacje w mediach<sup>149</sup>.

Istnieją różne metody skaryfikacji, trudno je więc wszystkie opisywać. Najczęściej stosowany jest tzw. cutting, związany z dużym krwawieniem, ale dzięki temu uzyskuje się zamierzony efekt w sposób nieomal doskonały. Jak podają wykonujący zabieg, większość osób nie chce na pole operacyjne patrzeć, znaczna część chętnych prosi o znieczulenie. Osoby, które decydują się na ponowny zabieg, opowiadają, że w czasie jego trwania mają poczucie tak wielkiej produkcji adrenaliny, że nie czują bólu. Przed paru laty wspomniany już raper Popek zamieścił na YouTube film z całego zabiegu, który nie wszyscy mogą oglądać, gdyż leją się tam strugi krwi.

Na zabieg skaryfikacji decydują się najczęściej osoby, które już mają jakieś modyfikacje ciała jak tatuaże, kolczyki czy tunele.

---

146 <https://natemat.pl/28117,skaryfikacja-moda-na-blizny-zobacz-na-co-niektorzy-sa-gotowi-by-poczuc-sie-piekny-m> [dostęp: 14.03.2021].

147 *Ibidem*.

148 <https://www.eska.pl/hotplota/news/popek-tatuaze-na-oczach-i-blizny-na-twarzy-ile-za-to-zaplacil-aa-NAwA-WBAM-46GN.html> [dostęp: 14.03.2021].

149 <https://warszawa.naszemiasto.pl/skaryfikator-o-bliznie-ala-popek-to-nie-byla-pochopna/ar/c14-3453055> [dostęp: 14.03.2021].

Zdarzają się zamknięte imprezy związane z brutalnymi zabiegami, takimi jak podwieszanie ciała na haku. W tej grupie skaryfikacja budzi wielkie zainteresowanie. Według profesjonalistów należy odróżnić osoby, które decydują się na skaryfikację w specjalnych gabinetach, bo chcą sobie „poprawić” urodę, od osób, które same sobie tną nożem przedramiona w celu zwrócenia na siebie uwagi lub cierpieniem fizycznym pragną wyleczyć się z bólu duszy, co jest kwalifikowane w Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Urazów, tzw. ICD-10 jako zamierzone samouszkodzenie<sup>150</sup>.

---

<sup>150</sup> <https://natemat.pl/28117,skaryfikacja-moda-na-blizny-zobacz-na-co-niektorzy-sa-gotowi-by-poczuc-sie-piekny> [dostęp: 11.02.2021].



## TATUAŻE

Jerzy T. Marcinkowski wspomina swojego ojca – profesora medycyny sądowej Tadeusza Marcinkowskiego (1917-2011)<sup>151</sup> – który od 1950 do 1990 r. pokazywał mu liczne zdjęcia tatuaży, wykonywane podczas sekcji zwłok. Część z nich znajduje się do dzisiaj w Muzeum Katedry i Zakładu Medycyny Sądowej Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu. Niektóre tatuaże z tamtego okresu wyróżniały się szczególnie – np. jeden z nich przedstawiał pokaźnych rozmiarów diabła, który zlokalizowany w okolicy pośladków mężczyzny (więźnia) wrzucił długą łopatą węgiel, celując w odbyt. Nawet bardzo młodemu człowiekowi, który oglądał takie zdjęcie, ten tatuaż kojarzył się z rozpoznaniem klinicznym z obszaru ewidentnych zaburzeń osobowości. Zdarzały się też – ale wówczas bardzo rzadko – tatuaże u kobiet. Niekiedy były to napisy – np. jedna z nich w okolicy spojenia łonowego miała wytatuowane: „Tylko dla Józka”. Oczywiście i ten tatuaż budził refleksje. A może zmusił ją do takiego tatuażu ów Józek? A można sama chciała w ten sposób wyrazić formę oddania, bo był patologicznie zazdrosny? Może właśnie dostał wyrok i siedł na wiele lat do więzienia – więc chciała mu te chwile osłodzić zapewnieniem o wierności? Co się kryło za takimi tatuażami, jakie historie tych ludzi?

Już wtedy nieobce były myśli, że zwykle tatuaż wyraża czyjeś emocje czy akcentuje ważne wydarzenia. I współcześnie też czasem się tak dzieje, że tatuaż bywa osobistą tajemnicą...

Zofia Konopielko – lekarka, która pracowała w latach 70. XX w. w przychodni rejonowej w peryferyjnej dzielnicy Warszawy – wspomina, że dość często widywała u pacjenta rozbierającego się do badania, zaskakujący tatuaż. Był zlokalizowany nad lewą piersią i przedstawiał głowę kobiety, często pokrytą linijnymi bliznami. Młodzieńcy z takim tatuażem bez pytania i skrępowania opowiadali, że w przypadku gdy mieli jakiś problem – likwidowali traumę, nacinając nożem w tym miejscu skórę. Mawiali, że to „ich Baśka”. I znowu „ciągli Baškę po oczach”. Mogło to świadczyć o typowych



<sup>151</sup> Tadeusz Marcinkowski, [https://pl.wikipedia.org/wiki/Tadeusz\\_Marcinkowski](https://pl.wikipedia.org/wiki/Tadeusz_Marcinkowski) [dostęp: 12.02.2021].



zachowaniach nazwanych w ICD-10 zamierzonym samouszkodzeniem, inaczej: auto-agresją czy autodestrukcją. W tych przypadkach ból duszy koło zadanie sobie bólu fizycznego, a uspokojenie potęgował widok własnej krwi. Wszyscy na pewno widują młode osoby z bliznami po wewnętrznej stronie nadgarstka czy na udach – są to właśnie osoby z tym zespołem, które sobie radzą ze stresem, nacinając linijnie skórę w różnych miejscach, a czasem okaleczają się w inny sposób. Ich intencją nie jest samobójstwo, które jednak czasem się zdarza przypadkowo. To wołanie o pomoc zwane jest nawet antysamobójstwem.

W tamtych, już dość odległych czasach można było spotykać byłych więźniów z tatużami w formie epoletów z dystynkcjami oficerskimi. Dystynkcja „pułkownika” oznaczała wieloletni pobyt w więzieniu. Więźniowie mieli też często wytatuowane kropki w okolicy kąta zewnętrznego oczodołu. Czasem widywano także wytatuowane kropki na dłoniach. Ich obecność oznaczała złodzieja i to określonej specjalizacji, o czym informowała lokalizacja kropek.

Tak więc w czasach, których świadkami byli najstarsi autorzy monografii (Jerzy T. Marcinkowski i Zofia Konopielko), można było zauważać tatuże u niewielu osób – zwykle byli to marynarze, przestępcy, więźniowie czy osoby mogące mieć zaburzenia emocjonalne. W społeczeństwie powojennym była jeszcze świeża pamięć czasu wojny, żyli jej świadkowie. Można było obejrzeć wytatuowane numery na przedramieniu u jeszcze żyjących byłych więźniów niektórych obozów koncentracyjnych. Zawsze ten widok budził bolesne skojarzenia z ich niewyobrażalną wieloletnią traumą, uprzedmiotowieniem człowieka i często wyjątkowo okrutnymi doświadczeniami medycznymi. Obecnie takie tatuże można jedynie oglądać na zdjęciach, filmach lub czytać wspomnienia na ten temat.

Trwałe rysunki na skórze ludzkiej, często tak rozległe, że wydaje się, że ją zastępują, nie budziłyby tak wielkiego naszego zainteresowania, gdyby nie ich wszechobecność na ciałach współczesnych młodych ludzi. Prawdopodobnie pozostawałyby w kręgu fascynacji archeologów, historyków, miłośników historii, a obecnie ciekawi nie tylko motywacja do ich wykonania, ale też zastanawia, czy nie są wyrazem jakiś problemów z własną psychiką. Zapytano więc młodych ludzi z tatużami o to, co o nich myślą i jak się z nimi czują. Odpowiedziało kilkanaście osób, pisząc, że zrealizowali swoje marzenie, lubią swoje obrazy na ciele i są szczęśliwi. Wielu chce się zdecydować na kolejne tatuże, a starych wcale nie chce usuwać. Tatużyści, z nielicznymi wyjątkami, niechętnie opowiadają o emocjach towarzyszących tatuowaniu. Z pewnością mocno zajęci zawodowo, odpowiadają jedynie, że to jest po prostu ich praca.

Interesująca wydaje się nazwa licznej grupy (ponad 20 tys. osób) na Facebooku, gdzie anonimowo są zamieszczane zdjęcia tatuży. Nazwa tej grupy brzmi zastanawiająco: „Tatuże nie robią z nas kryminalistów”. Można sobie wyobrazić, że ludzie ci musieli jednak w swoim środowisku spotkać się z jakimiś przykrymi uwagami, a nawet piętnowaniem i ten tytuł jest ich odpowiedzią. A może ma wyraźnie zachęcać innych,

by nie bali się opinii swoich dziadków czy nawet rodziców, sąsiadów i realizowali ukryte marzenie posiadania tatuażu?<sup>152</sup>

Być może współcześni młodzi ludzie, żyjąc w społeczeństwie wymagającym perfekcji ciała, wkładają wiele wysiłku, może czasem aż nadmiernego, aby zwiększyć swoją atrakcyjność. Jak zauważają psychologowie, tatuowanie jest działaniem mającym na celu poprawienie swojego wyglądu, choć w bardziej subiektywnym wymiarze<sup>153</sup>.

Angielskie słowo *tattoo* (tatauż) pochodzi od tahitańskiego *tatau*, co jest rozumiane jako znak, malowidło, naznaczyć coś. Terminu tego po raz pierwszy użył w 1773 r. brytyjski żeglarz i podróżnik J. Cook, który spotykał ozdobionych trwałymi obrazami tubylców<sup>154</sup>.

Tatuowanie wiązało się i nadal wiąże się z możliwością powikłań zdrowotnych, co osoba zdecydowana na taką ozdobę własnego ciała powinna wziąć pod uwagę.

Sam proces tatuowania jest dość bolesny, choć można poprosić o znieczulenie. Jednak bardzo niewiele osób się na nie decyduje. Być może dlatego, że istnieje indywidualna wrażliwość na ból, a może tak wielka jest potrzeba człowieka, by mieć trwały obraz na ciele, że jest w stanie znieść najgorsze cierpienie. Jest to dość zadziwiające, bo, jak wiadomo, kobiety są bardziej odporne na ból, a rozległe tatauże, nieraz pokrywające całe ciało, tak często obserwujemy u mężczyzn. Temat chyba jest wart badań psychologicznych, bo być może współcześni mężczyźni w ten sposób chcą podkreślić swoją męskość. Szczególnie w dzisiejszym świecie, gdy odbiera się im odwieczne role dominowania – czemu zresztą wielokrotnie sami się poddają<sup>155</sup>...

Ornamenty umieszczane na odnalezionych glinianych figurkach z czasu neolitu (ok. 4000-1700 p.n.e.) są świadectwem, że tatauż był już wówczas znany. W wielu kulturach ma on znaczenie religijne i symboliczne: wyraża porządek kosmologiczny, pełni funkcję amuletu mającego chronić przed złem i nieszczęściem, informuje o pozycji zajmowanej w hierarchii społecznej. W starożytnej Grecji posiadanie tatuażu świadczyło o „dobrym urodzeniu”. U Ajnów (tj. ludów przybyłych z Sachalinu do Japonii ponad 6 tys. lat temu) tatuowanie całej niemalże powierzchni ciała stanowiło część rytuałów religijnych. W wielu kulturach tatuowanie towarzyszy obrzędom przejścia zwykle z okresu dzieciństwa w dorosłość, np. wśród ludów Oceanii i u Indian tatauż jest częścią rytuałów związanych z dojrzewaniem. Na Polinezji tatauż wykonany na języku jest znakiem żałoby. W społecznościach o złożonych strukturach tatuowanie jest raczej sprawą wyboru indywidualnego i nie pełni funkcji religijnych, lecz dekoracyjną<sup>156</sup>.

---

152 <https://www.facebook.com/TatuazeNieRobiaZNasKryminalistow/> [dostęp: 28.04.2020].

153 R. Nowak, *Psychologiczne aspekty tatuowania się*, „Roczniki Psychologiczne” 2012, nr 2, s. 87-104.

154 O. Pickup, *Ta tau: where the word tattoo comes from*, <https://www.telegraph.co.uk/films/moana/tatau-where-tattoo-comes-from/> [dostęp: 28.04.2020].

155 *Tatauże. Gdy ciało staje się tłem*, red. J.T. Marcinkowski, Z. Konopielko, P.M. Wiśniewska, Wyd. Silva Rerum, Poznań 2021, <https://wydawnictwo-silvarerum.eu/produkt/tatauze-gdy-cialo-staje-sie-tlem/> [dostęp: 23.07.2021].

156 <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/tatauz;3985684.html> [dostęp: 10.09.2020].

## Pierwotne sposoby wykonywania tatuży

Tatuaż to forma modyfikacji ciała polegająca na wprowadzeniu tuszu (środku barwiącego, pigmentu) pod skórę. Pierwsze tatuże były prostymi wzorami z kresek i kropek. Wykonywano je kolcami opuncji, a czasem narzędziami z obsydianu<sup>157</sup>.

Andrew Gillreath-Brown, antropolog z Washington State University, pisał o narzędziach do tatuowania ciała sporządzonych z kolców kaktusów z drewnianą rączką znalezionych w Arizonie i Nowym Meksyku z 1100-1280 r. n.e. Później dokonał odkrycia narzędzi z Utah w Ameryce Północnej liczących sobie 2000 lat. Odkrycie było przypadkowe – któregoś dnia, gdy postanowił uporządkować stare pudła magazynów wydziału, w jednym znalazł pojemnik zawierający dwie drewniane igielki wbite w grubszy patyczek, zabrudzone czymś czarnym, co przypominało tusz. Po dokładniejszym badaniu ustalono, że jest to narzędzie, które składało się z rączki zrobionej z łodygi sumaka trójklapowego (*Rhus trilobata*) długości ok. 9 cm, owiniętej wiązka liści juki, w którą były wbite dwa kolce opuncji. Zbadano czarne końcówki kolców, stwierdzając, że zawierają pigment, w skład którego wchodził węgiel, często stosowany także później w farbach do wykonywania tatuży. W tym regionie świata nie znaleziono dawnych dokumentów opisujących tatuże, obrazów wytatuowanych ciał ani szczątków ludzkich z trwałymi obrazami na ciele, jednak znalezione narzędzia są dowodem, że sztuka ta też była tam obecna<sup>158</sup>.

Opisywano także inne metody wprowadzania barwnika pod skórę. Należy do nich przecinanie skóry ością, ostrą muszlą, rogiem, nacinanie nożem (skaryfikację) z następnym wcieraniem barwnika. Do metod zbliżonych do tatużu należało też wycinanie lub wypalanie wzorów na skórze<sup>159</sup>.

## Historyczne świadectwa tatuowania ciała

Dokładne określenie okresu, od kiedy tatuowano ciała, jest właściwie niemożliwe. Przypuszcza się, że już 12 000 lat p.n.e. tatuowano ciała na wyspach polinezyjskich. Uprawnienia do wykonywania sobie tatuży uzyskiwał ten, kto zabił wroga i zdobył jego wytatuowaną głowę.

Pierwsze świadectwa historyczne tatuowania ciała sięgają 5200 lat i pochodzą z Egiptu: zachowały się egipskie starożytne ryciny, które można oglądać w muzeach.

157 K. Burda, *Wielka moc kaktusowej igły*, <https://www.newsweek.pl/wiedza/nauka/najstarsze-tatuaze-swiata-wielka-moc-kaktusowej-igly/pvppbzw> [dostęp: 10.09.2020].

158 A. Błońska, *W uczelnianym magazynie odkryto najstarsze narzędzie do tatuowania w zachodniej Ameryce Północnej*, <https://kopalniawiedzy.pl/tatuaz-zachodnia-Ameryka-Polnocna-kolec-opuncja-pigment-Andrew-Gillreath%E2%80%91Brown-Aaron-Deter%E2%80%91Wolf,29671> [dostęp: 10.09.2020].

159 <https://etatuator.pl/historia-tatuazu/> [dostęp: 10.09.2020].

Na rysunkach widnieją osoby z obrazami na ciele i są to głównie kobiety. Badacze uważają, że prawdopodobnie tatuaże przedstawiają status społeczny tych kobiet lub obrazują wiedzę magiczną. Z rzadka na tych rycinach pokazywani są mężczyźni i to tylko tak, by podkreślać ich siłę.

Najstarsze ślady tatuaży noszą mumie ludzi żyjących w IV w. p.n.e. znalezione w Egipcie<sup>160</sup>. W latach 90. XIX w. archeolodzy pracujący w egipskim mieście Gebelein w pobliżu Luksoru odkryli dwie mumie, które obecnie znajdują się w British Museum. Zauważono, że te ciała nie były specjalnie spreparowane, by stworzyć mumie, ale w warunkach pustynnych, dzięki odpowiedniej temperaturze, zasoleniu i jałowości piasków zostały naturalnie zmumifikowane przez naturę i przetrwały ok. 5000 lat. Badano je przy użyciu węgla radioaktywnego, co umożliwiło identyfikację czasu, w którym żyli znaleźieni kobieta i mężczyzna – określono go na lata 3351-3017 p.n.e. Do niedawna myślano, że ciemne miejsca na ich ciałach to tylko zwykłe plamy. Gdy jednak sfotografowano je przy użyciu podczerwieni, ciemne plamy okazały się rysunkami. To odkrycie oznacza, że tatuaże wykonywano (żywym czy zmarłym) w Egipcie już w tzw. okresie predynastycznym. Zmumifikowany w sposób naturalny mężczyzna miał w chwili śmierci 18-21 lat, na plecach nosił ślad po ranie kłutej, od której prawdopodobnie zginął, a ponadto znaleziono na jego skórze dwa tatuaże. Jednym był rysunek byka z długim ogonem, a drugim – obrazek owcy grzywiastej. Kobieta miała cztery tatuaże – na prawym ramieniu symbol podobny do litery „S” oraz prawdopodobny motyw pałki używanej w tańcu rytualnym. Taka lokalizacja na ciałach sugeruje, że była celowa, by rysunki były widoczne bez zdejmowania przez jednostkę ubrania. Pigmentem wprowadzanym pod skórę była sadza<sup>161</sup>.

W 1991 r. podano informację o niezwykłym odkryciu dwojga niemieckich turystów wspinających się po lodowcu Similaun w Austrii. Na wysokości 3210 m n.p.m. prawdopodobnie topniejący lodowiec odsłonił przed nimi zamrożone ciało. Początkowo sądzono, że jest to zaginiony współczesny turysta. Jak wielkie było zdziwienie, gdy dokładne badania w Insbrucku umożliwiły poznanie jego danych. Ustalono, że był to 46-letni człowiek, który zmarł ok. 3300 r. p.n.e. Szczątki okazały się najstarszymi, jakie dotychczas odkryto w Europie i jednymi z najstarszych na świecie. Nazwano go człowiekiem lodu, który nie pozostał bezimienny, bo otrzymał imię Ötzi. Umieszczono go w Museo Archeologico dell'Alto Adige (Muzeum Archeologicznym Górnej Adygi) w Bolzano we Włoszech. Na ciele zmarłego znaleziono aż 58 (według innych danych 61) tatuaży, które

---

160 P. Ghosh, 'Oldest tattoo' found on 5,000-year-old Egyptian mummies, <https://www.bbc.com/news/science-environment-43230202> [dostęp: 10.09.2020]; World's Oldest Figural Tattoos Were Just Found on 5,000-Year-Old Egyptian Mummies, <https://www.sciencealert.com/oldest-figural-tattoos-egyptian-gebelein-mummies-predynastic> [dostęp: 10.09.2020]; A. Zaprutko-Janicka, *Najstarsze figuralne tatuaże*, <https://twojehistoria.pl/2018/03/02/w-egipcie-znaleziono-najstarsze-figuralne-tatuaze/> [dostęp: 10.09.2020].

161 R. Friedman, D. Antoine, S. Talamo i wsp., *Natural mummies from Predynastic Egypt reveal the world's earliest figural tattoos*, „Journal of Archaeological Science” 2018, nr 92, s. 116-125.

wyglądały jak krzyże lub grupy odcinków ułożonych równolegle. Zlokalizowane były m.in. na dolnej części łopatk, nadgarstku, kolanie, łydkach, kostkach u nóg. Ponieważ większość tych rysunków raczej była ukryta pod ubraniem, można było sądzić, że nie chodziło tylko o upiększanie ciała. Być może miały oddziaływać leczniczo, przeciwbólowo, gdyż były zlokalizowane tam, gdzie znajdują się punkty znane w akupunkturze, a odkryto też, że człowiek lodu cierpiał na zmiany zwyrodnieniowe stawów i inne choroby. Ustalono, że rysunki były wykonane z podskórnie umieszczonej sadzy z krzemianami. Być może barwnik uzyskiwano z krzemianowych skał otaczających ognisko, a do nakłuwania skóry używano rogu. Wszyscy naukowcy zgodnie wyrażają pogląd, że podobne tatuże mogły być powszechne w epoce neolitu<sup>162</sup>.

Sztuka tatuazu, chyba szczególnie lubiana przez mieszkańców Egiptu, co uwieczniano na papirusach, prawdopodobnie została stamtąd przeniesiona na inne regiony świata. Rozwinęły ją cywilizacje Krety, Grecji, Persji i Arabii. Z ok. 2400 r. p.n.e. pochodzą wytatuowane szczątki mężczyzny i kobiety odnalezione w Eurazji na terenie zamieszkiwanym w przeszłości przez Scytów. Jest jeszcze wiele innych świadectw historycznych sprzed kilku tysięcy lat z terenów Japonii, Chile, Peru, Ameryki Północnej, Alaski, Polinezji i innych<sup>163</sup>.

Istnieją dane, że ok. 2000 r. p.n.e. zwyczaj tatuowania ciała rozprzestrzenił się również na Chiny.

O tatuazach plemion Brytanii pisał Pomponiusz Mela (łac. *Titus Pomponius Mela*) – rzymski geograf, autor napisanego w 43 lub 44 r. n.e. dzieła *De situ orbis libri tres*.

Śledząc trwającą od tysiącleci historię tatuży, zauważa się, że były one znaczące dla wielu ludzi i kultur z całego świata. Przy tym powody tatuowania w poszczególnych kulturach znacznie się różniły.

Grecy używali tatuazu do komunikacji między szpiegami. Oznaczenia identyfikowały szpiegów i pokazywały rangę. Rzymianie tatużami nanoszonymi na twarz lub inne części ciała oznaczali przestępców i niewolników<sup>164</sup>.

Trakowie (lud indoeuropejski zamieszkujący wschodnią część Półwyspu Bałkańskiego – pomiędzy rzekami Wielka Morawa i Wardar, Morzem Czarnym, Dunajem i Morzem Egejskim) naznaczali tatużami dzieci z szacownych rodów. Getowie (zwani też Dakami, będący starożytnym ludem pochodzącym od Traków, mieszkającym na terenach lewobrzeżnego Dunaju w krainie zwanej wtedy Dacją – obecnie tereny Rumunii i częściowo Węgier) tatuowali niewolników.

---

162 A. Deter-Wolf, B. Robitaille, L. Krutak, S. Galliot, *The World's Oldest Tattoos*, „Journal of Archaeological Science: Reports” 2016, nr 5, s. 19-24; Ötzi, *The tattooed ice man / najstarsze tatuże człowieka lodu*, <https://tattoosandtunes.wordpress.com/2013/12/29/najstarsze-tatuaze-czlowieka-lodu/> [dostęp: 10.09.2020].

163 *MEDermis Laser Clinic. A Brief Look at the History of Tattoos*, <https://medermislaserclinic.com/tattoo-history/> [dostęp: 10.09.2020].

164 M. Czapiga, *Historia zapisana na ciele, czyli rzecz o tatużu!*, <https://ciekaweg.org/2017/12/05/historia-zapisana-na-ciele-czyli-rzecz-o-tatuazu/> [dostęp: 1.05.2020].

W starożytności tatuaż był używany w obrzędach rytualnych. Wówczas zazwyczaj mogli sobie pozwolić na tatuaż jedynie nieliczni.

Do najbardziej znanych należą tzw. moko, czyli maoryskie tatuaże twarzy. Maorysi (Māori) to potomkowie mieszkańców wysp Polinezji (m.in. Tahiti), którzy pierwsi dotarli do Nowej Zelandii ok. 925-1280 r. n.e., a teraz stanowią odrębną grupę etniczną tego kraju i posługują się własnym językiem – maoryskim<sup>165</sup>. Wśród mieszkańców Polinezji tatuowanie twarzy było powszechne. W kulturze Maorysów tatuaż postrzegano nieomal jako świętość. Na Nowej Zelandii tatuaż maoryski (moko) był wyrazem wysokiego statusu społecznego choćby z uwagi na wysoką cenę wykonania. Ten rodzaj tatuażu mieli na twarzy wodzowie plemienni czy wielcy wojownicy. Tę lokalizację widywano głównie u mężczyzn, choć czasem kobiety miały wytatuowane okolice ust i brody. Jednak ten tatuaż nie był nazywany moko. W końcu XIX w., po upadku kultury maoryskiej, zaprzestano wykonywania moko. W świecie współczesnym niewiele osób decyduje na ten rodzaj tatuażu.

Tatuaż moko składa się ze spiralnych motywów, zakrzywionych form, często pokrywa całe oblicze. Tradycyjnie u Maorysów wykonanie tatuażu stanowiło rytuał przejścia (wkraczania w dorosłość), a potem dodawano do rysunku znaki, by uwiecznić ważne życiowe wydarzenia.

Tatuaż ten wykonywano nie za pomocą igieł, a noży i dłutek wykonywanych z zębów rekina i ostrych kości np. albatrosów, ale też metalowych narzędzi, których kształt był różny w zależności od rodzaju tatuażu. Dawne tusze uzyskiwano ze składników naturalnych, takich jak popiół drzewny, grzyby, przypalany kauczuk zmieszany z tłuszczem zwierzęcym, by rozjaśnić barwę. Barwniki przechowywano w ozdobnych pojemnikach, były darzone szacunkiem i często stanowią rodzinne pamiątki<sup>166</sup>.

Na Borneo tatuaże na przedramionach kobiet opisywały ich szczególne umiejętności, np. tatuaż krosna ręcznego lub maszyny tkackiej pokazywał umiejętności tkackie. Im więcej takich umiejętności ujawniały tatuaże kobiety, tym większe miała ona szanse na znalezienie partnera do małżeństwa.

W niektórych kulturach wierzono, że tatuaże mają magiczne moce odpierające złe duchy i choroby.

Współcześnie częstszym powodem wykonania tatuażu jest pokazanie przynależności do określonej grupy – od społeczności motocyklowych aż po rzeczywiste gangi przestępcze. Tatuaże Maorysów świadczące o przynależności do ich społeczności są unikalne dla tych plemion.

---

165 J.M. Wilmschurst, A.J. Anderson, T.F.G. Higham, T.H. Worthy, *Dating the late prehistoric dispersal of Polynesians to New Zealand using the commensal Pacific rat*, „Proceedings of the National Academy of Science” 2008, nr 105, s. 7676-7680, <https://www.pnas.org/content/105/22/7676> [dostęp: 10.09.2020].

166 <https://www.tattooers.net/pl/a/tatuaż-maoryski/> [dostęp: 10.10.2020].



W wielowiekowych i bardzo zróżnicowanych kulturach polinezyjskich (w obrębie których wyróżnia się szereg podkategorii, jak: kultura hawajska, kultura maoryska, kultura Niue, kultura Norfolku, kultura Polinezji Francuskiej, kultura Samoa, kultura Samoa Amerykańskiego, kultura Tonga, kultura Tuvalu, kultura Wysp Cooka) istotne miejsce zajmują dwa znaczące kulturowo unikalne tatuaże płci. U mężczyzn taki tatuaż *Pe'a* składa się ze skomplikowanych wzorów geometrycznych obejmujących obszary od kolan do żeber. U kobiet tatuaż *Malu* obejmuje tylne powierzchnie ud i sięga nieco poniżej kolan.

## Oryginalny tatuaż japoński – horimono/irezumi

Według wielu badaczy tatuaż japoński ma ponad 10 000 lat. Wiadomo z całą pewnością, że irezumi tworzono między 300 r. p.n.e. a 300 r. n.e. Tym tatuażom przypisuje się działanie ochronne, miały być też one wyrazem statusu społecznego. W kolejnych stuleciach znaczenie to się zmieniało – tatuowano przestępców. Dopiero w XVII w. pojawiły się tatuaże w obecnej formie.

W 1872 r. zostały zabronione przez rząd japoński, za ich posiadanie przewidziano kary. Do ponownej legalizacji doszło w 1948 r., choć nadal kojarzono je ze światem przestępczym. Wśród młodych Japończyków stają się modne, mimo że większość społeczeństwa postrzega je negatywnie.

Początkowo tatuaż wykonywano tymi samymi narzędziami, które służyły do tworzenia drzeworytów (dłutami i rylcami), a obecnie igłą umocowaną do bambusowej pałeczki. Barwnik pochodził z sadzy lamp świątynnych, nosił nazwę czerni nara, a po podaniu pod skórę zmieniał barwę na zielono-niebieską. Używany jest do tej pory.

Tatuowanie irezumi – ramion, ud, tułowia – może trwać nawet pięć lat. Przed wykonaniem zabiegu tatuażysta odbywa długie rozmowy z osobą, która chce mieć taki tatuaż, potem proponuje projekt i rysuje odręcznie kontury, nakładając stopniowo barwy i cienie. Po zakończeniu pracy artysta tatuuje swój podpis – najczęściej na plecach osoby tatuowanej.

Japoński tatuaż horimono lub irezumi, związany z wielowiekową tradycją, ma unikalną kolorystykę (pięć podstawowych kolorów: czern, czerwień, zieleń, indygo, żółć i inne barwy powstałe z połączenia podstawowych), wiele znaczeń symbolicznych oraz metody tatuowania.

Tatuaż pokrywa całe ciało, także genitalia, poza twarzą, szyją, dłońmi oraz wąskim pasem skóry tułowia od końca szyi do pępka.

Najpopularniejszym obrazem jest smok, który w Japonii nie oznacza, jak się powszechnie uważa, ognia, ale jest symbolem wody i deszczu. Uosabia mądrość i szczodrość. Kolejnym popularnym wzorem jest karp koi. W Japonii rybom przypisuje się siłę, odwagę, wytrwałość, gdyż znane są z tego, że często płyną pod prąd – w górę Żółtej



Rzeki. Gdy znajdują się u celu, według legendy zostają przemienione w smoka. Karp ten symbolizuje zmianę na lepsze. Popularnym motywem tatauaży jest też wąż. Poprzez to, że zrzuca swoją skórę, symbolizuje uzdrawianie, regenerację i przypisuje się mu także wiedzę i mądrość. Inny wykorzystywany wzór to feniks, będący symbolem odrodzenia i wygranej. Tygrys zaś to symbol odwagi i siły, ma chronić przed złymi duchami i nieszczęściem. Japończycy bardzo chętnie tatuują również kwiaty:

- lotos oznacza wiedzę, zrozumienie, oświecenie;
- kwiaty wiśni z uwagi na swą delikatność i kruchość w naturze symbolizują śmiertelność;
- chryzantemy są oznaką długowieczności i perfekcji życiowej;
- róża symbolizuje nowy początek i równowagę – choć jeśli jest przedstawiana z łodygą, należy rozumieć znaczenie odwrotne, tj. brak rozważli i przegrana;
- piwonia to kwiat elegancji;
- orchidea jest symbolem mocy i siły, a hibiskus – łagodności.

Poza tymi symbolami w Japonii popularna jest maska Oni – należy ona do złych duchów i demonów, które w religii shintō kojarzone są z chorobami i klęskami. Osoba z takim tatauażem chce zmanifestować swoją wiarę w te demony i w to, że to one wymierzają sprawiedliwe kary złym ludziom w otoczeniu<sup>167</sup>.

Pradawne ślady tatauażu irezumi znaleziono m.in. na glinianych figurkach dogū, które zwykle przedstawiały kobiety z uwypuklonymi cechami tej płci (piersi, brzuch, narządy płciowe). Mogło to świadczyć o matriarchacie, ale i kulcie płodności. Na różnych japońskich wyspach znaleziska i tatauaże na ciele nieco się różniły. W najstarszych kronikach japońskich z ok. 700 r. n.e. wspomina się, że tatuowanie jest tradycją, jak i oznaką wyroku. Stopniowo zmieniał się ideał kobiecego piękna – tatauaże zastąpiono odzieżą i pachnidłami, tak więc już w XVII w. opisy oraz obrazy tatauaży zniknęły z zapisków, literatury i malarstwa. Obecnie osoby tak wytatuowane należą do grup przestępczych, budzą strach w społeczeństwie i mają zakaz wstępu na wiele kąpielisk<sup>168</sup>.

Warto zauważyć, że popularyzatorem tatauażu japońskiego w Europie był angielski król Edward VII (1841-1910), który podczas pobytu w tym kraju zachwyił się miejscowymi tatauażami i wrócił do Europy z trwałym obrazem smoka na tułowiu. Wkrótce za sprawą mediów tatauaż stał się sławny i znalazł wielu naśladowców wśród członków wyższych europejskich sfer. Wykonali go sobie Jennie Jerome, król Jerzy V, Oskar II Bernadotte – król Szwecji, Haakon VII – król Norwegii, wielcy książęta rosyjscy Aleksy i Konstanty, arcyksiężęta austriaccy Rudolf i Franciszek Ferdynand, królowa Olga i król

167 <https://www.oyakata.com.pl/ksiega-mistrza-oyakata/kultura-japonska/irezumi-japonski-tatauz> [dostęp: 10.10.2021].

168 D. Joakim, *Japanese traditional tattooing in modern Japan*, University of Oslo, Oslo 2012, s. 25-26 [dostęp: 6.07.2020]; <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/24212/Gamborg.pdf?sequence=3&isAllowed=y> [dostęp: 10.10.2021]; Y. Yamamoto, „Irezumi”: *The Japanese Tattoo Unveiled*, Nippon Communications Foundation, Tokio 2017.

Jerzy I w Grecji. Wzorem japońskich mistrzów tatuaży angielscy artyści otwierali salony tatuażu, pierwszym był David Purdy w 1870 r.<sup>169</sup>

## Współczesne odniesienia do dawnych tatuaży Wschodu – tribale

Tatauze tribal (co po angielsku oznacza „plemienne”) wywodzą się z tradycyjnych tatuaży wykonywanych na Borneo i Polinezji. Do tej grupy zaliczane są też tatauze celtyckie. Ojcem współczesnych tatuaży tribal jest Leo Zuleta, Hawajczyk o filipińskich korzeniach, który w latach 80. i 90. XX w. w USA spopularyzował ten styl<sup>170</sup>.

Niekiedy te obrazy na ciele są postrzegane jako przejaw braku artystycznego gustu. Charakteryzują się prostotą stylu, opływowymi kształtami rysunku, półkolami. Tribale zazwyczaj przedstawiają siły natury (wiatr, woda, ogień), obrazy harmonijne, ład wzorowany na porządku natury. Cechą charakterystyczną niezbędną dla rozpoznania jest czarna obwódka. Należą do najczęściej wybieranych wzorów zarówno przez kobiety, jak i mężczyzn. Najpopularniejsze z nich to: tribale Maori, z Borneo oraz wzory celtyckie<sup>171</sup>.

## Tatauze w Europie w XIX i XX w.

W latach 1863-1885 włoski lekarz, antropolog i kryminolog Cesare Lombroso starannie zebrał wywiady i przebadał 2928 wytatuowanych Europejczyków (Włochów, Francuzów i Hiszpanów). Na podstawie tych obserwacji sformułował pogląd, że tatuaż jest identyfikatorem ludzi burzących społeczny ład, a samo jego posiadanie miało świadczyć o wrodzonych skłonnościach do przestępczości.

Wyniki tych badań, ilustrowane rycinami, zostały zamieszczone w opublikowanym w 1889 r. dziele, które już dwa lata później zostało przetłumaczone na język polski i zatytułowane *Człowiek zbrodniarz w stosunku do antropologii, jursprudencki i dyscypliny więziennej*<sup>172</sup>.

169 *History of Irezumi/Horimono*, <https://irezumihorimonodesign.weebly.com/history-of-irezumi-horimono.html> [dostęp: 10.10.2020]; <https://www.oyakata.com.pl/ksiega-mistrza-oyakata/kultura-japonska/irezumi-japonski-tatuaż> [dostęp: 1.11.2020].

170 <https://www.thevintagenews.com/2017/05/12/leo-zuleta-style-of-neo-tribal-tattooing-made-him-known-as-the-father-of-modern-tribal-tattooing/> [dostęp: 10.01.2021].

171 *Tatauze tribal – wzory i trochę historii*, <https://dziary.com/blog/blog-tatauze-tatauze-tribal-5981> [dostęp: 11.11.2020]; *The History of Tribal Tattoos (and Why They Are so Popular)* (ang.) [dostęp: 11.11.2020].

172 C. Lombroso, *L'Uomo Delinquente in rapporto all'antropologia, alla giurisprudenza, ed alle discipline carcerarie*, 1889. tłum. polskie, J.L. Popławski, *Człowiek – zbrodniarz w stosunku do antropologii, jursprudencki i dyscypliny więziennej: Zbrodniarz urodzony, obłąkaniec zmysłu moralnego*, M. Wołowski, Warszawa 1891, <https://polona.pl/item/czlowiek-zbrodniarz-w-stosunku-do-antropologii-jursprudencki-i-dyscypliny-wieziennej,MTgyMzQ1Njk/o/#info:metadata> [dostęp: 22.02.2021].

Uważa się, że wiele obserwacji Lombroso pozostaje aktualnych do dziś i może służyć jako materiał szkoleniowy, np. służbom penitencjarnym.

## Tatuaże w czasach nazistowskich

### Tatuaże – numery więźniów niemieckich obozów koncentracyjnych

Więźniowie niemieckich obozów koncentracyjnych byli oznakowywani na obozowych pasiakach – w zależności od kategorii więźniów, jaką im nadawano – a ponadto tatuowano im numer. Tatuowanie więźniów wprowadzono w obozie Auschwitz-Birkenau w 1942 r., po raz pierwszy stosując go wobec grupy 10 000 jeńców sowieckich, którym wytatuowano numery ewidencyjne na piersiach (zamiast wydania im jenieckiego „nieśmiertelnika”). Wkrótce system tatuowania numerów ewidencyjnych wprowadzono w odniesieniu do pozostałych więźniów. Tatuaże z numerami nanoszono u osób dorosłych na zewnętrznej powierzchni przedramienia, a u dzieci, zarówno narodzonych w obozie, jak i przybyłych z matkami – na udzie<sup>173</sup>.

Wytatuowane numery więźniarskie stały się synonimem odczłowieczenia, jakiemu poddani zostali deportowani do obozu koncentracyjnego ludzie. Numery te miały służyć sprawnemu „zarządzaniu” obozami przez załogi SS. W codziennej praktyce obozowej numer był używany zamiast nazwisk, których pisownia była często niejednoznaczna i powodowała zamieszanie w dokumentacji. Jedno nazwisko mogło być pisane na kilka różnych sposobów w zależności od tego, jakim językiem posługiwał się pisarz obozowy wypisujący dany dokument. W szczególność dotyczyło to nazwisk rosyjskich, polskich czy węgierskich, szczególnie trudnych dla niemieckojęzycznych pisarzy<sup>174</sup>.

W lipcu 2017 r. w Wielkiej Brytanii ukazała się książka *The Tattooist of Auschwitz* napisana przez nowozelandzką pisarkę Heather Morris. Opowiada o więźniu Lale Sokolowie ze Słowacji, który tatuował numery na ramionach osadzonych<sup>175</sup>.

W 2012 r. podano, że amerykańska Żydówka Eli Sagir na lewym przedramieniu wytatuowała sobie numer więzienny 157622, jakim oznaczyli jej dziadka naziści w Auschwitz. Ta 21-letnia dziewczyna chciała w ten sposób powiedzieć, że pamięta o Holokauście, o tym, co nazistowskie Niemcy zgotowały m.in. Żydom<sup>176</sup>.

173 Oznakowanie więźniów niemieckich obozów koncentracyjnych, [https://pl.wikipedia.org/wiki/Oznakowanie\\_wi%C4%99%C5%BAni%C3%B3w\\_niemieckich\\_oboz%C3%B3w\\_koncentracyjnych](https://pl.wikipedia.org/wiki/Oznakowanie_wi%C4%99%C5%BAni%C3%B3w_niemieckich_oboz%C3%B3w_koncentracyjnych) [dostęp: 10.10.2020].

174 Serie numerowe więźniów. Auschwitz-Birkenau – były niemiecki nazistowski obóz koncentracyjny i zagłady, <http://auschwitz.org/muzeum/informacja-o-wiezniach/serie-numerowe-wiezniow> [dostęp: 10.10.2020].

175 *Tatuażysta z Auschwitz. Przez 50 lat jego sekret znali tylko najbliżsi*, <https://pl.aletea.org/2018/02/20/tatuażysta-z-auschwitz-przez-50-lat-jego-sekret-znali-tylko-najblizsi/> [dostęp: 10.10.2020].

176 *Tatuaż z numerem więźnia obozu koncentracyjnego? Próba holdu, która obraża ofiary Holokaustu*, <https://natemat.pl/33661,tatuaż-z-numerem-wiezni-obozu-koncentracyjnego-proba-holdu-ktora-obraza-ofiary-holokaustu> [dostęp: 9.10.2020].

## Tatuże Waffen-SS w nazistowskich Niemczech

Tatuże grupy krwi SS (niem. *Blutgruppentätowierung*) były noszone przez członków Waffen-SS w nazistowskich Niemczech podczas II wojny światowej w celu identyfikacji grupy krwi danej osoby. Po wojnie tatuż ten został uznany za dowód służby w Waffen-SS, co prowadziło do potencjalnego aresztowania i osądzenia.

### Zainteresowanie nazistów skórą więźnia z tatużem

Nasze zadziwienie „pandemią” tatuży było przyczyną dalszych dociekań nad psychologicznym uzasadnieniem zjawiska. Zaczniemy więc od przykładu skrajnego, bliskiego nam (Jerzy T. Marcinkowski, Zofia Konopielko) z racji naszej daty urodzenia i przetrwałej pamięci naszych rodziców o czasie wojny. Poniższy przykład to nie tylko krańcowo realizowane poczucie własnej „artystycznej” natury, ale też skrajne okrucieństwo wpisujące się w ideologię nazizmu, a nawet wykraczające poza nią. Trudno sobie wyobrazić zdrowej psychicznie osobie np. czytanie książki we własnym domu, w świetle lampy filtrowanym przez skórę ludzkiego trupa. A tak było... Jesteśmy pokoleniem, które zapamiętało wstrząsające opowieści żyjących jeszcze w czasach naszej młodości świadków dotyczące nie tylko tatuowania nazistów czy ich ofiar, ale też wynaturzeń, których przykładem jest choćby Ilse Koch, z domu Köhler (1906-1967) – niemiecka nadzorkczyni SS (*SS-Aufseherin*) w niemieckich obozach koncentracyjnych, od 1936 r. żona Karla Ottona Kocha, komendanta obozu w Buchenwaldzie, zbrodniarka wojenna, w powojennych Niemczech zwana „Komandorową z Buchenwaldu” – osądzona po II wojnie światowej. Wyjątkowo okrutna. „Kolekcjonerka” m.in. tatuży ze skóry więźniów, abażurów z ludzkiej skóry itd. Znana była z tego, że już na rampie wybierała więźnia, który miał tatuż odpowiadający jej wyobrażeniom „artystycznym”, i wskazywała, by był mordowany w pierwszej kolejności<sup>177</sup>.

## Tatuże w czasach współczesnych

### Neofaszyści

Problemem tatuży z symbolami nazistowskimi, w tym swastyką, zajmuje się m.in. Ośrodek Monitorowania Zachowań Rasistowskich i Ksenofobicznych.

---

<sup>177</sup> K. Kompisch, *Täterinnen. Die Frauen im Nationalsozialismus*; Böhlau Verlag, Köln 2008, s. 207; *Ilse Koch – wilczyca z SS*, <https://menway.interia.pl/historia/news-ilse-koch-wilczyca-z-ss,nld,2339844> [dostęp: 10.10.2020].

Zdarzają się szokujące występy zawodników sportowych, bokserów, nawet polskich, z wytatuowanymi symbolami nazistowskimi<sup>178</sup>. Być może spowodowane jest to encefalopatią bokerską (łac. *encephalopatia pugilistica, dementia pugilistica*), która występuje głównie u sportowców uprawiających sporty kontaktowe i narażonych na urazy głowy, zwłaszcza bokserów, i jest związana z przewlekłym urazowym uszkodzeniem mózgu.

Niestety, nadal zdarza się tatuowanie symboli organizacji neonazistowskich, w tym w Niemczech czy w USA.

Na Białorusi wprowadzono kary za wytatuowanie swastyki oraz symboli wojskowych organizacji uznanych za przestępcze przez Międzynarodowy Trybunał w Norymberdze, a także tych odwołujących się pośrednio do nazizmu, takich jak „88” oznaczającego pozdrowienie „Heil Hitler”. Osoba oskarżona o posiadanie zakazanego tatuażu może uniknąć odpowiedzialności, jeżeli przed rozprawą sądową zdoła go usunąć.

## Marynarze

Tradycyjne tataże marynarskie – zarezerwowane dla marynarzy i żeglarzy – mają ściśle określone znaczenie:

- kotwica – dla marynarzy, którzy przepłynęli Atlantyk lub służyli w marynarce handlowej;
- otakłowany statek – żeglarz opłynął przylądek Horn;
- jaskółka – taki tatuaż nosił słynny pirat z Karaibów, kapitan Jack Sparrow; oznacza przepłynięcie 5 tys. mil morskich (po przepłynięciu kolejnych żeglarz tatuuje następną jaskółkę);
- gwiazda morska – miała znaczenie magiczne – by żeglarz zawsze wrócił do domu;
- skrzyżowane armaty – zarezerwowane dla marynarzy służących w marynarce wojennej;
- skrzyżowane kotwice – wytatuowane między kciukiem a palcem wskazującym są zarezerwowane dla marynarzy w stopniu bosmana;
- żółw – taki tatuaż zdobywali żeglarze, którzy przekroczyli równik;
- świnia – tatuowana na stopach przez marynarzy podczas II wojny światowej miała chronić przez zatonięciem;
- kogut lub świnia – tatuowany na stopach przez marynarzy podczas II wojny światowej, również miał chronić przez zatonięciem<sup>179</sup>.

---

178 „Uszol”, kibel z tatuażem Waffen SS, pozytywnym bohaterem publicznego Radia Merkurii, <https://poznan.wyborcza.pl/poznan/1,36001,21081563,uszol-kibel-z-tatuażem-waffen-ss-pozytywnym-bohaterem-publicznego.html> [dostęp: 11.11.2020].

179 Tataże marynarskie: Co oznaczają m.in. kotwica, statek, jaskółka. Taki tatuaż dużo mówi o jego właścicielu ZDJĘCIA, <https://pomorska.pl/tataże-marynarskie-co-oznaczaja-min-kotwica-statek-jaskolka-taki-tatuaż-duzo-mowi-o-jego-wlascielu-zdjecia/ga/13008072/zd/27906792> [dostęp: 12.12.2020].

## Współcześni żołnierze

W armiach zachodzą zasadnicze zmiany w odniesieniu do tatuowania się żołnierzy i obecnie, zgodnie z nowym rozporządzeniem, żołnierze US Army będą mogli mieć wytatuowane niemal całe ciało. Wcześniej uznawano, że osoba z tatuażem może np. zademonstrować agresję i z tego powodu komisje musiały odrzucać wielu chętnych<sup>180</sup>.

Przyglądając się żołnierskim tatuażom i propozycjom ich wykonywania przez salony tatuażu, widać ich znaczne na ogół rozmiary, często stosowanie kilku kolorów i nawiązywanie do tematyki militarystycznej, bohaterskiej<sup>181</sup>, do wspomnień z przebiegu dotychczasowej służby<sup>182</sup>. Wrażenie robią fotografie obficie wytatuowanych kobiet z US Army z nowoczesną bronią, co wyraża ich gotowość bojową. W polskiej armii również doszło do zmian przepisów umożliwiających posiadanie tatuaży przez kandydatów na żołnierzy<sup>183</sup>, skoro tatuaż nie jest już przeszkodą<sup>184</sup>. Szereg pytań zadawanych kiedyś komisjom wojskowym, jak np.: „Czy mógłbym mieć taki tatuaż w wojsku?” z załączeniem zdjęć własnych tatuaży już się zdezaktualizowało. A trzeba przyznać, że niektóre z tych tatuaży porażały wielkością, np. wytatuowane godło Polski obejmujące całe plecy.

## Więżniowie

Tatuażyści zauważają, że niektóre osoby nieświadomie wybierają wzory, które są związane od wielu lat z tradycją tatuaży więziennych. Dlatego wiedza na ten temat może być przydatna, by zastanowić się nad wyborem. Tataże więzienne bywają związane z przynależnością rasową, kulturową czy narodową, a często charakterystyczne dla określonego więzienia. Jest ich znaczna liczba, a określony rysunek zwykle ma jakieś znaczenie. Obserwuje się też, że prawie każde więzienie ma swój własny styl tatuowania. Tataże są źródłem informacji np. dla strażników więziennych czy współwięźniów, gdyż można nie tylko poznać przynależność do określonej grupy, ale też przewidywać zachowanie więźnia.

W polskich więzieniach tatuowanie, choć zabraniane, stało się popularne w latach 50. i 60. XX w. Miało na celu podkreślenie pozycji w hierarchii więźniów, a także

---

180 *Amerykańska armia luzuje przepisy o tatuażach*. „Czasy się zmieniły”, [https://wyborcza.pl/1,75399,17737213,Amerykanska\\_armia\\_luzuje\\_przepisy\\_o\\_tatuażach\\_\\_\\_Czasy.html](https://wyborcza.pl/1,75399,17737213,Amerykanska_armia_luzuje_przepisy_o_tatuażach___Czasy.html) [dostęp: 10.12.2020].

181 *Tatuaże amerykańskich żołnierzy*, <https://joemonster.org/art/17570> [dostęp: 12.12.2020].

182 *Żołnierskie dzieje na ludzkiej skórze spisane*, <https://wiadomosci.wp.pl/tatuaże-amerykańskich-marines-6104188026950273g/6> [dostęp: 10.12.2020]; 37 *Awesome Army Tattoos That Make Us Proud | Tattoos Beautiful*, <https://www.pinterest.com/pin/432978951661628315/> [dostęp: 10.12.2020].

183 *Nowe przepisy ws. posiadania tatuaży przez kandydatów na żołnierzy*, <http://www.nowa-strategia.org.pl/nowe-przepisy-ws-posiadania-tatuaży-przez-kandydatow-na-zolnierzy/> [dostęp: 12.12.2020].

184 *Tatuaż nie jest już przeszkodą w polskiej armii*, <https://plus.kurierlubelski.pl/tatuaż-nie-jest-juz-przeszkoda-w-polskiej-armii/ar/11442789> [dostęp: 10.12.2020].

przynależności do danej grupy przestępczej. „Každy zakład karny oraz poprawczy ma swój herb, zazwyczaj tatuowany na piersi lub na rękę [...]. Tatuaze wykonywane są najczęściej na prawej dłoni, między kciukiem a palcem wskazującym, np. strzałka – złodziej kieszonkowy, klucz przekreślony krzyżykiem – włamywacz”<sup>185</sup>.

Ważne znaczenie informacyjne ma umiejscowienie tatuazu. Zwykła kropka może wskazywać na złodzieja (np. na prawej dłoni między kciukiem a palcem wskazującym), za uchem – cwela (osobę stojącą najniżej w hierarchii, potępianą, pogardzaną – ten tatuaz często wykonywany jest siłą). Kropką na nosie oznacza się donosiela (kapusia). Kropka w okolicy lewego oka to grypsujący; kropka przy prawym oznacza alfonsa, na powiekach – osobę dyskretną, a poniżej wargi – świadczącego usługi miłości francuskiej. Jednak najpopularniejsze jest tatuowanie kropek na palcu, oznaczających lata odsiadki, gdzie jedna kropka oznacza jeden rok.

Tatuaz wykonany na dłoniach albo wokół oczu złożony z trzech kropek oznacza „*mi vida loca*”, czyli „moje szalone życie” i zwykle nie jest związany z konkretnym gangiem, ale jest stylem gangsterskim, może też mieć znaczenie religijne (podobnie jak reprezentowanie Trójcy Świętej w religii chrześcijańskiej).

Wśród więźniów amerykańskich i europejskich widuje się tatuaz złożony z pięciu kropek, najczęściej umieszczony na dłoni między kciukiem a palcem wskazującym, znany również jako kwinkunks. Cztery zewnętrzne kropki mają oznaczać cztery ściany celi, a środkowa – piąta – więźnia. Znaczenie pięciu kropek różni się znacznie od symboliki poprzedniego tatuazu – pięć kropek oznacza czas spędzony w więzieniu: informują, że ich posiadacz był kiedyś skazany. Bywa, że osadzeni tatuują sobie stopnie wojskowe na barkach, np. po pięciu latach odsiadki można „awansować” na majora.

Obrazy zamieszczane na ciele więźniów mają zupełnie inne znaczenie niż wśród osób przebywających na wolności. Róża z pąkami na ciele więźnia nie oznacza umiłowania kwiatów i wolności, ale człowieka, który w ten sposób chce poinformować, że choruje na choroby weneryczne. Często się zdarza, że zdrowi więźniowie ozdabiają się w ten sposób, uchronić się przed gwałtem. Motylek też „mówi” co innego niż u ludzi, którzy nigdy więzienia nie doświadczyli. W tym wypadku ważne jest jego umiejscowienie na ciele więźnia. Motylek na ręce oznacza osobę uzdolnioną artystycznie, która nadaje się idealnie do wykonywania tatuazu. Lokalizacja tego motywu na stopie informuje, że osoba ta jest bezszelestnym włamywaczem, a motylek na klatce piersiowej to znak, że dana osoba przebywa lub przebywała na więzieniu na warszawskim Mokotowie. Tatuaz łyza (łyzy) w okolicy oka nie oznacza smutku i oplakiwania. Znaczenie takiego rysunku bywa różne, w zależności od położenia geograficznego więzienia. Jest to najczęściej wyraz tęsknoty więźnia za wolnością, a jednocześnie to deklaracja, że prawdziwy mężczyzna za wolnością nie płacze. Jeśli uwięziony ma wytatuowane dwie łyzy (jedna pod drugą) – wyraża w ten sposób skruchę za popełnione czyny. W niektórych

185 <https://www.magazyndetektyw.pl/czy-wiesz-co-oznacza-wytatuowany-motylek-lyza-roza-z-pakami-lub-kropka/> [dostęp: 26.05.2021].



więzieniach może oznaczać wydłużenie wyroku, a w innych symbolizuje też popełnienie morderstwa. Sam kontur łyzy, bez wypełnienia, oznacza próbę zabójstwa lub chęć zemsty za śmierć przyjaciela. Zdarzają się też inne tataże, zwykle umiejscowione na twarzy. Zwykle decydują się na nie najgroźniejsi przestępcy, członkowie określonych gangów, choć bywa, że też osoby spoza środowiska więźniów i jest to manifestacja ich „luzackiej” postawy. Jednak w powszechnej opinii osoba przebywająca w więzieniu z wytatuowaną twarzą zwykle ma za sobą sporo przestępstw i wiele lat wyroków. Poza jednoznacznie negatywnymi obrazami na twarzy, jak wizerunek diabła czy przekleństwa, można czasem zauważyć subtelne, ale wiele znaczące kropki, kreski, skróty i słowa. Czaszka z pieszczelami wytatuowana w okolicy krtani ma tylko jedno znaczenie – jest to morderca. Popularny w więzieniu tataż – obraz smoka czy tygrysa to potwierdzenie mocnego charakteru. Znak węża to jasna informacja – pragnienie zemsty. Jeśli wąż ma koronę lub jest owinięty wokół szyi – to przekaz, że zemsta została już dokonana. Popularne są też więzienne napisy, np. „Tylko Bóg może mnie osądzić” czy „Dotrzymuję umów”. Wytatuowane na skórze jedynie pierwsze litery wyrazów zwykle stanowią życiowe motto – np. KTM (kocham tylko małolaty), KTK (kocham tylko kurtyzany), PSM (pamiętaj słowa matki), PSO (pamiętaj słowa ojca) czy wyjątkowo popularne HWDP (ch... w d... policji). Wytatuowane litery A.C.A.B. często obserwowane na palcach dłoni wśród więźniów brytyjskich oznaczają: „All Cops Are Bastards” (ang. wszystkie gliny to łajdaki). Ponoć najczęściej ci, którzy żałują, że wytatuowali wspomniane litery, mówią, że oznaczają one „Always Carry A Bible” (pol. zawsze mam w opiece Biblię). Napis A.C.A.B. może też symbolizować chęć pójścia do więzienia za swoją grupę lub gang. Popularne są także napisy symbole o charakterze erotycznym.

Od dziesiątków lat do dziś, pomimo już innego podejścia do tataży przez więźniów, panuje nieodmienny rygor – nie ma prawa wytatuowania sobie jakiegos symbolu więziennego ten, kogo to nie charakteryzuje. Jeśli ktoś złamie to prawo, czeka go – oczywiście pod przymusem (często musi sam to zrobić) – usuwanie tego tatażu przy użyciu pilnika, pumeksu lub kwasu z baterii. Osoby wychodzące na wolność często decydują się na usuwanie tataży więziennych lub wykonują na tych miejscach nowe.

Wśród więźniów (ale nie tylko), którym jest bliska ideologia rasistowska czy neonazistowska, popularny jest nr 1488 lub osobno 14 i 88. Liczba 14 to liczba słów mantry Bractwa Aryjskiego, w tłumaczeniu „Musimy zabezpieczyć byt naszego ludu i przyszłość dla białych dzieci”, a 88 – to skrót od ósmej litery alfabetu zapisanej dwa razy – HH (co oznacza „Heil Hitler”). Bractwo Aryjskie to organizacja przestępcza działająca na terenie amerykańskich zakładów karnych (głównie w stanach Arizona, Teksas, Kalifornia oraz Ohio)<sup>186</sup>. Podwójne błyskawice to symbol elitarnych żołnierzy hitlerowskich Niemiec (organów egzekwowania prawa do czystości rasowej) i oznaczają lojalność wobec Bractwa Aryjskiego lub innej neonazistowskiej organizacji. Wśród

186 [https://pl.wikipedia.org/wiki/Aryan\\_Brotherhood](https://pl.wikipedia.org/wiki/Aryan_Brotherhood) [dostęp: 12.12.2020].

zwolenników tradycji i potęgi nordyckiej („białej siły”) cieszą się popularnością znaki runiczne. Runy to alfabet używany przez ludy germańskie, tzw. fuþark; czasem nazwą tą określa się zapiski tureckie (tzw. alfabet orchoński), węgierskie (tzw. rowasz). Mają też określone znacznie magiczne<sup>187</sup>. Motywem wielu tatuaży więziennych jest trójlistna koniczyna, która także symbolizuje Bractwo Aryjskie. Może występować w towarzystwie liter i cyfr (AB, 12 – od dwóch pierwszych liter alfabetu „Aryan Brotherhood”, tj. Bractwa Aryjskiego).

Długotrwały pobyt w więzieniu wyraża tatuaż pajęczyna jako symbol pułapki. Zwykle taki tatuaż umieszczany jest na łokciu, co ma oznaczać tak długie siedzenie z łokciami na stole, aż pająk zdążył upleść sieć pajęczyny. Długa pajęczyna wytatuowana na szyi oznacza długi wyrok, a pod ramieniem – często z innymi ksenofobicznymi tatuażami – identyfikację z ideologią rasistowską, a także oznaczenie popełnienia mordu na osobie innej rasy. Jeśli tatuaż obrazujący pajęczynę jest barwny, najprawdopodobniej nie był wykonany w więzieniu. Jeżeli ktoś ujrzy tatuaż zegara na pasku, ale bez wskazówek, zlokalizowany na nadgarstku, może podejrzewać, że nosi go osoba, która odsiedziała dłuższe wyroki. Oznacza on bowiem, że osoba ta nie miała niczego poza czasem. Tatuaż obrazujący karty może informować, że więzień lubi hazard albo osoba z takim tatuażem uważa życie za hazard. Ten rodzaj tatuażu jest popularny w rosyjskich więzieniach, a każda karta ma swoje znaczenie – pik oznacza złodzieja, trefl – ogólnie przestępcę, karo oznacza kapusiów i policyjnych informatorów. Jeśli karta ma tylko jedną stronę oznacza, że osoba z tym tatuażem udziela informacji dopiero przy użyciu siły. Kier sugeruje, że ktoś szuka partnera w więzieniu. Oczywiście, jak wskazują wymienione znaczenia, część tych tatuaży jest wykonywanych bez zgody osoby tatuowanej. Tatauaże przedstawiające klasztory, kościoły, Maryję lub anioły zazwyczaj symbolizują udział w dużych kradzieżach. Czaszki są znakiem, że skazaniec jest mordercą. Kiedy więzień ma tatuaż jaskółkę, zwykle oznacza to, że już wcześniej był skazany, lecz wrócił do więzienia ze względu na kolejną zbrodnię. Osoba nosząca tatuaż 666 uważa się za „Syna Szatana”. Symbol ten ma ostrzegać potencjalnych przeciwników i informować, że jego właściciel jest nieobliczalny. Wzór krzyża jest często spotykany w więzieniach rosyjskich. Wytatuowany na piersi oznacza „Księcia złodziei” – najwyższą rangę złooczyńcy wśród skazanych. Widuje się też tatuaż obrazujący pistolety, co oznacza fascynację tym narzędziem i częste jego używanie w przestępstwach. Różne typy pistoletów przedstawiane na tatuażach mogą mieć różne znaczenie. Rosyjskie tatauaże wielokrotnie mają duże znaczenie historyczne. Do rosyjskich tatuaży należą też wiele mówiące, np. tatuaż z Maryją i Dzieciątkiem Jezus oznacza przestępcę od dzieciństwa, róża z kolcami – spędzenie w więzieniu 18. urodzin, wytatuowany kościół – złodzieja, dzwony – wolność, tygrys na piersi – agresję wobec policji. Wytatuowane medale na piersi są sprzeciwem wobec sowieckiego reżimu, gwiazdy na ramionach oznaczają przywódcę w hierarchii

---

187 <https://pl.wikipedia.org/wiki/Runy> [dostęp: 12.12.2020].

więźniów, drut kolczasty wokół czoła – skazanego na dożywocie. Wytatuowany drut w innych miejscach ciała pokazuje liczbę lat spędzanych w więzieniu. Homoseksualne preferencje wyrażają wytatuowane w dole brzucha oczy, które z genitaliami tworzą zabawny obraz twarzy. Najbardziej niesławnym tatuażem rosyjskich więźniów jest sztylet przechodzący przez ramiona i szyję – oznacza, że osoba ta zabiła kogoś w więzieniu i jest mordercą na zlecenie. Tatauże obrazujące łańcuchy, zamki, więzy i pęta symbolizują utratę cennej wolności. Tatauże smoki, potwory, fantastyczne stworzenia w mowie więziennej symbolizują złe, mroczne kreatury – usunięcie poza nawias przykładowego społeczeństwa. Tatauż statek w rozumieniu więziennym oznacza miłość do szerokich, nieograniczonych horyzontów, chęć przygody, ucieczki, a nawet aktywnych do niej przygotowaniach – marzeniach o opuszczeniu zakratowanej celi.

Przedstawiając znaczenie tych tatuaży, tatuażyści apelują, by je poznać, gdyż nie rzadko się zdarza, że osoby całkowicie praworzędne proszą o wykonanie podobnych, nie wiedząc, jak mogą być odbierane przez osoby, które znają szyfr więzienny. Inni, chcąc zademonstrować swój podziw dla więziennej sztuki tatuażu, proszą o wykonanie podobnych. Zdarza się też, że proszą o takie byli więźniowie, niektórzy, jak mówią, z sentymentu dla więziennej przeszłości. Takie tatuaże mogą być pewnym problemem społecznym, szczególnie gdy w środowisku znajdują się osoby znające znaczenie wzoru. Dlatego warto posłuchać apelu tatuażystów: „Zanim jednak zdecydujesz się na taki wzór, weź pod uwagę to, że nie każdy zrozumie Twoje pobudki (np. potencjalny partner czy pracodawca)”<sup>188</sup>.

Lekarze więzienni rozumieją znaczenie tatuażu osadzonych i na ten temat wielokrotnie przedstawiają często bardzo emocjonalne referaty<sup>189</sup>.

Współczesna moda na tatuaże sprawiła, że tatuaż więzienny przestał być traktowany jako znak przynależności grupowej, a – w opinii badanych – zyskał status elementu podkreślającego indywidualność i oryginalność<sup>190</sup>.

W więzieniach nadal wykonuje się tatuaże prymitywnymi sposobami. Odbywa się to zwykle bez zachowania warunków sterylnych – tatuaże wykonywane są przy użyciu igieł, zaostrzonych spinaczy biurowych, zszywek, drutu i tuszu np. ze skradzionych długopisów, skruszonej cegły, a nawet stopionej podeszwy buta i innych różnorodnych substancji chemicznych. Bywa, że igła jest umieszczana w pustej oprawce długopisu. Używanie takiego „sprzętu” i brak sterylności jest powodem zakażeń bakteryjnych, wirusami zapalenia wątroby czy HIV i bliznowacenia. Tatauowanie się więźniów stanowi

188 <https://etatuator.pl/tatuaże-wiezienne-znaczenie-wzorow/> [dostęp: 12.12.2020].

189 K. Fryta, *Tatuaż wynosi człowieka ale i degraduje*, <http://www.uwm.edu.pl/egu/news/5/czytaj/258/tatuaż-wynosi-człowieka-ale-i-degraduje.html> [dostęp: 12.12.2020].

190 M. Snopek, *Nowa moda, nowe trendy – współczesne oblicze tatuaży w więziennej twórczości*, [http://libcom.linuxpl.info/resocjalizacja/archiwum/wp-content/dokumenty/streszczenia/RP%209%20\(2015\)%2069-95.pdf](http://libcom.linuxpl.info/resocjalizacja/archiwum/wp-content/dokumenty/streszczenia/RP%209%20(2015)%2069-95.pdf) [dostęp: 10.11.2020].

problem zdrowotny, gdyż aż 20-30% skazanych tatuuje się podczas pobytu w więzieniu. Dotyczy to zarówno kobiet, jak i mężczyzn<sup>191</sup>.

Tatauaże wykonują czasem osoby z niewielkim doświadczeniem, a prymitywne narzędzia dodatkowo uniemożliwiają ich estetyczne wykonanie. Większość klasycznych motywów więziennych charakteryzują krzywe linie i proste, nieciekawe wzory. Jednak zdarzają się wśród więziennych tatuatorów prawdziwi artyści. Uważa się, że jeden ze stylów tatauażu zwany „fineline” miał swój początek właśnie w więzieniu<sup>192</sup>.

### Tatauaże przeniesione z subkultury do popkultury

Tatauaż praktykowany był niemal w każdej zbiorowości ludzkiej i często jego funkcje oraz stojące za nimi motywacje znacznie się różniły. Po długim okresie negatywnej stygmatyzacji poddawanie się praktykom tatuowania stało się w ostatnim okresie modne i kultura popularna zdecydowanie wprowadziła tatauaże do głównego nurtu, a usunęła sporo z ich wcześniejszego znaczenia, choć wiele osób nadal uważa je za coś więcej niż tylko projekt na ciele. Jednak wiele osób (grup społecznych, wiekowych) jest zdecydowanie przeciwnych tatauażom, w szczególności grupy konserwatywne, dość często branża korporacyjna i szkoleniowa – tatauaże łączą oni z nieprofesjonalizmem, zbuntowanymi osobowościami oraz ogólną przestępczością i nieatrakcyjnością<sup>193</sup>.

Znany artysta tatauażu, Nathan Boon, w 2018 r. wskazywał, że gdy zaczynał działalność przed ponad 10 laty, to salony tatauażu można było znaleźć w zaułkach lub na obrzeżach miasta. Jednak z biegiem lat coraz więcej tych salonów było otwieranych w centralnych biznesowych dzielnicach miast – co też jest świadectwem przechodzenia tatauaży z subkultury do popkultury. Boon dodaje także, że wprawdzie tatauaże są coraz bardziej popularne, ale dla wielu nie są już „projektem” na całe życie, gdyż dokonują zmian w tatauażach bądź nawet je usuwają<sup>194</sup>.

### Tatauaże wśród celebrytów

Tatauaże są bardzo modne wśród współczesnych celebrytów. Oto fragment tekstu zachęcający czytelnika portalu do obejrzenia galerii ich zdjęć: „Które polskie gwiazdy mają na swoim ciele najwięcej tatauaży? I które mają je najładniejsze? Oceńcie sami, oglądając naszą galerię aż 19 najbardziej wytatuowanych polskich celebrytów. Martyna Wojciechowska, Gabi Drzewiecka, Dawid Kwiatkowski... Wiedzieliście, że ONI mają na

191 J. Strang, J. Heuston, C. Whiteley et al., *Is prison tattooing a risk behaviour for HIV and other viruses? Results from a national survey of prisoners in England and Wales*, „Criminal Behaviour and Mental Health” 2000, nr 10, s. 60-66; M.E. Hellard, C.K. Aitken, J.S. Hocking, *Tattooing in prisons – not such a pretty picture*, „American Journal of Infection Control” 2007, nr 35, s. 477-480.

192 <https://etatuator.pl/tatauaże-wieziennie-znaczenie-wzorow/> [dostęp: 10.12.2020].

193 *Tattoo History and What They Mean Today*, <https://tattoosplendor.net/tattoo-history-and-what-they-mean-today/> [dostęp: 10.12.2020].

194 *How tattoos went from subculture to pop culture*, <https://www.theguardian.com/fashion/2018/oct/26/how-tattoos-went-from-subculture-to-pop-culture> [dostęp: 10.12.2020].

sobie aż tyle dziar?<sup>195</sup>. Przykładem celebryty z nader licznymi tatuażami jest gwiazdor piłki nożnej, David Beckham, którego wręcz ocenia się jako uzależnionego od tatuaży<sup>196</sup>. O Vladimirze Franzu, czeskim polityku, kandydacie na prezydenta w 2013 r., pisano, że kto go zobaczy, na pewno o nim nie zapomni – ma on gąszcz tatuaży na ciele, w tym na całej twarzy<sup>197</sup>.

## Rodzaje i style tatuaży

Poza klasycznym tatuażem wykonywanym specjalną maszynką z użyciem barw lub bez nich coraz popularniejsze są tatuaże oryginalne, do wykonania których wykorzystuje się różne techniki.

### Białe

Uważa się, że to doskonałe wzory tatuażu na dłoni kobiety – wyrażają jej poczucie piękna i elegancję. Przypominają delikatną koronkową rękawiczkę, może nieco skaryfikację. Jednak sam zabieg nie jest tak bolesny jak nacinanie skóry. Wśród licznych ciał z różnobarwnymi tatuażami białe tatuaż wyraźnie wyróżnia się w tłumie. Chętnie pokazywany jest na Instagramie – zdjęcia ukazują się pod tagiem whiteinktattoo. W mediach zwraca się jednak uwagę: „Białe tatuaże to hit ostatnich lat. Wyglądają ślicznie na zdjęciach, ale później jest płacz<sup>198</sup>”.

W sztuce tatuażu białe tusz używany jest od dawna – zwykle dla podkreślenia niektórych elementów wzoru, co sprawia, że wygląda jak trójwymiarowy i z połyskiem. Tatuaż wykonany jedynie białym tuszem w formie konturu bywa często polecany za interesowanym bez informacji, jak wygląda w krótkim czasie po wykonaniu. Zdjęcia tatuażu wykonane niedługo po jego wykonaniu są bardzo efektowne. Z czasem barwy wyraziste – czarne i kolorowe – pomimo tego, że bledną, pozostają ciekawe, a w przypadku tuszu białego, w zależności od karnacji oraz suchości skóry, jego blednięcie zwykle jest nierówne, miejscami żółtawe, a po pewnym czasie nawet brązowawe i tatuaż przestaje być estetyczny.

---

195 19 najbardziej wytatuowanych polskich gwiazd! Kto ma najwięcej dziar? Zobacz zdjęcia!, <https://www.eska.pl/hotplota/news/19-najbardziej-wytatuowanych-polskich-gwiazd-kto-ma-najwiecej-dziar-zobacz-zdjecia-aa-ncc5-Xiiv-U8sv.html> [dostęp: 10.12.2020].

196 David Beckham's Coolest Tattoos, <https://www.fashionbeans.com/article/david-beckham-tattoos/> [dostęp: 10.12.2020]; David Beckham's 55 Tattoos & Their Meanings, <https://bodyartguru.com/david-beckham-tattoos/> [dostęp: 10.12.2020].

197 Ten polityk mógł zostać prezydentem Czech, [https://www.onet.pl/?utm\\_source=nortonsafe.search.ask.com\\_viasg\\_businessinsider&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=leo\\_automatc&srcc=ucs&pid=10d7d5e0-682b-47d4-951a-2173f6aad0f9&sid=ca05277f-7c3f-495c-9acc-986177acd173&utm\\_v=2](https://www.onet.pl/?utm_source=nortonsafe.search.ask.com_viasg_businessinsider&utm_medium=referral&utm_campaign=leo_automatc&srcc=ucs&pid=10d7d5e0-682b-47d4-951a-2173f6aad0f9&sid=ca05277f-7c3f-495c-9acc-986177acd173&utm_v=2) [dostęp: 10.12.2020].

198 <https://natemat.pl/311781,bialy-tatuaż-jest-modny-i-fajnie-wyglada-po-latach-jest-z-nim-problem#> [dostęp: 26.05.2021].

Każdy tatuażysta wykona tego rodzaju tatuaż, jednak doświadczeni tatuatorzy radzą się zastanowić i uprzedzają, że nie można przewidzieć, jak będzie on wyglądał po latach. Jeśli dana osoba już posiada tatuaż z elementami białego tuszu, może być wskazówką, jak zmieni się planowany nowy. Może się też zdarzyć, jak mówią fachowcy, że z powodu większej niż inne gęstości tuszu białego wystąpi trudność z podaniem tuszu z wtórnymi następstwami jak blizny etc.<sup>199</sup>

### Akwarela (watercolor)

Jak już wynika z nazwy, tataże akwarela (watercolor) są to dzieła sztuki, wykonane nieomal jak szkic, lekkie, malarskie, wpływają na emocje odbiorcy. W przeciwieństwie do tatuaży klasycznych nie mają wyraźnych konturów, choć czasami te techniki są łączone. Barwy są zwykle subtelne, cieniowane, a nieco rozmyte, zwykle miękkie linie się przeplatają. Powstają one przy użyciu zwykłych narzędzi do tatuażu, a jedynie różna jest technika wprowadzania barwnika pod skórę, by wywołać efekt cieniowania. Stosowane motywy są niezwykle zróżnicowane – od jedynie „kleksów” do reprodukcji dzieł słynnych malarzy. Jednym z problemów jest kwestia trwałości takiego tatuażu. Doświadczony tatuażysta, by zapobiegać blednięciu, czasami stosuje warstwę podstawową czarną czy delikatnie konturuje i wówczas nawet po latach można obraz poprawić. Do tego typu tatuażu warto wybrać tatuażystę, który już ma doświadczenie w tym temacie, obejrzeć jego portfolio. Czasami bowiem opieranie się na ofercie salonu bywa złudne. Warto zastanowić się nad lokalizacją tego typu tatuażu, a także wziąć pod uwagę, że jest bardziej podatny niż inne na pocieranie i szybciej traci barwy. Z tego powodu nie poleca się lokalizacji takich jak np. powierzchnia stóp, pośladki czy ramiona. Odpowiednia pielęgnacja tatuażu, co jest omówione w odrębnym rozdziale, może w pewnym stopniu zapobiegać stopniowemu zanikowi obrazu<sup>200</sup>.

### Biomechanika

W związku z popularnością bohaterów filmów science fiction wiele osób, szczególnie płci męskiej, pragnie w jakimś stopniu upodobnić się do cyborgów. W związku z tym coraz bardziej popularne są wzory tatuażu „biomechanika”, łączące elementy realistyczne z dodatkowymi efektami, najczęściej sprawiającymi wrażenie trójwymiarowości, zamieniające np. całą rękę w „mechaniczną kończynę”. Często korzysta się z rycin słynnego ilustratora H.R. Giger, który jest niekwestionowanym autorytetem wzorów biomechanicznych<sup>201</sup>.

Osoby odważne, zafascynowane cybernetyczną przyszłością, wybierają formy zwykle trójwymiarowe, obrazujące ludzkiego robota – humanoida. Stanowią one swoisty

---

<sup>199</sup> *Ibidem*.

<sup>200</sup> <https://etatuator.pl/czym-jest-i-jak-powstaje-tatuaż-akwarela/> [dostęp: 28.01.2021].

<sup>201</sup> <https://vocal.media/futurism/best-h-r-giger-illustrations> [dostęp: 3.01.2021].



przekrój człowieka, wskazując, że pod skórą nie kryją się zwykle narządy, ale zaprogramowane części mechaniczno-elektroniczne. Może to symbol dzisiejszych czasów, kiedy coraz bardziej żyjemy w świecie wirtualnym...

## Biotataż

Alternatywą dla trwałego tatuażu jest tzw. biotataż (*biotattoo, bio tattoo*). W odróżnieniu od klasycznego znika on w ciągu kilku lat – zwykle po trzech – nie pozostawiając śladu. Można w tym samym miejscu wykonać tatuaż klasyczny. Jak podają specjaliści, biotataż swoją nazwę zawdzięcza ponoć naturalnym barwnikom. Przed zabiegiem sprawdza się, czy dana osoba nie jest uczulona – choć zdarza się to bardzo rzadko. Używane w tym celu podczas tatuowania barwniki naturalne są wprowadzane pod drugą warstwę naskórka.

Prace nad jego opracowaniem trwały dość długo, ale aktualnie staje się coraz bardziej popularny.

Biotataż może być wykonany na dowolnym fragmencie skóry, istnieje możliwość użycia wielu barw. Przez konserwatywnych tatuażystów uważany jest za „tanią podrobę”. Może być wykonywany w salonach kosmetycznych, nie tylko w profesjonalnych studiach tatuażu. Jednak z uwagi na konieczność wielkiej wprawy i precyzji osoby wykonującej tatuaż warto wybrać miejsce mające doświadczenie i znaną renomę. Zdarza się bowiem, że farba wybarwia nierówno i powstaje nieciekawym, jakby brudny rozmazany obraz.

Tatuowanie wymaga wielkiej precyzji, wykonywane jest jednorazową cienką igłą, którą wprowadza się odpowiedni pigment podskórnym, ale tylko na głębokość 0,6-1,4 mm. Ma to ogromne znaczenie, gdyż podany głębiej może nie zniknąć. Zabieg trwa krócej niż nałożenie tatuażu klasycznego, jest mniej bolesny, ale są miejsca na ciele (okolica pachwiny, brwi lub sutka), gdzie bolesność jest zbliżona. Mając świadomość niskiego progu bólu, można wówczas poprosić o znieczulenie.

Po zabiegu wymagana jest specjalna pielęgnacja z zachowaniem szczególnej higieny i zastosowaniem maści gojących przez tydzień. Na podanej w przypisach stronie można poczytać o przeciwwskazaniach medycznych do wykonania tego rodzaju tatuażu, choć wydają się one uniwersalne i dotyczą tatuaży w ogóle<sup>202</sup>.

## Cartoon

Cartoon to styl tatuażu zaliczany czasami do kategorii *old school*, szeroko opisanego w 2016 r. Stał się popularny w czasie pandemii COVID-19. Wzorem są charakterystyczne postaci ze znanych kreskówek, które bardzo często wyrażają głębokie przesłanie.

---

202 <https://urodaizdrowie.pl/biotatauz-mniej-trwaly-rownie-atrakcyjny> [dostęp: 31.01.2021].



Zwykle osoby wybierające taki obraz tatuażu utożsamiają się z postacią lub z jej cechami charakteru.

Dla niektórych wybór tatuażu z postacią z filmu animowanego świadczy o infantrylnej naturze. Jednak dla wielu jest to faktyczne przeniesienie z dzieciństwa, głęboko zapisane w pamięci, a nawet kształtujące osobowość. Według tatuażystów najczęściej wybierane są takie postaci, jak Myszka Mickey, Kaczor Donald, Popeye, Diabeł Tasmański, Pokemony, Garfield, Tom i Jerry.

Zazwyczaj wybierane są wzory kolorowe, zbliżone do obrazków widywanych na ekranach telewizorów w dzieciństwie. Często dodawane są elementy oryginalne, by tatuaż stawał się niepowtarzalny<sup>203</sup>.

## Dotwork

Dotwork to technika, którego inspiracją było malarstwo impresjonistyczne. Styl ten, szeroko opisywany w 2016 r., nadal jest bardzo popularny. W czasie pandemii COVID-19 wybierają go szczególnie kobiety. Nazwa stylu pochodzi od angielskiego *dot*, co oznacza kroplę. Dotwork bardzo się wyróżnia na tle pozostałych technik, gdyż jest to metoda kropkowania, tj. umieszczania obok siebie czasem milionów kropek tworzących ostatecznie konkretny obraz. Dopuszczalne jest cieniowanie wzoru, co może odróżniać dotwork od klasycznego tatuażu handpoke<sup>204</sup>. Tatuaż w tym stylu może być czarno-biały, ale też barwny. Jako motyw czasem wybierane są np. wytatuowane na dłoni portrety bliskiej osoby, ale też ukochanego zwierzęcia.

Dotwork czasami przypomina rycinę z książki lub nieomal obraz impresjonisty i zawsze sprawia wrażenie, że ma specyficzną fakturę. W zależności od motywów bywa bardzo zwiewny i romantyczny, łączyć może tatuaż realistyczny z niezwykle techniką używaną przez impresjonistów. Czasami tatuaż ten może się wydawać mało wyrazisty, ale doświadczony tatuażysta poprzez nakładanie kropek na inne oraz cieniowania uzyskuje bardzo efektowny obraz. Tatuaż wykonany tą techniką umożliwia dynamiczne przedstawienie natury. Jest to np. ptak wzbijający się w powietrze czy kołysane wiatrem słoneczniki. Nieodmiennie także bardzo popularne są tatuaże abstrakcyjne. Mogą być to wzory plemienne lub geometryczne z widocznym cieniowaniem. Wbrew pozorom ten motyw tatuażu nie należy do łatwych w wykonaniu, gdyż każdy tatuaż prosty w formie wymaga wielkiego doświadczenia tatuażysty i precyzji. Niektóre z tych prostych form mogą być jedynie kropkami imitującymi fale lub linie, inne przypominają późne dzieła Picassa.

Podobnie jak i w innych rodzajach tatuażu ważny jest wybór jego lokalizacji na ciele. Tak misterne dzieło sztuki tatuażu powinno być dobrze eksponowane. Jednak im

---

203 <https://dziary.com/blog/blog-tatuaze-cartoon-tattoo-to-styl-tatuazu-zaliczany-czasami-do-kategorii-old-school-6022> [dostęp: 30.01.2021].

204 <https://dziarownia.pl/tatuaze/dotwork> [dostęp: 30.01.2021].

większy wzór, tym bardziej potrzebna większa powierzchnia ciała. Dlatego też portrety dobrze się prezentują na plecach czy ramieniu, choć portrety miniatury czy motywy przyrodnicze wyglądają ciekawie na dłoni lub nadgarstku. Te miejsca najczęściej wybierają kobiety, jednak ostatnio można zauważyć, że właściwie płeć nie odgrywa w tym roli. Dotwork jako napis wygląda znakomicie na obojczyku, ale też na dolnym odcinku klatki piersiowej. Nie poleca się natomiast lokowania tatuażu wykonanego w tym stylu na ruchomych częściach kończyn, gdyż nie jest wtedy zauważalna ich misteria.

W przypadku pragnienia posiadania tatuażu w tym stylu należy szczególnie wnikliwie wybierać tatuażystę, zbierając informacje o jego doświadczeniu oraz oglądając portfolio.

Tego rodzaju tatuaż wymaga znacznie dłuższego czasu wykonywania, często kilkukrotnych wizyt w salonie, o czym zawsze informuje tatuażysta<sup>205</sup>.

### Fluorescencyjny – UV

Jak podano w 2018 r., tatuaż fluorescencyjny UV nie jest jeszcze dobrze poznany pod względem jego trwałości na przestrzeni dziesiątków lat. Już są podawane obserwacje, że czasami po pewnym czasie barwnik po prostu znika, co oznacza, że został przeniesiony dalej w głąb ciała z jeszcze niepoznanyymi skutkami. Problem jest omawiany w rozdziale o powikłaniach medycznych spowodowanych tuszem do tatuowania. Dlatego warto podchodzić do tematu z dużą ostrożnością<sup>206</sup>.

Nazwa „tatuaż UV” wskazuje, że widać go zwykle tylko w świetle ultrafioletowym. Taki tatuaż świeci w nocy, odbijając odległe światło, choć są wzory widoczne także w świetle dziennym. Tego rodzaju tatuaż przeważnie wybierają osoby, które nie chcą, by tatuaż był stale widoczny, a jedynie ukazywał się np. w czasie imprez. W przypadku pomysłu, by wybrać ten rodzaj tatuażu, warto poznać ofertę salonu tatuażu i jak zwykle się zaleca, szczegółowo omówić temat z tatuażystą. Jest to tatuowanie trochę bardziej skomplikowane, wymaga też więcej czasu. Goi się tak długo jak tatuaż zwykły, co powoduje, że przez kilka dni może być stale widoczny jego zarys<sup>207</sup>.

### Handpoke

Od stosunkowo niedawna powraca się do tradycji tatuowania ręcznego, odchodząc od maszynowego. Handpoke to zwykle tatuże oryginalne, lekkie, wiele osób je rozpoznaje i odbiera jako nawiązanie do kulturowych korzeni tatuowania ciała.

---

205 <https://styl.fm/newsy/179774.hot-trend-tatuaze-dotwork-wzory-wykonane-ta-technika-robia-furore> [dostęp: 30.01.2021]; <https://kreatywnastrona.pl/najnowszy-trend-tatuaz-dotwork-czy-warto-sie-na-niego-zdecydowac/> [dostęp: 30.01.2021].

206 <https://www.ofeminin.pl/uroda/tatuaze-wzory-i-inspiracje/tatuaze-fluorescencyjne-czyli-sposob-by-blyszczec-nawet-w-ciemnosciach-duzo-zdjec/g5j51e1> [dostęp: 28.01.2021].

207 <https://etatuator.pl/tatuaz-uv/> [dostęp: 28.01.2021].

## LED-owy

Specjaliści z Uniwersytetu Pensylwanii zaproponowali tataże LED-owe, które wszczepia się pod skórę, dzięki czemu wyglądają jak prawdziwe tataże, ale potrafią wyświetlać różne obrazy. Naukowcy ci eksperymentują z tatażami LED, które wszczepia się pod skórę. Jak dotąd „wytatuować” udało się tylko myszy. Proces jest dość skomplikowany, bowiem miniaturowe układy (o rozmiarze 1 mm × 250 nm) znajdują się w delikatnej osłonie, która po wszczepieniu rozpuszcza się w organizmie, a chipy rozchodzą się pod skórę. Te mikroukłady następnie podłączane są do urządzenia kontrolującego wyświetlany obraz, które również można (choć nie trzeba) wszczepić pod skórę<sup>208</sup>.

Nietypowe diody LED opracowane przez Johna Rogersa są elastyczne – mogą się skręcać, znacznie rozciągać, powlekane silikonem są wodoszczelne i według naukowców bezpiecznie mogą być umieszczane pod skórę<sup>209</sup>.

Chipy LED-owe mogłyby mieć ważne zastosowanie w praktyce, np. wszczepiane osobom z cukrzycą, wysyłając sygnały świetlne lub poprzez pojawiający się napis na skórze, umożliwiałyby stałe monitorowanie glikemii. Z innych zastosowań firma Philips proponuje taki tataż do wyświetlania poziomu podniecenia. Są też pomysły wszczepiania pod skórę LED-owego zegarka. Pomysły, poza stricte medycznymi, wydają się dość ekscentryczne i może się wydawać, że to fantazja, jednak znaleziony na YouTube filmik z 2020 r. przekonuje, że temat budzi zaciekawienie ludzi i jest aktualny<sup>210</sup>.

## Trash Polka

Jest to oryginalny styl tatażu, który utworzyli dwaj tatażyści Simone Plaff i Volko Merschky w niemieckim klubie Buena Vista Tattoo i jest najbardziej popularny w tym kraju. Polecany osobom, którym zależy na zachowaniu oryginalności. Tataż Trash Polka zwykle jest w kolorze czarnym, czerwieniach i szarości, co sprawia wrażenie, że coś się w obrazie dzieje. Motywem są realistyczne rysunki i rozmazane smugi, napisy, co tworzy wieloznaczne kolaże. Jak mówią sami twórcy, styl Trash Polka łączy ze sobą przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, realizm i „śmieci” (ang. *trash*), realizm i abstrakcję, człowieczeństwo i technologię. Trash Polka jest próbą stworzenia kompozycji, które łączą przeciwieństwa. Wzory są duże i odważne, co sprawia, że nie wszystkim odpowiadają. Najczęściej tatażyści wyrażają w obrazach swoje oryginalne pomysły, niechętnie dopasowując się do pomysłów osoby tatuowanej<sup>211</sup>.

208 <https://www.chip.pl/2009/11/tataz-led-wszczepiany-pod-skore/> [dostęp: 28.01.2021].

209 [https://www.benchmark.pl/testy\\_i\\_recenzje/technologie-wizje-i-gadzety-przyszlosci/stro-na/11617.html](https://www.benchmark.pl/testy_i_recenzje/technologie-wizje-i-gadzety-przyszlosci/stro-na/11617.html) [dostęp: 28.01.2021].

210 <https://www.chip.pl/2009/11/tataz-led-wszczepiany-pod-skore/> [dostęp: 28.01.2021]; [https://www.youtube.com/watch?v=33YgPH4\\_cbg](https://www.youtube.com/watch?v=33YgPH4_cbg) [dostęp: 28.01.2021].

211 <https://etatuator.pl/trash-polka/> [dostęp: 28.01.2021].

### 3D

Tatuaze 3D to modne od niedawna obrazy, które niejako „wychodzą” z tła skóry poprzez efekt trzeciego wymiaru. Są to „wzory, które na skórze łączą realizm i abstrakcję; graniczą z animacją i zachwycają doskonałością odwzorowania. Trójmiarowe tatuaze zadziwiają drobiazgowością kształtów i nadzwyczajną precyzją realizacji”<sup>212</sup>.

Większość wzorów tatuazy jest dwuwymiarowa (2D), ma jedynie długość i szerokość, jest płaskim obrazem, bez wizualnej głębi. Od kilku dziesięcioleci artyści wprowadzają do tatuazy trzeci wymiar – jest to tzw. tatuaz 3D. Stwarza on iluzję, że obraz wystaje ponad skórą lub drąży do środka ciała. W celu uzyskania takiego efektu używa się światła i cienia, które powodują, że obraz jest jakby zaokrąglony, ma głębię. Jedną z metod jest „usuwanie” części skóry w celu „odsłonięcia” mięśni i ścięgien albo pokazywanie wnętrza robota czy kosmity przedstawianego na tatuazu. Osoba decydująca się na tatuaz z „odsłonięciem” mięśni pragnie zademonstrować swoją siłę, a wybierający motyw robota i „zagładanie” do jego wnętrza może być postrzegany jako kwestionujący swoje człowieczeństwo, wyrażający w ten sposób pragnienie, by działać jak maszyna. Rysunek kosmity „odsłaniającego” wnętrza może sugerować, że osoba z takim tatuazem znacząco różni się od innych ludzi albo bywa oderwana od rzeczywistości.

Innym rodzajem tatuazu 3D, już dość popularnym, jest stwarzanie iluzji czegoś znajdującego się ponad powierzchnią skóry. Efekt osiąga się „światłocieniem” i dodawaniem cienia nie tylko obiektu, ale i skóry. Cienie wpływają na mózg oglądającego taki tatuaz w ten sposób, że „widzi” on przestrzeń między skórą a danym obiektem-obrazem, co sprawia wrażenie, że tatuaz „siedzi” na skórze, a nawet się nad nią unosi. Jeszcze inną techniką jest użycie czerwonego i niebieskiego tuszu – wzór jest pozornie niewyraźny i jakby brudny, ale staje się trójwymiarowy przy oglądaniu przez okulary 3D<sup>213</sup>.

### Tatuaze połączone z piercingiem

Ulokowanie kolczyka w obrębie tatuazu może tworzyć intrygującą kompozycję szczególnie w miejscach zazwyczaj zakrytych. Jak się obserwuje, wybierają te formy modyfikacji ciała nie tylko osoby, które pociąga alternatywny sposób bycia. W pojęciu niektórych jest to sposób wyrażenia swojej niebanalności i zafascynowania innych – szczególnie w sytuacjach intymnych<sup>214</sup>.

212 <https://dziary.com/tatuaze/wzory/3d/1> [dostęp: 23.01.2021].

213 <https://mojetatuaze.pl/tatuaze-3d-realistyczne/> [dostęp: 23.01.2021].

214 <https://dziary.com/tatuaze/wzory> [dostęp: 10.01.2021].

## Symbolika motywów tatuażu

W XXI w. tataże stają się coraz bardziej popularne, chociaż podczas ich wykonywania mogą wystąpić komplikacje medyczne i zagrożenia dla zdrowia. Rosnąca popularność tatuowania doprowadziła do opracowania wielu nowych kolorów, dzięki czemu tataże są bardziej spektakularne niż kiedykolwiek wcześniej<sup>215</sup>. Obecnie stały się sztuką samą w sobie i obok piercingu są elementem tzw. body art. Nadal są osoby, które preferują tradycyjne techniki, ale niektórzy wybierają tataże niepowtarzalne albo widywane w innych kulturach. Stopniowo zanika dawna tradycja tatuaużu więziennego czy przestępczego, a osobom zgłaszającym się do salonów tatuaużu raczej chodzi o modę, ale i oryginalność oraz wyrażenie własnego „ja”. Wybrane motywy często się powtarzają – jest to motyw czaszki, kwiaty, różne napisy, „łapacze snów”, ptaszki, piórka, róże etc. Wiele osób decyduje na wybór obrazu tatuaużu z uwagi na jego symbolikę. Niektórzy wybierają jedynie tataże z elementami walki, jak rysunki wojowników, białej broni czy czaszki<sup>216</sup>.

Często studia tatuaużu zamieszczają w internecie filmiki pokazujące ogromne możliwości wykonania „artystycznego” tatuaużu robiącego wielkie wrażenie. Są to migawki z pracy tatuaużysty, który posługuje się wyrafinowanym sprzętem do tatuowania<sup>217</sup>.

Zdarza się, że ktoś niezadowolony z poprzedniego obrazu prosi o wykonanie na tym miejscu innego lub usunięcie go laserem. Jednak całkowite usunięcie tatuauży tą metodą nigdy nie jest możliwe. Osoby, które podejmą pierwszą decyzję wytatuowania się, zwykle robią sobie kolejne.

### Figury geometryczne

Dość częstym motywem tatuaużu jest pentagram. Warto poznać jego znaczenie, gdyż ma wiele znaczeń – zarówno historycznych, jak i religijnych.

Pentagram, zwany też gwiazdą pitagorejską (gr. *πέντε* pięć, *γραμμή* litera) jest figurą geometryczną, tzw. wielokątem gwiazdzistym foremnym. W wielu kulturach pentagram uważany jest za symbol magiczny.

#### Pentagram biały z wierzchołkiem zwróconym ku górze

1. W Starożytnej Grecji Pentagram Biały symbolizował harmonię ciała i ducha, był związany ze znakiem Hygiei (bogini zdrowia). Mógł być opisany pierwszymi literami słów „salus” (zdrowie) i „hygieia”, „ugeia” (Hygiea). Znany także jako 5A = pentalfa oraz znak pitagorejski, czyli wyobrażenie złotych proporcji oraz symbol doskonałości.
2. Gnoza. Dla manichejczyków pentagram był jednym z najważniejszych znaków, symbolem magii. Uznawali oni cyfrę pięć za świętą, odnosili ją do pięciu żywiołów (woda, ogień, powietrze, światło, wiatr). Pojawiał się także w formie ukrytej jako pięciopalcza dłoń.

215 P. Laux et al., *A medical-toxicological view of tattooing*, „Lancet” 2016.

216 *Ibidem*.

217 Np. Tadoo Studio, <https://www.7sintattoo.pl/> [dostęp: 12.12.2020]; Studio Tatuaużu & Body Piercing, <https://arttattoo.pl/> [dostęp: 12.12.2020].

3. Okultyzm. Symbol androgyny, łączący 3 pierwiastki męskie i 2 żeńskie.
4. Żydzi uważali pentagramy za symbol Prawdy i Pięciu Świętych Ksiąg.
5. Pentagram zwrócony wierzchołkiem do góry w średniowieczu zwany był czarcią stopą albo stopą wiedźmy, miał być amuletem chroniącym przed klątwami, złymi duchami i wpływami magicznymi.
6. Masoneria. Pentagram nazywano gwiazdą jaśniejącą, z której ramion wychodzą płomienie lub promienie. Umieszczona w środku litera „G” oznacza Boga (God, Gott), gnozę, geometrię. Gwiazda symbolizuje oświecenie, światło, życie, geniusz, doskonałość geometrii.
7. W Egipcie pentagram symbolizował Horusa, pierwotną materię, wieczne źródło życia, uniwersalne nasienie, z którego powstały wszystkie stworzenia, iskrę boskiego ognia stwarzającą życie.
8. Pentagram jako symbol magiczny. W magii tzw. białoksięskiej rysowany był z jednym z ramion skierowanym ku górze, nieraz wrysowywano w środek człowieka.
9. Do chrześcijaństwa pentagram przeniknął na pewien czas w średniowieczu. Miał symbolizować Pięć Ran Chrystusa oraz cnoty rycerskie<sup>218</sup>.

### **Pentagram czarny, czyli odwrócony**

W satanizmie funkcjonuje pentagram odwrócony (wierzchołek skierowany w dół), w który często wpisuje się głowę kozła, co ma oznaczać szatana lub demona Bafometa i zarazem być obrazliwą aluzją do Jezusa Chrystusa jako kozła ofiarnego.

1. Pentagram odwrócony (wierzchołek skierowany w dół), symbol magii tzw. czarnoksięskiej, często z wpisaną głową kozła-szatana.
2. Satanizm. Pieczęć Baphometa (Bafometa), czarny pentagram, odwrócony pentagram.

Znak ten może być opatrzony w dodatkowe symbole, jak np. 666 czy odwrócony krzyż. Mogą występować hebrajskie litery oznaczające cztery żywioły i duszę człowieka (przy najniższej położonym ramieniu), wyrażające zwycięstwo materii nad duchem. Pentagram może być zamknięty, czyli otoczony pojedynczym albo podwójnym kołem, ewentualnie węzłem zjadającym własny ogon. Symbol ten rozpowszechnił się głównie za sprawą satanizmu layeyowskiego<sup>219</sup>.

Figurą geometryczną o harmonijnych kształtach jest mandala. Oglądając jakieś obrazy, nie zawsze mamy świadomość, że to, co zachwyca harmonią i przyciąga wzrok, jest mandalą. Przyroda składa się niemalże z samych mandali – to słońce, księżyc, planety, koła na wodzie po wrzuceniu kamienia, ptasie gniazda, słoje drzew, kępy traw, budowa wielu kwiatów itp. Mandala jako malowidło znana była niegdyś tylko w krajach, gdzie wyznaje się hinduizm i buddyzm, dziś jest bardzo pożądana przez ludzi z całego świata – zachwyca swoim mistycznym rysunkiem, wielością estetycznie skomponowanych barw i różnorodnych kształtów, na które można patrzeć godzinami. Jest to harmonijne połączenie kwadratu z kołem, gdzie kwadrat to sfera wewnętrzna symbolizująca ziemię i człowieka, a koło – świat zewnętrzny, niebo, nieskończoność. Kształt okręgu ma dodatkowo wskazywać na doskonałość i jedność wszystkiego. Obie figury łączy punkt centralny, który jest jednocześnie początkiem, ale też końcem układu.

218 <https://egzorczyzny.katolik.pl/pentagram-bialy/> [dostęp: 19.11.2020].

219 <https://egzorczyzny.katolik.pl/pentagram-czarny/> [dostęp: 19.11.2020].

W najszerszym ujęciu mandala jest diagramem ukazującym sposób, w jaki chaos przybiera formę harmonijną<sup>220</sup>.

Słowo mandala pochodzi z sanskrytu, czyli języka literackiego starożytnych, średniowiecznych i wczesnonowożytnych Indii, gdzie oznacza: cały świat, święty krąg, centrum lub koło życia. Pierwsze doniesienia o mandali pochodzą z Indii, choć motyw koła można znaleźć we wszystkich kulturach – jako spirala już w paleolicie, na malowidłach naściennych jaskini w Lascaux.

Ten diagram znany jest we wszystkich religiach – jako motyw pomagający w nawiązywaniu kontaktu z Bogiem i służący medytacji, modlitwie; zamieszczano go w planach architektonicznych świątyń buddyjskich, islamskich, chrześcijańskich katedr (np. witraże w kształcie rozet w średniowiecznych katedrach), a nawet egipskich piramid. Znana jest także seria mandali Giordano Bruno<sup>221</sup>.

Przez swoje oparcie na okręgu mandala jest symbolem doskonałości i jedności. Odzworowuje porządek natury, cud stworzenia, który nas otacza.

Współcześnie mandale spopularyzował w Europie Carl Gustav Jung – współtwórca psychoanalizy, odkrywając mandalę jako sposób terapii. U swoich pacjentów zauważył, że w chwilach dezorientacji i utraty punktu odniesienia kreślą oni nieświadomie koliste rysunki. Uznając, że są one wyrazem dążenia do ładu i przedstawiają zjednoczenie zwalczających się przeciwieństw, wykorzystał tworzenie mandali i pracę z nimi do wyprowadzania pacjentów z nerwic, depresji i psychoz<sup>222</sup>.

Tatauaże ze wzorem mandali zazwyczaj mają barwę czarną, a dodatek kolorów czy innych wzorów miewa znaczenie osobiste lub też kulturowe. Według filozofii tworzenia mandali, ale też badaczy zjawiska tatauażu – kolor umieszczony centralnie wskazuje na to, co jest dla mającego taki tatauaż ważne w danym momencie.

Jeśli widoczna jest dominacja jakiegoś koloru w całym rysunku, pokazuje to, co na danym etapie życia pochłania osobę z takim tatauażem. Kolory widoczne w górnej części mandali symbolizują procesy świadome, a te w dolnej połowie – procesy nieświadome.

Ogólnym przesłaniem mandali jest równowaga. Kształty i linie znajdujące się wewnątrz są zawsze spójne i równomierne – najważniejsze dla symboliki, jak i dla wzbudzenia poczucia harmonii jest odzworowanie lustrzanych odbić każdej linii<sup>223</sup>.

---

220 <https://latatoueuse.com/pl/tatauz-z-motywm-mandali-wzory-i-znaczenia> [dostęp: 10.12.2020]; *mandala (diagram)*, <https://www.britannica.com/topic/mandala-diagram> [dostęp: 3.10.2009].

221 Giordano Bruno (właśc. Filippo Bruno, 1548-1600) – włoski filozof renesansowy, teolog, dominikanin, humanista, poeta. Jego teorie wyprzedzały czas, w którym żył, zapowiadały współczesną naukę. Twierdził, że wszechświat jest nieskończony, zgadzał się z Kopernikiem, że gwiazdy to odległe ciała niebieskie, takie jak Słońce, są otoczone przez własne planety. Został spalony na stosie z wyroku Kościoła katolickiego, gdyż uznano jego nauki za herezje, <https://www.britannica.com/biography/Giordano-Bruno> [dostęp: 26.05.2021].

222 <https://www.time4tattoo.pl/uncategorized/znaczenie-tatauazu-mandala/> [dostęp: 10.12.2020].

223 <https://latatoueuse.com/pl/tatauz-z-motywm-mandali-wzory-i-znaczenia> [dostęp: 10.12.2020].



## Element ciała ludzkiego i postaci

Jednym z najstarszych obrazów w tatuażach mężczyzny jest czaszka. Oznacza ona nie tylko śmierć, przemijanie, ale też odwagę, siłę wobec wroga, jak i różnych zagrożeń oraz twardość i obojętność wobec niebezpieczeństwa i śmierci, a także mądrość. Jednocześnie sugeruje odrodzenie, przejście do wyższego poziomu zrozumienia jedności ciała i duszy. Niektórym osobom taki tatuaż ma przypominać o zachowaniu rozważli w życiu, które jest śmiertelne, wywoływać strach, ale też bywa symbolem czczenia pamięci zmarłych. Wiele osób traktuje ją tylko jako ozdobę.

Wśród ludów pierwotnych używano czaszki dla odwracania zła lub choroby, noszenie jej miało zapewnić bezpieczeństwo i spokój. Była atrybutem świętych: Franciszka z Asyżu, Marii Magdaleny, Hieronima i Romualda. Jej wymowne znaczenie podkreśla Golgota (po aramejsku „miejsce czaszek”). W średniowieczu czaszka miała przypominać o śmierci, stanowiła ostrzeżenie, by żyć godnie. Wśród Celtów czaszkę postrzegano jako siedzibę władzy i dom dusz<sup>224</sup>.

## Motywy zwierzęce

Smok, jak już wskazano, jest bardzo popularnym motywem japońskiego tatuażu irezumi. Tatuują go jednak nie tylko mieszkańcy kraju Kwitnącej Wiśni, ale ludzie z całego świata. Osoba, która postanawia wytatuować sobie smoka na własnym ciele, może korzystać z bardzo wielu przypisywanych mu cech. Zależnie od rodzaju wybranego obrazu smoka może on znaczyć mądrość, długowieczność, duchowość, męskość, bogactwo, ale też zniszczenie, pragnienia seksualne.

Wiele osób wybiera motyw chińskiego smoka, gdyż w tym kraju oznacza on bogactwo, dobrobyt, mądrość i szczęście. Gotycki smok – często obecny w dobrze znanych młodym ludziom książkach czy filmach fantasy – symbolizuje siłę i pierwotne instynkty. Osoby wybierające obraz smoka gotyckiego chcą pokazać otoczeniu swoją siłę, odwagę i zdecydowanie. Tatuaż w postaci smoka startującego do lotu to bardzo pozytywna symbolika – sygnalizuje zwalczenie przeciwności życiowych, chorób, nieszczęść i wypadków losowych, mówi o postępie w rozwoju, „locie” ku lepszemu. Zionący ogniem smok może symbolizować zniszczenie, jakąś klęskę życiową, ale i odnowę, całkowitą od fundamentów odbudowę swojego życia. Jest też symbolem siły i zainteresowania, nawet o charakterze pasji, życiem seksualnym<sup>225</sup>.

224 <https://www.time4tattoo.pl/uncategorized/co-symbolizuje-czaszka/> [dostęp: 12.12.2020].

225 <https://latatoueuse.com/pl/tataze-z-motywwm-smoka-wzory-i-znaczenia> [dostęp: 12.12.2020].

### *Trochę historii o smoku*

W wielu krajach smok należy do zwierząt legendarnych. Słowo smok – w języku greckim *drakon*, po łacinie *draconis* – w dosłownym tłumaczeniu oznacza wielkiego węża.

W starożytnym Babilonie jego wizerunkiem ozdabiano bramy i mury, miał bowiem zadanie obronę miast, a także sprawował opiekę nad mieszkańcami, broniąc przed złymi duchami. W Egipcie natomiast „panował” ogromny wąż Apofis, demon, wróg słońca, mieszkający w głębinach praoceanu, brał udział w wymierzaniu ludziom sprawiedliwości stojąc u boku Ozyrysa, czyli boga śmierci i odrodzonego życia. Niektórzy przypisywali mu właściwości uzdrawiania. Poza nim występował też Ureusz, wąż z głową i tułowiem sępa, który stanowił symbol władzy królewskiej – widniał na koronie faraona i innych jego ozdobach, a także sarkofagach, odstraszać tych, którzy chcieli zakłócić spokój wieczny władcy.

W legendach celtyckich i staroangielskich występuje okrutny smok morski, który dla prześlągania wymaga ofiar z dziewczyc. Został pokonany przez bohatera o imieniu Assipattle, który nakarmił smoka płonącym torfem, a z rozerwanego cielska powstały Orkady, Wyspy Owcze, Szetlandy i Islandia.

Smok celtycki był zwykle przedstawiany jako istota pożerająca własny ogon, co symbolizowało nieskończoność oraz cykl życia i śmierci.

Czerwonego smoka można zobaczyć na fladze Walii, jest on jej oficjalnym symbolem – jako znak dobrego władcy.

Na dawnych ziemiach polskich wierzono w smoki opiekujące się wodami i zasiewami – do nich należał król węży Żmij, który ponadto przeciwstawił się smokom powietrznym przynoszącym suszę i inne nieszczęścia. Za jego sprawą spadały komety i meteoryty, zakochiwały się w nim kobiety, rodząc dzieci o nadprzyrodzonej sile.

W całej średniowiecznej Europie często za sprawą Kościoła katolickiego, w legendach o smokach łączono te stwory z diabłem, istotą żądną krwi i chciwą, dla których nadrzędną wartością było złoto i drogie klejnoty. Powstawały legendy o dzielnych rycerzach, którzy z Bogiem na ustach pokonywali wszelakie zło, a szczególnie smoka. Jedną z takich opowieści jest legenda o św. Jerzym.

Zupełnie inaczej postrzegano smoka w Azji. W poszczególnych krajach przedstawiano je różnie: w Korei miały pięć szponów, w Chinach cztery, a w Japonii trzy. Według legendy po przeniesieniu się do innych krajów traciłyby po jednym pazurze, dlatego nie wędrowały poza granice, z tego też powodu nie opuszczały np. Indonezji.

Chiński smok ma ognistą perłę, a nad nią brodę, łeb wielbłąda, łapy tygrysa, szpony orła i ciało węża pokryte łuskami. Symbolizuje męską siłę i zawsze jest związany z cyfrą 9. Cyfra ta jest dla Chińczyków bardzo ważna, szczęśliwa, powielana w różnych miejscach, np. dziewięć smoków umieszczono dookoła cesarskich ogrodów, pałaców i świątyń. Wierzono, że chronią przed złem przychodzącym z zewnątrz. Niżsi rangą władcy mogli mieć jedynie mniej smoków wokół swoich posesji.

Smok stanowi jedno z 12 zodiakalnych zwierząt w horoskopie chińskim i wiązany jest z dobrocią, siłą, odwagą, przynosi dostatek – stąd umieszczanie jego wizerunku na domach, ulicach, w logach firm. Lazurowy Smok reprezentuje Wschód, wiosnę i żywioł drewna, jest wcieleniem najwyższego bóstwa – Nefrytowego Cesarza – co sprawia, że jest wszechmocny i nieśmiertelny. Odpowiada za męską energię Yang, stanowi idealną równowagę dla Białego Tygrysa – odpowiednika żeńskiego Yin. Smoki są łączone z żywiołem wody. Składano im dary, gdy przychodziła susza, wierząc, że przynoszą deszcz. Uważano, że zamieszkują świat podwodny (jeziora, rzeki, morza, oceany), a w przypływie gniewu mogą zamienić te zbiorniki w rzeki lawy i ognia.

Od złotych czasów cesarskich nadal w Chinach smok zajmuje równie ważne miejsce w kulturze. Jego znaczenie można porównać do orła białego w naszej kulturze i tradycji.

Mieszkańcy Chin lubią siebie nazywać potomkami smoków. Podobnie pozytywny obraz smoków istnieje w Japonii. Przez wieki Japończycy modlili się do smoków, by zesłały deszcz. Są dla nich symbolem szczęścia i z nimi związany jest zwyczaj puszczenia lampionów.

W świecie fantasy też istnieją smoki, są często wspomniane w książkach, filmach i grach. Obraz smoka w tym świecie przypomina celtyckiego czy istotę ze średniowiecznych legend. Jest ogromny, trudno go zranić i zabić, żyje przez tysiące lat, potrafi komunikować się z ludźmi w ich języku, również poprzez telepatię. Polski pisarz Szczepan Twardoch w powieści *Drach* akcję wiąże z wielkim smokiem mieszkającym na Śląsku<sup>226</sup>.

Zwykle każdy człowiek na swoje ulubione ptaki, także oglądane w naturze. Jako motyw tatuażu też są często wybierane. Taki wybór może się wiązać z najsilniejszym, czasem nieuświadomianym działaniem na wyobraźnię. Często są obrazowane orły, sokoły, żurawie, gołębie, flamingi, gęsi, sowy i kruki.

### **Gołąb**

Gołąb, szczególnie biały, w chrześcijaństwie jest symbolem Ducha Świętego, jednak poza tą religią symbolizuje także kobiecość, piękno, delikatność i miłość.

### **Flaming**

Różowy flaming oznacza piękno, wdzięk, zdrowie i witalność.

### **Jaskółka**

Jaskółka jest symbolem odrodzenia i odnowy, sukcesu, wolności, nadziei, szczęścia oraz młodości. Najpopularniejsze znaczenie w tatuażu to kontekst ochrony i przynoszenia szczęścia wytatuowanemu. Uważana jest za posłanniczkę dobrych nowin, dobrą wróżbę, podniebny znak lekkości, domowego szczęścia, nadziei i pomyślności.

---

226 <https://dziarownia.pl/artukul/znaczenie-tatuażu-smoka> [dostęp: 5.01.2021].

Starożytni Grecy bardzo szanowali te ptaki, pozwalając im budować swoje gniazda nawet w świątyniach. Wierzone, że są posłańcami Afrodyty. W Chinach uważano je za święte ptaki, uosobienie odwagi, ryzyka i niebezpieczeństwa. Egipcjanie wiązali jaskółkę z Izydą. Według mitu egipskiego Izyda zamieniała się nocami w jaskółkę i, płacząc, latała wokół grobu Ozyrysa. W starożytności wierzone, że czerwonawy kamień chelidonium, który znajdowano w żołądkach młodych jaskółek, ma magiczną moc. W Japonii natomiast w niektórych przypadkach uznawana jest za symbol zdrady.

Jaskółka jest zwiastunem dobrej nadziei, przynosi boską energię, a zabiera złe samopoczucie i niestabilne życie. Ptak ten uważany jest za strażniczkę domowego ogniska. Symbolizuje powrót do domu, wierność i lojalność. Jest znakiem łączenia rodzin, wolności oraz tęsknoty za nią<sup>227</sup>.

W czasach starożytnych, gdy tataże nie były jeszcze popularne, ptaki te utożsamiano z wszechmocnymi bogami, jak i z duszami zmarłych. Na przykład, zgodnie z grecką i rzymską mitologią, antyczne bóstwa mogły zmieniać się w jaskółki. Z kolei matki w żałobie uważały te ptaki za święte, gdyż sądziły, że zabierają dusze ich zmarłych dzieci do wiecznej krainy. Zabijanie jaskółek miało więc przynosić pecha.

Starożytna egipska grafika przedstawiała jaskółkę jako towarzysza podczas wchodzenia do podziemi (krainy zmarłych), jednak ówczesna poezja nadała ptakowi wiele pozytywnych konotacji, opisując go jako pierwszy znak nowej miłości.

W starożytnej Persji uważano jaskółki za znak rozdzielenia przyjaciół, separację i samotność.

W trakcie corocznej pielgrzymki do świętego miasta Mekka jaskółki postrzegane były przez muzułmanów za symbol wiary i stałości, pomagające zrzucić kamienie na głowy wrogów (!).

W klasycznym malarstwie chińskim jaskółki oznaczały szczęście i nadejście wiosny, często przedstawiano je w towarzystwie świeżych kwiatów brzoskwini.

### ***Jaskółki i marynarze***

Jaskółki (także wróble) miały ogromne znaczenie dla marynarzy, gdyż ich pojawienie się na niebie zwiastowało bliskość stałego lądu. Dotyczyło to czasów dawnych, kiedy nie było przyrządów nawigacyjnych. Jednocześnie jaskółki były symbolem szczęśliwego powrotu do domu, bo niezależnie, gdzie się znajdowały, zawsze trafiały do swoich gniazd.

Jaskółki wytatuowane na skórze marynarzy wskazywały na duże doświadczenie żeglarskie, gdyż zwyczajowo po przepłynięciu pięciu tysięcy mil morskich dodawali kolejny wizerunek wytatuowanego ptaka na piersi, dłoniach lub szyi. Marynarz z tatuażem jednej lub dwóch jaskółek był postrzegany jako godny zaufania i cenny członek załogi. Legenda morska mówi, że gdy tonie marynarz, wytatuowane na jego ciele ptaki wyfruwają do nieba, zabierając tam też jego duszę.

---

<sup>227</sup> <https://www.time4tattoo.pl/uncategorized/co-symbolizuje-tataz-jaskolka/> [dostęp: 5.01.2021].

### **Tatuż jaskółka – inne znaczenia**

W niektórych kulturach widok pierwszej wiosennej jaskółki jest przepowiednią sukcesu finansowego, więc aby zapewnić bogactwo na cały rok, należy w tym momencie pocierać o siebie dwie monety.

Ponieważ uważa się, że jaskółka wybiera sobie partnera na całe życie, tatuż ją obrazujący jest pięknym symbolem miłości i lojalności wobec rodziny. W innych zaś kulturach lot jaskółki pod dachem domu jest postrzegany jako zły znak, a w jeszcze innych jest to zabezpieczenie domostwa. Dla wielu osób tatuż z jaskółką oznacza osiągnięcie czegoś dobrego w życiu i nowy początek.

Ptaki wytatuowane na pięściach mają gwarantować szybkie, celne ciosy w walce („latające pięści”), oznaczają też starszych, twardych mężczyzn. Jaskółki pojawiają się też na gangsterskich tatużach, a dla niektórych są również symbolem białej supremacji (*White Pride*).

Dla osób, które wychodzą z więzienia, dwie wytatuowane jaskółki symbolizują wolność, gdyż są w naturze zwinne i mogą latać bez ograniczeń tam, gdzie zechcą. Są też znakiem wskazującym na powrót do domu po długiej nieobecności, a także powrót do społeczeństwa.

### **Elementy dodane do tatużu z jaskółką**

Każdy dodany znak do tatużu z jaskółką, a także sposób jej obrazowania, nadaje tatużowi inne znaczenie. Jaskółka w locie przynosi szczęście, bogactwo i sukces posiadaczowi. Jaskółka z kwiatem w dziobie symbolizuje wiosnę. Para jaskółek oznacza miłość i lojalność (ptaki postrzegane są jako wzór wierności). Poza tym taki tatuż symbolizujący dusze może być poświęcony kochankowi, partnerowi, przyjacielowi lub członkom rodziny. Dawni marynarze tatuowali sobie jaskółkę z sercem przebitym strzałą, by upamiętnić przyjaciela, który zginął na morzu. Jaskółka z kartami do gry, żetonami do pokera czy kostką do gry to „zakłęcie” hazardystów, którzy uważają, że jaskółki przynoszą im szczęście.

Wyjątkowego znaczenia tatużowi z jaskółką nadają imiona, cytaty, wzory, takie jak gwiazdy, kotwice, zamki, łuki, wstążki, strzały i serca.

Tatuż z jaskółką bywa współcześnie lokowany w zależności od rozmiaru na wszystkich obszarach ciała. W opinii znawców tematu wygląda idealnie na nadgarstku, karku, kostce czy palcach<sup>228</sup>.

### **Kruk**

Znaczenie kruka w tatużu może być różne. Smolista barwa, przenikliwe spojrzenie, charakterystyczny głos kojarzone są ze szlachetnością, ale też ze złem. Oznacza odnowę, przeobrażenie, intelekt, wierność, życie, ale i zniszczenie oraz śmierć<sup>229</sup>.

228 <https://etatuator.pl/znaczenie-symbolika-tuaz-jaskolka/> [dostęp: 10.01.2021].

229 <https://latatoueuse.com/pl/tatuaze-z-motywwem-ptaka-wzory-i-znaczenia> [dostęp: 12.12.2020].

### **Orzeł**

Jest ptakiem najbardziej majestatycznym, dlatego też najczęściej spotkać go możemy na tarczach herbowych. W mitologii greckiej kojarzono go z Zeusem, dla Indian amerykańskich był wcieleniem potężnego Ptaka Grzmotu, posłańcem bóstw, symbolem wojny, męstwa i odwagi. Orzeł często był umieszczany na sztandarach, a także na jego wzór tworzono pióropusze wojenne. Dla człowieka współczesnego orzeł nadal stanowi symbol męstwa, walki, ale i mądrości, przenikliwości oraz duchowości.

### **Sokół**

Zbliżoną symbolikę do orła ma sokół. Ludzie widzą w nim potężny intelekt, stanowi symbol dążenia do osiągnięcia obranego celu, waleczność, jest zwiastunem nadziei i otwarcia na nowe możliwości pojawiające się w życiu, bo bystrooki sokół potrafi dostrzec i lotem błyskawicy poszybować ku nowej szansie.

### **Sowa**

W zależności od kultury symbolika sowy może mieć znaczenie przeciwstawne – od mądrości i wiedzy do śmierci, niebezpieczeństwa, krainy umarłych. Czasem symbolizuje też pragnienie zrozumienia tajemnicy życia i śmierci.

### **Żuraw, gęś**

Żurawie symbolizują czystość, szczęście, pokój i dobrobyt. Gęś to lojalność, oddanie rodzinie oraz ochrona życia i zapewnienie bezpieczeństwa.

### **Pióra**

Pióra są obecne w kulturze nieomal wszystkich regionów świata. Wśród wielu ludów (takich jak Indianie Ameryki Północnej, greccy hoplici, macedońscy żołnierze, rzymscy legioniści i pretorianie, ale nawet w średniowieczu) piórami ptaków drapieżnych ozdabiano pióropusze, warkocze czy nakrycia głowy.

Rycerze średniowieczni na hełmach bojowych umieszczali rozmaite figury, a często pęki strusich i pawich piór, co opisał Henryk Sienkiewicz w powieści *Krzyżacy*, choćby w scenie, gdy Zbyszko z Bogdańca przyrzekał Danusi Jurandównie krzyżackie pawie czuby. Nie mówiąc o polskich husarzach czy piórach pawich Krakowiaków, a także ozdobach damskich kapeluszy, choćby w czasie międzywojnia, i piórku przy kapeluszu myśliwego.

Współcześnie stopniowo wraca moda na noszenie piór, widoczny jest ptasi puch na biżuterii, ale przede wszystkim coraz częściej pojawia się ten motyw na tatuażach.

Co ciekawe, obecnie piórom przypisuje się też dawne znaczenie symboliczne. Zależy ono od gatunku ptaka: pióro orła to siła, odwaga, moc ducha i przywództwo, pióro sokoła to szybkość i zwinność, kruka – kreatywność i wiedza, indyka – płodność i dobrobyt, pawia – duma i piękno, kolibra – miłość i inteligencję, sójki – szczęście, wrony – spryt i równowagę, bażanta – sukces i bogactwo.

Do najczęściej wybieranych motywów tego typu tatuażu należą: łapacz snów, ptasie skrzydło, gęsie pióro, pióro pawia oraz pojedyncze pióro puchowe.

### **Łapacz snów**

Łapacz snów wymyślili Indianie Ojibwa, nadając mu znaczenie filtru, który miał zatrzymywać w sieci stylizowanej na pajęczą koszmara senne dziecka, a umieszczone w łapaczu piórko miała sprowadzać sny dobre i przyjemne.

Ten motyw tatuażu zwykle wybierają osoby, którym jest bliskie myślenie magiczne, przywiązujące duże znaczenie do duchowej sfery życia, czasem też związanej z kulturą Indian. Wybór pióra w łapaczu, ale i na tatuażu, oznacza wolność i niezależność. Pióro gęsie symbolizuje naturę artystyczną, twórczą, lotny umysł i kreatywność. Wszak to od wieków symbol pisarzy. Pióro pawia to nie tylko piękno i duma, ale także pewność siebie, odrodzenie – jest najczęściej wybieranym motywem tatuaży przez kobiety niezależne, świadome i pewne swojej wartości. Ptasie skrzydło oznacza wolność i niezależność. Piórko puchowe to delikatność natury, pragnienie czerpania z życia pełnymi garściami, radość oczekiwania na przyszłość, niezależnie od tego, co przyniesie.

Tatauze z motywem pióra bądź piór ludzie zazwyczaj lubią umieszczać na ramionach, nogach, łopatkach lub klatce piersiowej, a kobiety często tatuują je na dłoniach i talii<sup>230</sup>.

### **Motyle**

Od pradziejów, niezależnie od kultury, ludzie zachwycają się motylami. Symbole te są obecne w tatuażach na całym świecie. Delikatność, zwiewność, barwy motyli urzekały nieomal każdego. Japończycy i Grecy dostrzegają w nich odzwierciedlenie duszy, ale są też dla nich symbolem młodości i wolności. Dwa lecące obok siebie motyle dla Chińczyków to znak miłości, a Japończycy czy Grecy uważają, że stanowią one odzwierciedlenie ludzkiej duszy, wolności i młodości.

W języku starogreckim *psyche* oznacza duszę, ale też motyla. Jeden z mitów opowiada o tym, jak Prometeusz rzeźbi z gliny człowieka, a Atena kładzie na jego języku duszę o kształcie motyla. Prawdopodobnie dlatego w całej Europie motyl stał się jednoznaczny z duszą tego, który żyje, i tego, który ma się dopiero narodzić. Stał się też symbolem śmierci, ale i nowego życia. W krajach nordyckich dusze zmarłych widziano w ćmach.

Motyw motyla można odnaleźć także w mitologii Indian Ameryki Północnej – w jednej z opowieści stwórca po wielkim potopie odtworzył trawę i kwiaty, jak i cały świat z pyłku skrzydeł motyla. Motyl to symbol radości, lekkości, wolności, niepodległości, nieśmiertelności, ale też próżności, swawoli i dążenia do światła niezależnie od ceny, jaką trzeba będzie zapłacić. W ostatnim przypadku takim motylem jest ćma. Na chrześcijańskich nagrobkach można było znaleźć motyw motyla, co oznaczało

230 <https://latatoueuse.com/pl/tatuaży-z-piorami-wzory-i-znaczenie> [dostęp: 10.01.2021].



zmartwychwstanie, jednak obecnie wiele środowisk chrześcijańskich postrzega go jako wyobrażenie zła, symbol satanistów i iluminatorów.

Aktualnie motyl jest jednym z najczęściej wybieranych motywów tatuażu, szczególnie przez kobiety, choć coraz częściej też przez mężczyzn. Podstawową barwą takiego tatuażu jest czarny, do którego dodawane są również inne kolory.

Wytatuowany motyl zwykle ma znaczenie jednoznaczne, lecz zdarza się, że niektórzy widzą w nim znaczenie ukryte. W Europie jest symbolem płodności, ale też dziewictwa. Motyl wytatuowany na brzuchu kobiety może mówić otoczeniu, że jest płodna, jak i to, że ma zamiłowanie do przygód seksualnych. Nierzadko w ten sposób kobieta pokazuje, że ślubowała dziewictwo. Kobieta marzycielka zwykle tatuuje motyla na łopacie, a motyl na piersiach ma wyrażać dobroć i miłość do ludzi i świata. Tatuaz ten dla kobiety może też oznaczać dojrzałość, piękno i niezależność, jest wyrazem lotnego umysłu, artystycznych, wolnych myśli. Dla mężczyzn motyl w tatuażu to wyrażenie niezależności, pewności siebie i stabilizacji w życiu – także jeśli do niej dążą. Niektórzy tatuażem w formie motyla chcą pokazać jakąś ważną przemianę w życiu (np. zmianę stylu życia) czy chęć do jej zmiany (jak wyjście motyla z kokonu), przeobrażenie własnego Ja w nową, ciekawszą duchowo istotę.

Co ciekawe, obserwuje się też takie działanie podświadome – wybór tatuażu z tym motywem, a dopiero potem przemiana człowieka. Niektórzy wytatuowanym motylem chcą uwiecznić ważne wydarzenie w życiu, jak np. ślub (wówczas często są to dwa motyle obok siebie), ale też rozwód czy przejście ciężkiej choroby<sup>231</sup>.

### **Pająki**

Pająki od tysiącleci były obecne w różnych mitach, legendach całego świata, we współczesnych komiksach czy filmach (człowiek-pająk), ale też w literaturze, np. we *Władcy Pierścieni* negatywny bohater to pajęczycza Szeloba. Tak więc postrzeganie pająka jest diametralnie różne – w tatuażach może być to wyrażenie cech nie tylko pozytywnych.

Grecki mit o Arachne zamienionej w pająka sprawił, że jest to nazwa pająka, a także nauki o pająkach – arachnologii bądź lęku przed nimi, czyli arachnofobii.

Egipska i sumeryjska bogini zwana matką stworzycielką utkała świat przy pomocy swojego krosna i nadal przeplata go nićmi przeznaczenia, splatając przeszłość, teraźniejszość i przyszłość. W piśmie klinowym figuruje znak, który jest identyczny dla imienia bogini Uttu i słowa „pająk”. Osobom z bujną wyobraźnią może przypominać to działania pająka tkającego nieustannie swoją pajęczynę, który tworzy swój własny świat.

Pająk jest głównym bohaterem wielu powiedzeń i przesądów. Na pewno każdy z was spotkał się z tym, że jeżeli zdepczemy pająka, ściągnie to na nas złą pogodę. Mówi się, że jeżeli pająk wejdzie nam do kieszeni, to już nigdy nie będziemy mieli problemów z pieniędzmi. Jeśli panna młoda znajdzie na swojej sukni ślubnej pająka, przyniesie jej to szczęście. Jeśli w drzwiach do twojego

---

231 <https://latatoueuse.com/pl/tatauze-z-motywwem-motyła-wzory-i-znaczenia> [dostęp: 12.12.2020].

domu pajak uwił sieć, możesz spodziewać się gości. Kiedy pajaki budują sieci przed południem, jest to zwiastun słonecznej pogody. Natomiast zabicie pajaka w domu przynosi pecha. Jak widać na przykładzie tych kilku zabobonów, to pajak wiąże się z samymi pozytywami, no może oprócz tego deszczu, choć i to może zostać wzięte jako plus<sup>232</sup>.

Pajak jest symbolem niezależnej kobiety, a także płodności, przypisuje się też mu mądrość, przebiegłość, spryt i ochronę przed złymi mocami. Zdecydowanie częściej mówi się o nim w pozytywnym znaczeniu, choć wyraża dualizm znaczeń. Może być uznawany za wcielenie diabła, zwiastun nieszczęść, stworzenie odpowiedzialne za choroby. Pajęczyna kojarzy się z życiowymi trudnościami – sytuacją bez wyjścia, pułapką.

Nieomal w każdym stylu tatuażu już jako klasyka znajduje się motyw pajaka, pajęczyny. Pajęczyna umiejscowiona na łokciu uwięzionych jest od dawna symbolem tego środowiska, może także oznaczać uzależnienie psychiczne od nałogów i różnych zachowań, z którymi trudno walczyć<sup>233</sup>.

Jak już wspomniano, motyw tatuażu pajęczyny ma w Polsce tradycje więzienne. Symbolizuje człowieka zamkniętego w celi jak pajak w sieci. Wielokrotnie liczba okręgów pajęczyny oznacza liczbę przestępstw, ale też lat odsiadki wyroku. Najczęściej ten motyw umieszczano na łokciu, ramieniu lub szyi.

Jednak coraz częściej pajęczynę widuje się na tatuażach u osób niezwiązanych ze światem przestępczym. Jest ona wówczas symbolem tkania własnego życia – swojej aktywności w tym zakresie, a jej delikatność i wytrzymałość na przerwanie ciągłości (przekracza czterokrotnie wytrzymałość nitki stalowej o takiej samej grubości) może mówić o sile, przeciwstawianiu się lękom czy ograniczeniom. Jednocześnie pajęczyna na ciele w formie tatuażu może wskazywać, że jest wiele dróg i możliwości, które można samemu utworzyć, by uporać się z problemami.

„W praktyce sieć pajęcza jest funkcjonalnym, praktycznym i genialnym projektem. Ma niesamowite właściwości, służy jako dom, spiżarnia, miejsce wylęgania jaj, jej funkcjonalność jest nieograniczona”<sup>234</sup>.

### **Ważka**

Postrzeganie ważki jako symbolu jest różne w zależności od rejonu świata. Japonia dawniej była nazywana Wyspą Ważek i w wyobrażeniu mieszkańców ważka jest symbolem nieśmiertelności, tajemniczości, ale też radości. Chińczycy widzą w niej symbol słabości, delikatności i ulotności. Turcy utożsamiają ważkę ze szczęściem, Indianie z niepewnością, iluzją, nieustannymi przemianami. W Europie kojarzona jest z szatanem, który przyjmując postać ważki, czaruje subtelną, namawia do grzechu dusze niewinne.

232 <https://dziarownia.pl/artukul/znaczenie-tatuażu-pajaka> [dostęp: 26.05.2021].

233 *Ibidem*.

234 <https://www.time4tattoo.pl/uncategorized/co-symbolizuje-pajeczyna/> [dostęp: 11.01.2021].

Ulubionym miejscem wybieranym przez osoby pragnące posiadać taki tatuaż, w dodatku bardzo atrakcyjnym w tym wypadku, jest kark i plecy<sup>235</sup>.

### Motywy roślinne

We wrześniu 2020 r. podano, że wśród różnych motywów tatuaży wciąż modne są elementy przyrodnicze. Zwykle są to małe kwiaty – coraz częściej rozkwitające róże, konwalie, przebiśniegi, bazy czy stokrotki, a nawet kaktusy. Są one często lokalizowane na nadgarstkach, szyi, kostkach czy plecach<sup>236</sup>.

Liczne artykuły dotyczące tatuażu zachęcają do wyboru motywu nie tylko z powodu tego, że się podoba bądź spełnia oczekiwania estetyczne, ale wyboru na zasadzie tego, co ów obraz symbolizuje, co często jest związane z kulturą danego kraju. Jak w przypadku każdego wzoru tatuażu motywem przyrodniczym można wyrazić swoje uczucia, emocje, utrwalić jakąś ważną chwilę, „uwiecznić” ważną osobę, wzmocnić swoje Ja. Czasem też posiadanie tatuażu, a także motyw wybranego obrazu pośrednio daje sygnał otoczeniu, jakim się jest człowiekiem, co jest najważniejsze i czego się oczekuje od innych. Oczywiście to ostatnie zdanie może być prawdziwe tylko wtedy, gdy osoba, która wybiera taki tatuaż, i inna, która go ogląda, ma wiedzę na temat symboliki tatuażu, ale też obie mają podobne spojrzenie na świat, bardziej lub mniej optymistyczne. Zauważa się bowiem, że prawie każdy motyw tatuażu objaśniany jest dwojako i można wybrać – czasem wyboru się dokonuje podświadomie – interpretację zgodnie ze swoją naturą. Warto mieć na uwadze odczucia innych, by z uwagi nie tylko na obecność tatuażu, ale i wybrany motyw nie być odbieranym dwuznacznie, a wręcz negatywnie.

Swoje emocje można wyrazić też, wybierając różne barwy kwiatów. Biel jest postrzegana jako niewinność i czystość, czerwień mówi o gorących uczuciach, ale też o pożądaniu władzy. Błękit to wyraz duchowości, spokoju i zamiłowaniu do rozmyślań, kontemplacji. Czasem jest postrzegany jako kolor zdradzonych i oszukanych. Zieleń jest głęboko związana z życiem, ziemią, ekologią, zwycięstwem i nieśmiertelnością. Kolor żółty symbolizuje wiedzę, wartości najwyższe, bywa symbolem bycia w związku i oznaką posiadania potomstwa. Barwa ruda wiązana jest z kolorem piekła, ciemności i kłamstwa. Fiolet natomiast mówi o żałobie, pamięci o osobach, które odeszły<sup>237</sup>.

Kwiaty są motywem tatuażu chętnie wybieranym przez kobiety, często lokalizowane na dłoniach, bywa, że korespondujące z ulubioną biżuterią – kojarzą się z delikatnością, wdziękiem i urokiem<sup>238</sup>. Jednak każdy kwiat, szczególnie w różnych kulturach,

---

235 <https://polki.pl/moda-i-uroda/pielęgnacja-ciała,znaczenie-tatuaży-symbolika-5-najpopularniejszych-motywow,10417199,artykul.html> [dostęp: 27.01.2021].

236 <https://www.elle.pl/artykul/tatauze-kwiaty-tatauze-rosliny> [dostęp: 24.01.2021].

237 <https://dziary.com/blog/blog-tatauze-tatauze-kwiaty-i-ich-znaczenie-6098> [dostęp: 31.01.2021].

238 <https://www.zdrowy-styl-zycia.pl/tatauze-na-dloniach-znaczenie-i-przyklady/> [dostęp: 28.01.2021]; G. Garcia-Merritt, *Inked Lives: Tattoos, Identity, and Power*, Iowa State University, Ames

może oznaczać co innego, a wybór pośrednio mówi coś o człowieku, nie wspominając o znaczeniu stricte związanym z religijnością. Tataż bywa też rodzajem amuletu, co jest bliskie osobom wierzącym w magię. Warto więc wybierać optymalne wzory, które nie będą powodowały niedomowień i negatywnych skojarzeń. Najpopularniejsze wzory florystyczne to róża i stokrotki<sup>239</sup>.

Oto poszczególne kwiaty w układzie alfabetycznym:

### **Bratek**

Bratek symbolizuje piękno. Taki motyw tatażu wybierają kobiety świadome swojej urody. Barwa fioletowa mówi o tym, że kobieta jest uwodzicielska, chce absorbować uwagę mężczyzn. Barwa żółta natomiast oznacza zazdrość i czasami jest wybierana przez kobiety celowo, by były postrzegane jako zazdrosne<sup>240</sup>.

### **Chaber, czyli bławatek**

Jako motyw pięknie się prezentuje w tatażu w stylu watercolor (opisany w rozdziale od stylach), co podkreśla delikatną zwiewność kwiatu. Chaber oznacza wierność i stałość w uczuciach. Jest bardzo odpowiednim motywem dla osób nieśmiałych, bo podkreśla ich dobroć i delikatność<sup>241</sup>.

### **Chryzantema**

Chryzantemy są oznaką długowieczności i perfekcji życiowej. Na Dalekim Wschodzie symbolizuje doskonałość. To częsty element japońskich tataży. Kwiat ten przyjęła jako emblemat rodzina cesarska. Ponieważ atrybutami władcy były radość, dostatek i długowieczność, osoba z takim tatażem w opinii znawców tatażu może liczyć na długie, spokojne życie, a nawet nieśmiertelność, którą ten kwiat zapewnia<sup>242</sup>.

### **Frezja**

Ten delikatny kwiat wyraża tęsknotę za miłością, a posiadanie takiego tatażu to niejako otwarcie na przyjęcie uczuć drugiej osoby. Frezja to symbol niewinności, czystości, piękna oraz zaufania<sup>243</sup>.

---

Iowa 2014; C.A. Zestcott, T.L. Tompkins, M.K. Williams, *What do you think about ink? An examination of implicit and explicit attitudes toward tattooed individuals*, J Soc Psychol. 2018, nr 158, s. 7-22, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28375810/> [dostęp: 25.01.2021]; <http://www.magiakultury.pl/tataze-kwiaty-symbolika-i-znaczenie-sprawdz-zanim-sie-zdecydujesz/> [dostęp: 24.01.2021]; <https://inknews.co/znaczenie-tatazy-roslinnych/> [dostęp: 24.01.2021].

239 <https://wizaz.pl/styl-zycia/tataze-kwiaty-wzory-i-znaczenie-379703-r1/> [dostęp: 24.01.2021].

240 <https://dziary.com/blog/blog-tataze-tataze-kwiaty-i-ich-znaczenie-6098> [dostęp: 31.01.2021].

241 <https://inknews.co/znaczenie-tatazy-roslinnych/> [dostęp: 24.01.2021].

242 *Ibidem*.

243 *Ibidem*.

### *Goździk*

Zwykle tatuowany jest jako pojedynczy kwiat. Często wybierają ten motyw matki. Oznacza fascynację i godność. Ten kwiat połączony z jakimś symbolem może w piękny sposób wyrażać uczucia do wybranej osoby, ale też do szczególnego wydarzenia lub sympatię dla świata i ludzi. Goździk biały oznacza niewinność, ale i słodycz.

### *Hibiskus*

Hibiskus, czyli róża chińska, jest symbolem łagodności, ale w różnych krajach przypisuje się mu inne znaczenie: w Chinach uosabia kobiecość i piękno, w Korei – nieśmiertelność, natomiast na Hawajach jest symbolem wolności.

### *Konwalia*

Konwalie to wyraz delikatności, subtelności i ulotności. Najczęściej widywany jest tatuaż pojedynczej gałązki obsypanej kwiatami.

### *Lawenda*

Motyw z kwiatem lawendy, który ma charakterystyczny wygląd, nie zawsze się sprawdza jako tatuaż i należy wybierać go z rozwagą. Fioletowa barwa kwiatków i pokrój gałązki kojarzony jest z elegancją, oznacza spokój, wdzięk, harmonię, a także oddanie. Według niektórych symbolizuje tajemniczość i przemijanie. Dość często wybierają tatuaż z kwiatem lawendy osoby, które pokonały chorobę, gdyż zauważają właściwości lecznicze tego kwiatu<sup>244</sup>,

### *Lilia*

Ten motyw tatuaży jest chętnie umieszczany na kostkach, ramionach, plecach czy stopach. Lilia jest symbolem czystości i niewinności, chwały i królewskości, stanowi wyraz przyjaźni i oddania. W chrześcijaństwie lilia symbolizuje Marię Dziewicę i wiele osób głęboko wierzących może z tego powodu wybierać ten motyw tatuażu. Jednak Grecy postrzegali lilię jako symbol seksualności, płodności, a także dobrobytu, z kolei w Chinach kojarzony jest z obfitością. Jak widać, znaczenie tego kwiatu w obrazie tatuażu może być różnie interpretowane i rozumiane<sup>245</sup>.

### *Lotos*

W kulturze Wschodu lotos oznacza wiedzę, zrozumienie, oświecenie. Tatuaż o kształcie kwiatu lotosu ma symbolizować ciszę, spokój i harmonię. Egzotyczny, kojarzony z Indiami kwiat lotosu cieszy się popularnością jako motyw tatuażu wśród Europejczyków. W buddyzmie utożsamiany jest z boskim pięknem, duszą i przebudzeniem

244 <https://wizaz.pl/styl-zycia/tataze-kwiaty-wzory-i-znaczenie-379703-r1/> [dostęp: 24.01.2021].

245 <https://inknews.co/znaczenie-tatuazy-roslinnych/> [dostęp: 24.01.2021].

duchowym. Osiem płatków lotosu to buddyjski symbol najważniejszego elementu rozwoju, tzw. Ośmiostopniowej Ścieżki<sup>246</sup>.

Mieszkańcy Europy widzą w nim też metaforę duchowości, harmonii i wyobrażenie idealnego piękna – w wielu kulturach symbolizuje wiarę w odrodzenie i spokój, ale także dojrzałość, wiedzę, wewnętrzny spokój i szczęście. Polecany jest jako tatuaż niewielkich rozmiarów, ale oczywiście wybór należy do osoby pragnącej posiadać na ciele ten właśnie kwiat. W opinii znawców tematu duży kwiat lotosu zajmujący większość kobiecych pleców szczególnie intryguje oglądającego<sup>247</sup>.

### **Mak**

Kwiaty maku należą do postrzeganych najbardziej różnorodnie. Dla starożytnych Greków był to kwiat boski, a makówki były składane w ofierze bóstwom. Egipcjanie natomiast kojarzyli maki ze śmiercią i umieszczali je w grobowcach. W kulturze chińskiej mak symbolizował piękno, pokój oraz – prawdopodobnie w związku z silnym działaniem uspokajającym – stanowił symbol nocy. Czerwone maki są często spotykanym elementem różnych tatuauży, przeważnie kobiecych<sup>248</sup>.

### **Nagietek**

Tatuaż z tym kwiatem przypisuje się kobiecie typu *femme fatale* – okrutnej i zazdrośnej. Czasami celowo wybierają ten motyw kobiety z gruntu nieśmiałe, które jakby na przekór chcą tworzyć wokół siebie aurę takiej właśnie osoby.

### **Niezapominajka**

Znaczenie tego kwiatu jest wszystkim znane i mieści się w nazwie. Wybierany jako motyw tatuauży zwykle wiąże się z chęcią zachowania pamięci o osobach czy ważnych wydarzeniach. Ale równocześnie niezapominajka oznacza prawdziwą, pełną zaufania przyjaźń.

### **Piwonia**

Piwonia jest uznawana w Chinach jako kwiat narodowy i motyw ten często pojawia się w tatuaużach nie tylko związanych z kulturą Wschodu. Piwonia zwykle jest postrzegana jako odzwierciedlenie energii męskiej – Yang, kojarzy się z młodością, bogactwem i życiowym powodzeniem. Jednak niektórzy widzą w niej symbol pychy, na co zwracają uwagę tatuaużyści, omawiając, szczególnie pierwszy, obraz planowanego tatuaużu<sup>249</sup>.

### **Róża**

Jednym z najbardziej popularnych motywów roślinnych tatuaużu jest róża. Już w starożytności róża jako symbol była rzeźbiona i umieszczana na drzwiach komnat,

246 *Ibidem*.

247 <https://wizaz.pl/styl-zycia/tatauze-kwiaty-wzory-i-znaczenie-379703-r1/> [dostęp: 24.01.2021].

248 <https://inknews.co/znaczenie-tatauzy-roslinnych/> [dostęp: 24.01.2021].

249 *Ibidem*.

w których organizowane były przyjęcia. W mitologii kwiat ten przypisywano Erosowi i Dionizosowi, uważając, że jest zrodzony z krwi Adonisa. Róża była od dawna symbolem zarówno czystości (znana jako *rosa mystica* – atrybut Marii Dziewicy), jak i miłości cielesnej. W ikonografii chrześcijańskiej jest często wyobrażeniem krwi Chrystusa, zaś umieszczana w katakumbach oznacza męczeństwo. Róża w wielu religiach świata, jak np. islam, buddyzm czy inne wyznania Chińczyków, była uważana za kwiat boski. Stała się symbolem tajemniczym i magicznym do tego stopnia, że z jej płatków przyrządzano magiczne eliksiry.

We współczesnej symbolice oznacza duchowość, piękno i miłość (czerwona – namiętne, pełne pasji uczucie; różowa – przysięgę miłosną; biała – miłość błagalną i milczenie), miłość cielesną, męczeństwo<sup>250</sup>. Róża symbolizuje nowy początek i równowagę, choć jeśli jest przedstawiana z łodygą, należy przyjąć znaczenie odwrotne, tj. brak równowagi i przegrana.

Róża należy do najpopularniejszych i stale modnych, choć starodawnych motywów kwiatowych tatuażu, określanych mianem *oldschoolowych*. Uważa się, że znakomicie komponuje się z każdym rodzajem tatuażu. Bywa wybierana równie często niezależnie od płci. Jest kwiatem kochanków darzących się żarliwym uczuciem. Symbolizuje miłość, pasję i namiętność. Jest obecna w zarówno delikatnych wzorach, jak i charakterystycznych motywach. Czerwona róża jest oznaką mocnego, wielkiego uczucia – znakiem miłości, nieskazitelnego wewnętrznego piękna, pasji oraz namiętności. Białe róże symbolizują czystość, niewinność, młodość i szczęśliwą miłość. Róże różowe to symbole szczęścia, uznania oraz wyrazu gracji, radości i przyjaźni. Żółte róże symbolizują przyjaźń. Róże niebieskie i czarne oznaczają smutek, żalobę<sup>251</sup>.

### **Stokrotka**

Jako motyw tatuażu stokrotka często jest wybierana przez kobiety, zwłaszcza jako pierwszy tatuaż. Wzór zwykle jest bardzo delikatny. Według znawców tematu świetnie wygląda na udach, rękach lub obojczykach. Symbolizuje harmonię, stabilność, szczęście, a także czystość i niewinność, ale też oznacza nowy początek, przełom. Stokrotka jest również symbolem lojalności i zaufania<sup>252</sup>.

### **Słonecznik**

To bardzo pozytywny i radosny motyw tatuażu. Symbolizuje zabawę i pełnię lata. Żywa, żółta barwa tatuażu słoneczników działa energetyzująco i jest kojarzona ze szczęściem i nową fazą życia. Jednak przez niektórych kwiat ten jest postrzegany jako

---

250 <https://polki.pl/moda-i-uroda/pielęgnacja-ciala,znaczenie-tatuaży-symbolika-5-najpopularniejszych-motywow,10417199,artykul.html> [dostęp: 27.01.2021].

251 <https://wizaz.pl/styl-zycia/tatuaże-kwiaty-wzory-i-znaczenie-379703-r1/> [dostęp: 24.01.2021]; <https://inknews.co/znaczenie-tatuaży-roślinnych/> [dostęp: 24.01.2021].

252 <https://wizaz.pl/styl-zycia/tatuaże-kwiaty-wzory-i-znaczenie-379703-r1/> [dostęp: 24.01.2021].



symbol fałszu. Ulubionymi i najciekawszymi miejscami lokalizacji takiego tatuażu są przedramię, udo, żebra<sup>253</sup>.

### **Storczyk**

Storczyk, czyli orchidea, zwany jest kwiatem kochanków i uznaje się go za „perłę” wśród kwiatów. Wyrażać ma idealne piękno i doskonałość miłości. Już w starożytności był postrzegany jako kwiat bogactwa i luksusu, miał też strzec zdrowia i dobrego samopoczucia, a ponadto wierzone, że przynosi szczęście. Storczyk oceniany jest jako jeden z piękniejszych motywów tatuażu zarówno barwnego, jak i czarnego. Bywa też kojarzony z bogactwem i atrakcyjnością. Tatuaz ze storczykiem przez niektórych jest postrzegany jako swoisty talizman dla kobiety, który zwiększa zainteresowanie płci przeciwnej oraz ma zapewniać płodność. Mówi się także: „bez względu na to, czy jesteś mężczyzną, czy kobietą, decydując się na wytatuowanie sobie storczyka, możesz liczyć na długie, beztrudne i szczęśliwe życie!”<sup>254</sup>.

### **Tulipan**

Kwiat tulipana miał zapewniać dobrobyt. Ponoć w pradawnych czasach cebulki tulipana zastępowały ludziom pieniądze. Kwiaty te odradzając się corocznie z ukrytej w ziemi cebulki kojarzą się z odrodzeniem i determinacją. Wybierane są przez osoby przewyciężające trudne sytuacje życiowe. Tulipan od zawsze symbolizował piękno i delikatność. Decydując się na taki motyw tatuażu, warto zwrócić uwagę na barwę. Czerwony tulipan na skórze sygnalizuje pasję, ale też pożądanie drugiej osoby połączone z prawdziwą miłością. Tulipan żółty może oznaczać zdradę i rozczarowanie uczuciem<sup>255</sup>.

### **Wiśnia**

Kwiaty wiśni, tak bardzo kochane przez Japończyków, do dziś używane jako motyw tatuażu, z uwagi na swą delikatność i kruchość w naturze symbolizują śmiertelność. W kulturach azjatyckich kwiaty wiśni są symbolami szczęścia, czystości i nadziei. Z uwagi na to, że wiśnie pięknie kwitną tylko raz w roku, są kojarzone z życiem, ale też ulotną naturą. Tatuaz z kwiatem wiśni u kobiety ma podkreślać jej osobowość i energię seksualną z chęcią dominowania w związku<sup>256</sup>.

### **Drzewo**

Drzewo jest wspólnym dla wielu kultur i religii symbolem ciągłości życia, odrodzenia, bezpieczeństwa, mądrości, siły, ale też wzrastania, jedności z siłami natury i zwycięskiej walki pomiędzy dobrem i złem. W wyobrażeniach wielu osób pomaga ono łączyć siły

---

253 *Ibidem*.

254 <https://inknews.co/znaczenie-tatuaży-roślinnych/> [dostęp: 24.01.2021].

255 *Ibidem*.

256 *Ibidem*.

ziemskie (korzenie) z siłami boskimi (korona drzewa). Osoba z takim tatuażem jest postrzegana jako twardo stąpająca po ziemi<sup>257</sup>.

### **Las**

Las bywa chętnie wybieranym przez mężczyzn motywem tatuażu, najczęściej z lokalizacją na przedramieniu. Symbolika lasu jest zbliżona do symboliki pojedynczego drzewa i oznacza tajemniczość, ewolucję i odnowę. W wielu przesądach i religiach las odgrywał rolę schronienia dla dobrych, ale i złych sił. Jego mieszkańcami były demony, duchy, wróżki czy pustelnicy poszukujący miejsca, gdzie mogliby mieć warunki na pełne duchowe skupienie<sup>258</sup>.

## **Motywy, które mogą mieć znaczenie religijne**

### **Korona**

Początek takiego przybrania głowy w formie korony sięga czasów Persji, gdzie najpierw była diademem, została przyjęta przez kapłanów, a następnie władców Imperium Rzymskiego. Najstarszą koroną na świecie jest prawdopodobnie starożytna relikwia znaleziona w jaskini na Pustyni Judzkiej, nieopodal Morza Martwego, a jej wiek ocenia się na 6 tys. lat. Od czasów Chrystusa stała się symbolem męki, cierpienia i upokorzenia.

Korona będąca symbolem władzy, siły, zwycięstwa i chwały jako obraz tatuażu oznacza chęć osobistego rozwoju, zgłębiania swojej duchowości, także myśli, rozsądku, odpowiedzialności<sup>259</sup>.

### **Krzyż**

Jest jednym z najstarszych symboli znanych ludzkości, a jego znaczenie wielokrotnie zmieniało się na przestrzeni wieków. W najdawniejszych pogańskich czasach był symbolem fallicznym. W tamtych czasach krzyż składał się z dwóch elementów – belki poziomej (ramiona krzyża) i belki pionowej. Belka pozioma jest symbolem dwuznacznym – symbolizuje kobiecość, ale też zniszczenie i śmierć. Belka pionowa to symbol męskości, niebiańskości, wieczności, kreatywności, aktywności, pełni życia, wszystkiego, co pozytywne.

Jednocześnie krzyż poprzez fakt męczeńskiej śmierci Chrystusa stracił pogańskie znaczenie, a stał się symbolem zbawienia. I w taki sposób, właśnie przez pryzmat wiary chrześcijańskiej, krzyże są najczęściej postrzegane i wybierane jako wzór tatuażu. Osoby decydujące się na taki tatuaż często chcą podkreślić przywiązanie do religii i zamieścić wiarę. Jednocześnie warto zauważyć, że wszelkie religie chrześcijańskie zabraniają tatuaży, nawet tych, które w zamyśle miały tę wiarę okazywać. Nie zawsze osoby, które z taką myślą projektują swój tatuaż, są tego świadome.

---

257 *Ibidem*.

258 *Ibidem*.

259 <https://www.time4tattoo.pl/uncategorized/co-symbolizuje-korona/> [dostęp: 11.01.2021].

W katalogach tatuażystów znajduje się ok. 400 rodzajów krzyży, wśród których popularną formą jest krzyż z różańcem (czasem wytatuowany dookoła nadgarstka).

Oprócz znaczenia religijnego aktualnie symbolika tatuażu krzyża może być różna. Bywa to forma upamiętnienia zmarłych członków rodziny, przyjaciół, może obrazować śmierć, złość, wściekłość, ból, zranienie. Dla innych osób symbolizuje pozytywne wyobrażenia, jak połączenie między życiem fizycznym i duchowym, wieczność, pełnię życia, optymizm, kreatywność, prostolinijność i poświęcenie.

Popularnymi odmianami motywu krzyża w tatuażu są krzyż celtycki, egipski i grecki.

Krzyż celtycki, choć podobny do chrześcijańskiego, nie ma z nim żadnego związku. Cechą odrębną od tradycyjnego jest obecność okręgu (wieńca) w miejscu przecięcia belek. W kulturze celtyckiej był symbolem wiary, kultury, posiadał moc łączenia ludzkiej fizyczności i duchowości. Znak ten nadal funkcjonuje wśród rdzennych mieszkańców Irlandii, potomków Celtów. Krzyże celtyckie często ozdabiane są różnego rodzaju splotami (oznaczają połączenie między światem fizycznym a duchowym) i pętlami (symbol niekończącego się koła życia, cykliczności natury).

Krzyż egipski, zwany Ankh, symbolizuje życie, ale też związek mężczyzny i kobiety. Tataż z takim krzyżem może być wyrazem zainteresowania kulturą starożytnego Egiptu.

Krzyż grecki jest krzyżem równoramiennym, gdyż belka pozioma przecina pionową dokładnie w połowie. W czasach przedchrześcijańskich symbolizował niebiosa i był związany z kultem Słońca. Aktualnie kojarzony jest głównie z greckimi chrześcijanami. Tataże z takim krzyżem często posiadają osoby zainteresowane kulturą starożytną i zwykle zamieszczają obok słowa zapisane w języku greckim<sup>260</sup>.

### ***Tataże z Jezusem***

Czasami ich znaczenie jest różne w zależności od wzoru lub umiejscowienia. Jednak zawsze wiążą się z tym, że osoba nosząca taki tatuaż z poświęceniem walczy o dobro ludzi, stara się żyć zgodnie z naukami Jezusa, które są dla niej drogowskazem w życiu. Zdarzają się tataże z tym symbolem bardzo ozdobne, obrazowe, jak Chrystus na krzyżu, twarz Jezusa w cierniowej koronie na czole lub wizerunek Zbawiciela z płonącym sercem na piersi lub na dłoni. Bywają także wybierane wzory tataży o skromniejszym rysunku, a czasem zawierają jedynie słowo „Jezus” lub cytat z Biblii.

Jednak warto wiedzieć, że wizerunek Chrystusa czasem wykorzystują sataniści, tatuując Zbawiciela w pozie bluźnierczej, np. na tle odwróconego pentagramu czy z obraźliwym napisem. Kolejną grupę stanowią przestępcy – kiedyś takich widywano częściej – którzy traktowali Jezusa jako amulet. Sama głowa Jezusa umieszczona na piersi osoby z tym tatuażem miała symbolizować nieposłuszeństwo wobec władz,

---

260 <https://latatoueuse.com/pl/tataze-z-motywe-m-krzyza-wzory-i-znaczenia> [dostęp: 10.01.2021]; <https://noizz.pl/lifestyle/co-oznacza-popularne-tataze/5p9q9ly> [dostęp: 10.01.2021].

a wizerunek Jezusa – tatuaż umieszczony na plecach – oznaczał skruchę, wiarę, nadzieję, ale też miłość<sup>261</sup>.

### **Tatuże przedstawiające anioły**

Te obrazy, zwykle o delikatnym, pięknym rysunku, są baśniowe, opiekuńcze, ale jednocześnie niektórym mogą się kojarzyć z demonicznymi, niepokojąco groźnymi upadłymi aniołami. Ogólnie są postrzegane jako tatuże pobudzające wyobraźnię oglądających. Poprzez ten dziwny baśniowy kontekst wybierają go częściej mężczyźni, jakby dla zakontrastowania swojej męskości tym elementem, ale też dla zaciekawienia osoby oglądającej taką ozdobę na męskim ciele.

## **Lokalizacja tatuazu a osobowość człowieka**

Wiele osób, dokonując wyboru miejsca – wiedząc, które miejsca na ciele są najbardziej bolesne – kieruje się wytrzymałością na ból. Często też wybierane są miejsca zakryte (bardziej intymne – może to cecha introwertyka?) lub stale widoczne po założeniu ubrania (może cechy ekstrawertyka?).

Badacze problemu zauważają, że wybór miejsca tatuazu może być wyrazem pewnej konstrukcji psychicznej człowieka, jego osobowości. Dokonując przeglądu tych interpretacji, można zauważyć nieco odmienne spojrzenie zależne od płci. Wybraliśmy oceny najbardziej ze sobą zbieżne. Każdy może sam ocenić, zwłaszcza osoba nosząca taki tatuaż, który często jest wyborem *prima facie* wynikającym z mody, ale jednak ostatecznie będącym marzeniem.

### **Zęby**

Także w stomatologii dzisiejszego świata panuje moda, która objawia się na dwa sposoby: ponadczasową estetyką i chwilowymi trendami. W USA – i nie tylko – popularne stają się dentotatuże, czyli tatuże наносzone na korony zębów przed wstawieniem w miejsce ubytku, ale też bezpośrednio na zęby. Używa się w tym celu specjalnych pędzelków i farb.

Z pewnością osoby wybierające tę lokalizację tatuazu są otwarte, lubią zaskakiwać otoczenie (nagle otwarcie ust pokazuje niezwykłą ozdobę), mają poczucie humoru i dystans do siebie. Być może w ten sposób chcą ukryć czy zwalczyć swoją nieśmiałość<sup>262</sup>.

261 <https://latatoueuse.com/pl/tatuaze-z-jezus-chrystus> [dostęp: 10.01.2021].

262 *Moda w stomatologii dentystrycznej*, <https://kobietyimedycyna.pl/moda-w-stomatologii-dentystrycznej/> [dostęp: 10.01.2021].

## Oko

Już czasach starożytnych – choćby w Imperium Rzymskim – starano się ukryć zmętnienie oka spowodowanego np. urazami lub chorobami przez barwienie rogówki, by jej kolor odpowiadał barwie tęczęwki. Współcześnie tatuaż oka zaproponował w 2007 r. Shannon Larratt, a następnie udoskonalił technikę bardzo znany specjalista od tatuowania ciała, Luna Cobra. Tatuowanie gałek ocznych należy do coraz bardziej popularnych zabiegów wśród osób decydujących na ozdabianie ciała. Zabieg polega na podaniu barwnika podspojówkowo, nieco powyżej twardówki, i niestety może z czasem się przemieszczać, a także być przyczyną powikłań medycznych, częstszych niż tatuaż na skórze (zakażenia, alergię itp.). W najgorszych przypadkach można stracić wzrok, nie mówiąc o utracie oka. Użycie zbyt dużej ilości tuszu może powodować takie doznania, jak bóle głowy, nadwrażliwość na światło, obrzęk i zabarwienie otaczającej oko tkanki. Dlatego zabieg jest wykonywany w nielicznych salonach tatuażu, a osoba pragnąca taki posiadać powinna dokładnie przemyśleć decyzję, wskazana jest też wcześniejsza konsultacja okulisty<sup>263</sup>.

Bardziej szczegółowe omówienie powikłań medycznych zawarto w osobnym rozdziale. Tatuowanie gałki ocznej, z uwagi na znaczne niebezpieczeństwo, wymaga szczegółowych uwarunkowań prawnych dotyczących tego, kto go może wykonywać – czy tatuażysta, a może jednak tylko lekarz okulista, o używanych materiałach i technice zabiegu nie mówiąc. Jak w każdym przypadku tatuowania czy innych modyfikacji ciała wysoce celowa wydaje się nie tylko rzetelna rozmowa ze specjalistami, ale także z psychologiem. Osoba decydująca się na tak bolesny i związany z wieloma powikłaniami tatuaż musi należeć do odważnych (lub w ten sposób maskujących swoją niepewność w życiu). Obraz na gałce ocznej musi budzić w osobach postronnych zadziwienie, bo jest stale widoczny. Jest to też więc zapewne demonstracja swojej niezależności.

## Kark

Miejsce to jest dość często wybierane i czasem może świadczyć o wolności własnej, niezależności, ale też pewnej przekorze. W różnych sytuacjach taki tatuaż można ukryć, by nagle kogoś zaskoczyć i go pokazać. Według niektórych osoby z tatuażem na karku często nie zważają na konsekwencje swoich decyzji.

## Za uchem

Z reguły tatuaż w tym miejscu jest mały i niezbyt widoczny. Ponoć miejsce to jest najczęściej wybierane przez człowieka wolnego duchem, samodzielnego w podejmowaniu decyzji, ale też świadomego skutków swoich decyzji życiowych, odpowiedzialnego.

---

263 <https://etatuator.pl/tatuaż-oka/> [dostęp: 10.01.2021].

## Plecy

Tatauz umieszczony w dolnej części pleców wybierają zwykle dziewczyny, co postrzega się jako manifestację kobiecości. Ale jest to zwykle osoba, która lubi mieć swoje tajemnice – nie może tego tatuażu stale oglądać, ale wie i czuje, że tam jest i że jest wyjątkowo ważny. Wiele z nich po pewnym czasie żałuje tej decyzji. Mężczyźni z tatuażem w tym miejscu zwykle chcą tym utrwalić ważne chwile w życiu i są postrzegani jako pewni siebie. Na taki tatuaż decydują się osoby odważne, wiedzące, czego chcą. Zazwyczaj mają jasną wizję swojego życia. Lubią płęć przeciwną i nie mają problemu ze znalezieniem partnera. Uprawiają sport lub podejmują inny rodzaj aktywności fizycznej.

## Żebra

Wykonywanie tatuażu na żebrach jest bolesne. Czasami osoba decydująca się na to miejsce chce pokazać, że jest bardzo odporna na ból, postrzegana jako pewna siebie, w pełni akceptująca swoje „ja”, swoje ciało, niebojąca się wyzwań życiowych, a nawet je kochająca. Często jest to ktoś o duszy artysty i bardzo delikatnej osobowości.

Ten tatuaż łączy w sobie sprzeczności – z jednej strony to chęć ukrycia tatuażu przed światem, z drugiej strony osoby te liczą, że zostanie on jednak dostrzeżony i skomplementowany. Zazwyczaj posiadacze tego tatuażu decydują się na kolejny, w jeszcze innym miejscu.

## Pod piersią

Oczywiście decydują się na takie umiejscowienie kobiety, i to zjawisko obserwowane jest coraz częściej. Zamieszczane tam często napisy zwykle korespondują z tatuażami między piersiami, stanowią jakby osobisty przekaz, ale ponoć bardzo silnie oddziałujący na zmysły partnerów.

## Brzuch

Osoby z takim tatuażem lubią podróżować i poznawać nowe miejsca. Ich celem jest cieszenie się życiem, poznawanie nowych smaków i stylów życia. Są to osoby tolerancyjne, mające otwarty umysł i liberalne poglądy na życie.

## Uda

Tatauze na udach są coraz częściej widywane na polskich ulicach, cieszą się popularnością na całym świecie. Można je ukryć pod spodniami, ale też ostentacyjnie pokazywać, ubierając się w krótkie spódnice lub szorty. Mogą świadczyć o tym, że posiadacz tatuażu w tym miejscu nie boi się opinii innych, jest pewny siebie, zna swoją wartość i jest świadomy mocnych stron, ponadto jest zmysłowy i potrafi uwodzić.

## Łydki

Tatauze na łydkach widzujemy częściej u mężczyzn. Ta lokalizacja może podkreślać męskość, odwagę i chęć pokazywania swojego ciała.

## Stopy i kostki

Miejsca te wybierają osoby raczej nieśmiałe, które marzą o tatuażu, ale nie chcą, by był wyraźnie widoczny. Poza tym są to też osoby tajemnicze, czasem wycofane, lubiące dyskrecję, często introwertycy<sup>264</sup>.

## Ramiona

Umieszczenie tatuażu na ramionach nie ma wielkiego znaczenia w rozpoznawaniu cech człowieka. Ważniejszy jest rozmiar tatuażu. Osoby z niewielkim tatuażem są raczej ostrożne w życiu, powściągliwe, choć czasem ukrywają w ten sposób swoją przebojową naturę. Osoby z rozległymi tatuażami na ramieniu nigdy nie liczą się z opinią innych, postępują zgodnie z własnymi zachciankami, nie martwiąc się o konsekwencje. Ogólnie są to osoby kreatywne, często silnie związane z pracą zawodową. Uważa się też, że są pewne siebie, chętnie poznają innych, z którymi lubią flirtować. Gdy jednak spotkają właściwego partnera, są mu wierne, o ile ten podziela ich zamiłowanie do nietypowych sposobów spędzania czasu.

## Przedramię

Osoby, które wybierają tatuaż w tym miejscu, są z reguły silne i niezależne. Czasami jednak można ulec pierwszemu wrażeniu, sądząc po zachowaniu, że dana osoba jest silna i przebojowa, ale gdy zauważy się na jej przedramieniu dziewczęcy, delikatny tatuaż, to jest on najczęściej dowodem, że ona tylko udaje, a w głębi duszy jest bardzo wrażliwa i delikatna.

## Nadgarstek

Tatuaż na nadgarstku czy przedramionach może zawierać ważne informacje, np. rozpoznanie choroby przewlekłej, co czasem ratuje życie w stanie nieprzytomności takiej osoby z tatuażem. Czasem są tam uwiecznione ważne wydarzenia czy osoby bliskie – zdarza się, że jest to pomocne w kryminalistyce. Pracownicy medyczni, socjalni i inni zajmujący się pracą z ludźmi mogą po takim tatuażu rozpoznać, że jest to osoba po

---

<sup>264</sup> <https://www.papilot.pl/uroda/twarz-i-cialo/51481/pokaz-gdzie-masz-tatuaz-a-my-powie-my-ci-co-to-o-tobie-mowi> [dostęp: 10.10.2020]; <https://dziary.com/blog/blog-tatauze-co-mowi-tatuaz-o-twojej-osobowosci-5940> [dostęp: 10.10.2020]; <https://www.popularne.pl/umieszczenie-tatuazu/> [dostęp: 10.01.2021].



trudnych przejściach życiowych, ale też o skrytej osobowości z bogatym życiem wewnętrznym.

Jest to ulubione miejsce lokowania tatuażu przez kobiety. Z reguły zawsze widoczne, może świadczyć o pragnieniu pokazania swojej indywidualności. Jednocześnie, jak opowiemy w innym rozdziale, jest – także poza przedramieniem – miejscem, gdzie można zapisać swoje motto życiowe lub słowa i obrazy wzmacniające, oglądane w sytuacji życiowo trudnej czy w bólu duszy, jak np. w depresji bądź przy tendencji do samookaleczeń. Jest to swój własny, często nieznanym nikomu szyfr. Wiele osób opowiada, jak znaczną rolę odgrywa taki tatuaż w ich życiu.

Tatuaż w tym miejscu świadczy o wysokim poziomie wyobraźni. Często takie osoby są odbierane jako ekscentryczne i posiadające dziwne zainteresowania. Mimo to ludzie lubią z jakiegoś powodu ich towarzystwo. Poznane bliżej okazują się doskonałymi kompanami i prawdziwymi przyjaciółmi.

## Dłonie

Tataże na dłoniach to od dziesiątków lat powszechne miejsce wśród złodziei, mające znaczenie informacyjne (omówione w odpowiednim rozdziale). Obecnie osoba decydująca się na tę lokalizację jest postrzegana jako pragnąca pokazać światu swoją niezależność i wyjątkowość. Nie boi się być sobą i nie zważa na konsekwencje swych czynów<sup>265</sup>.

## Zmiana postrzegania tatuaży

Z czasem nastąpiła wyraźna zmiana postrzegania ciała wytatuowanego, dlatego rozważania na temat tatuaży warto rozpocząć od uznanego już podziału pokoleń znacznie różniących się pomiędzy sobą:

- ciche pokolenie (*silent generation*) – urodzeni w latach 1927-1946,
- *baby boomers* – urodzeni w latach 1946-1964, powojenne pokolenie wyżu demograficznego,
- pokolenie X – synowie i córki *baby boomersów* – urodzeni w latach 1965-1979,
- pokolenie Y – milenialsi, urodzeni w latach 1981-1995,
- pokolenie Z (inaczej C) – urodzeni po 1995 r.

Dla wczesnego pokolenia *baby boomers*, ale też jeszcze niektórych z pokolenia X, tataże stanowią wielką zagadkę, głównie z zakresu myślenia o motywacjach i zdrowiu psychicznym osób pokrywających swoje ciało trwałymi „obrazami”. W czasach młodości

---

265 <https://www.papilot.pl/uroda/twarz-i-cialo/51481/pokaz-gdzie-masz-tatuaż-a-my-powiemy-ci-co-to-o-tobie-mowi> [dostęp: 10.10.2020]; <https://dziary.com/blog/blog-tatuaże-co-mowi-tatuaż-o-twojej-osobowości-5940> [dostęp: 10.10.2020]; <https://www.popularne.pl/umiejscowienie-tatuażu> [dostęp: 10.01.2021].

*baby boomers* widywano jedynie tatuaże więźniów czy marynarzy, a także wstrząsające w wymowie wytatuowane numery na przedramieniu więźniów obozów koncentracyjnych. Wiadomo było, że tatuaże grupy krwi SS (niem. *Blutgruppentätowierung*) były noszone przez członków Waffen-SS w nazistowskich Niemczech podczas II wojny światowej w celu identyfikacji grupy krwi danej osoby. Po wojnie tatuaż ten został uznany za dowód służby w Waffen-SS, co prowadziło do potencjalnego aresztowania i osądzenia. Pewnie też dlatego, poza istnieniem tzw. żelaznej kurtyny, czyli izolacji krajów komunistycznych, moda ozdabiania ciała rozwijająca się od lat 60. XX w. wśród hippisów w USA, a szybko rozpowszechniająca się w świecie nie była przyjmowana w Polsce ochoczo. Ostatnio, szczególnie wśród pokolenia X i Y, a także Z, również tak się dzieje.

### Zmienność technik i obrazów w czasie

Oczywiście techniki trwałego zdobienia skóry zmieniały się wraz z rozwojem cywilizacji. Początkowo wcierano w nakłute lub nacięte miejsca sadzę lub inne naturalne barwniki, używając ostrych szponów czy pazurów dzikich zwierząt. Zmieniały się również motywacje osób decydujących się na tatuaż i związane z tym motywy rysunków. Były okresy w historii, gdy tatuaże wykonywano wybranym osobom, np. wojownikom, ale także takie, gdy znakowano w ten sposób osoby z niższych sfer.

### Ewolucja i rewolucja rozumienia tatuaży

Początkowych źródeł tych praktyk można upatrywać w starożytnym Egipcie, ale też na wyspach Pacyfiku. Opisał je po raz pierwszy James Cook (1728-1779). Potem obserwowano tatuowanie ciał marynarzy, mężczyzn z klasy robotniczej, w XIX w. wśród artystów cyrkowych, na początku XX w. jednoznacznie kojarzono z określonym grupami, jak np. gangami motocyklowymi, ulicznymi i różnego rodzaju przestępcami. W latach 70. i 80. XX w. dzięki punk rockowi stały się krzykiem mody wśród buntowników młodego pokolenia. Obecnie stanowią najczęściej element estetyki, ale czasem oznaczają też podkreślenie lub odzyskanie własnego „ja”<sup>266</sup>.

Tatuaż jeszcze w latach 80. XX w. wzbudzał wiele negatywnych emocji. Dopiero pod koniec XX w. tatuaże zaczęły zyskiwać akceptację. Badania z lat 90. sugerowały, że

---

266 A. Lemma, *Pod skórą. Psychoanalityczne studium modyfikacji ciała*, IMAGO, Gdańsk 2014, s. 200-230; U. Karacaogl, *Tattoo and taboo: On the meaning of tattoos in the analytic process*, „Psychoanalysis” 2012, nr 93, s. 5-28; C.R. Sanders, D.A. Vail, *Customizing the Body. The Art and Culture of Tattooing*, Temple University Press, Philadelphia 2008; A. Dziuban, *Gry z tożsamością. Tatuowanie ciała w indywidualizującym się społeczeństwie polskim*, Wyd. Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2013; D.M. Skrzypek, E. Skrzypek, *Psychoterapeutyczne funkcje tatuażu*, „Kosmetologia Estetyczna” 2017, nr 6, s. 509-512.

większość tatuaży dotyczyła symboliki, znaków zodiaku, dat urodzenia, inicjałów, ale też romansu, a niekiedy związane były z nadużywaniem narkotyków czy przestępczością<sup>267</sup>.

Prawdziwa rewolucja nastąpiła kilka lat temu, kiedy tatuaż zaczęto postrzegać jako formę sztuki wizualnej, sposób na wyrażenie siebie, symbol ochronny, wiadomość przesyłaną społeczeństwu. Innymi słowy: zrodziła się moda na tatuaż.

Największym przełomem było jednak to, że tatuować zaczęły się również kobiety – współczesne i wyzwolone nie boją się tatuować sobie szyi, twarzy, dłoni, piersi, a nawet miejsc intymnych.

Według międzynarodowej ekspertki w dziedzinie kosmetyki, dr Izabeli Załęskiej, większość kobiet (76%) chce podnieść swoją atrakcyjność seksualną, a 57% mężczyzn uważa, że kobiety mające tatuaże w widocznych miejscach są bardziej otwarte na niezobowiązujące kontakty. Zaledwie dla 2% mężczyzn tatuaż u kobiety nie ma żadnego znaczenia przy jej ocenie.

## **Wytatuowane kobiety w oczach współczesnych mężczyzn**

Badania nad postrzeganiem osób z tatuażem prowadził m.in. dr Stephen Crabbe ze swoim zespołem z Uniwersytetu w Portsmouth, a podobne badania na grupie tysiąca osób zostały przeprowadzone również w Polsce. Wynikało z nich, że kobiety z tatuażami są gorzej postrzegane niż wytatuowani mężczyźni, zdecydowanie częściej słyszą nieprzychylnne komentarze pod swoim adresem – właśnie ze względu na tatuaż. Większość ankietowanych twierdzi, że tatuaż nie przystoi kobiecie. W Wielkiej Brytanii wytatuowane kobiety mogą mieć nawet problemy ze znalezieniem pracy. Z badań wynika również, że większość Polaków uważa, że kobieta, robiąc tatuaż, oszpeca się, a aż 53% niewytatuowanych Polaków uważa tatuaż za formę okaleczenia. Sonda przeprowadzona na fanpage'u „Gazety Olsztyńskiej” wskazuje na większą tolerancję tatuaży u kobiet, ale mężczyźni, mówiąc „tak”, dodają zazwyczaj: „ale z umiarem”. Jeden z nich podał, że w jego otoczeniu kobieta z tatuażem na piersi uważana jest za kobietę lekkich obyczajów. „Pojedyncze osoby nazywają tatuaże wymysłem szatana, zakazanym przez Kościół”<sup>268</sup>.

## **Współczesne badania ankietowe**

Badanie z 2015 r. wskazuje, że rozpowszechnienie tatuaży w Niemczech, we Francji, w Finlandii i Australii było wtedy znaczne, bowiem w populacji w wieku od 14 do 90 lat 8,5-10% miało przynajmniej jeden tatuaż<sup>269</sup>.

---

267 W.E. Haefeli, *Tattooing and its significance in Switzerland. A representative study of 2177 20-year-old Swiss subjects*, „Schweiz Med Wochenschr” 1990.

268 N. Kozioł, *Kobiety tatuaż oczami mężczyzn*, <http://gazetaolsztynska.pl/563602,Kobiety-tatuaż-oczami-mezczyzn.html> [dostęp: 10.10.2020].

269 N. Kluger, *Epidemiology of tattoos in industrialized countries*, *Curr. Probl. Dermatol.* 2015.

Znakomitym odzwierciedleniem aktualnej sytuacji w Polsce, a także tego, co nas szczególnie interesuje – poglądów ludzi na tatuowanie ciała – są przeprowadzone w 2017 r. badania CBOS. W okresie badania w Polsce tatuże posiadało 8% dorosłych. Polak z tatuażem to głównie osoba młoda (choć nie najmłodsza) w wieku 25-44 lat, nieco częściej mężczyzna, mieszkaniac miasta średniej wielkości i osoba raczej mniej wykształcona. Od wielu lat przewagę osób z tatuażami stanowili mężczyźni i obecnie jest podobnie, choć ta przewaga płci wyraźnie się zmniejsza<sup>270</sup>.

Wobec znacznej liczby osób tatuujących się (12,8%) włoski Narodowy Instytut Zdrowia podjął badania nad problemami związanymi z posiadaniem tatuażu. Jedynie 0,5% podawało, że posiada tatuaż ze względów medycznych. Z kolei 3,3% osób z tatuażem zgłaszało problemy dermatologiczne z nim związane, ale połowa z nich nie korzystała z pomocy dermatologa. Na podstawie tych badań ustalono też, że wiedza na temat zagrożeń zdrowotnych po wykonaniu tatuażu w społeczeństwie jest niewielka i należy podjąć działania edukacyjne<sup>271</sup>.

### Postrzeganie osób z tatuażem

Pomimo znacznej liczby osób tatuujących się w USA nadal wśród społeczeństwa są one częściej postrzegane negatywnie jako osoby z charakteropatią czy innymi zaburzeniami psychicznymi niż osoby bez tatuażu. Badania opublikowane w 2019 r. podają, że połowa respondentów widzi te związki i są one szczególnie zależne od miejsca ulokowania tatuażu<sup>272</sup>.

### Akceptacja tatuażu w Polsce w zależności od wieku

Na podstawie wspomnianych badań ankietowych CBOS opublikowanych w 2017 r. można stwierdzić, że stosunek do tatuażu zależy przede wszystkim od wieku. Akceptują je ludzie do 44. roku życia, nie aprobują starsi i bardziej religijni. Osoby w wieku powyżej 45. roku życia w większości odnosiły się negatywnie do tatuowania ciała, a liczba wyrażających niechęć i dezaprobatę rosła wraz z wiekiem: 86% ludzi w wieku powyżej 65 lat w ogóle nie akceptowała tej mody.

### Zależność akceptacji tatuażu od religijności i poglądów

Badania te wykazały, że różnica w akceptacji tatuażu wynikała z religijności badanych. Im częściej deklarowano uczestnictwo w praktykach religijnych, tym większa była

270 [https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_113\\_17.PDF](https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_113_17.PDF) [dostęp: 10.01.2021].

271 A. Renzoni, A. Pirrera, F. Novello et al., *The tattooed population in Italy: a national survey on demography, characteristics and perception of health risks*, *Ann Ist Super Sanita*. 2018, nr 54, s. 126-136, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29916417/> [dostęp: 10.01.2021].

272 K.A. Broussard, H.C. Harton, *Tattoo or taboo? Tattoo stigma and negative attitudes toward tattooed individuals*, *J Soc Psychol*. 2018, nr 158, s. 521-540, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28934022/> [dostęp: 10.01.2021].

dezaprobata dla tej formy ozdabiania ciała. Obserwowano także zależność od poglądów: 44% osób o przekonaniach lewicowych lubiło wytatuowane ciała, a jedynie 23% o przekonaniach prawicowych<sup>273</sup>. Pięć tysięcy lat temu Egipcjanie używali tatuaży jako sposobu znakowania swoich ciał, aby okazać oddanie Bogu lub zachęcić Stwórcę do ochrony. Pomimo religijnego pochodzenia i koncentracji na lojalności wobec wyższego bytu społeczeństwo i religie mają dziś odmienne poglądy na to, czy sztukę ozdabiania ciała uważa się za grzech<sup>274</sup>. W Biblii, w Księdze Kapłańskiej, zawarto zakaz tatuowania ciała. „Biblia wspomina o tatuażach tylko raz: «Nie wolno wam [...] wykonywać na sobie tatuowanych znaków» (Kapłańska 19:28). Bóg dał taki nakaz starożytnym Izraelitom, by odróżniali się od ludzi z okolicznych narodów, którzy ozdabiali swe ciała imionami lub symbolami swoich bogów (Powtórzonego Prawa 14:2). Chociaż chrześcijan nie obowiązuje Prawo Mojżeszowe, warto wziąć pod uwagę zasadę leżącą u jego podstaw<sup>275</sup>.

## Opinie papieża Franciszka o tatuażach

W 2017 r. papież Franciszek napisał wstęp do albumu pt. *Cristo dentro* (*Chrystus w zamknięciu*) o tatuażach o tematyce religijnej w świecie więziennym. Autorem fotografii wydanych przez bolońską oficynę Castel Bolognese jest Pina Rampolli. Zamieszczono tam fotografie więźniów, którzy na plecach lub klatce piersiowej mają wytatuowane krzyże lub wizerunki Maryi oraz ich świadectwa wiary<sup>276</sup>. Papież zwrócił się do więźniów:

Drodzy przyjaciele, święty Piotr i święty Paweł, założyciele Kościoła w Rzymie, którego jestem Biskupem, doświadczyli więzienia. Byli więźniami. Za każdym razem, kiedy przekraczam bramę więzienia, patrząc na twarze osób, które spotykam, myślę zawsze: dlaczego oni, a nie ja? Wszyscy jesteśmy grzesznikami, potrzebujemy miłosierdzia Bożego, które podnosi nas na duchu, przebacza nam i daje nadzieję. Dziękuję za dar tej książki. Ściskam was, jestem z wami, jesteście w moim sercu, błogosławię was, modlę się za was i za wasze rodziny. Proszę was o modlitwę za mnie<sup>277</sup>.

W 2018 r. podczas synodu poświęconego młodzieży zapytano papieża Franciszka o znaczenie tatuaży. Odparł: „wskazują na naszą tożsamość: czego szukasz? do czego

---

273 [https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_113\\_17.PDF](https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_113_17.PDF) [dostęp: 10.01.2021].

274 M. Ferguson, *Opinions on tattoos differ by religion*, <http://websterjournal.com/2018/10/31/opinions-on-tattoos-differ-by-religion/> [dostęp: 10.01.2021].

275 *Co Biblia mówi o tatuażach?*, <https://www.jw.org/pl/nauki-biblijne/pytania/biblia-a-tatua%C5%BCe/> [dostęp: 10.01.2021].

276 *Cristo dentro Capa comum, Edição Italiano por Pino Rampolla (Fotógrafo)*, ed. F. Sadowski, E. Nembrini, Itaca, Castel Bolognese 2016, <https://www.amazon.com.br/Cristo-dentro-P-Rampolla/dp/885260510X> [dostęp: 27.05.2021].

277 *Franciszek napisał wstęp do albumu o tatuażach*, <https://deon.pl/kosciol/serwis-papieski/franciszek-napisał-wstę-do-albumu-o-tatuażach,418307> [dostęp: 10.01.2021].

należysz?”. A na pytanie, czy katolicy powinni nosić tatuże, po ojcowsku zachęcił, by się nie lękali, ale też nie przesadzali z tatuowaniem ciała<sup>278</sup>.

### **Postrzeganie tatuży – trend środowiskowy**

Na podstawie przedstawianych już badań CBOS z 2017 r. zauważa się, że zdecydowana większość badanych Polaków nie uważa tatuży za nic egzotycznego: 74% stanowią osoby, które albo same posiadają tatuż lub ma go ktoś z rodziny czy najbliższego otoczenia. Jedynie 26% uważa, że to zjawisko im obce, nie mieli okazji zetknąć się z nim bezpośrednio, a motywacja ludzi, którzy posiadają tatuże, jest im nieznana. Podział ten jest wynikiem w znacznej mierze tzw. efektu demonstracji, u podłoża którego znajduje się osoba bliska, a jest to jeszcze bardziej istotny czynnik, gdy należy ona do grupy wytatuowanej i stanowiącej niejako upowszechnienie tej czy innej mody. Można zauważyć trend środowiskowy tatuowania: 82% osób, które mają w swoim kręgu bliskich czy znajomych osoby z tatużami, także lubi, gdy ciało jest nimi ozdabiane.

Zaledwie co 12. człowiek z tatużami jest osamotniony w środowisku i nikt z rodziny czy znajomych ich nie posiada. Ponad 1/3 badanych bez tatuży lubi tę modę, ale jedynie 15% z nich deklaruje chęć jej zastosowania u siebie. Pewną tendencją jest wzrost zainteresowania tatuowaniem siebie ciała w grupach, które wcześniej wykazywały mniejsze zainteresowanie tą modyfikacją ciała. Dotyczy to mieszkańców wsi, osób z wykształceniem średnim i wyższym. Chęć posiadania tatuży zgłaszają znacznie częściej osoby deklarujące się jako ateści niż uczestnicy praktyk religijnych.

### **Początek mody na tatuże w Polsce**

Na podstawie powyższych badań można sądzić, że w Polsce moda na tatuże rozpoczęła się wyraźniej po zmianie ustroju; przed rokiem 1990 była zjawiskiem marginalnym. Stopniowo wzrasta liczba wytatuowanych kobiet. Do 2017 r. 75% wytatuowanych wolało niewielkie, raczej subtelne tatuże, a tylko 20% preferowało te zajmujące nawet dużą powierzchnię ciała.

### **Poziom zadowolenia z posiadania tatużu**

Wiadomo, że tatuż jest ozdobą raczej trwałą, nie można jej zmienić jak np. odzież. Stąd w ramach przedstawianych tu już badań CBOS z 2017 r. zadano pytania o zadowolenie z posiadanego tatużu. Okazało się, że 78% osób lubiło swoje tatuże i było z nich zadowolonych, 37% zadowolonych umiarkowanie, jedynie 16% nie podoba się tatuż, jaki wybrały, a 8% chciałoby się pozbyć swoich tatuży.

---

<sup>278</sup> *Papież odpowiada na pytanie: czy tatuże mają jakiegokolwiek znaczenie? Czy katolicy mogą je nosić?*, <https://deon.pl/kosciol/serwis-papieski/papiez-odpowiada-na-pytanie-czy-tatuaze-maja-jakiegokolwiek-znaczenie-czy-katolicy-moga-je-nosic,472178> [dostęp: 10.01.2021].

### Odpowiedź wszystkich ankietowanych na pytanie: „Dlaczego ludzie się tatuują?”

Ankietowani przez CBOS w 2017 r. udzielili na nie następujących odpowiedzi:

- 53% bez tatuaży uważało, że jest to oszpecanie i okaleczanie ciała;
- 30% z nich postrzegało to tylko jako jeden ze sposobów upiększania, a nawet dbania o urodę;
- 61% wszystkich badanych (z tatuażami i bez) uważało, że tatuowanie ciała to zwrócenie na siebie uwagi, wyróżnienia się na tle innych;
- 59% wszystkich wyrażało chęć bycia na bieżąco z modą;
- 42% wszystkich dostrzegało element autokreacji i wyrażenie swojej indywidualności;
- 26% wszystkich uważało, że tatuowanie wynika z chęci upamiętnienia osób lub wydarzeń szczególnie ważnych;
- 13% wszystkich uznawało to za wyraz buntu;
- 11% wszystkich widziało w tym chęć zdobycia akceptacji środowiska;
- 5% wszystkich dostrzegało w tym przejawy autodestrukcji (samouszkodzeń);
- 5% upatrywało w tym oznakę siły, odwagi.

### Odpowiedź na poprzednie pytanie ludzi z tatuażami i bez tatuaży

Bardziej interesujące są dane zbierane przez CBOS w 2017 r. w grupach z tatuażami i bez nich. W obu grupach ankietowani są zgodni – po 57% i 59% z nich wskazuje na pogoń za modą; 47% posiadających tatuaże podaje, że chcą upamiętnić osobę czy ważne wydarzenie; 50% z nich uważa, że to wyraz swojej osobowości, 8% – wyraz siły i tężyzny.

Aż 63% nieposiadających tatuaży uważa, że tatuowanie ciała to chęć zwrócenia na siebie uwagi, 14% – bunt, przeciwstawienie się otoczeniu, 11% – że to wyraz dopasowywania się do otoczenia, a 5%, czyli więcej niż w grupie wytatuowanych, że to objaw autodestrukcji (czyli samouszkodzenia, autoagresji)<sup>279</sup>.

### Związek tatuowania ciała z psychiką człowieka

W 2017 r. opublikowano przegląd piśmiennictwa światowego na temat związku tatuowania ciała z psychiką. Zauważono, że warto zajmować się tym tematem, gdyż tatuaże nadal mogą być „oknem” do psychiki osoby tatuującej ciało<sup>280</sup>. W 2015 r. opublikowano wyniki badań określających profil emocjonalny (poczucie zaufania do innych, nieśmiałość, depresje, zachowania agresywne, towarzyskość, kontrolowanie i brak kontroli) oraz częstość ryzykownych zachowań behawioralnych (m.in. karalność, spożycie alkoholu,

279 CBOS. Komunikat z badań nr 113/2017 Warszawa, wrzesień 2017. Moda na tatuaże. Oprac. A. Cybulska, [https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_113\\_17.PDF](https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_113_17.PDF) [dostęp: 10.01.2021].

280 H. Roggenkamp, A. Nicholls, J.M Pierre, *Tattoos as a window to the psyche: How talking about skin art can inform psychiatric practice*, „Review World J Psychiatry” 2017, nr 7, s. 148-158.



substancji psychoaktywnych i nikotyny) u studentów z tatuażami i bez nich. Spośród 100 badanych tatuaże miało 35 osób, pozostali pragnęli zrobić sobie tatuaż w najbliższym czasie. Nie zauważono różnic istotnie statystycznych pomiędzy grupami z tatuażami i bez nich w zakresie profilu emocjonalnego. Jednak grupa pragnąca zrobić sobie tatuaż charakteryzowała się większym stopniem zachowań agresywnych i wykazywała mniejszą samokontrolę. Studenci z większymi tatuażami mieli wyższy poziom skłonności do depresji. Studenci z grupy z tatuażami częściej nadużywali leków i częściej popełniali wykroczenia drogowe niż grupa bez tatuaży. Autorzy zauważają, że tatuowanie ciała może być wskaźnikiem problemów emocjonalnych i ryzyka zachowań behawioralnych, więc celowe jest kontynuowanie badań na bardziej reprezentatywnej grupie<sup>281</sup>. Wielu badaczy – głównie psychologów i socjologów – zajmuje się tematem tatuaży, prowadząc badania i omawiając problemy. Wiele z tych badań jest zamieszczanych w wysoko ocenianych czasopismach. Po podaniu w angielskojęzycznej wyszukiwarce PubMed hasła *tattoo* (tatuaż) ukazuje się 1869 artykułów zawartych w największej światowej bibliotece (U.S. National Library of Medicine – National Center for Biotechnology) z ostatnich 10 lat, a z ostatnich pięciu lat – 1042, co świadczy o znacznym wzroście liczby publikacji o tej tematyce.

## **Przyczyna tatuowania ciała wśród współczesnych – emocje, oczekiwania**

Zdarza się, że oglądając powszechnie widywane ostatnio wytatuowane ciała, przychodzi nam na myśl pytanie: dlaczego ludzie to robią? Czy jedynie podążają za modą, czy chcą zaistnieć w społeczeństwie? W dalszej części tekstu przedstawimy obszerną analizę i odpowiedzi psychoterapeutów na to i pokrewne pytania.

### **Znaczenie skóry**

Największym organem ciała jest skóra. Pełni wiele różnorodnych funkcji, nie tylko biologicznych, ale również psychologiczno-psychoterapeutycznych. Jest pierwszym obszarem kontaktu z drugim człowiekiem, odbiera od niego bodźce, co potwierdza, m.in. obserwując znaczenie bezpośredniego pierwszego kontaktu z matką (*skin to skin*). Niebagatelne znaczenie ma także wpływ na zdrowie psychiczne kangurowania dzieci tuż po ich przyjściu na świat czy w ogóle przytulanie nie tylko małych dzieci, ale też dorosłych aż do chwili śmierci. Skóra człowieka stanowi też „ochronę”, a nawet „obronę” przed wpływem środowiska i czynnikami zewnętrznymi. Skóra jest także swoistym czułym „ekranem” własnych projekcji i lęków. Zapisuje się na niej nie tylko

---

281 M. Zrno, M. Frencl, D. Degmečić, I. Požgain, *Emotional profile and risk behaviours among tattooed and non-tattooed students*, „Med Glas (Zenica)” 2015, nr 1, s. 93-98, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25669344/> [dostęp: 10.01.2021].

upływ czasu życia, ale można tam zapisywać, również w sensie dosłownym, płynące z mózgu komunikaty czy informacje<sup>282</sup>.

### Znaczenie „znakowania ciała”

Obserwując, jak od pradawnych dziejów ludzie tatuowali, skaryfikowali, a także kolczykowali ciało, wyraźnie widać cele, w jakich to robili. Oczywiście wpływ miała kultura czy religia lub moda, ale też własne emocje i oczekiwania dotyczące komunikatu płynącego od człowieka noszącego te ślady. Nierzadko znakowanie ciała stanowiło symbol odwagi, stworzenia relacji z innymi i ich umacniania, ale było również metodą leczenia chorego ciała i psychiki, a czasem tworzenia nowej tożsamości<sup>283</sup>.

### Związki tatuowania ciała ze zdrowiem psychicznym lub celem w życiu – rys historyczny

Związkiem zdrowia psychicznego z tatuowaniem ciała psychiatrzy zajmowali się od lat. W 1933 r. psychoanalityk Albert Parry nazwał tę metodę „tragicznym poronieniem narcyzmu”<sup>284</sup>, ale też dowodem uznawanej wówczas za chorobę homoseksualności, a nawet widział w niej źródło masochistycznej przyjemności. W późniejszych badaniach, w związku z pojawieniem się tatuażu w określonych środowiskach, uważano, że jest to wyraz niedostosowania społecznego i emocjonalnego, zwiększonej agresji oraz impulsywności. Jednak później podważono stosowaną w tych badaniach metodologię<sup>285</sup>.

W 1968 r. na podstawie wykonywanych badań w Wielkiej Brytanii, gdy moda na tatuaże jeszcze do Polski nie dotarła, wykonanie tatuażu było kojarzone z problemami psychologicznymi, takimi jak niedojrzałość seksualna, bunt oraz problemy z tożsamością<sup>286</sup>.

Niedawno opublikowano wyniki badań nad związkami pomiędzy tatuowaniem ciała, piercingiem, skaryfikacją, usuwaniem włosów łonowych i operacjami plastycznymi a osobowością typu *borderline* (BPD). Do tej pory takich badań było mało, a ich wyniki uznano za niejednoznaczne. Ustalono dodatnie korelacje pomiędzy liczbą całkowitą zabiegów modyfikujących ciało i ich rozległością a osobowością BPD, szczególnie

---

282 A. Lemma, *op. cit.*; U. Karacaoglu, *op. cit.*; C.R. Sanders, D.A. Vail, *op. cit.*; A. Dziuban, *op. cit.*; D.M. Skrzypek, E. Skrzypek, *op. cit.*

283 A. Lemma, *op. cit.*; U. Karacaoglu, *op. cit.*; C.R. Sanders, D.A. Vail, *op. cit.*; A. Dziuban, *op. cit.*; D.M. Skrzypek, E. Skrzypek, *op. cit.*

284 A. Lemma, *op. cit.*

285 *Ibidem*.

286 A.J.W. Taylor, *A search among borstal girls for the psychological and social significance of their tattoos*, „British Journal of Criminology” 1968, nr 8, s. 170-185. Tak więc decyzja o tatuażu może być związana z niskim poczuciem własnej wartości.

pomiędzy piercieniem, tatuowaniem i skaryfikacją<sup>287</sup>. Obecnie, w związku z tak wielką liczbą tatuujących się współczesnych trudno uznać, że każda osoba z tatuażem demonstrowuje w ten sposób swój problem natury psychologicznej.

### **Naznaczanie ciała ma zawsze odniesienie osobiste**

Uważa się, że trwałe „naznaczanie ciała” ma zawsze odniesienie osobiste, czasem skomplikowane – są to amulety, symbole uzdrawiania i statusu, deklaracje miłości, znaki religii, ozdoby, a nawet formy nagrody czy kary<sup>288</sup>.

### **Tatuaż – związek z płcią, wiekiem, statusem ekonomicznym, zawodem, religią**

W 2017 r. Monika Kulshreshtha i Prakash R. Mondal podali wyniki swoich obserwacji, wnioskując, że istnieje silny związek między obecnością i rodzajem tatuażu a płcią, wiekiem, statusem ekonomicznym, zawodem i religią danej osoby, co może być przydatne także w medycynie sądowej (kryminalistyce) np. do identyfikacji zwłok<sup>289</sup>.

### **Tatuaż mechanizmem obronnym**

Niektórzy autorzy twierdzą, że tatuaż jest mechanizmem obronnym przeciwko negatywnym emocjom – może być rodzajem ochronnego pancerza<sup>290</sup>. Dla niektórych osób zrobienie sobie tatuażu w okresie przymusowego zamknięcia w domu z powodu pandemii COVID-19 było sposobem radzenia sobie z tą sytuacją<sup>291</sup>.

### **Tatuaż jako uwolnienie od napięcia, ale też komunikat o stanie psychiki**

Według wielu psychoterapeutów tatuaż nierzadko jest swoistą metodą terapii – stanowi narzędzie do wyrażenia własnych emocji, co często daje poczucie ulgi, uwalnia od napięcia, wewnętrznej mobilizacji, motywuje do podjęcia działań, zapanowania nad własnym życiem, wzięcie za nie odpowiedzialności. Tatuowanie ciała nierzadko stanowi

---

287 A.L. Vizgaitis, M.F. Lenzenweger, *Pierced identities: Body modification, borderline personality features, identity, and self-concept disturbances*, *Personal Disord.* 2019, nr 2, s. 154-162, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30113185/> [dostęp: 10.01.2021].

288 L. Kierstein, K.C. Kjelskau, *Tattoo as art, the drivers behind the fascination and the decision to become tattooed*, *Curr. Probl. Dermatol.* 2015.

289 M. Kulshreshtha, P.R. Mondal, *Acquired body marks: A mode of identification in Forensics*, *J Forensic Leg Med* 2017.

290 L. Manuel, P.D. Retzlaff, *Psychopathology and tattooing among prisoners*, „*International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*” 2002, nr 46, s. 522-531.

291 *Coronavirus: I'm tattooing myself every day in lockdown, but I'm running out of space*, <https://www.bbc.com/news/in-pictures-52380883> [dostęp: 10.01.2021].

komunikat, że dzieje się coś niepokojącego z osobą, która pozornie zasłaniając ciało, wyraźnie dla psychologa ujawnia swój ból.

### **Tatauż – przekroczenie cielesnych ograniczeń?**

Można rozważyć fakt, że człowiek nawet z rozległymi tataużami prawdopodobnie poszukuje potwierdzenia we własnym umyśle, że jest w stanie przekroczyć cielesne ograniczenia. Może chce podkreślić odejście od cywilizowanego świata w kierunku niejkiej pierwotnej „dzikości” postrzeganej pozytywnie, a także swojej niezależności czy poczucia kontroli nad własnym ciałem lub zdefiniowanie go na nowo.

### **Tatauż jako forma ukrywania przeżyć, „leczenia” i kreowania wizerunku**

Zdarzają się też sytuacje, że jest to ukrywanie przed światem swoich przeżyć, utrwalanie wizerunku osoby twardej i niepodległej, trzymającej innych na dystans. Tatauż bywa też wyrazem „przykrycia” doświadczenia przemocy, „odrzczenia” stresora i uwolnienia. Jest metodą leczenia „zranionego miejsca” – bólu złych doświadczeń. Temat ten omawiamy szerzej w rozdziale o samookaleczeniach.

### **Tatauż wyrazem bycia „innym” i dumy**

Wielu badaczy podkreśla, że tatauż – w przeciwieństwie do zabiegów chirurgii plastycznej, będących raczej wyrazem próby dopasowania się do obowiązującego kanonu piękna – jest pragnieniem bycia postrzeganym jako ktoś inny niż otoczenie i wyrazem dumy z bycia sobą. Przykładem był znany kiedyś ruch punkowy, którego istotą było demonstrowanie swojego bólu, wściekłości, rozżalenia.

### **Podkreślenie odrębności czy odzyskanie własnego „ja”?**

Dostrzega się to szczególnie wyraźnie w grupach kobiecych, np. lesbijek, kiedy w ten sposób kobiety niejako wyzwalają się od różnych presji, podkreślając swoją tożsamość. Tatauowanie ciała bywa też związane z potrzebą oderwania się np. od członków rodziny czy dominującej grupy społecznej, w której się dorastało. Dlatego często obserwuje się tatuowanie ciała we wczesnym okresie młodości, kiedy człowiek usiłuje stworzyć odrębną tożsamość i z dumą ją demonstrować. Jednak w pewnych sytuacjach tatuowanie ciała nie spełnia oczekiwanej funkcji. Dzieje się tak np. u ofiar molestowania seksualnego, które chcą odzyskać autonomię, a niezależnie od liczby wykonanych tatauży to traumatyczne przeżycie pozostaje trwale wpisane we własne „ja”.

### **Tatauż formą „prezentu” dla siebie**

Tatauż bywa też formą „prezentu” za doznane kiedyś przykrości, wysiłki czy odniesione sukcesy.

## **Tatuż „oswajaniem ciała” – znaczenie tatuazu po zniekształceniach ciała czy mastektomii**

Tatuże mogą być pomocne w poprawieniu wyglądu piersi po mastektomii i rekonstrukcji piersi. Oczywiście nie dotyczy to asymetrii piersi czy rozległej blizny, ale można np. zaakcentować pigmentem brodawkę bądź artystycznym wzorem pokryć niedoskonałości. Poprawia to samopoczucie i sprawia, że kobiety czują się bardziej wartościowe<sup>292</sup>. Tatuże u kobiet po mastektomii świadczą o próbie powrotu do dawnego fizycznego i seksualnego obrazu ciała. Wybierany rysunek często ma znaczenie symboliczne dla „odrodzenia”, ale bywa powielaniem już istniejących, co sugeruje powrót do, zdaje się, już zamkniętego chorobą i okaleczeniem świata zdrowych.

W przypadku zaburzeń budowy ciała tatuż spełnia funkcję podwójną – odkrywania, ale i zasłaniania pewnych jego części – tym samym uwidacznia się rozpiętość pomiędzy własnym ego a zewnętrznym światem. „Oswajanie” ciała poprzez tatuże jest równoznaczne z chęcią panowania nad nim i kształtowania zgodnie z własnym wyobrażeniem. Jak ważne jest postrzeganie własnego ciała, mówi wiele prac – kształtuje ono obraz, jaki widzą inni<sup>293</sup>.

## **Tatuż – rola dekoracyjna, podkreślenie płci, seksualności, walki o swoje prawa**

Poza wspomnianymi uzasadnieniami tatuowania się wiele osób wskazuje na ich rolę jedynie dekoracyjną – jest wyrazem dbałości o siebie, swoistą autoprezentacją, która stanowi nieodłączny element współczesnego kultu ciała. Osoby te podkreślają, że tatuż jest wygodną ozdobą, bo nie trzeba jej codziennie nakładać – jak makijaż czy biżuterię – a zawsze czują się komfortowo, mają duże poczucie atrakcyjności, co podnosi ich samoocenę i często pomaga w zwalczaniu kompleksów. Jest sposobem na pozabawienie się „bezpłciowości”, wzmacniając poczucie męskości czy kobiecości, ale też podkreśla atrybuty płci, jak np. twardość czy delikatność.

## **Girl Power (GRL PWR) – tatuże feministyczne i ich znaczenie**

Girl Power – siła dziewczyn – to tatuże feministyczne będące symbolem solidarnie walczących kobiet o swoje wspólne sprawy; są to przykłady dla młodych kobiet dorastających w nowym świecie. Wprawdzie w większości państw kobiety mogą już głosować i prowadzić samochody, ale wciąż istnieje wiele innych problemów do rozwiązania. Dlatego „Kobiety łączą siły!” nie tylko przez marsze, apele czy petycje. Coraz więcej

---

292 L. Franczak, *How Tattoos Can Complement Breast Reconstruction*, *AMA J Ethics*. 2018, nr 20, s. 396-402 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29671735/> [dostęp: 10.01.2021].

293 A. Lemma, *op. cit.*; U. Karacaoglu, *op. cit.*; C.R. Sanders, D.A. Vail, *op. cit.*; A. Dziuban, *op. cit.*; D.M. Skrzypek, E. Skrzypek, *op. cit.*

decyduje się również na feministyczne tatuaże, które potem chętnie pokazują w mediach społecznościowych, jak np. te oznaczone #feministtattoo<sup>294</sup>.

### Tatuaż bywa wstępem do nowego życia

Tatuaż często staje się wstępem do wprowadzania nowych pomysłów na życie. Jest jak tworzenie autorskiego projektu artystycznego, zacierając granice między życiem a sztuką, lub przejawem „własnej galerii”, stanowiąc wtedy „dzieło życia”. Posiadanie tatuażu to wyraz uwolnienia od ograniczeń stanowiących przeszkodę w realizacji własnego „ja” i osiągnięcia wolności – osoby takie na pytanie, dlaczego się tatuują, często odpowiadają: „Tatuuję się, bo chcę”, „Tatuuję się, bo mogę”, „Tatuuję się, bo mam do tego prawo”.

### Tatuaż powodem wykluczenia i negatywnych emocji własnych

Tatuowanie ciała wiąże się często z uświadamianym, ale bywa, że i nieuświadamianym ryzykiem. Zdarza się nadal, że osoby wytatuowane stają się przyczyną ataków werbalnych, stygmatyzacji, a czasem są wykluczane z istotnych obszarów życia społecznego. Stygmatyzacja nierzadko staje się przyczyną różnych problemów ze zdrowiem psychicznym osoby wytatuowanej, bo jest źródłem negatywnych emocji, takich jak utrata poczucia bezpieczeństwa, ale także tożsamości, o którą pierwotnie walczy osoba podejmująca decyzję o wytatuowaniu swojego ciała.

Na świecie niektóre studia tatuażu stały się już uznanymi markami i organizują konwenty, konferencje, konkursy, np. *Warsaw Tattoo Convention*, gdzie organizowane są m.in. konkursy sztuki tatuażu<sup>295</sup>.

### Tatuaże dla odzyskiwania zdrowia psychicznego na tle opowieści osób, którym pomogło tatuowanie ciała

Gdy na portalu oldmedic.com zapytano o to, czy tatuaże pomagają w depresji, odezwało się wiele osób, omawiając swoje problemy ze zdrowiem psychicznym, zamieszczając zdjęcia swoich tatuaży. Poniżej skopiowano niektóre wypowiedzi.

#### *Zaburzenia psychiczne i trauma utraty*

„Mam PTSD (ang. *posttraumatic stress disorder*, tj. zespół stresu pourazowego – przyp. aut.), zaburzenie dwubiegunowe i zaburzenie osobowości z pogranicza. Przez 11 lat miałam cudowne, czarne, tłuste, szczęśliwe, wierne mi zwierzę. Był to pies o imieniu Eddie [...]. Pomógł mi stworzyć nowe życie, które stało się nasze, wspólne. To on nieomal «zabierał» mnie do sklepu spożywczego i na jazdy konne. Dzięki niemu

294 #feministtattoo, *feministyczne tatuaże są coraz popularniejsze!*, <https://www.elle.pl/artukul/feministtattoo-feministyczne-tatuaze-sa-coraz-popularniejsze> [dostęp: 10.01.2021].

295 *Polska w świecie tatuażu to tzw. wielki świat*, <http://extra.natemat.pl/polskie-legendy-tatuazu-opowiadaja-o-swojej-branzy> [dostęp: 10.01.2021].

mogłam wyjść z domu i ponownie wziąć udział w życiu. Kształciliśmy nawet opinię publiczną na temat PTSD i możliwości terapii za pomocą tzw. psów psychiatrycznych. Kiedy umierał, obiecałam mu, że już nigdy się nie rozstaniemy i dlatego wybrałam tatuaż z wzorem odcisków jego łap. On jest teraz zawsze ze mną..., więc nie boję się, gdziekolwiek pójdę”. – Alise

„Mam chorobę dwubiegunową. Byłam hospitalizowana kilka razy. Po moim drugim pobycie w szpitalu [...] uprosiłam mamę, by mnie zabrała do salonu tatuażu i wybrałam swój wzór. Od tego czasu całkowicie zmieniłam swoje życie i otworzyły się przede mną możliwości, o których nigdy bym nie pomyślała. Latem ubiegłego roku byłam nawet na Ibizie. Mój tatuaż przypomina mi, że trzeba walczyć o życie”. – Melissa

### **Depresja**

„W 2011 roku zespół Kill Hannah zorganizował tatuaż na cele charytatywne, aby przynieść korzyści organizacji To Write Love on Her Arms. Przeszedłem przez bardzo mroczny, całkowicie zdrętwiały okres, kiedy bliscy przyjaciele martwili się, że dosłownie umrę z powodu mojego złamanego serca. Hormony serotoniny i dopaminy są hormonami odpowiedzialnymi za regulowanie tego, jak szczęśliwy jesteś. Zawsze interesowałem się nauką w szkole, a szczególnie w biologii, więc pomyślałem: dlaczego nie dostanę tatuażu, który nie tylko ukaże mój entuzjizm dla nauki, ale to również sprawia, że pamiętam, że gdy tylko będę się czuć, mój mózg zwolni się te hormony i będę znowu czuła się szczęśliwa”. – Jemma

„Muzyka (w szczególności zespoły Kill Hannah i Jack’s Mannequin/Something Corporate) była moim zbawieniem. Z dumą napisałam MIŁOŚĆ na ramieniu, aby pokazać innym, że nie muszą stawić czoła niczemu w pojedynkę. Zawsze jest ktoś, kto może mu pomóc, kim się opiekować, z nim rozmawiać, nawet jeśli jest obcy. Potrzebujesz tylko odwagi, by zapytać”. – Des<sup>296</sup>

W 2013 r. powstał projekt Semicolon amerykańskiej organizacji non profit zajmującej się zdrowiem psychicznym, autorstwa Amy Bleuel, której ojciec 10 lat wcześniej popełnił samobójstwo. Projekt dotyczy zapobiegania samobójstwom, do których najczęściej prowadzi depresja, z powodu której, jak podano, dziennie umiera milion ludzi. Na Facebooku polubiło i obserwuje ten adres ponad 300 tys. użytkowników. Autorzy zaproponowali wytatuowanie na skórze przedramienia znak średnika. Ma on zastąpić sytuację tak trudną do wytrzymania, że człowiekowi w depresji brakuje słów<sup>297</sup>.

Osoby, którym pomaga tatuaż, napisały też: „Jest to coś z osobistej mantry, która powstrzymuje mnie przed popadnięciem w apatię i pomaga mi pamiętać, że nawet gdy wydaje się, że nie ma ucieczki, nigdy nie powinieneś przestać próbować”. – Nat

„Mam swój wzmacniający tatuaż, aby przypomnieć sobie, że nie poddaję się bez względu na wszystko. Jest to cytat, który bardzo lubię i mówi: Czasami musisz upaść,

296 <https://pl.oldmedic.com/inspired-ink-22-depression-tattoos-5179> [dostęp: 10.01.2021].

297 <https://www.facebook.com/projectsemicolon?fref=ts> [dostęp: 10.01.2021].



zanim polecisz. Mam również wytatuowany średnik na moim nadgarstku. Nie wiem, czy znasz projekt Semicolon, ale średnik to sposób na powiedzenie: «Twoja historia się jeszcze nie skończyła». To symboliczne dla ludzi zmagających się z depresją, samo-okaleczeniem i samobójstwem [...]» – Ashley

„Powód, dla którego wybrałem tatuaż – dwie pandy, bo to są moje ulubione zwierzęta. Jeśli przyjrzy się uważnie, jedna panda jest szczęśliwa, a druga smutna. Jestem dwubiegunowy, więc szczęśliwa panda reprezentuje epizody maniakalne, a smutna panda reprezentuje epizody depresyjne. Powodem, dla którego mam zieloną wstążkę między nimi, jest to, że zieleń jest reprezentatywna dla Tygodnia Świadomości Zdrowia Psychicznego, który ma miejsce od 11 maja do 17 maja każdego roku. Na początku było mi bardzo trudno pogodzić się z diagnozą bipolarną (miałam wtedy tylko 16 lat) i wpłynęło to znacząco na moje życie. W tym czasie zdawałam egzaminy na poziomie A i nie mogłam skupiać się na korekcie lub lekcjach, więc nie zdałam egzaminów. Teraz, w wieku 18 lat, pogodziłam się z moją diagnozą i moje życie wraca na właściwe tory. Jestem dumna z bipolarności i ten tatuaż to reprezentuje” – Jemma

„To jest mój tatuaż na depresję. Jest to łapacz snów, aby chronić mnie przed raniem siebie i innych. Ma w środku wilka, który przedstawia opowieść rdzennych Amerykanów *Dwa Wilki*, a trzy różne kolorowe kulki przedstawiają kamienie porodowe trzech osób w moim życiu, które pomogły mi przejść przez moją najgorszą depresję. Dostałam tatuaż, który pomógł mi w złe dni i spojrzął na to jako przypomnienie siły, miłości, wolności, determinacji i odporności” – Mariah

„Tatuaż jest na mojej lewej stopie. Wybrałam motyla, gdyż czułam się tak jak gąsienica, która wchodzi do kokonu, jakby umierała. To symbolizowało moją depresję i gdybym mogła wytrzymać i przejść przez to, mogłabym stać się czymś pięknym po drugiej stronie” – Rhiannon<sup>298</sup>

Czy tataże z pozytywnymi symbolami lub pięknymi obrazami (np. kolorowego motyla) mogą być pomocne w odzyskiwaniu zdrowia psychicznego? Oto przykład pozytywnej odpowiedzi na to pytanie: „Tataże pomogły mi przekształcić niektóre z moich najbardziej negatywnych myśli i sytuacji w życie w pozytywnie piękne dzieła sztuki. Moje tataże przypominają mi, że bym był wdzięczny za to, co osiągnąłem i podróż, którą zabrałem, by dotrzeć tam, gdzie jestem teraz...”<sup>299</sup>

Artystka Joice Wang z Nowego Jorku jest przekonana o takim pozytywnym wpływie tataży *body art* – które wykonuje – na życie osób cierpiących na zaburzenia psychiczne i samookaleczających się i robi tym osobom darmowe tataże<sup>300</sup>.

298 <https://pl.oldmedic.com/inspired-ink-22-depression-tattoos-5179> [dostęp: 10.01.2021].

299 *Mental Health Tattoos*, <https://pl.pinterest.com/kendalleliz22/mental-health-tattoos/> [dostęp: 10.01.2021]; *Mental Health Recovery Tattoos*, <https://pl.pinterest.com/sirenatank/mental-health-recovery-tattoos/> [dostęp: 10.02.2021].

300 *Mental Health Tattoos: Body Art that Tells a Story in Permanent Ink*, <https://www.psycom.net/mental-tattoo-body-art-ink?slide=2#slide> [dostęp: 10.01.2021].

O takim pozytywnym wpływie tatuży jest również przekonane NEDA (*National Association Disorders Association*) w odniesieniu do osób zmagających się z zaburzeniami odżywiania<sup>301</sup>.

Jak wiadomo, zaburzenia odżywiania mają związek z ciałem, ale jaką rolę odgrywają w tym przypadku tatuże, właściwie nie bardzo wiadomo. Czy pomagają w postrzeganiu własnego ciała, czy tylko mają stanowić próbę samopomocy w tym tak uporczywym i niosącym wiele dolegliwości schorzeniu, jakim jest anoreksja czy bulimia? Takie zaburzenia (o typie żarłoczności psychicznej) stwierdzano częściej u nastolatków z tatużami i piercingiem<sup>302</sup>.

W 2005 r. naukowcy zajmujący się zaburzeniami odżywiania i autoagresją zadawali pytanie, sugerując dalsze badania nad tym, dlaczego niektórzy ozdabiają swoje ciała za pomocą tatuży i kolczyków, podczas gdy inni celowo ranią się i sprawiają, że części ciała stają się nieatrakcyjne<sup>303</sup>.

## Prace badawcze nad przyczynami tatuowania ciała i nad osobowością

Na pierwszy rzut oka tatuż wydaje się jedynie formą zdobienia swojego ciała, tak jak ekscentryczna fryzura. Ale do tatuowania się mogą skłaniać głębsze powody, jak chęć konstruowania i wyrażenia swojego „ja” lub zapisania na ciele części swojej biografii – tak twierdzi na podstawie swoich badań dr Agata Dziuban z Instytutu Socjologii Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Po czterech latach pracy badawczej na temat społecznego i kulturowego wymiaru tatuowania się opublikowała opracowanie wyników w książce pt. *Gry z tożsamością*, wydanej w serii *Monografie Fundacji na Rzecz Nauki Polskie*. Badała jedynie 40 osób z rozległymi tatużami, więc jest to materiał niereprezentatywny, ale badania miały znaczenie jakościowe.

W ocenie autorki tatuż można uznać za „radykalną praktykę tożsamościową”. Przekształca on bowiem i ciało, i samoświadomość jednostki, a także sposób jej postrzegania przez innych. Szczególnie ciekawe w tatużu jest też to, że jest on trwały – bo trudny do usunięcia – co czyni z niego praktykę nietypową w epoce, gdy wiele rzeczy jest płynnych. Mamy więc do czynienia z czymś bardziej twórczym, kreowaniem siebie nie tylko w sensie przekształcania ciała, ale także oddziaływania na nasze „ja”. Czasem dzieje się to na zasadzie próby „zaczarowania” rzeczywistości. Jedna z osób podawała, że jej groźny tatuż na stopie ma przypominać, że musi wziąć się w garść i nie siedzieć beczynnym.

---

301 NEDA, *National Association Disorders Association*, <https://www.nationaleatingdisorders.org/about-us> [dostęp: 10.01.2021].

302 A. Preti, C. Pinna, S. Nocco i wsp., *Body of evidence: tattoos, body piercing, and eating disorder symptoms among adolescents*, „*Journal of Psychosomatic Research*” 2006, nr 61, s. 561-566.

303 L. Claes, H. Vertommen, *Self-care versus self-harm: Piercing, tattooing, and self-injuring in eating disorders*, „*European Eating Disorders Review*” 2005, nr 13.

Książka *Gry z tożsamością* ma w dużej mierze charakter nowatorski, gdyż do tej pory polscy socjologowie czy antropologowie rzadko poruszali temat współczesnego tatuażu. W istniejących pracach skupiano się na analizie tego zjawiska w odniesieniu do ściśle określonych grup w Polsce, zwłaszcza więźniów i członków świata przestępczego<sup>304</sup>.

### **Czy osoby z tatuażami działają impulsywnie i bez planu?**

Naukowcy z Ontario opublikowali w czasopiśmie „Journal of Economic Behaviour and Organization” wyniki swojego badania dotyczącego osób z tatuażami i bez tatuaży. Autorzy chcieli zrozumieć, „jak tatuowanie niegdyś dla dołów społecznych – kryminalistów, marynarzy i dziwaków cyrkowych – trafiło na skórę 38% osób w wieku 18-29 lat”. Dlatego 781 badanych bez tatuaży i 255 z tatuażami zaproponowano prostą grę. Oferowano im pewną kwotę w dolarach i mieli ją wydawać w różnym, dowolnym czasie. Jeśli ktoś dłużej tę kwotę zachowywał w całości, otrzymywał premię. Osoby bez tatuaży decydowały się czekać dłużej, by uzyskać większą kwotę. Wytatuowani chcieli otrzymać przydzielone dolary możliwie szybko. Mierzono także czas podjęcia decyzji – ludzie z tatuażami reagowali impulsywnie, a osoby z grupy bez tatuaży myślały nad wyborem dłużej. Z ekonomicznego punktu widzenia wygrywali ci ostatni, bo ostatecznie otrzymywali większą kwotę. Naukowcy sugerują, że może te wnioski przydadzą się osobom, które decydują na tatuaż, by wiedząc o swoich cechach charakteru, jak np. działanie pod wpływem impulsu, starannie rozważali, czy są pewni swojej decyzji, zanim wejdą do salonu tatuażu<sup>305</sup>.

## **Emocje wstępne przed tatuowaniem się**

### **Proces dojrzewania decyzji i przygotowania do tatuowania ciała**

Decyzja wykonania u siebie tatuażu zwykle nie jest nagła, przypadkowa. Jest to proces „dojrzewania” rozpoczynający się od uświadomienia sobie własnej sytuacji – homoseksualizmu, zmiany miejsca zamieszkania, narodzin dziecka itp. Zwykle koresponduje z osobistymi, wręcz intymnymi doświadczeniami. Zauważa się, że przekaz wykonanego tatuażu najczęściej skierowany jest do samego siebie, a nie do szerokiej publiczności.

Tatuowanie ciała, pomimo powszechności, opowiada jakąś inną historię. Jest to związane z aktywnym uczestnictwem w kreowaniu obrazów na własnej skórze – wymyślanych samodzielnie lub przerabianiu projektów gotowych, negocjowaniu z tatuatorem ostatecznej i formy, i barw czy zamawianiu u specjalisty wyłączności na

304 *Tatuaż to nie tylko ozdoba*, <http://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C400887%2C-tatuaż-to-nie-tylko-ozdoba.html> [dostęp: 10.01.2021].

305 *Naukowcy zbadali procesy myślowe ludzi z tatuażami*, „Działają impulsywnie i bez planu”?, <https://www.focus.pl/artykul/ekonomisci-o-wytatuowanych-osobach-dzialaja-impulsywnie-i-bez-planu> [dostęp: 10.01.2021].

dany rysunek, co dodatkowo podkreśla potrzebę posiadania unikalnego, jedyne go na świecie tatuażu. Jednakże jest to proces ciągły, gdyż tatuaże mimo pozornej trwałości się nudzą, dezaktualizują, a poza tym nie mogą pomieścić na ciele wszystkiego, co jest do powiedzenia czy pokazania<sup>306</sup>.

### **Narodziny nowego „Ego” – odniesienia do bolesnego porodu i pielęgnowania „własnego dziecka”**

W niektórych przypadkach poprzez zmianę obrazu fizyczności tatuaż nabiera znaczenia psychologicznego – jest jakby symbolem powrotu do porodów bez znieczulenia i do bólu z tym związanego. Blizny czy obrazy na ciele stanowią konkretny dowód zniesionego cierpienia w trakcie narodzin „prawdziwego Ego” i „ozdrowienia”, są symbolem wytrwałości i realizacją „zobowiązań wobec samego siebie”. Znajdowane na różnych portalach opisy przyjemności z dbania o gojące się rany psychoterapeuci porównują do opieki nad noworodkiem sprawowanej przez kochającą mamę, jednocześnie przejmującą pełną kontrolę nad tym nowym „zastrzykiem życia”<sup>307</sup>.

### **Tatuażysta jako pomocnik i towarzysz w rodzącej się „nowej tożsamości”**

Z tego też powodu, jakim jest czasem uczucie towarzyszące „rodzeniu się tatuażu”, istotną rolę odgrywa kontakt z tatuażystą, polegający na bezgranicznym zaufaniu – postrzega się go jako osobę przyczyniającą się do budowania nowej tożsamości. Zresztą te relacje można dostrzegać w wypowiedziach tatuażystów, sugerujących, że odczuwają oni emocje zbliżone do relacji „macierzyńskich”, a ich dotyk obcego ciała przypomina relacje z matką. Zresztą czasem mówią wprost, porównując swoją pracę i towarzyszące emocje do narodzin dziecka, którego prawdopodobnie już nigdy nie zobaczą. Osoby poddające się tatuażystom nierzadko traktują proces jako swoiste misterium duchowe i wcale nie jest to związane z poglądami religijnymi<sup>308</sup>.

### **Tatuaż możliwym źródłem informacji o zdrowiu psychicznym, okolicznościach śmierci – sugestia dla lekarza, w tym medyka sądowego i kryminologa**

Dane epidemiologiczne dotyczące tatuaży w kulturze Zachodu potwierdzają masowość zjawiska, ale też sugerują, by lekarze zwracali uwagę na tatuaże u pacjentów, gdyż może

<sup>306</sup> A. Lemma, *op. cit.*; U. Karacaoglu, *op. cit.*; C.R. Sanders, D.A. Vail, *op. cit.*; A. Dziuban, *op. cit.*; D.M. Skrzypek, E. Skrzypek, *op. cit.*

<sup>307</sup> A. Lemma, *op. cit.*; U. Karacaoglu, *op. cit.*; C.R. Sanders, D.A. Vail, *op. cit.*; A. Dziuban, *op. cit.*; D.M. Skrzypek, E. Skrzypek, *op. cit.*

<sup>308</sup> A. Lemma, *op. cit.*; U. Karacaoglu, *op. cit.*; C.R. Sanders, D.A. Vail, *op. cit.*; A. Dziuban, *op. cit.*; D.M. Skrzypek, E. Skrzypek, *op. cit.*

być to cenna informacja na temat ich zdrowia psychicznego. Przy podejrzeniu zaburzeń niezbędne jest skierowanie do psychologa lub psychiatry. Nie jest to zadanie łatwe, bo gdy lekarz zauważy objawy np. dysmorfofobii (opisujemy to zaburzenie w odrębnym rozdziale), przekonanie takiego człowieka do zwrócenia się o pomoc do psychologa, szczególnie w Polsce, gdzie jeszcze nie zapanowała moda na „posiadanie własnego psychiatry”, jak choćby w USA, nie jest łatwe<sup>309</sup>.

### Tatauaż – wskaźnik zachowań ryzykownych

Nadal wielu badaczy potwierdza fakt, że tatauaże są potencjalnym wskaźnikiem problemów psychicznych i ryzykownych zachowań, wymieniając m.in. pobyty w więzieniu czy liczbę partnerów seksualnych, co powinno sugerować wychowawcom, pracownikom służby zdrowia, w tym głównie lekarzom (nawet dermatologom) baczną obserwację pacjentów z tatauażami. W naszym mniemaniu znaczną rolę może odgrywać też doświadczony tatauażysta, do którego zgłaszają się także osoby z wymienionymi problemami – może odczytywać ich intencje, poświęcić czas wykonywania tatauażu na rozmowę. Może być to nawet rola terapeutyczna w wyobrażeniu osób postronnych<sup>310</sup>.

W niektórych badaniach, np. młodzieży i młodych dorosłych w miastach Brazylii, zaobserwowano, że tatauaże i/lub noszenie kolczyków wśród płci męskiej korelowało z zażywaniem narkotyków oraz zakażeniami przenoszonymi drogą płciową<sup>311</sup>. Semion Kertzman i wsp. opisali interakcje między ryzykownymi decyzjami, impulsywnością i paleniem tytoniu u młodych wytatuowanych kobiet<sup>312</sup>.

W 2019 r. opublikowano wyniki badań przeprowadzonych w internecie (przez *Amazon Mechanical Turk*) na populacji ponad dwóch tysięcy dorosłych mieszkańców Stanów Zjednoczonych. Pomimo powszechności tatuowania ciała i coraz większej akceptacji społeczeństwa nadal, jak przed laty, w grupie osób z tatauażami w porównaniu z osobami bez tatauaży obserwuje się częściej różne problemy psychiczne, zaburzenia snu, a także zachowania ryzykowne prowadzące do zagrożenia zdrowia (np. palenie papierosów), więcej osób z tej grupy przybywało lub przebywa w więzieniu i ma większą liczbę partnerów seksualnych. Na tej podstawie autorzy pracy sugerują, że obecność tatauaży może być sygnałem dla lekarzy i psychologów o zagrożeniach zdrowia tych osób, o ich funkcjonowaniu w społeczeństwie<sup>313</sup>.

309 H. Roggenkamp et al., *Tattoos as a window to the psyche: How talking about skin art can inform psychiatric practice*, World J Psychiatry 2017.

310 K. Mortensen et al., *Are tattoos associated with negative health-related outcomes and risky behaviors?*, Int J Dermatol. 2019.

311 R.A. Guimarães et al., *Use of illicit drugs by adolescents and young adults of an urban settlement in Brazil*, Rev Assoc Med Bras 2018.

312 S. Kertzman et al., *Interactions between risky decisions, impulsiveness and smoking in young tattooed women*, „BMC Psychiatry” 2013.

313 K. Mortensen, M.T. French, A.R. Timming, *Are tattoos associated with negative health-related outcomes and risky behaviors?*, Int J Dermatol. 2019, nr 58, s. 816-824, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30677140/> [dostęp: 10.01.2021].

Dokonano przeglądu piśmiennictwa z lat 2007-2017 na temat więźniów i zachowań behawioralnych. Wysoka transmisja zakażeń HIV, WZW B i C wśród nich związana była z wstrzykiwaniem dożylnym substancji psychotropowych (20% z regionu Azji i Pacyfiku, 17,3% z Centralnej Azji i Zachodniej Europy, 11,3% z Ameryki Południowej i Karaibów, a niska częstość w Afryce), aktywnością seksualną (najwyższa w Europie i Ameryce Północnej – 12,1%, w Afryce Centralnej – 13,6%, a niska w Środkowej i Północnej Afryce), tatuażami (wysoki poziom Ameryka Południowa – 45,4%, Azja i Pacyfik – 21,4%, Europa i Ameryka Północna – 14,7%) i piercingiem. Powrót więźniów do społeczeństwa zagrażał zdrowiu publicznemu<sup>314</sup>.

### Badania polskich gimnazjalistów przed 14 laty

W latach 2005-2006 w ramach Grantu Ministerstwa Nauki i Informatyzacji Nr 2 Po5D o81 28 przeprowadzono badanie ankietowe 1471 15-letnich uczniów gimnazjów trzech dzielnic Warszawy, oceniając związki pomiędzy posiadaniem tatuażu lub piercingu a występowaniem zachowań ryzykownych, takich jak nadużywanie substancji psychoaktywnych, przemoc, wykroczenia. Wśród badanych 5% młodzieży miało trwałe lub nietrwałe tatuaże, piercing – 39% dziewcząt. Ustalono, że posiadanie tatuaży i piercingu związane było ze wspomnianymi zachowaniami ryzykownymi<sup>315</sup>.

### Identyfikacja zwłok i zabójcy, ustalanie przyczyny zgonu

Przed 12 laty w stanie Nowy Meksyk (USA) podczas sekcji zwłok zauważono, że Latynosi częściej mieli tatuaże niż nie-Latynosi (odpowiednio 41% i 19%), a ponadto Latynosi mieli 4,67 razy częściej tatuaże religijny i 7,13 razy częściej tatuaże gangowy niż osoby niebędące Latynosami. Wiele tych tatuaży zawierało znaczące teksty, które można było skorelować z okolicznościami śmierci ocenianych<sup>316</sup>. Badania na przestrzeni lat 2007-2012 wykazały, że określone rodzaje tatuaży, choć nie wszystkie, mogą wskazywać na zabójców lub potencjalnych zabójców<sup>317</sup>.

W 2014 r. zauważono, że tatuaże na ciele denata i ich analiza mogą – obok dokumentacji zawartej np. w historii choroby czy choćby tylko znanej dacie śmierci – dostarczyć

---

314 B. Moazen, S. Saeedi Moghaddam, M.A. Silberagl, *Prevalence of Drug Injection, Sexual Activity, Tattooing, and Piercing Among Prison Inmate*, *Epidemiol Rev.* 2018, nr 40, s. 58-69, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29860343/> [dostęp: 10.01.2021].

315 K. Ostaszewski, K. Kocoń, *Tatuaż i kolczykowanie ciała używanie substancji psychoaktywnych i inne zachowania ryzykowne wśród gimnazjalistów*, „Alkoholizm i Narkomania” 2007, nr 20, s. 247-266.

316 D. Komar, S. Lathrop, *Tattoo types and frequencies in New Mexican white Hispanics and white Non-Hispanics: autopsy data from homicidal and accidental deaths, 2002-2005*. *Am J Forensic Med Pathol* 2008.

317 J. Blackburn et al., *Tattoo frequency and types among homicides and other deaths, 2007-2008: a matched case-control study*, *Am J Forensic Med Pathol* 2012.



ważnych informacji, często przydatnych w wyjaśnianiu przyczyny zdarzenia<sup>318</sup>. W tym samym roku podano wyniki obserwacji, które mogą wykazać związek nienaturalnej śmierci z tatuażami na skórze nie tylko ofiar, ale też i ewentualnych sprawców zabójstwa. Tłumaczono to obserwowaną już wcześniej tendencją do zachowań ryzykownych (nadużywanie narkotyków, alkoholu) u osób z tatuażami<sup>319</sup>.

Problem ten analizowano przez kolejne lata. Być może wynika to z coraz powszechniejszego tatuowania ciała różnymi obrazami – co utrudnia ich dokładną analizę i interpretację – ale w 2019 r. nie potwierdzono jednoznacznie poprzednich doniesień<sup>320</sup>.

Jak wspomniano, w 2017 r. Kulshreshtha i Mondal wykazali, że istnieje silny związek między obecnością i rodzajem tatuaży a płcią, wiekiem, statusem ekonomicznym, zawodem, religią itp. danej osoby. Autorzy podają, że warto analizować rodzaj tatuażu na ciele denata, gdyż uzyskane informacje mogą być przydatne także w medycynie sądowej (kryminalistyce), np. do identyfikacji zwłok<sup>321</sup>.

### Tataże więzienne dziś – znaczenie w kryminalistyce

Pomimo że wydawało się, że tataże kryminalne i więzienne (określające hierarchię więzienną, zawód przestępcy) to już przeszłość, one nadal są stosowane. Można wyodrębnić również charakterystyczne tataże wojskowe, artystyczne, erotyczne i inne. Tataże więźnia mogą stanowić informację dla współwięźniów, ale przede wszystkim służb więziennych na temat możliwości zachowania się tej osoby<sup>322</sup>.

Wśród uwieczonych w Dallas County Jail (USA) osób z infekcją HCV najczęściej zgłaszanymi czynnikami ryzyka były zażywanie narkotyków drogą iniekcji i obecność tatuaży, czasem o charakterystycznym obrazie<sup>323</sup>.

Pomimo coraz bardziej powszechnego tatuowania ciała nadal wielu psychiatrów postrzega związku z zaburzeniami behawioralnymi, zdrowiem psychicznym, choć zależność ta nie jest do końca jasna i bezpośrednia. Wielu autorów nadal uważa, że tataże mogą być przydatne w postępowaniu kryminalistycznym.

---

318 R.W. Byard, C. Charlwood, *Commemorative tattoos as markers for anniversary reactions and suicide*, J Forensic Leg Med 2014.

319 H.J. Carson, *The medium, not the message. How tattoos correlate with early mortality*, Am J Clin Pathol 2014.

320 L. Stephenson, R.W. Byard, *Cause, manner and age of death in a series of decedents with tattoos presenting for medicolegal autopsy*, J Forensic Leg Med 2019.

321 M. Kulshreshtha, P.R. Mondal, *Acquired body marks: A mode of identification in Forensics*, J Forensic Leg Med 2017.

322 W.A. Sadowski, A.B. Borowska-Solonyk, *The meaning and classification of tattoos in the context of their suitability to identify corpses of unknown identity*, Arch. Med. Sądowej Kryminol. 2017.

323 M. Peña-Orellana et al., *Prevalence of HCV risk behaviors among prison inmates: tattooing and injection drug use*, J Health Care Poor Underserved 2011.



## Tatuże jako nośnik ważnych informacji

### Pacjent z tatuażem „Nie reanimować”. Co robić?

Oto opis sytuacji rozpatrywanej w przeszłości przez wspominających ją lekarzy tylko teoretycznie – w kategoriach filozoficzno-etyczno-prawnych – która pewnego dnia przydarzyła się im naprawdę:

Na początku maja Gregory Holt właśnie skończył poranne obchody szpitala Jackson Memorial w Miami, kiedy dostał telefon na temat nowego pacjenta na izbie przyjęć. Udał się tam z siedmioma kolegami, by znaleźć nieprzytomnego 70-letniego mężczyznę z problemami z oddychaniem i oznakami wstrząsu septycznego. Był sam i nie miał dokumentu tożsamości. Jego krew była pełna alkoholu, a ciśnienie spadało. A kiedy lekarze zdjęli mu koszulę, znaleźli tatuaż biegnący wzdłuż jego obojczyków: „NIE, WSTRZYMAJ SIĘ”, przy czym wyraz „NIE” został podkreślony. Pod ostatnim słowem był podpis. „Zawsze żartowaliśmy z tego, ale, cholera, ten człowiek to zrobił”. Co robić?<sup>324</sup>.

I tutaj jest problem: jak traktować taki tatuaż? Nie ma dokumentu tożsamości, dokumentu wyrażenia swojej woli, jest tylko tatuaż. Jeśli pacjent będzie reanimowany, a później pozwie lekarzy do sądu, to jaki będzie wyrok?

Inna sytuacja: młody mężczyzna uległ wypadkowi, a na skórze miał tatuaż: „Dawca organów, nie reanimować!” W internecie można już znaleźć takie tatuże<sup>325</sup>.

### Tatuże z informacją o poważnej chorobie właściciela

Już można zauważyć, że osoby z poważnymi schorzeniami tatuują sobie tę diagnozę. Z punktu widzenia medycznego myśl jest bardzo cenna. W sytuacji nagłej, gdy osoba z takim tatuażem jest nieprzytomna, może on się okazać bardzo pomocny w szybkim udzieleniu trafnej pomocy lekarskiej<sup>326</sup>.

---

<sup>324</sup> *What to Do When a Patient Has a „Do Not Resuscitate” Tattoo*, <https://www.theatlantic.com/health/archive/2017/12/what-to-do-when-a-patient-has-a-do-not-resuscitate-tattoo/547286/> [dostęp: 10.01.2020].

<sup>325</sup> *Organ Donation Tattoos*, <https://pl.pinterest.com/thellf/organ-donation-tattoos/> [dostęp: 10.01.2021].

<sup>326</sup> E.A. Lai, E.A. Nesrsta, J.M. Bodiford, R.R. Jain, *Medical alert tattoos-A pinch of style along with patient safety*, *Paediatr Anaesth*. 2018, nr 12, s. 1154-1155.

## Tatuowanie i tataże – zagrożenia dla zdrowia

### Wiedza o szkodliwości tatuowania nie koreluje ze zmiennymi socjodemograficznymi

Zaskakujące jest to, że na podstawie niedawnych badań, pomimo rozległej wiedzy i upowszechniania jej w mediach, nie ustalono istotnych korelacji między zmiennymi socjodemograficznymi a wiedzą na temat ryzyka medycznego związanego z tatuażami<sup>327</sup>. A ryzyko powikłań medycznych tatuażu nadal jest duże – od toksyczności używanych barwników, także obserwowanych w odległym czasie poprzez zakażenia bakteryjne czy wirusowe, nie wspominając o alergii i szkodliwości przy wielu chorobach przewlekłych. Sugeruje się więc, by wiedza ta była jeszcze bardziej rozpowszechniana, nawet wśród najmłodszych.

Ważny byłby udział psychologów, którzy przy okazji omawialiby różne problemy dotyczące zdrowia psychicznego, jak choćby kształtowanie i poczucie własnego „ja”, oraz mówiliby o sposobach radzenia sobie ze stresem i w różnych trudnych sytuacjach życiowych. Ponadto warto się zastanowić, czy nie należałoby przed podjęciem decyzji o tatuowaniu ciała zasięgać porady psychologa – wpisać to niejako w procedury, jak w przypadku większości zabiegów chirurgii plastycznej. Wszak tataże to trwałe obrazy na ciele i nawet w przypadku ich usuwania zwykle pozostają ślady.

### Niezamierzone uszkodzenia gałki ocznej przy tatuowaniu oka

Pierwsze opisy tatuowania gałki ocznej metodą podspojówkowego, nadtwardówkowego tuszu, pojawiały się od 2007 r. Od tej pory ukazują się publikacje dotyczące poważnych powikłań medycznych tego zabiegu. Jedno z nich dotyczy pacjentów, u których tatuaż wykonywano igłą stosowaną do wstrzyknięć insuliny, co wydało się metodą jeszcze nieopisywaną, ale równie niebezpieczną jak dotychczasowe<sup>328</sup>.

Jednym z badań potwierdzających szkodliwość tatuowania oka są wyniki opublikowane w 2015 r. Przy użyciu testu oceniającego suchość oczu (TBUT), tj. czasu rozpadu filmu łzowego, i metody fluorescencyjnej badano funkcję gruczołów Meiboma<sup>329</sup>

327 I.A. Rahimi et al. *Tattoos: what do people really know about the medical risks of body ink?*, J Clin. Aesthet. Dermatol. 2018.

328 A. Rohl, K.L. Christopher, C. Ifantides, *Two cases of pen ink scleral tattoos and a brief review of the literature*, Am J Ophthalmol. Case Rep. 2021, nr 21, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33537509/> [dostęp: 13.02.2021].

329 Gruczoł tarczkowy (Meiboma) – łac. *glandula tarsalis*, jest modyfikowanym gruczołem łojowym położonym wewnątrz tarczki powieki. W każdej powiece znajduje się kilkadziesiąt (20-40) gruczołów. Widoczne są po wywróceniu powieki jako szereg żółtawych rzędów prześwitujących przez spojówkę. Ich wydzielina uszczelnia powieki po ich zamknięciu oraz ochrania przed utratą wilgotności, zapobiegając jednocześnie spływaniu łez na skórę twarzy. Y. Bok Lee, J. Joo Kim, J. Young Hyon et al., *Eyelid Tattooing Induces Meibomian Gland Loss and Tear Film Instability*, „Cornea” 2015, nr 34, s. 750-755, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25933400/> [dostęp: 10.01.2021].

u 10 osób z tatuażem na gałce ocznej i porównywano z grupą 30 osób bez tatuażu. U osób z tatuażem gałki ocznej zanotowano gorszą funkcję gruczołów Meibomianiz u osób bez takiego tatuażu, a także częstszą obecność nadżerek rogówki.

W 2019 r. opisano przypadek powikłania tatuowania gałki ocznej u 32-letniego mężczyzny. W czasie zabiegu tusz zamiast podspojówkowo przypadkowo dostał się do ciała szklistego. Pacjent odczuwał nagły, silny ból gałki ocznej, a w badaniu okulistycznym stwierdzono obniżenie ostrości widzenia, wzrost ciśnienia śródgałkowego do 26 mmHg. Obecność tuszu w tej przestrzeni potwierdzono badaniem USG. Pacjent otrzymał leki, był też leczony chirurgicznie. W badaniu histopatologicznym stwierdzono obecność czerwonego barwnika, neutrofilii i histiocytów. Nie zauważono odpowiedzi na ciało obce – granulocytów. W badaniu skaningowym mikroskopem elektronowym znalezione i wydobyte barwniki wykryto obecność żelaza, baru i miedzi. Autorzy pracy apelują, by wiedza o powikłaniach tego rodzaju tatuażu była szeroko rozpowszechniana i wśród młodych ludzi, i tatuażystów. Problem wymaga także odpowiednich regulacji prawnych<sup>330</sup>. W innym doniesieniu o podobnych powikłaniach tatuowania gałki ocznej sugeruje się, by do akcji informowania o związanych z tym niebezpieczeństwach włączyły się media społecznościowe, których zasięg i możliwości kreowania różnych mód czy obyczajów wśród ludzi młodych są właściwie nieograniczone<sup>331</sup>.

## Historia tematu toksyczności tuszu do tatuażu

Po tym, jak w 2003 r. Amerykańska Agencja ds. Żywności i Leków (*US Food and Drug Administration*) podała informację o toksyczności tuszów do wykonywania tatuaży, w USA przeprowadzono szczegółowe badania, potwierdzając poprzednie doniesienie<sup>332</sup>. Wyniki wskazywały na to, że tusze do tatuaży zawierają potencjalnie niebezpieczne substancje, w tym metale i wodorowęglany. Jednym z nich jest benzopiren, substancja zwykle wchodząca w skład czarnych atramentów. Dla niezorientowanych – o benzopirenie częściej słyszymy w kontekście szkodliwości dymu tytoniowego. Substancja ta była już dawno uznana za rakotwórczą i jej produkcja oraz dostawy powinny znajdować się pod kontrolą organów do tego przewidzianych. Jak pokazały próby na zwierzętach, benzopiren powoduje raka skóry. Naukowcy sugerowali, że na temat tatuaży należy przeprowadzić taką samą kampanię ostrzegającą jak przed paleniem tytoniu czy nadmiernym opalaniem się.

---

330 J.O. Rodríguez-Avila, D.R.Y. Valles, I. Hernández-Ayuso et al., *Conjunctival tattoo with inadvertent ocular globe penetration and vitreous involvement: Clinico-pathological correlation and scanning electron microscopy X-ray microanalysis, Case Reports*, Eur J Ophthalmol. 2020, nr 30, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31088114/> [dostęp: 13.02.2021].

331 J. Yu Ng, D. Shu Jeng Ting, D. Vaideanu-Collins et al., *Trushar Patel Self-tattooing of eyeball with inadvertent corneoscleral perforation: the implication of social media Case Reports*, Eye (Lond) 2019, nr 33, s. 1672-1674, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7002581/> [dostęp: 13.02.2021].

332 Tattoos & Permanent Makeup: Fact Sheet, <https://www.fda.gov/cosmetics/cosmetic-products/tattoos-permanent-make-up-fact-sheet> [dostęp: 6.09.2021].

Przy wykonywaniu tatuaży bez zachowania wymogów higieny, co zdarzało się dość często, obserwowane były bakteryjne zakażenia skóry i wirusowe zapalenia wątroby<sup>333</sup>.

W 2017 r. pisano, że trzeba szybko wprowadzić zasady, zgodnie z którymi salony tatuażu będą informować klientów o tym, co im aplikują, czyli o zawartości niebezpiecznych składników barwników. Co ciekawe, producenci atramentów nie zaprzeczają tym wnioskom, twierdzą jednak, że tylko ok. 5% salonów tatuażu rzeczywiście używa preparatów zawierających kancerogenne substancje. Zapewniają, że przeprowadzą specjalną kampanię informacyjną, mającą doprowadzić do całkowitego wyeliminowania ich z użycia. Jednak zanim się tak stanie i wyczerpią się zapasy barwników w salonach tatuażu, jeszcze wiele osób podda się temu ryzykownemu upiększaniu ciała<sup>334</sup>.

### **Tusze do tatuażu – nadal brak przepisów dotyczących bezpieczeństwa w obrębie całej UE**

Obecnie nie ma żadnych przepisów UE dotyczących tuszów do tatuażu. Podlegają one jedynie dyrektywie zobowiązującej producentów do niedostarczania niebezpiecznych produktów oraz rozporządzeniom dotyczącym wprowadzania na rynek chemikaliów.

W 2015 r. Komisja Europejska zwróciła się do Europejskiej Agencji Chemikaliów o przygotowanie dokumentacji celem wprowadzenia ograniczenia stosowania pewnych barwników w tuszach do tatuażu i makijażu permanentnego. Przygotowana propozycja ograniczeń zawiera zarówno barwniki, jak i inne substancje mogące występować w tych tuszach. Ocenie zostanie poddanych ok. czterech tys. różnych substancji. Planuje się, że takie ograniczenia zostaną wprowadzone w 2021 r.

W Polsce Państwowa Inspekcja Sanitarna nadal nie ma uprawnień do weryfikacji kwalifikacji tatuażysty. Nie ma też obowiązku zgłaszania rozpoczęcia działalności w zakresie wykonywania tatuażu do organów Państwowej Inspekcji Sanitarnej<sup>335</sup>. Wprawdzie istnieje w Polsce Ustawa z dnia 5 grudnia 2008, której art. 16 mówi o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi [tj. Dz. U. z 2019 r. poz. 1239, 1495; z 2020 r. poz. 284, 322, 374, 567], a stosowny fragment brzmi:

osoby inne niż udzielające świadczeń zdrowotnych, podejmujące czynności, w trakcie wykonywania których dochodzi do naruszenia ciągłości tkanek ludzkich, są obowiązane do wdrożenia i stosowania procedur zapewniających ochronę przed zakażeniami oraz chorobami zakaźnymi. Wyżej wymienione procedury powinny regulować sposób postępowania przy wykonywaniu czynności, w trakcie których dochodzi do naruszenia ciągłości tkanek ludzkich, zasady stosowania sprzętu poddawanego sterylizacji oraz sposoby przeprowadzania dezynfekcji skóry i błon śluzowych oraz dekontaminacji pomieszczeń i urządzeń. Na wniosek podmiotu obowiązującego

333 J. Serup, *Tattoo Infections, Personal Resistance, and Contagious Exposure through Tattooing*, Curr. Probl. Dermatol. 2017.

334 *Ibidem*.

335 *Tatuaże – moda groźna dla zdrowia*, <https://www.medexpress.pl/tatuaże-moda-groźna-dla-zdrowia/74598> [dostęp: 10.10.2020].

do wdrożenia i stosowania procedur państwowy powiatowy inspektor sanitarny opiniuje te procedury<sup>336</sup>.

Ministerstwo Zdrowia przygotowało projekt rozporządzenia w sprawie wymagań dla zakładów fryzjerskich, kosmetycznych, tatuażu i odnowy biologicznej. Określa w nim szczegółowo wymagania dla pomieszczeń, ale przede wszystkim sterylizacji narzędzi<sup>337</sup>.

Po ośmiu latach 64 tys. zakładów, z których korzystają miliony osób, w końcu będą miały w jednym rozporządzeniu określone wymogi sanitarne i higieniczne. Bowiem od 1 stycznia 2012 r. – odkąd przestało obowiązywać rozporządzenie z 2004 r. – nie ma jednego aktu określającego te standardy. Właściciele zakładów muszą ich szukać w różnych dokumentach lub liczyć na dobre traktowane przez Państwową Inspekcję Sanitarną; są one bowiem rozproszone m.in. w rozporządzeniu w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie, czy Ustawie o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi. To ma się zmienić, Ministerstwo Zdrowia dostrzegło bowiem, że wzrasta liczba osób chorujących przede wszystkim na wirusowe zapalenie wątroby typu C, a także wirusowe zapalenie wątroby typu B oraz zakażonych HIV. Wymogi w nowym rozporządzeniu, zwłaszcza dotyczące sterylizacji, mają zapobiec zarażaniu się nimi, ale także zmniejszyć ryzyko zakażenia grzybicą i wszawicą<sup>338</sup>.

## Zalecenia przed podjęciem decyzji o wykonaniu sobie tatuażu

Zaskakujące są wyniki badań wskazujące, że zauważa się istotne korelacje między zmiennymi socjo-demograficznymi a wiedzą na temat ryzyka medycznego związanego z tatuażami<sup>339</sup>.

### Przeciwwskazania medyczne

Tatuażu nie mogą wykonywać sobie osoby, które chorują na padaczkę, niektóre choroby serca i układu krążenia. Przeciwwskazaniem są też m.in. hemofilia, nosicielstwo HIV, łuszczyca, liszaj płaski, bielactwo nabyte, stany zapalne, gorączka, osłabienie,

336 GIS. Usługi fryzjerskie, kosmetyczne, tatuażu i odnowy biologicznej, <https://gis.gov.pl/dzialalnosc-gospodarcza/salon-kosmetyczny-fryzjerski-solarium-wymogi/> [dostęp: 10.01.2021].

337 Projekt rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie szczegółowych wymagań sanitarno-higienicznych przy świadczeniu usług fryzjerskich, kosmetycznych, tatuażu i odnowy biologicznej, <http://garwolin.psse.waw.pl/5511/projekt-rozporzadzenia-ministra-zdrowia-w-sprawie-szczegolowych-wymagan-sanitarno-higienicznych-przy-swiadczeniu-uslug-fryzjersk> [dostęp: 10.01.2021].

338 Będą nowe wymagania dla salonów kosmetycznych, tatuażu i odnowy biologicznej, <https://www.prawo.pl/biznes/nowe-wymagania-dla-salonow-kosmetycznych-tatuazu-i-odnowy,430389.html> [dostęp: 10.01.2021].

339 I.A. Rahimi et al., *op. cit.*

ciąża, okres karmienia piersią i menstruacja. Ponadto przeciwwskazaniem jest doustna terapia izotretynoiną (może upośledzać czas gojenia), ale też skłonność do powstawania bliznowców, obecność znamion na skórze (tatauaż może utrudnić monitorowanie zmian sugerujących czerniaka). Tatauaży nie należy umieszczać na bliznach po wycięciu czerniaka lub wycięciu węzłów chłonnych.

## Główne myśli

- 1) Należy przewidzieć okoliczność, że zdezaktualizuje się obraz czy napis, znudzi nam się sam rysunek, ale też w ogóle sam tatauaż.
- 2) Jest też możliwe, że osoba będąca z nami w związku może tatauażu nie akceptować. Przy pewnych cechach charakteru, sile indywidualności osoby tatauującej się można liczyć, że partner ostatecznie się przyzwyczai. Choć bywa, że odczucia estetyczne ludzi się nie zmieniają.
- 3) Jeśli jednak – po tym rozważeniu wstępnym – decydujemy się na tatauaż, to niezbędna jest też wiedza na temat szkodliwości dla zdrowia barwników używanych w tatauażach – także tych odległych, ale też produktów ich rozkładu podczas usuwania laserem.

W czasie wykonywania tatauażu podaje się barwnik najczęściej śródskórnym, zwykle z powodów estetycznych. Ostatnio jest to jedna z metod medycznych korygujących wygląd po amputacji piersi. Tatauowanie poprzez wielokrotne nakłuwanie skóry to metoda agresywna i zwykle jest odpowiedzialna za wystąpienie zjawiska Koebnera (czyli wysiewu łuszczycy spowodowanego uszkodzeniem skóry), tocznia rumieniowatego, liszaja płaskiego. Ponadto tusz używany do tatauażu może być przyczyną reakcji alergicznych, rozwoju ziarniniaków. Przy niedostatecznej higienie sprzętu używanego do zabiegu może powodować zakażenia bakteryjne, wirusowe, jak HBV, HCV i HIV. Nakłuwanie skóry może prowadzić do uaktywnienia chorób wirusowych, takich jak brodawki spowodowane wirusem HPV (*verruca vera*), mięczak zakaźny (*molluscum contagiosum*) czy opryszczka pospolita (*herpes simplex*)<sup>340</sup>.

W 2015 r. opublikowano dane dotyczące powikłań medycznych tatauowania ciała. U 1/5 badanych często występowały objawy nadwrażliwości na słońce, dominowały alergie na hapteny barwników używanych do tatauaży lub generowane w skórze (szczególnie dotyczyło to barwników czerwonych, ale też niebieskich i zielonych). Objawy dotyczyły skóry, były uogólnione i lokalne, jak ograniczone zmiany rumieniowe, hiperkeratoza

---

340 A. Begolli Gerqari, M. Ferizi, M. Kotori et al., *Activation of Herpes Simplex Infection after Tattoo*, Acta Dermatovenerol Croat. 2018, nr 1, s. 75-76, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29782308/> [dostęp: 10.01.2021]; P.S. Islam, C. Chang, C. Selmi et al., *Medical Complications of Tattoos: A Comprehensive Review*, Clin Rev Allergy Immunol., 2016, nr 2, s. 273-86, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26940693/> [dostęp: 10.01.2021]; J. Reinhart, M. Willett, N. Gibbs, *Ostraceous Psoriasis Presenting as Koebner Phenomenon in a Tattoo Case Reports*, J Drugs Dermatol. 2019, nr 18, s. 825-826, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31424715/> [dostęp: 10.01.2021].

(nadmierne rogowacenie), zmiany wrzodząco-martwicze, limfopatia, bliznowce. Reakcje grudkowo-brodawkowe na tusz czarny związane były z gromadzeniem się nanocząstek węgla zawartego w czarnym barwniku. Poza wspomnianymi zmianami zdrowia fizycznego tatuże miały wpływ na stan psychiczno-socjalny tych osób. Obserwowano także zakażenia bakteryjne tatuowanej skóry, zwykle spowodowane gronkowcem, często opornym na większość antybiotyków. Zdarzało się, że prowadziły do zagrażającej życiu sepsy, ale też spowodowane były zakażeniem bakteryjnym tuszu już na etapie produkcji. Nadal zagrożeniem były zakażenia wirusami zapalenia wątroby (B i C) oraz HIV. Zauważano występowanie raka skóry w miejscach tatuowanych, zmiany w węzłach chłonnych i innych narządach powiązane z obecnością w nich nanocząstek używanego barwnika.

Przed 30 laty podano informację naukową dotyczącą powikłania po wykonaniu tatuazu, jakim było zakażenie tężcem. Dotyczyło to 134 przypadków w stolicy Senegalu – Dakarze. Warto wiedzieć, że laseczka tężca (*Clostridium tetani*) jest rozpowszechniona w środowisku, a przy zabrudzeniu rany lub skóry w jej okolicy (najczęściej ziemią) wnika i namnaża się w warunkach beztlenowych. Wśród 30-50 na 100 chorych zakażenie laseczką tężca kończy się zgonem. Zachorowania na tężec w Polsce są sporadyczne, ale choroba stanowi jeden z ważniejszych problemów zdrowotnych krajów Afryki, Azji i Ameryki Południowej.

Pomimo szczepień dzieci przeciwko tej chorobie odporność z czasem wygasa. Możliwość zakażenia tężcem przy niedostatecznej higienie zabiegu tatuowania i w czasie po nim istnieje i powinna o tym wiedzieć osoba decydująca się na zabieg, a także sam tatuażysta<sup>341</sup>.

## Odległe zagrożenia zdrowotne tatuowania ciała

Reakcje alergiczne na użyte do tatuazu barwniki mogą wystąpić w krótkim czasie, ale też wiele lat po zabiegu. Pigment może po kilkunastu latach wywołać stan zapalny skóry oraz okolicznych węzłów chłonnych, w których się gromadzi. Składniki barwników mogą się rozkładać nie tylko pod wpływem lasera, ale też promieni słonecznych. Jak podaje Główny Inspektor Sanitarny, barwniki zwykle nie są kosmetykami ani wyrobami medycznymi precyzyjnie przebadanymi, ale po prostu chemikaliami. Mogą wywoływać raka skóry, mutacje genetyczne, a nawet szkodliwie wpływać na rozrodczość<sup>342</sup>.

341 P.S. Sow, B.M. Diop, H.L. Barry et al., *Tetanus and traditional practices in Dakar (report of 141 cases)*, Dakar Med. 1993, nr 38, s. 55-59, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7882850/> [dostęp: 10.01.2021]; <https://szczepienia.pzh.gov.pl/szczepionki/tezec/3/> [dostęp: 10.01.2021].

342 GIS stawia sprawę jasno. Tusze do tatuazu i makijażu permanentnego to zwykle chemikalia, <https://www.medonet.pl/zdrowie,tusze-do-tatuazu-i-makijazu-permanentnego-to-chemikalia---podaje-gis,artykul,1733146.html> [dostęp: 10.01.2021].



## Nietrwałe tatauaże wykonane henną i związane z nimi ryzyko

Tatauaże te, oferowane często nad morzem, mogą stanowić ryzyko nasilonej alergii z pęcherzami na skórze, a nawet znacznie podwyższonej ciepłoty ciała. Objawy mogą pojawić się zarówno natychmiast, jak i nawet po dwóch tygodniach. GIS przed tym ostrzega, gdyż używana kiedyś henna pochodzenia roślinnego obecnie jest mieszaniną substancji syntetycznych. Henna naturalna jest znacznie droższa i mniej trwała. Barwniki syntetyczne, zwłaszcza parafenylenodiamina (PPD), niekiedy używane są w stężeniu przekraczającym normy wprowadzone przepisami obowiązującymi w Unii Europejskiej. Ich stosowanie jest dopuszczalne wyłącznie w farbách do włosów, i to dopiero po umieszczeniu na produkcie odpowiednich ostrzeżeń o możliwych reakcjach alergicznych<sup>343</sup>.

## Skutki zdrowotne substancji toksycznych w barwnikach do tatauażu

Wiele publikacji dotyczy powikłań medycznych po tatauażach, takich jak: alergię na tatauażowe hapteny pigmentowe lub hapteny generowane w skórze, zwłaszcza w przypadku czerwonych tatauaży, ale także w tatauażach niebieskich i zielonych. Jednakże również czarne atramenty do tatauażu nie są bezpieczne, gdyż zawierają m.in. rakotwórczy benzopiren. Badania prof. Jorgena Serupa w Danii wykazały, że 13 spośród 21 najczęściej używanych barwników do tatauwania zawiera substancje potencjalnie rakotwórcze<sup>344</sup>.

Badacze znaleźli w używanych przez tatauażystów barwnikach toksyczne metale ciężkie. Większe stężenie kadmu, ołowiu i arsenu, czasem zależne od producenta tuszu, występowało w tuszách kolorowych niż czarnych. Najbardziej zanieczyszczone okazały się zielone, ponieważ zawierały arsen. Objawy zatrucia arsenem pojawiają się zwykle po kilku latach. Mogą to być nowotwory skóry, płuc, nerek, wątroby i pęcherza moczowego. Oprócz metali ciężkich pigmenty mogą zawierać nanocząsteczki, ftalany i węglowodory, które mogą oddziaływać szkodliwie na gospodarkę hormonalną, a niektóre z nich mają działanie rakotwórcze. Największe ryzyko dla zdrowia stanowią tatauaże kolorowe o gęstych wzorach i na dużych powierzchniach ciała<sup>345</sup>.

Dlatego zaleca się, by każda osoba podejmująca decyzję o wykonaniu tatauażu dokładnie rozważyła kilka kwestii, m.in. jaka będzie jego powierzchnia (tuszą wprowadzany jest do skóry, czyli bezpośrednio do organizmu), jaki będzie jego kolor, a także jaki jest producent tuszu, gdyż stopień zanieczyszczenia tuszu różni się w zależności od marki producenta<sup>346</sup>. Podkreślono też wagę możliwości zakażenia stwierdzając, że „generalną

343 *Ibidem*.

344 J. Serup et al., *Tattoo complaints and complications: diagnosis and clinical spectrum*, *Curr Probl Dermatol*. 2015.

345 A. Moniczewski, M. Starek, A. Rutkowska, *Toxicological aspects of metal impurities in cosmetics*, *MIR* 2016, nr 27, s. 81-90.

346 *Zanim zrobisz tatauaż*, <https://pssekrapkowice.pis.gov.pl/?dep=392> [dostęp: 10.10.2020].

zasadą przy każdym zabiegu, gdzie naruszana jest nasza tkanka, powinno być otwieranie opakowania igły czy wymienianej końcówki urządzenia w naszej obecności<sup>347</sup>.

W 2019 r. zbadano we Włoszech 20 tuszów używanych do tatuowania. Zauważono znaczne stężenia 27 metali (Al, As, Ba, Cd, Co, Cr, Cu, Fe, Hg, Mn, Mo, Ni, Pb, Sb, Se, Sn, Ti, Zn) i ich nanocząsteczki, które mogą być bardzo toksyczne<sup>348</sup>.

Na podstawie wielu badań udowodniono, że pod wpływem słońca lub podrażnienia laserem skóry dochodzi do degradacji barwników używanych do tatuauży, co może stanowić ryzyko ich toksyczności<sup>349</sup>.

Badacze niemieccy wstrzyknęli tusze do tatuauży pod skórę myszy: 32% barwnika zniknęło 42 dni po wstrzyknięciu, większe cząsteczki skumulowały się w węzłach chłonnych, a nanocząsteczki prawdopodobnie dostały się do krwioobiegu i zostały rozprowadzone po organizmie. Potwierdza to eksperyment przeprowadzony w Chinach w 2009 r., w którym pod skórę szczurów wstrzyknięto nanocząsteczki i mikrocząsteczki srebra. Mikrocząsteczki nie przedostały się do krwioobiegu, natomiast nanocząsteczki były transportowane do nerek, wątroby, śledziony, płuc oraz mózgu<sup>350</sup>.

Zgodnie z Unijną Dyrektywą Kosmetyczną każdy tatuaużysta powinien przedstawić klientowi kartę charakterystyki dla każdego użytego atramentu, na której są wymienione poszczególne składniki pigmentów. W rzeczywistości jest to w zasadzie niewykonalne. Pigmenty do tatuauży nie nadają się do stosowania śródskórnego i zawierają niestandardowe składniki. Niektóre są barwnikami przemysłowymi stosowanymi do farb drukarskich lub lakierów samochodowych. Większość producentów pigmentów do tatuauży nie podaje opisu składników używanych do ich wyrobu<sup>351</sup>.

## Tatuowanie a ryzyko chorób zakaźnych

Jak wspomniano powyżej, generalną zasadą przy każdym zabiegu, gdzie naruszana jest nasza tkanka, powinno być otwieranie opakowania igły czy wymienianej końcówki urządzenia w obecności pacjenta/klienta, gdyż istnieje możliwość zakażenia oraz przenoszenia zakażeń i chorób zakaźnych poprzez nieodpowiednią higienę zabiegu. Wymieniane są tu znane wirusy zapalenia wątroby typu C i B (HCV, HBV) oraz HIV. HBV jest bardziej zaraźliwy od wirusa HCV. Do zakażenia HBV może dojść w wyniku

---

347 <https://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C415081%2Ctatuaze-niebezpieczne-z-powodu-toksycznych-barwnikow.html> [dostęp: 10.10.2020].

348 B. Battistini, F. Petrucci, I. De Angelis et al., *Quantitative analysis of metals and metal-based nano- and submicron-particles in tattoo inks*, „Chemosphere” 2020, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31877461/> [dostęp: 9.11.2020].

349 I. Schreiber, C. Hutzler, S. Andree et al., *Identification and hazard prediction of tattoo pigments by means of pyrolysis-gas chromatography/mass spectrometry*, Arch Toxicol. 2016, nr 90, s. 1639-1650.

350 A. Gumułka, *Toksyczne metale ciężkie w tuszach do tatuauży*, <https://gazetalekarska.pl/?p=35356> [dostęp: 10.11.2020]

351 *Tatuauż – co warto o nim wiedzieć*, <https://www.medicover.pl/o-zdrowiu/tatuaz-co-warto-o-nim-wiedziec,6534,n,168> [dostęp: 10.09.2020]

wprowadzenia do organizmu niewidocznej gołym okiem ilości krwi (0,00004 ml) osoby zakażonej. Dla porównania, do przeniesienia infekcji HIV potrzeba aż 0,1 ml zakażonej krwi. Wirus HCV potrafi przetrwać i być zakaźny na powierzchniach różnych przedmiotów do 16 godzin w temperaturze pokojowej i do 14 dni przy 4°C. Można go unieszkodliwić dopiero po 10 minutach w temperaturze 65-75°C oraz po 2 minutach naświetlania UV. Wirusa HBV nie zabija temperatura 100°C, a sterylizacja suchym, gorącym powietrzem jest mało skuteczna.

Jak podano w 2014 r., ropne powikłania bakteryjne po tatuowaniu najczęściej występowały po siedmiu dniach. Występować może też skórna postać gruźlicy, wzrastają zakażenia niegruźlicze innymi szczepami mycobakterii związane z zanieczyszczeniem tuszu lub wody używanej do jego rozpuszczania. Autorzy wspominają też o reakcjach alergicznych i toksycznych na używane barwniki, a także (choć jednoznacznie nie udowodniono związków z tatuowaniem) o rozwoju sarkoidozy i nowotworach na skórze wytatuowanej<sup>352</sup>.

## Zmiany skórne, które mogą być spowodowane tatuażem

Ponieważ w Finlandii było niewiele informacji o występujących problemach dermatologicznych osób z tatuażami, wykonano przegląd retrospektywny różnych doniesień ze szpitali, przychodni, Fińskiego Towarzystwa Dermatologicznego, a także forum dermatologów w internecie. Dokonano analizy demograficznej, manifestacji klinicznych, rozpoznań i wyników badań histopatologicznych bioptatów skóry oraz obserwacji terapeutycznych. Zbadano 31 pacjentów, z czego 52% miało przewlekłe reakcje alergiczne po tatuażu (75% z nich po barwniku czerwonym). Rozpoznawano też inne zmiany skórne zlokalizowane poza obszarem tatuażu, jak np. czerniak, zapalenie błony naczyniowej oka, sarkoidoza. Autorzy uważają, że osoby z tatuażem powinny mieć dokumentację medyczną dotyczącą choćby alergii, a skóra całego ciała powinna być obserwowana pod kątem zmian chorobowych<sup>353</sup>.

U 19 pacjentów z tatuażem wykonanym najczęściej z użyciem tuszu czerwonego wykonano biopsję skóry, rozpoznając w 78% zapalenie skóry, w 32% zmiany ziarniniakowe, w 32% zmiany o typie pseudochłoniaka. W 89% rozpoznawano hiperkeratozę oraz przekraczanie przez czerwony pigment granicy skórno-naskórkowej. Komórki skóry były nacieczone w 100% przez T-limfocyty i makrofagi, w 95% przez komórki

---

352 C. Simunovic, M.M. Shinohara, *Complications of decorative tattoos: recognition and management*, Am J Clin Dermatol. 2014, nr 6, s. 525-536, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25385257/> [dostęp: 10.10.2020].

353 N. Kluger, *Cutaneous Complications Related to Tattoos: 31 Cases from Finland*, „Dermatology” 2017, nr 233, s. 100-109, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28441655/> [dostęp: 10.09.2020]; G. Badavanis, P. Constantinou, E. Pasmatzis et al., *Late-onset pseudoepitheliomatous hyperplasia developing within a red ink tattoo Case Reports*, Dermatol. Online J. 2019, nr 25, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31220900/> [dostęp: 10.09.2020].

Langerhansa, często stwierdzano czynnik martwicy nowotworów typu alfa (TNF-alfa), co sugerowało alergiczny patomechanizm zmian skórnych<sup>354</sup>. Przypadek rozsznanych nacieków limfocytów w skórze zawierających nanocząstki pigmentu używanego do wykonanego permanentnego makijażu ust (potwierdzony badaniem histopatologicznym skóry) wskazuje na nową manifestację zdrowotną wynikającą z tatuowania<sup>355</sup>.

Na podstawie spektroskopowego badania kilkunastu bioptatów skóry tatuowanej i zmienionej alergicznie ustalono znaczenie w rozwoju zmian patologicznych barwnika czerwonego używanego do tatuaużu<sup>356</sup>.

W 2020 r. poddano analizie chemicznej 104 bioptaty skóry pacjentów z tatuaużami i przewlekłymi zmianami alergicznymi. Zastanawiano się nad rolą barwnika używanego do tatuowania, myśląc głównie o czerwonym, o którym było wiadomo, że ma działanie alergizujące. Jednak w 22 % bioptatów tego barwnika nie znaleziono, ale jest prawdopodobne, że oddziaływały alergicznie produkty jego degradacji.

## Tatuże a nowotwory skóry i czerniak

W 2012 r. dokonano przeglądu literatury naukowej na temat nowotworów skóry w obrębie tatuauży. Znalaziono 50 przypadków, w tym 34 nowotwory skóry i 16 czerniaka<sup>357</sup>.

W 2017 r. opisano przypadek czerniaka zlokalizowanego w obrębie tatuaużu wykonanego ciemnoniebieskim tuszem, jednocześnie dokonując przeglądu piśmiennictwa od 1938 r. Znalaziono 30 podobnych przypadków – 1/3 czerniaków rozwinęła się w obrębie miejsc, gdzie użyto ciemnoniebieskiego tuszu, podobnie jak w opisanym przypadku, nieco rzadziej w miejscach, gdzie podano tusz czarny<sup>358</sup>.

Rak podstawnokomórkowy skóry, który rozwinął się w obrębie tatuaużu, nie jest opisywany często, ale warto mieć na uwadze taką możliwość. W 2019 r. opisano przypadek 41-letniego mężczyzny, jednocześnie dokonując przeglądu piśmiennictwa. Znalaziono opisy 13 przypadków (6 kobiet, 7 mężczyzn) – w większości tatuauże, w obrębie których

---

354 T. Høgsberg, B.M. Thomsen, J. Serup, *Histopathology and immune histochemistry of red tattoo reactions. Interface dermatitis is the lead pathology, with increase in T-lymphocytes and Langerhans cells suggesting an allergic pathomechanism* Skin Res Technol. 2015, nr 21, s. 449-458, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26031754/> [dostęp: 10.09.2020]; N. Kluger, *An update on cutaneous complications of permanent tattooing*, Expert Rev Clin Immunol. 2019, nr 11, s. 1135-1143, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31594417/> [dostęp: 10.09.2020].

355 B. Abtahi-Naeini, Z. Shahmoradi, M. Hadian et al., *Multiple pigmented macules as a sequel of cosmetic lip micro-pigmentation: New clinical presentation of tattoo reactions Case Reports*, Niger Postgrad Med J. 2019, nr 26, s. 244-246, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31621666/> [dostęp: 10.10.2020].

356 K. Hutton Carlsen, M. Køcks, M. Sepehri, J. Serup, *Allergic reactions in red tattoos: Raman spectroscopy for 'fingerprint' detection of chemical risk spectra in tattooed skin and culprit tattoo inks*, Skin Res Technol. 2016, nr 4, s. 460-469.

357 N. Kluger, V. Koljonen, *Tattoos, inks, and cancer*, Lancet Oncol. 2012, nr 4, s. 161-168.

358 F. Ricci, A. Paradisi, S.A. Maier, *Melanoma and tattoos: a case report and review of the literature*, Eur J Dermatol. 2018, nr 28, s. 50-55.

rozwinął się rak podstawnokomórkowy, były lokalizowane na głowie, nieco rzadziej na ramionach i tułowiu<sup>359</sup>.

W 2020 r. przedstawiono wyniki badań 156 pacjentów z rakiem podstawnokomórkowym, którego częstsze występowanie zaobserwowano u osób z tatuażami, w tym szczególnie z użyciem barwnika żółtego i zielonego. Autorzy pracy podkreślają, że wyniki badań są zbieżne z ich poprzednimi obserwacjami i pomimo niewysokiej częstości występowania raka skóry u osób z tatuażem problem jest poważny i należy o nim pamiętać. Osoby z tatuażem powinny pozostawać pod okresową kontrolą lekarską<sup>360</sup>.

W związku ze wzrastającą w Hiszpanii częstością czerniaka i nowotworów skóry przeprowadzono ankietę wśród tatuażystów, stwierdzając, że ich wiedza na ten temat jest niewystarczająca. Nie wszyscy informują swoich klientów o konieczności ochrony przed słońcem, szczególnie skóry z tatuażem, co sugeruje konieczność szerokiego informowania społeczeństwa o zagrożeniach<sup>361</sup>.

## Zmiany grudkowe na skórze tatuowanej, w tym sarkoidoza

Niealergiczne zmiany typu grudkowego powoduje tusz czarny, co wiąże się z obecnością w nim węgla. Może być on też przyczyną powstawania ziarniniaków sarkoidowych, często ze zmianami narządowymi. Rzadziej występują lokalne podrażnienia, nadwrażliwość na światło słoneczne, pokrzywki, egzemy, zespoły bólowe, limfadenopatie, nowotwory skóry. Według WHO w 11. rewizji podane są metody diagnostyczne toksyczności tuszu do tatuowania wg ujednoczonych międzynarodowych standardów<sup>362</sup>.

W literaturze naukowej z Anglii, Francji, a także Japonii opisano przypadki zmian o charakterze grudek występujących na tatuowanej skórze. U badanych po wykonaniu biopsji i ocenie histopatologicznej rozpoznano sarkoidozę z typowymi zmianami narządowymi. Autorzy zauważają, że na rozwój choroby mogą mieć wpływ inne niż tatuaż czynniki, np. genetyczne, jednak sugerują, by osoby z tatuażami były obserwowane pod kątem tej choroby<sup>363</sup>.

---

359 B. Abudu, C.P. Erickson, A. Calame, P.R. Cohen, *Basal Cell Carcinoma Originating in a Tattoo: Case Report and Review of an Uncommon Complication in Tattoo Recipients*, *Dermatol. Pract. Concept.* 2019, nr 9, s. 265-270.

360 D.T. Barton, M.S. Zens, E.L. Marmarelis et al., *Cosmetic tattooing and early onset basal cell carcinoma: a population-based case-control study from New Hampshire*, „*Epidemiology*” 2020, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32079835> [dostęp: 10.09.2020].

361 C.D. Gonzalez, A. Pona, B.J. Walkosz, R.P. Dellavalle, *Hispanic Tattoo Artists Could Provide Skin Cancer Prevention via Aftercare Instructions and Social Media*, *J Drugs Dermatol.* 2019, nr 18, s. 1237-1243, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31860212> [dostęp: 10.09.2020].

362 J. Serup, *How to Diagnose and Classify Tattoo Complications in the Clinic: A System of Distinctive Patterns*, *Curr Probl Dermatol.* 2017, nr 52, s. 58-73.

363 M. Ohtsuka, M. Natsuko, Y. Toshiyuki, *Sarcoïdal granuloma presenting on tattoo: a report of a Japanese female patient and a review of Japanese published work*, *Sarcoidosis Vasc Diffuse Lung Dis.* 2016, nr 29, s. 83-89, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27055840/> [dostęp: 10.09.2020].

## Przemieszczanie się ze skóry barwnika zawartego w tuszu

Liczne powiększone węzły chłonne, którym towarzyszy ból, zaczerwienie czy stan zapalny, mogą wskazywać na rozwój raka. Taką też przyczynę podejrzewali lekarze z Australii u 30-letniej pacjentki z rozsianym powiększeniem węzłów chłonnych pachowych i w śródpiersiu. W celu potwierdzenia diagnozy wykonano biopsję węzłów, a histopatologicznie nie stwierdzono zmian nowotworowych, znajdując w komórkach limfatycznych czarny pigment z tatuażu, który był wykonany przed 15 laty i przemieścił się do węzłów chłonnych. Nie było zrozumiałe, dlaczego wydarzyło się to po tylu latach, ale fakt został udowodniony<sup>364</sup>.

Przy migracji barwnika tuszu z tatuażu do węzłów chłonnych możliwe jest rozpoznawanie badaniem przedmiotowym powiększenia węzłów chłonnych spowodowanych chorobą. W 2017 r. opublikowano wyniki badań bioptycznych węzłów chłonnych pacjentek będących we wczesnym stadium nowotworu piersi. U 6,9% nie rozpoznano przerzutów nowotworu, a jedynie zauważono obecność barwnika do tatuażu<sup>365</sup>.

W 2017 r. opisano młodą kobietę, która po wykonaniu trzeciego tatuażu na ramieniu miała zaburzenia widzenia, a na dnie jednego oka zauważono żółtawą zmianę, której przyczyny nie znaleziono. Okuliści uważają, że może być to powikłanie po użyciu tuszu do tatuażu z przemieszczaniem barwnika<sup>366</sup>.

## Tataże u pacjentów z łuszczycą

W 2020 r. podano, że w krajach zachodnich 10-30% osób ma tataże, a częste pytania zadawane dermatologom dotyczą wykonania tatuażu u osób z łuszczycą. Na podstawie wielośrodkowych badań wśród 2053 pacjentów z łuszczycą ustalono, że 20% z nich miało tataż. Miejscowe powikłania po tatuowaniu skóry (obrzęk, świąd, nasilenie alergii, zjawisko Koebnera) obserwowano u 6,6% z nich, częściej, gdy w czasie wykonywania tatuażu byli w trakcie leczenia immunosupresyjnego łuszczycy. Nie zgłaszano objawów poważniejszych, ogólnoustrojowych. We wnioskach autorzy pracy podają, że obecność tych powikłań, ale też ich niska częstość może być wskazówką dla pacjentów z łuszczycą i tatażystów.

Wspomniane zjawisko Koebnera występujące w łuszczycy jest wynikiem szeregu zaburzeń wynikających z pobudzenia układu immunologicznego, spowodowanych

364 <https://www.rynekzdrowia.pl/Po-godzinach/To-tusz-tatuażu-wywolał-powiększenie-węzłow-chłonnych-podejrzewano-raka,196943,10.html> [dostęp: 10.09.2020].

365 A. Soran, E. Menekse, A. Kanbour-Shakir, *The importance of tattoo pigment in sentinel lymph nodes*, *Breast Dis.* 2017, nr 37, s. 73-76, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28697552/> [dostęp: 10.09.2020].

366 J. Orellana Rios, J.I. Verdager Díaz, R. Agee, T. Smith, *Tattoo associated retinochoroiditis*, *Arch Soc Esp Oftalmol.* 2018, nr 93, s. 193-197, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28844569/> [dostęp: 10.09.2020].



uszkodzeniem skóry (tatuowanie, nacinanie, napromieniowanie, zakażenia wirusowe, rozstępny). Fenomen ten jest odpowiedzialny za wysiewy łuszczycy w miejscach nietypowych, jak penis czy okolica wokół oczu, a także tworzenie się bliznowca<sup>367</sup>.

## Wpływ tatuaży na metabolizm

Ponieważ w czasie tatuowania dochodzi do rozległego przerwania ciągłości skóry, na Oddziale Dermatologii szpitala uniwersyteckiego Bispebjerg w Kopenhadze podjęto badania oceniające jej funkcję po zagojeniu ran. U 28 osób z tatuażem, 23 – bez tatuażu oraz pięciu z tatuażem i powikłaniami dermatologicznymi (przewlekłe nacieki zapalne) oceniano przezskórną utratę wody (TEWL), przewodnictwo i odczyn skóry, porównując powierzchnie z tatuażem i bez. Zauważono jedynie większe przewodnictwo skóry z tatuażem. Te wskaźniki nie różniły się u osób z naciekami zapalnymi skóry w miejscu tatuażu<sup>368</sup>.

W 2020 r. opublikowano wyniki badań nad zmianami metabolicznymi (m.in. zawartość glukozy, stężenie sodu, ciepłota ciała) w miejscach tatuowanych, ale też w całym ustroju, nie znajdując zaburzeń<sup>369</sup>.

## Tatauaże a badanie rezonansem magnetycznym

Wobec doniesień o możliwości oparzenia wytatuowanego ciała w czasie badania rezonansem magnetycznym, wynikającego z zawartości w tuszu używanym do tatuowania takich metali, jak żelazo, nikiel, chrom, specjaliści wykonujący rezonans magnetyczny zastanawiali się nad możliwością miejscowego wzrostu ciepłoty ciała ze skutkami zdrowotnymi pod wpływem tego badania, jednak nie zostało to jednoznacznie potwierdzone<sup>370</sup>.

---

367 J. Yong-Zhi, L. Shi-Rui, *Koebner phenomenon leading to the formation of new psoriatic lesions: evidences and mechanisms*, Biosci Rep. 2019, nr 39, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31710084/> [dostęp: 10.09.2020]; N. Kluger, *Tattooing and psoriasis: demographics, motivations and attitudes, complications, and impact on body image in a series of 90 Finnish patients*, Acta Dermatovenereol Alp Panonica Adriat. 2017, nr 26, s. 29-32, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28632882/> [dostęp: 10.09.2020].

368 L.B. Nørreslet, J. Serup, S. Kezic et al., *Tattoos and skin barrier function: Measurements of TEWL, stratum corneum conductance and capacitance, pH, and filaggrin*, Skin Res Technol. 2019, nr 25, s. 382-388, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30600550/> [dostęp: 10.09.2020].

369 J., Beliveau, M. Perreault-Briere, D. Jeker, *Permanent tattooing has no impact on local sweat rate, sweat sodium concentration and skin temperature or prediction of whole-body sweat sodium concentration during moderate-intensity cycling in a warm environment*, Eur J Appl Physiol. 2020, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32232657> [dostęp: 10.09.2020].

370 K.K. Alsing, H.H. Johannesen, R.H. Hansen et al., *scanning, tattoo inks, and risk of thermal burn: An experimental study of iron oxide and organic pigments: Effect on temperature and magnetic behavior referenced to chemical analysis*, Skin Res Technol. 2018, nr 2, s. 278-284, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29250836> [dostęp: 10.09.2020]; K.K. Alsing, H.H. Johannesen, R.H. Hansen,



## Usuwanie tatuży (w tym laserem) – problemy zdrowotne

W XXI w. tatuże stają się coraz bardziej popularne, chociaż podczas ich wykonywania mogą wystąpić komplikacje medyczne i zagrożenia dla zdrowia. Rosnąca popularność tatuowania doprowadziła do opracowania wielu nowych kolorów, dzięki czemu tatuże są bardziej spektakularne niż kiedykolwiek wcześniej<sup>371</sup>.

Jednak niektóre osoby żałują, że się wytatuowały i usuwają tatuże<sup>372</sup>. Dlatego tak ważna jest znajomość problemów bezpośrednich i odległych skutków tatużu oraz świadomość niebezpieczeństwa, które niesie ich usuwanie. Wspominaliśmy już, jak ważna jest rozważa przed podjęciem decyzji, która zakłada też ewentualność znudzenia się tatużem lub dezaktualizację jego treści, jak i zmianę jego wyglądu pod wpływem czasu, nie tylko starzenia się skóry.

### Metody usuwania tatuży

Usuwaniami tatużu najczęściej zajmują się te same studia, które tatuują skórę, choć nie jest to łatwe. Najbardziej skuteczną, choć bolesną i zwykle niedoskonałą metodą jest usuwanie laserowe. Inne metody, jak szlifowanie skóry, kuracja kwasem mlekowym czy nawet transplantacja, są metodami o raczej wątpliwej skuteczności i nie należą do przyjemnych. Często osoby chcące usunąć tatuż decydują się na wykonanie innego, maskującego poprzedni w tym samym miejscu<sup>373</sup>.

### Usuwanie tatużu laserem – zagrożenia zdrowotne

Do zabiegów usuwania tatuży obecnie wykorzystuje się laser. Wskazana jest świadomość nie tylko tego, jak wygląda zabieg i skóra po nim, ale też niezbędna wiedza, jakie negatywne skutki dla zdrowia może przynieść. Laserowe usuwanie tatuży okazuje się dość skuteczne, wykonuje się je w znieczuleniu miejscowych i zwykle wymaga kilku sesji. Po każdym zabiegu, jeśli nie jest w bliznie, obserwuje się stopniowe rozjaśnianie tatużu. By uniknąć przebarwień skóry w tym miejscu, należy je chronić przed słońcem przez pół roku, nie stosować też samoopalaczy, nie wspominając o korzystaniu z solarium. Problemy z przebarwieniem skóry obserwuje się u 5-15% osób usuwających laserowo tatuż.

---

J. Serup, *Tattoo complications and magnetic resonance imaging: a comprehensive review of the literature*, Acta Radiol. 2020, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32216450> [dostęp: 10.09.2020].

<sup>371</sup> P. Laux et al., *op. cit.*

<sup>372</sup> N. Kluger et al., *Regrets after tattooing and tattoo removal in the general population of France*, J Eur Acad Dermatol. Venereol. 2019.

<sup>373</sup> J. Fischer, *Tattoo-Entfernungen: Nichts ist für die Ewigkeit*, <https://www.faz.net/aktuell/wirtschaft/menschen-wirtschaft/tattoo-entfernungen-nichts-ist-fuer-die-ewigkeit-13101515.html> [dostęp: 10.09.2020].

## Toksyczność barwników pod wpływem energii lasera

Jednym z poważniejszych problemów jest też rozpad barwnika w skórze pod wpływem lasera i toksyczność powstałych substancji. Otóż w 2014 r. Federalny Instytut Oceny Ryzyka w Berlinie podał wyniki badań, które dały odpowiedź na to, jak zmieniają się barwniki pod wpływem lasera<sup>374</sup>.

Ustalono, że z niebieskiego barwnika powstawały m.in. kwas pruski i benzen, które są trujące i rakotwórcze. W procesie rozkładu pomarańczowego barwnika powstała m.in. trująca anilina. Autorzy badań sugerują, by już przed wykonaniem tatuażu pytać, czy tusz, który zostanie użyty, został dopuszczony nie tylko do kontaktu z ciałem człowieka, ale też do wstrzykiwania go w głąb skóry. Według FDA (Amerykańska Agencja Żywności i Leków) jeszcze nie ma dostatecznej wiedzy na temat krótko- lub długoterminowych konsekwencji rozkładu pigmentów po obróbce laserowej<sup>375</sup>.

W 2020 r. opublikowano wyniki badań nad bezpieczeństwem używania lasera do likwidowania tatuaży. Zauważono jedynie szybszą eliminację barwnika z tatuaży umiejscowionych na kończynach przy obecności piercingu. W opinii tych autorów zabieg może być postrzegany jako niezagrażający zdrowiu<sup>376</sup>.

## Świadomość problemów zdrowotnych związanych z tatuowaniem wśród polskiej młodzieży

Nie znaleziono badań dotyczących świadomości zagrożeń tatuowania ciała u całej polskiej populacji. Na terenie Łodzi i województwa łódzkiego od 2014 r. prowadzone są badania ankietowe wśród młodzieży. Między innymi w 2015 r. opublikowano wyniki przeprowadzonych w 2014 r. badań 248 uczniów szkół średnich Łodzi i woj. łódzkiego w wieku powyżej 18 lat na temat zakażeń wirusem HIV. Zaledwie 37,5% ankietowanych miało świadomość, że ryzyko zakażenia HIV zwiększa się po użyciu substancji odurzających; 82,6% uczniów wiedziało, że korzystanie z usług salonów tatuażu, kosmetycznych i fryzjerskich może zwiększyć ryzyko zakażenia HIV; 38,7% ankietowanych uważało, że w czasie oddawania krwi można zakazić się HIV. Tylko 57,3% uczniów wiedziało, że badania w kierunku HIV są bezpłatne i anonimowe w punktach

374 *Wie gefährlich sind Tattoos?*, <https://www.dw.com/de/wie-gefährlich-sind-tattoos/a-18075456> [dostęp: 10.09.2020].

375 I.A. Rahimi, I. Eberhard, E. Kasten, *What Do People Really Know About the Medical Risks of Body Ink?*, *J Clin Aesthet Dermatol*, 2018, nr 11, s. 30-35, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5868782/>. [dostęp: 10.09.2020].

376 C.D.C. Eggenschwiler, R. Dummer, L. Imhof, *Laser Treatment of Accidental Tattoos: Experience at a Tertiary Referral Center*, „*Dermatology*” 2020, s. 1-7, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32241013> [dostęp: 10.09.2020].

konsultacyjno-diagnostycznych. Wiedza ta okazała się niewystarczająca, choć dotycząca tatuażu stosunkowo największa<sup>377</sup>.

Joanna Nawotka oceniła świadomość młodzieży dotyczącej tatuowania ciała (Łódź, 2015 r.), dochodząc do następujących wniosków:

- 1) Znaczny procent młodzieży decyduje o wykonaniu tatuazu na ciele podejmując po wcześniejszym przemyśleniu i stanowczym przekonaniu, że chce taką ozdobę.
- 2) Większość osób wykonuje zabieg w profesjonalnym studiu, zapoznając się z opinią o salonie i doświadczeniu tatuatora.
- 3) Dla wielu ankietowanych, którzy zdecydowali się na tatuowanie ciała, powikłania po zabiegu są znane. Zostali oni poinformowani przez osobę wykonującą zabieg o takim prawdopodobieństwie.
- 4) Profesjonalne salony tatuazu w znacznym stopniu są przystosowane do tego rodzaju zabiegów, a tatuażysty dbają o sterylność i higieniczny tryb pracy<sup>378</sup>.

W 2017 r. opublikowano wyniki badań studentów Uniwersytetu Medycznego w Gdańsku i innych trzech uczelni Trójmiasta. Na 1199 osób 27% miało tatuże. Wśród badanych 86 osób, przyszłych medyków, wiedziało o możliwości zakażenia wirusem HCV podczas tatuowania, jedynie 34% z innych uczelni, 67 osób z tatużami nie doświadczyło żadnych procedur diagnostycznych ani terapeutycznych. Większość (79%) postrzegala tatuaz jako dzieło artystyczne, 73% czerpało wiedzę z internetu, a jedynie 5-8% badanych pytało o bezpieczeństwo lekarza lub czytało publikacje naukowe na ten temat. Tylko 49 osób podało, że tatuażysta przed zabiegiem pytał je o stan zdrowia i przyjmowane leki. Autorzy badania zwracają uwagę, że wiedza o przeciwwskazaniach do wykonywania tatuażu i możliwych powikłaniach wśród studentów jest niewielka i wysoce wskazane jest jej rozpowszechnianie<sup>379</sup>.

W 2018 r. podano wyniki polskich anonimowych badań ankietowych 287 uczniów (185 dziewcząt i 102 chłopców) pierwszych, drugich i trzecich klas łódzkich liceów, dotyczących wiedzy i wpływu świadomości potencjalnych komplikacji zabiegu tatuowania i kolczykowania na podjęcie decyzji o poddaniu się im. Ankiety zawierały 12 pytań podzielonych na cztery grupy: metrykalne (2), informacyjne (2), jednokrotnego wyboru (6) oraz wielokrotnego wyboru (2). Wśród ankietowanych uczniów 3,5% posiadało tatuaz, a 56% kolczyk w tradycyjnym położeniu (płatek ucha) lub w innej lokalizacji; 80,49% badanych odpowiedziało, że mogą wystąpić powikłania po wykonaniu tatuazu, a 79,79% potwierdziło możliwość ich wystąpienia po kolczykowaniu.

---

377 M. Pikala, D. Osiewacz, I. Maniecka-Bryła, *Ocena wiedzy uczniów szkół średnich na temat zakażeń wirusem HIV*, Probl Hig Epidemiol 2015, nr 96, s. 193-198, <http://www.phie.pl/pdf/phe-2015/phe-2015-1-193.pdf> [dostęp: 10.09.2020].

378 *Tatuaz – powikłania i świadomość wśród młodzieży*, <https://broadwaybeauty.pl/blog/wpis/powiklania-po-tatazach-swiadomosc-wsrod-mlodziezy/> [dostęp: 10.09.2020].

379 P. Rogowska, A. Szczerkowska-Dobosz, R. Kaczorowska et al., *Tattoos: Evaluation of knowledge about health complications and their prevention among students of Tricity universities*, J Cosmet Dermatol. 2018, nr 1, s. 27-32, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29285860/> [dostęp: 10.01.2021].

Niestety, tylko 42,51% jest świadomych, że tatuaż może skutkować infekcją, a tylko 16,04% badanych wiedziało o zagrożeniach zdrowotnych kolczykowania. We wnioskach podano, że wiedza na temat powikłań tatuażu i kolczykowania wśród osób młodych jest niewystarczająca. Zalecano więc wdrażanie programów i kampanii edukacyjnych dla młodzieży na temat ryzyka szkód zdrowotnych, które wiążą się z zabiegami modyfikacji ciała. Prawdopodobnie nie pytano w ramach prowadzonej ankiety o wiedzę dotyczącą nie tylko zakażeń, ale toksyczności i skutków zdrowotnych użytych do tatuowania barwników (choćby alergii czy raka skóry)<sup>380</sup>.

W 2019 r. opublikowano wyniki badań przeprowadzonych w Niemczech, które dotyczyły częstości, danych demograficznych oraz umożliwiły ocenę stanu zdrowia osób z tatuażami. Zauważono bowiem, że w ciągu ostatnich 30 lat rozpowszechnienie tatuaży w tym kraju jest znaczne. W 2003 r. osób z tatuażami kwalifikowanych do badań było 2043, w 2009 r. – 2512, a w 2016 r. – 2510. W 2016 r. zastosowano The Health Regulatory Focus Scale (HRFS) dla oceny indywidualnej wiedzy o zagrożeniach zdrowotnych tatuowania ciała. Ustalono, że w Niemczech u osób w wieku powyżej 14 lat 1 na 4 ma przynajmniej jeden tatuaż. Szczególnie dotyczy to osób w wieku 25-34 lat. Osoby te nie różniły się poziomem edukacji, choć w niewielkim stopniu przeważały osoby z wykształceniem niższym i pozostające bez pracy. Jedynie u mężczyzn z rozległymi tatuażami zauważono wyraźnie gorszy stan zdrowia niż u osób tej płci i w tym samym wieku, które tatuaży nie posiadały.

Autorzy pracy podkreślają, że wiedza o zagrożeniach zdrowotnych tatuowania ciała jest za niska, niezbędne jest szersze przedstawianie problemu nie tylko w środowisku młodych pragnących się tatuować, ale i wśród tatuażystów<sup>381</sup>.

Na stronie Warszawskiego Centrum Medycznego w 2019 r. podano:

To trochę deprymujące, że atramenty używane w tatuażach w zasadzie nie zostały przystosowane do kontaktu z ludzkim ciałem. Barwniki takie wykorzystywane są głównie w przemyśle samochodowym lub poligraficznym. Amerykańska Agencja ds. Żywności i Leków (FDA) nie zatwierdziła żadnych pigmentów, w których można by tworzyć tatuaże. Trudno się dziwić, że stany zapalne skóry w reakcji na tatuaże nie są rzadkie.

Co gorsza, niektóre atramenty używane do tatuaży zawierają substancje rakotwórcze, ale trzeba uczciwie przyznać, że nie ma – jak dotychczas – dowodów na to, że związki zawarte w pigmentach spowodowały raka.

Igły stosowane do osadzania tuszu penetrują głębokie warstwy skóry. Organizm rozpoznaje pigmenty jako obce cząstki i próbuje pozbyć się ich ze skóry. Proces ten nie jest efektywny, w związku z tym większość pigmentu pozostaje tam, gdzie go zaaplikowano. Igła w aparacie do tatuaży wykonuje ok. 100 nakłuć na sekundę i osadza tusz w warstwie znajdującej się od 1,5 do

---

380 M. Dominiak, J. Narbutt, A. Lesiak, *Ocena wiedzy uczniów łódzkich szkół średnich na temat powikłań tatuażu i kolczykowania*, „Forum Dermatologicum” 2018, nr 4, s. 1-4, [https://journals.viamedica.pl/forum\\_dermatologicum/article/view/56774](https://journals.viamedica.pl/forum_dermatologicum/article/view/56774) [dostęp: 10.09.2020].

381 A. Borkenhagen, U. Mirastschijski, K. Petrowski, E. Brähler, *Tattoos in Germany: prevalence (rozpowszechnienie), demographics, and health orientation*, „Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz” 2019, nr 62, s. 1077-1082, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31420716/> [dostęp: 10.09.2020].

2 mm pod wierzchnią warstwą skóry, która przecież ciągle się odnawia. Każdego dnia tysiące komórek naskórka zostaje zastąpionych nowymi. Atrament wstrzyknięty w tę warstwę „starłby się” w ciągu trzech tygodni.

Tam, gdzie trafia pigment, znajdują się nerwy i naczynia krwionośne, dlatego tatuowanie sprawia ból, a skóra z reguły krwawi. Krwawienie jest częścią naturalnej obrony skóry przed urazami. Procesowi temu towarzyszy napływ komórek odpornościowych do miejsca urazu. Do akcji interwencyjnej przystępują makrofagi – wyspecjalizowane komórki odpornościowe, których zadaniem jest przyłączanie obcych cząstek i usuwanie ich z tkanki. Rzadko jednak taka misja kończy się sukcesem.

Faktem jest, że każdy nowy tatuaż traci część pigmentu, aczkolwiek większość atramentu pozostanie w skórze. Badania na myszach wykazały, że po 42 dniach od wykonania tatuażu 68 proc. barwnika wciąż znajduje się w miejscu wstrzyknięcia. Gdzie jest reszta?

W większości przypadków makrofagi przenoszą cząstki atramentu do węzłów chłonnych najbliższego miejsca tatuowania i tam pozostają nierozłożone. Efektem ubocznym takiego procesu jest to, że węzły chłonne przyjmują ten sam kolor co tatuaż. Istnieją dowody mówiące o tym, że cząsteczki atramentu mogą przemieszczać się wraz z krwią, aby ostatecznie utkwic w wątrobie. Tatuaż daje dużo radości jego właścicielowi, ale radość ta to także koszty ponoszone przez organizm, o których nie zawsze myślimy<sup>382</sup>.

Profesor Joanna Narbutt, konsultant krajowy w dziedzinie dermatologii i wenerologii oraz profesor Kliniki Dermatologii Dziecięcej i Onkologicznej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi (publikacja z 2018 r.), podaje, że obecnie tatuaż nie jest już postrzegany jako zjawisko z marginesu dotyczące określonych grup. Młodzi ludzie chcą w ten sposób podkreślić przynależność do subkultury czy swojej grupy, wyrazić w ten sposób swoją indywidualność, osobowość. Obecni tatuażyści są oraz częściej artystami i tworzą dzieła sztuki. Według tej doświadczonej dermatolog przeciwskazaniem do tatuażu są alergie kontaktowe, łuszczyca, zaburzenia krzepnięcia, choroby immunologiczne, ciąża i karmienie piersią. Oczywiście tatuowanie skóry w miejscach nad żyłkami na kończynach, o co pytają ludzie na różnych forach, wiąże się z ryzykiem uszkodzenia żyłki i spowodowania krwotoku. Okolice ciała pokryte cienką skórą są też bardziej narażone na powikłania. Dotyczy to twarzy, szyi, pachwin, dołów pachowych, okolic narządów płciowych i innych. Tatuaż rzadko wiąże się z powikłaniami, ale warto tę decyzję przemyśleć, biorąc choćby pod uwagę późniejszą chęć z różnych powodów usunięcia tatuażu, po którym przeważnie pozostaje blizna. Nadal UE nie wypracowała norm prawnych dotyczących substancji używanych do tatuażu. Stosowany jest atrament z USA, który w kontakcie z promieniowaniem UV może ulegać rozkładowi. Ponadto pacjenci z łuszczycą są poddawani regularnie naświetlaniom lampami medycznymi imitującymi światło naturalne, co sprawia, że istnieje ryzyko wybarwienia tatuaży<sup>383</sup>.

---

382 Warsaw Medical Center (Warszawskie Centrum Medyczne), <http://wmcenter.pl/jak-ludzki-organizm-radzi-sobie-z-tatuażami.html> [dostęp: 10.09.2020].

383 <https://www.termedia.pl/dermatologia/Prof-Joanna-Narbutt-Tatuaż-rzadko-wiaze-sie-z-powiklaniami-ale-warto-decyzje-przemyslec,31209.html> [dostęp: 10.09.2020].

## Kobiety i mężczyźni – różnice w modyfikacji ciała i możliwe zagrożenia dla potomstwa

W 2019 r. podano wyniki badań 2512 osób z tatuażami, zauważając, że częściej tatuują się mężczyźni. Kobiety natomiast częściej wybierają piercing i usuwanie włosów z ciała. Osoby te szybciej i częściej decydują się na zabiegi chirurgii estetycznej<sup>384</sup>. W 2019 r. podano, że nadal należy rozważać tatuowanie ciała pod kątem zagrożeń zdrowotnych. Dotyczy to szczególnie kobiet, które tatuują się teraz bardzo często. Konieczne są obserwacje pod kątem płodności, zagrożeń matki i dziecka w czasie ciąży oraz karmienia<sup>385</sup>.

---

<sup>384</sup> T. Lahousen, M.D. Linder, U. Gieler et al., *Body modification in Germany: prevalence, gender differences and attitude towards cosmetic surgery*, *G Ital Dermatol. Venereol.* 2019, nr 154, s. 646-649, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30648834/> [dostęp: 10.09.2020].

<sup>385</sup> C.L. Farley, C. Van Hoover, C.-A. Rademeyer, *Women and Tattoos: Fashion, Meaning, and Implications for Health*, *Review J Midwifery Womens Health* 2019, nr 64, s. 154-169, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30806488/> [dostęp: 10.09.2020].



## PIERCING (KOLCZYKOWANIE)

Piercing (z ang. *przeszywający*) – inaczej kolczykowanie – jest metodą ozdabiania ciała współcześnie dobrze znaną. Kolczykowanie ciała może nie tylko ozdabiać, ale czasem jest oznaką stanu psychicznego, wyrazem przynależności do grupy bądź ma jeszcze inne znaczenie<sup>386</sup>.

Z piercieniem obecnym wśród tzw. ludów pierwotnych Zachód spotkał się w czasie wielkich odkryć geograficznych dokonanych przez europejskich żeglarzy na przełomie XV i XVI w. Przez kolejne setki lat był jakby zapomniany, dopiero w latach 70. XX w. wraz z kulturą punku i pokazami Jean Paula Gaultiera (1952-), francuskiego projektanta mody, kostiumografa filmowego i muzyka, wzbudził ogromne zainteresowanie społeczeństwa. Miłośnicy nowej mody najczęściej traktowali wówczas ten rodzaj ozdabiania ciała jako wyraz buntu, okazję do wyróżnienia się z tłumu i podkreślenia swojej osobowości. Wkrótce piercing stał się modą na szeroką skalę. Kolczyki w uszach czy pępku, ustach i łukach brwiowych już nikogo nie dziwią. Obecnie przybrały różne formy – mikrodermali, implantów czy tzw. surface'ów, a jeszcze niedawno używana do ich produkcji stal chirurgiczna została zastąpiona tytanem czy wysokowartościowym materiałem syntetycznym zwanym PMFK.

Piercing wykonywany jest we wszystkich możliwych miejscach, z wyjątkiem gałki ocznej. Rzetelnie informujące salony tatuażu, posiadające swoje strony internetowe, zalecają, by przed decyzją o wykonaniu piercingu oraz wyborem miejsca zastanowić się, czy pasuje on do stylu życia, czy nie będzie przeszkadzał w pracy i życiu codziennym. Osoba wykonująca piercing, tzw. piercer, powinna służyć radą w przypadku wątpliwości.

Przekłuwanie ciała za pomocą pistoletu, powszechne do znakowania zwierząt przez weterynarzy i hodowców, nie powinno być wykonywane u człowieka, gdyż z uwagi na



<sup>386</sup> A. Nieradko, A. Borzęcki, *The Importance Of Piercings In The Cultures Of The World*, „Journal of Education, Health and Sport” 2017, nr 7, s. 1040-1046, <http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/4916> [dostęp: 1.06.2020].



siłę grozi rozerwaniem tkanki obok miejsca przekłuwania i powikłaniami, włącznie z zakażeniami.

Ponieważ piercing jest bardzo popularny, znajduje się w ofercie salonów kosmetycznych, gabinetów SPA i innych placówek – nie zawsze są tam zatrudniani profesjonaliści tej jednej specjalności – piercingu. W renomowanych studiach tatuażu zwykle pracuje piercer z wieloletnim stażem, stale poznaje nowości branżowe, bierze udział w szkoleniach i konferencjach. Wobec mnogości różnego rodzaju kolczyków potrafi doradzić, który w danym miejscu jest najwłaściwszy, a także, z jakiego jest materiału, gdyż może on wchodzić w reakcje z przekłutymi tkankami czy powodować nasilone reakcje alergiczne. Większość salonów specjalistycznych wykonuje zabiegi, wyłącznie zakładając kolczyki, które są sprawdzone i gwarantują dobrą jakość.

Okres gojenia po przekłuciu ciała i założeniu kolczyka trwa – w zależności od miejsca – od kilku tygodni nawet do dziewięciu miesięcy. W znacznej mierze zależy to od warunków, w jakich został założony kolczyk, i dbałości o ranę w okresie późniejszym. Profesjonalne studia dokładnie informują, jakie są zasady higieniczne dotyczące przemywania odpowiednimi preparatami, zmiany opatrunku itp. W przypadku piercingu w jamie ustnej profesjonalista informuje ponadto o konieczności stosowania odpowiedniej diety, która jednocześnie przyspiesza gojenie. Profesjonalne studia, poza podaniem informacji, powinny udzielać porad po zabiegu w przypadku jakichkolwiek wątpliwości.

Kolczyki w jamie ustnej podczas zabiegów medycznych muszą być zdjęte. Dotyczy to różnego rodzaju operacji, badań radiologicznych itd. W czasie zabiegów stomatologicznych decyzja należy do stomatologa. Zdjęcie kolczyka może skutkować zarośnięciem kanału w krótkim czasie. W salonie tatuażu i piercingu rutynowo jest zadawane pytanie o alergię, nadciśnienie tętnicze czy inne choroby.

## Historia

Historia kolczykowania ciała jest tak stara jak tatuowanie się. Piercing wykonywano:

1. w starożytnym Egipcie, gdzie posiadanie kolczyka w pępku było oznaką przynależności do rodziny władców, a jeśli ktoś z ludu nosił kolczyk, był karany śmiercią;
2. w starożytnej Grecji czy w Rzymie kolczyk w uchu był symbolem wysokiego statusu społecznego, bogactwa – kolczyki na sutkach umieszczali sobie wojownicy jako znak męstwa i odwagi, choć równocześnie służyły jako punkt przymocowania płaszczy;
3. w czasach Imperium Rzymskiego władcy kolczykowali przestępców;
4. w kulturze Majów, Azteków i plemion obu Ameryk były modne kolczyki w języku, co miało świadczyć o lepszym kontaktowaniu się z bogiem;
5. moda na piercing wraz z tatuażami pojawiła się w Anglii w czasach elżbietańskich (1558-1603) w środowisku marynarzy; renesans tej mody to okres wiktoriański (1837-1901), kiedy przeniosła się na wyższe sfery społeczeństwa; w kręgach arystokracji,

- a nawet ponoć w rodzinie królewskiej stało się popularne kolczykowanie sutków i genitaliów;
6. w średniowieczu szlachta używała kolczyków i łańcuszków na penisie, by zniwelować wybrzuszenie na spodniach;
  7. kultura chrześcijańska negowała piercing, traktując wszelkie modyfikacje ciała jako praktykę barbarzyńską i pogańską, gdyż wg tej religii człowiek był stworzony na obraz i podobieństwo Boga i nie miał prawa zmieniać wizerunku. W XIII w. Kościół katolicki wydał zakaz kolczykowania ciała. Po wprowadzeniu takiego zakazu uszy oraz inne części ciała kolczykowali sobie tylko złodzieje, piraci i osoby z niższych warstw społecznych;
  8. prawdziwe odrodzenie piercingu nastąpiło dopiero w latach 70. XX w. w Los Angeles i został on wpisany w szerszy nurt, tzw. *body art*;
  9. przez ostatnie 30 lat piercing stał się sposobem na wyrażanie siebie, a piercing genitaliów – drogą do zwiększenia doznań seksualnych.

## Afrykański obyczaj plemienny w skrajnej postaci

Antropolog z uniwersytetu w Oxfordzie, badacz kultury afrykańskiego plemienia Mursi, opisuje, jakim celom służą obecnie plemienne zwyczaje piercingu w skrajnej postaci. Plemię to żyje w południowo-zachodniej części Etiopii i obecnie liczy ok. 10 tys. osób. To jedna z ostatnich grup (obok sąsiadującego plemienia Suri) w Afryce, w której kobiety noszą w dolnej wardze jamy ustnej ogromne drewniane lub ceramiczne krążki, zwane też kłódkami wargowymi. Obecnie ten zwyczaj uczynił z nich turystyczną atrakcję. Pomimo nacisków ze strony rządu, nie rezygnują z niego, nadal okaleczając należące do plemienia młode kobiety. Zabieg polega na przecięciu u 15-16-letniej dziewczyny dolnej wargi, a zabieg ten wykonuje matka. W otwór wkłada drewnianą zatyczkę, która pozostaje tam aż do zagojenia się rany. Przez kolejne miesiące, nawet codziennie, zatyczki są wymieniane na coraz większe – w skrajnych przypadkach jest to już talerzyk sięgający średnicą nawet 30 cm. Dla podtrzymania go jeszcze w dzieciństwie wybija się dziecku cztery dolne zęby. Ponoć wielkość tego „implantu” zależy od woli dziewczyny. Tak ozdobiona dziewczyna była symbolem piękna, a zwyczaj ten ponoć miał podnosić dziewczynie wartość matrymonialną. Niektórzy badacze uważają, że kobieta, która przeszła i przechodzi przez tak wielkie cierpienie, jest wytrzymała na ból, będzie zatem dobrą żoną. Za taką pannę narzeczony musi zapłacić tym więcej krów, im krążek ma większą średnicę. Jeszcze inna teoria badaczy mówi o tym, że tak się okaleczając, dziewczyny broniły się przed kolonistami, nie budząc ich zainteresowania. Jednak zadziwiające, że tylko dziewczyny tego plemienia uznawały ten zwyczaj, nie mieli takich „ozdób” mężczyźni, wszak cała Afryka była państwem, skąd wywożono mieszkańców i sprzedawano na targach niewolników w Europie. Mieszkańcy pytani

o historię tej modyfikacji odpowiadali: „Taki u nas zwyczaj”. Zdziwiające jest to, że mężczy mieszkańcy plemienia Kayapo w Brazylii tuż po urodzeniu mają przedziurawioną dolną wargę, a przez otwór przeciągany jest sznurek koralu. Po inicjacji otwór jest stopniowo powiększany przy użyciu drewnianych kołków, by dorosły już mężczyzna, ojciec licznej rodziny, miał już prawo do „spodka” tkwiącego w wardze<sup>387</sup>.

## Tatuaże i/lub piercing a przynależność do grupy społecznej

Przed wiekami tatuaże i piercing miały wyrażać przynależność do grupy społecznej. Jeszcze na początku lat 60. XX w. kolczykowanie pełniło taką funkcję, gdyż komunikowano w ten sposób przynależność danego człowieka do subkultury. Aktualnie popularność tych metod zdobienia ciała jest tak znaczna, że trudno na tej podstawie rozpoznawać, z jakiego środowiska pochodzi dana osoba.

Jednak warto zauważyć, że wśród posiadających tatuaże lub piercing przeważają ludzie młodzi, artyści – generalnie ludzie poszukujący swojej tożsamości lub ją podkreślający. Wśród osób z dużymi tatuażami i/lub z piercingiem raczej rzadko spotyka się uprawiających zawód społecznego zaufania (lekarz, nauczyciel, przedstawiciel służb mundurowych).

Współcześnie w regionach kraju, gdzie tatuaże i/lub piercing odgrywały istotną rolę, ludność tubylcza chętnie powiela zwyczaje lokalne, rzadziej dla podtrzymania tradycji, ale zwykle dla pieniędzy, stanowiąc atrakcję dla bogatych turystów. Obie strony, pozując do wspólnych fotografii, są zadowolone, choć z różnych powodów.

W Polsce do okresu transformacji ustrojowej, zapoczątkowanej w 1989 r. – kiedy to pożądanym było, by wszyscy byli do siebie podobni, a wyróżniający się zwykle budzili podejrzenie – poza niewielkimi kolczykami w uszach o piercingu na taką skalę jak aktualnie się nie słyszało. Dopiero w latach 90. XX w. piercing w różnych miejscach na ciele – czasem kontrowersyjnych, szczególnie z punktu widzenia urodzonego po II wojnie światowej pokolenia *baby boomersów* – stał się modą. Nie tylko prywatne kanały telewizyjne, ale także telewizje publiczne prześcigają się w tworzeniu programów propagujących ten kontrowersyjny do niedawna sposób wyrażania własnej osobowości.

Tak jak w przypadku tatuaży interesujący nie jest fakt takiego zdobienia ciała, ale motywacja, która prowadzi do często trwałej zmiany ciała – postrzeganej z punktu widzenia medycyny jako okaleczanie się<sup>388</sup>.

---

387 <https://www.national-geographic.pl/artukul/skaryfikacje-cialo-zniesie-wszystko-kopiuj-1> [dostęp: 11.02.2021].

388 A. Nieradko, A. Borzęcki, *op. cit.*

## Przemiany kanonów piękna dotyczące również piercingu

Kanony piękna niezwykle szybko się zmieniają, co wymaga od osób kiedyś oceniających piercing negatywnie znacznej tolerancji. Wydaje się nawet, że aktualnie żyjemy w epoce, kiedy najważniejsza staje się siła ekspresji, nawet jeśli miałyby wywoływać odczucia skrajnie negatywne. Współcześnie podejście obydwu płci do eksponowania piękna własnego ciała bardzo się zmieniło – to, czego kiedyś nie wypadało mężczyźnie, obecnie staje się normą. Przedstawiciele obu płci chcą wyglądać pięknie i oryginalnie.

Coraz częściej widuje się mężczyzn, także heteroseksualnych, dbających bardziej o swój zewnętrzny wizerunek niż kobiety – a nawet wydaje się, że to płęć męska jest bardziej zainteresowana modyfikacją własnego ciała. Dotyczy to nie tylko kolczyków w małżowinach usznych, ale umiejscowionych na całym ciele (np. na strefach erogennych, szyi, brzuchu, plecach, łydkach). Mimo wielu przeciwwskazań lekarskich wyobraźnia ludzka zdaje się nie znać granic.

## Tatuaze i/lub piercing a ryzykowne zachowania młodzieży

Na początku XXI w. przeprowadzono wiele badań na świecie, które świadczyły o tym, że swoiste ozdabianie ciała – jak tatuaze i/lub piercing – jest związane z tendencją do zachowań ryzykownych, takich jak używanie i nadużywanie substancji psychoaktywnych, nałogowe picie alkoholu, używanie marihuany i innych narkotyków, ryzykowne zachowania seksualne, stosowanie przemocy, wagary, ucieczki z domu czy kradzieże oraz myśli i próby samobójcze.

Dość odległe badania (2007 r.) wśród 15-letnich gimnazjalistów z Warszawy potwierdziły te obserwacje – zauważono związek z posiadaniem tatuazu i/lub piercingu z zachowaniami ryzykownymi, takimi jak: używanie i nadużywanie substancji psychoaktywnych, przemoc i wykroczenia. Autorzy badania podali, że ich praca nie potwierdza związków przyczynowo-skutkowych, ale jedynie współzależności.

Na podstawie tych badań możemy jednak wysnuć hipotezę (która wymaga weryfikacji), że zachowania ryzykowne młodzieży oraz tatuowanie ciała i zdobienie go piercingiem może mieć wspólne źródło w zwiększonym zapotrzebowaniu na stymulację (*sensation seeking*). Poszukiwanie doznań to cecha zdefiniowana jako poszukiwanie nowych i intensywnych wrażeń oraz gotowość do podejmowania ryzyka, np. fizycznego lub społecznego, w celu dostarczenia sobie tego typu doświadczeń. Osoby takie angażują się w większym stopniu w ryzykowne zachowania, takie jak: wspinaczka wysokogórska, używanie narkotyków czy ryzykowna jazda samochodem<sup>389</sup>.

389 K. Ostaszewski, K. Kocoń, *Tuauz i piercing a zachowania problemowe młodzieży*, <https://www.narkomania.org.pl/?s=Krzysztof+Ostaszewski&autor=Krzysztof+Ostaszewski> [dostęp: 1.06.2020].

W tym badaniu, jak i w innych, znacznie późniejszych, potwierdzono, że młodzież ta częściej spędza dużo czasu poza domem (w kinie, ośrodkach sportowych, klubach, pubach, kawiarniach, dyskotekach) bez nadzoru rodziców.

Refleksje nad wynikami badań młodzieży prowadzą do uzasadnionych pytań:

- Czy tatuaż i/lub piercing należy traktować jako jeszcze jedną formę zachowań ryzykownych lub problemowych okresu dojrzewania?
- Czy tatuaż i/lub piercing to raczej styl bycia współczesnych młodych ludzi, w którym modyfikacje wyglądu ciała poprzez tatuaż lub piercing stają się czymś niemalże tak naturalnym jak farbowanie włosów, noszenie brody czy malowanie paznokci?<sup>390</sup>

W 2018 r. opublikowano wyniki badań z 2017 r., przeprowadzonych po raz pierwszy we Francji na taką skalę – ankietami objęto 5 tys. Francuzów w wieku powyżej 15 lat. Wśród badanych 12% miało więcej niż jeden kolczyk (body-piercing, BP), przewagę stanowiły kobiety, osoby w wieku 25-34 lat, częściej niż w grupie bez kolczyka były to osoby palące papierosy; 42% miało kolczyk w uchu, 24% – w pępku, 15% – w języku i 11% w nosie. Jako motywację podawano upiększanie ciała, podkreślenie indywidualności, seksualności. Co ważne, 33,6% osób z kolczykiem miało problemy skórne (egzemę kontaktową, atopowe zapalenie skóry, trądzik), 44% zakażenia. BP było związane z niższą oceną jakości życia psychicznego<sup>391</sup>.

## Postrzeganie tatuowania ciała i/lub piercingu przez lekarzy – przeciwwskazania i powikłania

Świadomi zagrożeń związanych ze szkodliwością choćby tuszu do tatuażu czy używanych do piercingu metali, ale także ingerencji w strukturę ciała – często wiodącej do powikłań samego zabiegu, uszkodzenia przegrody nosowej czy nerwów, będącej też działaniem ciała obcego na ustrój czy możliwości zakażeń – lekarze zwykle negatywnie oceniają zjawisko ozdabiania ciała w ten sposób.

Psychologowie znają sytuacje, gdy ta zmiana wizerunku ciała, wymagająca często zniesienia znacznego bólu, jest niekiedy podświadomym wołaniem o uwagę i pomoc, swoistym aktem samouszkodzenia (temat ten omówiono szerzej w kolejnym rozdziale).

<sup>390</sup> K. Bobrowski, A. Pisarska, K. Ostaszewski, *Rekomendacje narzędzi do oceny zagrożeń zdrowia psychicznego młodzieży do dalszego stosowania w badaniach mokotowskich oraz w innych badaniach ankietowych młodzieży szkolnej*, [http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/onlinefirst/Bobrowski\\_PsychiatrPolOnlineFirstNr154.pdf](http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/onlinefirst/Bobrowski_PsychiatrPolOnlineFirstNr154.pdf) [dostęp: 24.07.2021].

<sup>391</sup> N. Kluger, L. Misery, S. Seité, C. Taieb, *Body Piercing: A National Survey in France*, „*Dermatology*” 2019, nr 235, s. 71-78, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30404090/> [dostęp: 10.09.2020].

## Bezwzględne przeciwwskazania do piercingu i (czasem) tatuażu

1. zaburzenia krzepliwości krwi – również przyjmowanie leków p. krzepliwych;
2. stany zapalne, zakaźne lub jakiegokolwiek zmiany skórne w okolicach planowanego kolczykowania;
3. alergie na metale;
4. choroby przewlekłe, np. cukrzyca;
5. tendencje do bliznowców.

## Problemy zdrowotne związane z piercingiem w obrębie jamy ustnej

Piercing w obrębie jamy ustnej – częściej mają ten rodzaj ozdoby kobiety, w znacznej części pałace aktualnie lub w przeszłości nałogowo, które decyzję uzasadniają chwilowym kaprysem. Najczęściej kolczyki są umieszczane na języku, przeważnie w linii pośrodkowej, a następnie na wargach – rzadziej są to wędzidełka, policzki oraz języczek. Bywają różne kształty kolczyków, ale – co najważniejsze – są one wykonywane z metali, w tym z niklu lub jego stopów.

Osoby z piercingiem odczuwają, że społeczeństwo nie zawsze akceptuje ich wygląd – często wyjmują kolczyki przed wizytą u stomatologa, co utrudnia powiązanie zauważonych przez dentystę zmian w obrębie śluzówek z kolczykowaniem. Dlatego specjaliści proponują, by ta informacja była umieszczana w dokumentacji z zaznaczeniem, jak długo kolczyk przebywa w jamie ustnej. Ze względu na budowę anatomiczną oraz bogate unaczynienie szczególnie podatny na wystąpienie powikłań – w tym zagrażających życiu – jest język. Zmiany patologiczne po piercingu dzielą się na wczesne, zauważalne po mniej niż 24 godzinach po kolczykowaniu, oraz późne. Powikłania wczesne to: ból, obrzęk, który szczególnie w przypadku języka powoduje trudności w mówieniu, jedzeniu i połykaniu, krwawienie oraz miejscowe infekcje, rzadziej występuje wzmożony wypływ śliny i podrażnienie, kontaktowe reakcje alergiczne w obrębie części skórnej wargi, szczególnie gdy kolczyk jest wykonany z niklu lub zawiera domieszkę pierwiastka chemicznego z grupy niklowców – palladu, odczucie metalicznego smaku w ustach; zdarzały się uszkodzenia nerwów (twarzowego, trójdzielnego, podjęzykowego, językowo-gardłowego), a także przypadki przemieszczenia kolczyka do mięśni języka. Powikłania wczesne mijają zazwyczaj samoistnie, średnio po ok. dwóch tygodniach, chociaż według niektórych badań średni czas gojenia wynosił ok. cztery tygodnie dla piercingu języka oraz pięć tygodni dla wargi<sup>392</sup>.

392 P.-J. Loup, A. Mombelii, *Piercing im mundbereich*, „Schweiz Monatsschr Zahnmed” 2002, nr 112, s. 483-487.

Wśród zaobserwowanych powikłań przewlekłych występujących ok. siedem razy częściej niż u osób niemających kolczyka w jamie ustnej przeważają nawracające infekcje w okolicy piercingu oraz uszkodzenia tkanek twardych zębów; ponadto występują recesje dziąsłowe w sąsiedztwie kolczyka, tym częstsze, im dłużej był użytkowany kolczyk<sup>393</sup>.

W USA przeprowadzono retrospektywną analizę zgłoszeń pacjentów z piercingiem na ostry dyżur. Najcięższymi przypadkami były epizody duszności zagrażające życiu u pacjentów po przeprowadzonym zabiegu piercingu języka, spowodowane infekcją lub stanem zapalnym i obrzękiem języka.

Ponadto powikłaniami piercingu zagrażających życiu pacjenta są: przedłużone krwawienie pozabiegowe, zakażenia wirusami opryszczki, WZW B, WZW C, HIV, problemy z oddychaniem spowodowane narastającym obrzękiem języka lub zaaspirowaniem kolczyka do dróg oddechowych, martwica tkanek języka, ropień języka, zakażenie tężcem, porażenie nerwu twarzewego oraz infekcyjne zapalenie wsierdza. Ze względu na utrwalone parafunkcje (przygryzanie, stukanie kolczykiem o zęby) szkliwo zębów pęka lub ściera się. Zdarzają się także przypadki przemieszczenia kolczyka do mięśni języka<sup>394</sup>.

W przypadku kolczyka w zębie albo się go dokleja, albo wprowadza przez wyborowaną dziurkę. Powikłania:

- 1) niewłaściwie dobrany materiał kolczyka,
- 2) alergia,
- 3) zakażenie.

Ponadto kolczyk w jamie ustnej to możliwość powstawania próchnicy zębów i urazów<sup>395</sup>.

## Piercing w miejscach intymnych – zagrożenia

W 2011 r. opublikowano przegląd piśmiennictwa dotyczącego interesującego odkrycia archeologicznego – fragmentów znalezionych figurek wykonanych w Europie ok. 38-11 tys. lat temu, które obrazowały męskie narządy płciowe. Odnaleziono 42 takie fragmenty z terenów Francji i Hiszpanii – ponad 70% posiadało charakterystyczne ozdoby penisa (linie, kropki czy motywy zwierzęce), a część miała perforacje. Zdaniem badaczy, mogłoby to świadczyć o skaryfikacji, nacinaniu, piercingu i tatuażach w tych

393 J. Nienartowicz, W. Pawlak, R. Dobrakowski, *Powikłanie kolczykowania języka – opis przypadku*, Dent. Med. Probl. 2004, nr 41, s. 567-570.

394 K. Kaczor, A. Zawadzka, P. Roźniatowski i wsp., *Powikłania piercingu w obrębie jamy ustnej – przegląd piśmiennictwa*, „Borgis – Nowa Stomatologia” 2016, nr 4, s. 253-261.

395 B. Marczewski, A. Paradowska, K. Napieralska, *Kolczykowanie a stan jamy ustnej*, Dent. Med. Probl. 2007, nr 44, s. 231-235, [https://www.dbc.wroc.pl/Content/1910/DMP\\_2007442231\\_Marc.pdf](https://www.dbc.wroc.pl/Content/1910/DMP_2007442231_Marc.pdf) [dostęp: 1.06.2020].



okolicach, należących być może do zwyczajów obecnych w Europie czasu paleolitu, które przetrwały do dziś i bywają praktykowane przez współcześnie żyjących<sup>396</sup>.

Piercing w miejscach intymnych w dawnych czasach pełnił funkcję „strażnika czystości”, często uniemożliwiając odbycie stosunku płciowego. Obecnie – poza chęcią wyróżniania się, bycia oryginalnym – niektórzy uzasadniają taki piercing niezwyklejmi doznaniem seksualnymi.

Kobiety decydują się na biżuterię w sutkach, lechtacze, wargach sromowych. Mężczyźni wybierają umiejscowienie kolczyka także w sutkach, w mosznie, na wędzidełku, w różnych miejscach na żołądź. Przekłuty sutek goi się nieco krócej niż u kobiet, bo 3-4 miesiące. Sutek może zostać przebity poziomo, pionowo, ukośnie lub w poprzek. Najbardziej popularne metody piercingu w miejscach intymnych mężczyzn to:

- Ampallang – przebicie żołądź w poprzek. Rana goi się długo (6-9 miesięcy), a przekłucie przez długi czas powoduje ból podczas oddawania moczu;
- Doyde – kolczyk umieszczony na górnym brzegu żołądź. Piercing jest bolesny, rana goi się nawet dziewięć miesięcy, często konieczne jest usunięcie ozdoby.
- Guiche – kolczyk na fałdzie między moszną a odbytem. Może utrudniać siedzenie;
- Frenum – kolczyk zakładany na wędzidełko, jest najpopularniejszą metodą męskiego piercingu. W tym miejscu wybierane są kolczyki różnego kształtu. Rana goi się szybko, bo ok. dwa miesiące;
- Hafada – przebicie kolczykiem moszny jest zabiegiem prostym i rana szybko się goi<sup>397</sup>.

Najsławniejszym i najbardziej kontrowersyjnym z powodów zdrowotnych typem kolczykowania penisa jest tzw. Książę Albert. Przekłuwanie zaczyna się tuż przy żołądź, kolczyk przechodzi przez wylot cewki moczowej. W związku z powstałym drugim otworem wydalanie moczu jest zmienione – strumień moczu jest rozdzielony. Podobno mężczyźni mający piercing w tym miejscu nie uważają tego za problem, jednak często zgłaszane są wtórne zaburzenia w oddawaniu moczu. Rana po tego rodzaju przekłuciu goi się cztery miesiące<sup>398</sup>.

Najmniej popularnym rodzajem piercingu tej okolicy jest tzw. piercing *guiche*, który jest naśladowaniem kolczykowania na południowym Pacyfiku, gdzie stosowano długą biżuterię brzęczącą między nogami. Kolczyki łączą część skóry między odbytem a moszną, a niektórzy uważają, że powoduje to stymulowanie prostaty. Okres rekonwalescencji po założeniu tego kolczyka jest bardzo długi – do pół roku; mogą też zdarzyć się komplikacje<sup>399</sup>.

---

396 J.C. Angulo, M. García-Díez, M. Martínez, *Phallic decoration in paleolithic art: genital scarification, piercing and tattoos*, J Urol. 2011, nr 186, s. 2498-2503, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22019163/> [dostęp: 15.02.2012].

397 <https://dziendobry.tvn.pl/a/piercing-intymny--meski-damski-rodzaje> [dostęp: 16.02.2021].

398 *Piercing – rodzaje, przeciwwskazania, ryzyko*, <https://uroda.abczdrowie.pl/piercing> [dostęp: 1.06.2020].

399 *Medycyna estetyczna – jakie zabiegi wybierają mężczyźni?*, <https://uroda.abczdrowie.pl/medycyna-estetyczna-jakie-zabiegi-wyberaja-mezczyzni> [dostęp: 1.06.2020].

Decydując się na wymienione rodzaje piercingu, warto jednak wiedzieć, że:

1. Miejsca te są bardzo mocno ukrwione, unerwione i delikatne, więc zabieg jest bolesny, choć zwykle wykonywany w znieczuleniu.
2. Rany po przekłuwaniu goją się bardzo długo – nawet do trzech miesięcy.
3. Kolczyki w tych miejscach mogą przeszkadzać w higienie, zahaczać o bieliznę, powodując zranienia.
4. Bardzo łatwo dochodzi do zakażenia – nie tylko bakteryjnego, ale też grzybiczego.
5. Rany w miejscach intymnych mogą stanowić wrota dla wirusów: HIV, WZW typu B i C.

Po założeniu kolczyka w okolicy narządów płciowych szczególnie ważne jest przestrzeganie zaleceń – odpowiednia higiena, wstrzemięźliwość seksualna do czasu wygojenia, później kontakty z zabezpieczeniem.

W 2005 r. podano, że popularny w Izraelu piercing genitaliów zarówno u kobiet, jak i mężczyzn, wykonywany zwyczajowo nie przez osoby z medycznym wykształceniem, często obciążony ciężkimi powikłaniami, został prawnie zabroniony<sup>400</sup>.

---

<sup>400</sup> D. Rabinerson, E. Horowitz, *Genital piercing*, „Review Harefuah” 2005, nr 144, s. 736-738, 749, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16281768/> [dostęp: 11.02.2021].

## BIOCHIPY

Chipowanie produktów i zwierząt ma już dość długą tradycję. Na masową skalę stosuje się chipowanie zwierząt hodowlanych. Metodę znakowania bydła zastosowano masowo pod koniec lat 90. XX w., kiedy miała miejsce epidemia choroby Creutzfeldta i Jakoba zwana „chorobą szalonych krów” (BSE). Ostatnio powszechne jest chipowanie zwierząt domowych, takich jak psy czy koty, co ułatwia odnalezienie zguby, a chipowanie zwierząt dziko żyjących umożliwia śledzenie ich migracji<sup>401</sup>.

Elektroniczne elementy nadajnika – tzw. chipy RFID – są wszczepiane pod skórę. Obecnie są one wielkości ziarna ryżu i składają się z czterech części, którymi są: mikrochip, antena spiralna, kondensator i kapsuła zbudowana najczęściej z polimeru polipropylenowego.

W czasie pandemii COVID-19 pojawiło się na temat chipowania ludzi wiele fake newsów. Jednak metoda ta, stosowana u ludzi od lat, jest uznana za bardzo użyteczną. Wszczepiane pod skórę mikrochipy mogą zastąpić dowód osobisty, służyć jako karta płatnicza, zastępować prawo jazdy czy kartę zdrowia. Przed laty mówiło się też o możliwościach znakowania dzieci, co umożliwiłoby ich poszukiwanie w przypadku porwania (projekt KIDSCAN<sup>402</sup>), o oznaczaniu chipem więźniów w celu monitorowania z kolei chorych na Alzheimerera, by ułatwić odnalezienie zagubionych.

W bardzo wielu przypadkach w razie stanu nieprzytomności chipy z danymi o chorobie mogą uratować życie. Jednak jest i druga, niekorzystna strona chipowania ludzi. Może ono prowadzić do uprzedmiotowienia człowieka, pozbawiając go podstawowych, należnych mu praw. Ponadto technologia chipów RFID może stwarzać podłoże dla działalności cyberprzestępców, którzy m.in. mogą skutecznie wykorzystać dane znajdujące się na nośniku. To zagrożenie stanowi wyzwanie dla cyberbezpieczeństwa<sup>403</sup>.

401 <https://www.cyberdefence24.pl/chipowanie-ludzinowe-wyzwanie-dla-bezpieczenstwa-komentarz> [dostęp: 29.12.2020].

402 <https://www.kidscan.org.nz/our-work/shoes-for-kids> [dostęp: 11.02.2021].

403 <https://www.cyberdefence24.pl/chipowanie-ludzinowe-wyzwanie-dla-bezpieczenstwa-komentarz> [dostęp: 29.12.2020].



Aktualnie nadal istnieją przeszkody do powszechnego stosowania chipów, np. problemy z ujednoczeniem standardu, bezpieczeństwem danych i prawnymi regulacjami. Nie ma również zintegrowanych, wielofunkcyjnych systemów, które zawierałyby jeden chip. Postęp jest tak dynamiczny, że kiedyś można było np. tylko mierzyć tętno, a dziś można sprawdzić zawartość tlenu we krwi, monitorować wydolność układu oddechowego, prowadzić stałą kontrolę poziomu glukozy we krwi i natychmiast automatycznie modyfikować dawkę insuliny, wszczepiać do mózgu chipy wspomagające pamięć w przypadku choroby Alzheimera.

## Historia wykorzystania chipów u ludzi

W 1998 r. profesor cybernetyki Uniwersytetu w Reading Kevin Warwick zdecydował o wszczepieniu sobie pod skórę dłoni chipu RFID i stał się pierwszym człowiekiem mającym takie urządzenie. Dzięki implantowi mógł swobodnie poruszać się po budynku – bez konieczności posiadania kluczy, kart czy innych urządzeń niezbędnych do otwierania pomieszczeń. W 1998 r. został zaproszony do znanego amerykańskiego programu stacji ABC – *Good Morning America*. Program zatytułowano *Pół człowiek, pół maszyna*. Już wówczas wyrażono pogląd niektórych ludzi, że za pomocą chipów rządy mogą kontrolować społeczeństwa. Na marginesie: pogląd ten, określany jako fake news, jest rozpowszechniony aktualnie podczas szczepień przeciw SARS-CoV-2.

Pokaz publicznego zabiegu wszczepiania biochipów *ADS VeriChip* miał miejsce w 2002 r. w USA. Byli to członkowie jednej rodziny, a uroczystość odbywała się podczas telewizyjnej transmisji programu *Today Show*, którą oglądały miliony widzów<sup>404</sup>.

Chipy były wynalazkiem firmy Applied Digital Solutions z siedzibą na Florydzie, notowanej na rynku pozagiełdowym NASDAQ (symbol ADSX). Uważa się, że autorem był Thomas W. Heeter. W 1999 r. opatentował swój wynalazek w Houston. Miał on służyć identyfikacji uczestnika transakcji handlowej. Biochip był wszczepiany pod skórę prawej dłoni, umożliwiał zeskanowanie zawartych tam informacji i pobranie z elektronicznego konta odpowiedniej sumy podczas zakupów<sup>405</sup>.

Istnieje już możliwość wykonania specjalnego tatuażu na dłoni lub nawet na czole niewidzialnego kodu kreskowego używanego w tym samym celu.

W 2004 r. pewną sensację wzbudziły informacje o hiszpańskiej dyskotekce, która zaproponowała swoim klientom wszczepianie chipa. Identyfikacja za jego pomocą miała umożliwiać bezgotówkowe płacenie w barze czy wstęp do strefy VIP.

Na świecie coraz więcej firm, przedsiębiorstw, a także pojedynczych jednostek oraz innych organizacji zdecydowało się na chipowanie pracowników. Podawane są różne

404 <https://www.dwutygodnik.com/artykul/6041-komu-wszczepia-czipy.html> [dostęp: 29.05.2021].

405 <https://patents.justia.com/inventor/thomas-w-heeter> [dostęp: 5.02.2020].

uzasadnienia – od komfortu i wygody po kontrolę pracowników. Oczywiście możliwość ich nieustannego śledzenia wzbudza wiele kontrowersji.

W 2016 r. Atlerico Tigre – argentyński klub piłkarski – wprowadził tzw. Passion Ticket. Umieszczony w chipie wszczepianym pod skórę kibiców spełniał funkcję biletu, jak i dokumentów osobistych. W 2017 r. belgijska spółka Newfusion przeprowadziła akcję chipowania swoich pracowników po tym, jak wzrosła liczba przypadków zgubienia elektronicznych kluczy. Nadajnik wielkości ziarnka ryżu wszczepiano ochotnikom pomiędzy kciuk a palec wskazujący. Jak stwierdził rzecznik spółki: „Chip umożliwia nie tylko otwieranie drzwi i uruchamianie komputera, ale także posiada wbudowaną pamięć, co pozwala na zapisywanie kontaktów”<sup>406</sup>.

W 2017 r. Mike Miller, dyrektor generalny Światowego Stowarzyszenia Olimpijczyków, oświadczył, że dzięki mikrochipom wszczepianym sportowcom wreszcie będzie można się dowiadywać dokładnie i bez badań, kto zażywa substancje dopingujące. Uzasadniał celowość takiego działania: „Jeśli jesteśmy gotowi zaczipować nasze psy i nie wydaje nam się, aby miało to wyrządzić im krzywdę, więc dlaczego nie jesteśmy jeszcze gotowi, aby sami się zaczipować? Niektórzy twierdzą, że jest to atak wymierzony w prywatność. Cóż, sport jest klubem, a ludzie nie muszą dołączać do klubu, jeśli tego nie chcą, jeśli nie mogą przestrzegać zasad”<sup>407</sup>.

## Przyszłość chipów

Każdy chip jest niepowtarzalny. Do jego wszczepienia, bez potrzeby znieczulenia, używa się specjalnych igieł, a żywotność urządzenia, jak się podaje, to 99 lat. Jednak z uwagi na postęp urządzenie tak długo funkcjonujące bez wymiany na inne w celu modyfikacji, wprowadzania tego, co nowo wynalezione, obecnie nie jest możliwe. Uważa się, że chip może być wymieniany co 10 lat. Być może będzie możliwość pozostawienia go pod skórą na dłużej, a jedynie niezbędne będzie okresowe naładowanie zbliżeniowe lub tę opcję zastąpią nowe technologie wykorzystujące energię ciała człowieka posiadającego chip.

W przyszłości prawdopodobnie obok chipów podskórnych pojawią się wszczepiane do jamy ustnej czy np. douzne<sup>408</sup>.

Niektórzy sugerują, że warto posiadać poza chipem z informacją o stanie zdrowia specjalny nad nim tatuaż. Taki tatuaż byłby wskazówką, że dana osoba posiada chip z informacjami o chorobach czy lekach, które otrzymuje, co umożliwiłoby natychmiastową skuteczną pomoc.

---

406 <https://www.cyberdefence24.pl/chipowanie-ludzinowe-wyzwanie-dla-bezpieczenstwa-komentarz> [dostęp: 29.12.2020].

407 <https://mlodytechnik.pl/technika/29551-chipy-wszczepiane-pod-skore-za-piecdziesiat-lat> [dostęp: 11.01.2021].

408 <https://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C83149%2Cekspert-o-wszczepialnych-mikrochipach-korzysciach-i-zagrozeniach.html> [dostęp: 10.01.2021].

## Opinia eksperta

W lipcu 2020 r. opublikowano wywiad z Kierownikiem Katedry Zarządzania w Społeczeństwie Sieciowym Akademii Leona Koźmińskiego w Warszawie, Dariuszem Jemieliakiem. Naukowiec zapytany przez dziennikarza PAP o to, czy zgadza się ze sformułowaniami, że chip to genialny wynalazek, czy może, jak mówią niektórzy – „znamię bestii”, odparł:

Każdej nowej technologii trochę się boimy. Sam jestem raczej ostrożnym entuzjastą postępu. Jeśli natomiast chodzi o wszczepialne chipy, w obecnej chwili wiążą się z nimi pewne zagrożenia – np. dla prywatności. Teoretycznie moglibyśmy być z ich pomocą śledzeni przez cały czas. Telefon możemy zostawić w domu, chipa nie. Z drugiej strony trzeba pamiętać, że śledzenie i tak już ma miejsce, właśnie z pomocą różnych urządzeń, z których korzystamy, a także powszechnych kamer z rozpoznawaniem twarzy. Dzisiaj można już nawet rozpoznać twarz zasłoniętą maską. Drugi powód, dla którego np. ja nie mam wszczepionego chipa, jest taki, że obsługują one niewiele funkcji. Używane obecnie systemy RFID pozwalają na niewiele – na zbliżeniowe płatności czy identyfikację osoby. Ponieważ wiele funkcji chipów spełnia popularny obecnie smartwatch, prawdopodobnie popularność chipów przesunie się w czasie. Mogą mieć zastosowanie w stałej kontroli poziomu glikemii u pacjentów z cukrzycą, a także dawkowania insuliny – co z uwagi na lokalizację w obrębie ciała byłoby metodą najbardziej dokładną<sup>409</sup>.

Kolejnym problemem jest sprawa bezpieczeństwa. Obecna kryptografia jest w stanie zabezpieczyć chip, a zwłaszcza zawarte w nim dane wrażliwe, przed włamaniem. Jednak sami użytkownicy, tak jak w przypadku uczestniczenia w różnych portalach, nie rozumiejąc do końca ich znaczenia, sami rezygnują z zabezpieczeń. Czasami wynika to ze związanego z tym kosztem.

Ważne są też ograniczenia instytucjonalne. Przykładem jest choćby medycyna w USA, która funkcjonuje w systemie rozdrobnionym, dane są gromadzone w niekomunikujących się ze sobą instytucjach prywatnych. Pozytywnym przykładem są systemy sportowe – np. dane z zegarków Garmin są dostępne i mogą być przetwarzane w systemie Strava<sup>410</sup>.

## Problem dostępu do danych

Nadal nie określono instytucji, które już cieszą się zaufaniem, jak choćby banki, które przechowywałyby różne dane wrażliwe. Jednak większość osób z chipami zawierającymi te dane nie chce, by były wysyłane dalej i udostępniane innym instytucjom, ponieważ np. dysponujący nimi bank mógłby odmówić kredytu, wiedząc o problemach zdrowotnych danej osoby i ryzyku zgonu przed jego spłatą. Oczywiście każdy musiałby wyrazić

<sup>409</sup> *Ibidem*.

<sup>410</sup> <https://www.garmin.com/pl-PL/> [dostęp: 28.05.2021]; <https://www.strava.com/> [dostęp: 28.05.2021].

zgodę na takie miejsce przechowywania informacji, choć można by je zawęzić, zaznaczając, że dostęp do danych mają tylko lekarze czy szpital, w którym jest się leczonym.

Od dawna obawiano się również, i wiele osób nadal ma wątpliwości, czy w przyszłości nie będzie możliwe śledzenie każdego ruchu człowieka z chipem, podobnie jak działają już znane urządzenia wszczepiane zwierzętom. Jak na razie znane implanty nie są urządzeniami ze śledzącym GPS-em.

Stałym problemem jest dostęp do danych zawartych w chipie. Już dość dawno hakerzy udowodnili, że można nie tylko przejąć sam sygnał pochodzący z chipa, ale też go skopiować czy zmodyfikować. Ktoś z zewnątrz może wejść w posiadanie danych osobowych, informacji biometrycznych, kontaktów lub kodów dostępu do określonych punktów danej jednostki, a następnie wykorzystać je w złym celu.

W związku z tym specjaliści w dziedzinie bezpieczeństwa ostrzegają, że podskórne chipy, choć szyfrowane, mogą stać się obiektem ataków cyberprzestępców i oceniają, że na masowe wszczepiane do ciała ludzkiego chipów jest jeszcze za wcześnie.

Kolejne ważne pytanie: co będzie z ludźmi, którzy nie zechcą mieć chipa? Czy zostaną wykluczeni jak coraz częściej osoby bez smartfona czy dostępu do internetu? Możliwe jest też, że jedynym dowodem osobistym będzie informacja zawarta w chipie. Jednak, jak się wydaje, jest to dość odległa przyszłość<sup>411</sup>.

## Chipowanie Szwedów

W 2015 r. rozpoczęto chipowanie ludzi w Szwecji, ponieważ zauważono, że temat nie budzi zainteresowań mediów, co jest dowodem, że nie ma przeciwników tego systemu i związanej z tym publicznej dyskusji. W 2015 r. szwedzka spółka Epicenter jako pierwsza wszczepiła swoim pracownikom chipy RFID.

Obecnie już tysiące Szwedów wszczepiło sobie mikrochipy, by mieć tam kody dostępu do różnych miejsc, obiektów, komunikacji czy urzędzeń elektronicznych. Szwedzkie państwowe przedsiębiorstwo kolejowe SJ przekonało już znaczną grupę użytkowników do rezerwacji swojej usługi za pomocą mikrochipów. Po rezerwacji online konduktorzy w pociągach tylko skanują ręce pasażerów.

Społeczeństwo szwedzkie rozumie znaczenie udostępniania danych osobowych, postrzegając to jako oznakę przejrzystego systemu społecznego. Wprowadzone w tym kraju implanty wykorzystują też technologię Near Field Communication (NFC), używaną m.in. w kartach kredytowych. Są „pasywne”, co oznacza, że przechowują dane, które mogą być odczytywane przez inne urządzenia, ale same nie mogą odczytać informacji.

Jednak ostatnio, pomimo – jak się wydaje – powszechnej akceptacji chipów w Szwecji, pojawiają się głosy wątpiących w takie systemy. Ben Libberton, mikrobiolog pracujący

---

<sup>411</sup> <https://filarybiznesu.pl/wizja-przyszlosci-osoba-bez-chipa-znajdzie-sie-pozza-nawiasem-spoleczenstwa/a5076> [dostęp: 20.11.2020].



w laboratorium MAX IV w Lund, wskazuje, że zagrożenie jest realne – ostrzega, że implanty chipowe mogą powodować „infekcje lub reakcje układu odpornościowego”, ale też omawia ryzyko związane z danymi zawartymi w chipie, tzn. jakiego są rodzaju i kto ma do nich dostęp. „Jeśli pewnego dnia chip będzie w stanie wykryć np. problem medyczny, kto i kiedy się o tym dowie?”. Martwi się też, że „im więcej danych jest przechowywanych w jednym miejscu, jak to może się zdarzyć z chipem, tym większe ryzyko, że może on być użyty przeciwko nam”<sup>412</sup>.

## Przyszłość akceptacji chipów

W 2017 r. Gene Munster, inwestor i analityk z firmy Loup Ventures, zauważył, że chipy wszczepione w ciało są nieuchronną przyszłością, ale dotyczy to dłuższej perspektywy – prawdopodobnie 50 lat. Prognozował dalej, że „Za 10 lat Facebook, Google, Apple i Tesla nie będą jeszcze mogły zaimplantować swoich pracowników”, ale „zdecydują się na to niektórzy technoentuzjaści i mniejsze firmy”, pomimo tego, że aktualnie chipy budzą „zbyt wiele negatywnych skojarzeń”, ale do 2067 r. społeczeństwo się na to znieczuli<sup>413</sup>.

Problem nieustannej kontroli człowieka przy użyciu chipów jest stale postrzegany jako zagrożenie dla praw podstawowych – do życia prywatnego czy ochrony danych osobowych. Przewodniczący belgijskiej Ligi Praw Człowieka Alexis Deswaef wyraźnie mówi o zagrożeniach totalną kontrolą: „Za pomocą chipów RFID pracodawca uzyskuje informacje chociażby o godzinie, o której pracownik rzeczywiście rozpoczął pracę, czy o przerwach w jego pracy i ich długości. W rezultacie, w oparciu o te dane, może przeanalizować produktywność danego pracownika, traktując go jak maszynę”<sup>414</sup>.

---

412 <https://mlodytechnik.pl/technika/29551-chipy-wszczepiane-pod-skore-za-piecdziesiat-lat> [dostęp: 11.01.2021].

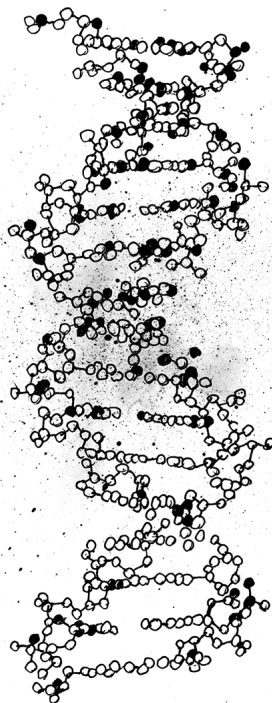
413 *Ibidem*.

414 <https://www.cyberdefence24.pl/chipowanie-ludzinowe-wyzwanie-dla-bezpieczenstwa-komentarz> [dostęp: 29.12.2020].

## BIOHACKING – POCZĄTEK ERY CYBORGÓW

Coraz bardziej popularny staje się tzw. biohacking. W praktyce jest to dążenie do tego, by ludzkie ciało stało się zbliżone do urządzenia. Odbywa się to poprzez wszczepianie chipów, cyfrowych tatuaży, bionicznych protez, a nawet modyfikacji DNA. Ma to na celu m.in. zwiększenie komfortu życia poprzez poprawienie ludzkich możliwości – gwarantuje nadludzką siłę, wyjątkowe zdolności, np. widzenie w ciemności, usuwanie cielesnych defektów, a nawet zapewnienie długowieczności. Chipy, jak już wspomniano, mogą służyć jako dowody osobiste, karty kredytowe, bilety wstępu, klucze do zamków cyfrowych itp. Podaje się, że jeszcze w 2019 r. hakowanie ciała było zabronione w niektórych stanach USA ze względu na kontrowersje związane z ingerencją w kod DNA. W integrowaniu ciała z technologią najbardziej aktywni są Szwedzi, których już rozpoczęto nazywać cyborgami – jest ich ok. cztery tysiące. Stanowią subkulturę tzw. grindersów, tj. ulepszających swoje ciała rozwiązaniami cybernetycznymi.

Moda na biohacking staje się coraz bardziej popularna na świecie. Choć zauważa się, że od dawna ludzie na różne sposoby „hakowali” swoje ciało, jednak było to zjawisko zaliczane do eksperymentu, niszowe. Aleksandra Przegalińska, futurolożka, wykładowca w Akademii Leona Koźmińskiego, odnotowuje: „Zwykły człowiek ma opór przed takimi rozwiązaniami, które naruszają cielesną integralność. Z drugiej strony trzeba powiedzieć, że kiedy byłaby potrzeba, zagrożenie życia lub zdrowia, byłibyśmy skłonni wpuścić do naszego organizmu np. nanoroboty. A to realna perspektywa. Te mogą w przyszłości zastąpić chemioterapię i leczyć w sposób celowany wybrane narządy”<sup>415</sup>. Taka technologia umożliwi też modyfikację genów, by wpływały na rozwój idealnego ciała oraz przekazywały potomstwu jedynie wymarzone przez rodziców cechy. Rodzi także liczne zagrożenia ze strony cyberprzestępców, w skrajnych przypadkach chcących wpływać na zachowanie ludzi i zarządzać światem<sup>416</sup>.



<sup>415</sup> <https://cyfrowa.rp.pl/technologie/32757-hakowanie-cial-oto-zaczyna-sie-era-cyborgow> [dostęp: 28.05.2021].

<sup>416</sup> <https://www.geekweek.pl/news/2020-11-02/nowe-interfejsy-mozg-chmura-zmienia-zwyklych-ludzi-niemal-w-bogow/> [dostęp: 21.07.2021].

Biohakowanie wkroczyło już na pole sztuki i stało się jej wyrazem. Obok robotów, które ją tworzą – malują obrazy czy piszą wiersze – sami artyści wykorzystują swoje ciało jako nośnik informacji cyfrowej. Przykładem może być szwedzka artystka Arvida Byström, której wystawa prezentowana w galerii Fotografiska w Sztokholmie była sensacją w 2018 r. – autorka sama stała się nośnikiem informacji podanej w formie cyfrowej. Wszczepione w jej ciało 30 mikroprocesorów z zapisanymi różnymi hasłami i przekazami można było odczytać za pośrednictwem czytnika NFC, jak i telefonu komórkowego. W ten sposób dziełem stało się ciało artystki będące częścią instalacji artystycznej, do której był dołączony film obrazujący wszczepianie procesorów pod skórę.

Byström na łamach czasopisma „Dazed”, poświęconego kulturze alternatywnej, wyjaśnia, że chciała podkreślić, „iż zmienia się sposób percepcji człowieka, zwłaszcza dzięki mediom cyfrowym. Z jednej strony ludzie stają się maszynami, z drugiej korzystają z cyfrowych bytów jak Siri w telefonie iPhone. To bezcielesne kobiece stworzenie, które firmy technologiczne starają się całkowicie oderwać od koncepcji ciała”<sup>417</sup>. Artystka każdy swój projekt realizuje w mediach cyfrowych, bo chce m.in. zbadać, w jaki sposób i w jak skrajny sposób nasze postrzeganie i doświadczenie zarówno rzeczywistości, jak i tożsamości są kształtowane przez technologię.

Byström, wykorzystując chipy, zwraca uwagę, że coraz więcej czynności odbywa się właśnie w taki bezrefleksyjny sposób: po prostu przykładamy telefon do czytnika, płacąc za zakupy, aktywując bilet czy potwierdzając tożsamość. Dzięki temu stopniowo technologia zaczyna dominować w życiu każdego, nawet osób, które niekoniecznie chcą aż tak daleko się z nią identyfikować. Zdaniem artystki idziemy coraz szybciej w kierunku stworzenia bytów wyłącznie cyfrowych, które będą równoprawne z ludźmi, co jednak może być z perspektywy gatunku dość ryzykowne<sup>418</sup>.

## Cyborgi

W amerykańskim stanie Kalifornia, w Dolinie Krzemowej, istnieje ponad 12 tys. start-upów, z czego upada aż 92%, a z pozostałych 8% tylko 2% odnosi wyraźne sukcesy. Choć Dolina Krzemowa to miejsce o największym stężeniu kapitału na świecie, to również biznesowa dżungla<sup>419</sup>. Pracują tam hardcorowi eksperymetatorzy, tzw. cyborgi, których przed pandemią COVID-19 było ok. 100. Stanowią niewielką część tego świata i raczej są podziemiem Doliny. W jakimś sensie są to utopiści, którzy mają marzenia lepsze niż świat, o jakim marzą technokorporacje zawłaszczające coraz większą liczbę osób i zabierające im życie prywatne, by generowane zyski były coraz wyższe.

<sup>417</sup> *Ibidem*.

<sup>418</sup> <https://cyfrowa.rp.pl/biznes/29965-by-stac-sie-technologicznym-dzielem-sztuki-wszczepila-30-czipow> [dostęp: 15.02.2021].

<sup>419</sup> <https://www.parp.gov.pl/storage/publications/pdf/dobre%20praktyki%20projektu%20pmk.pdf> [dostęp: 15.03.2021].

O żyjących cyborgach bardzo interesująco opowiada Magda Gacyk, która mieszka w sercu technologicznej rewolucji, w słynnej Dolinie Krzemowej. Jest dziennikarką, analityczką trendów technologicznych, konsultantką polskich start-upów w Dolinie Krzemowej, socjolożką i tłumaczką. Od dwóch dekad obserwuje i opisuje nowe zjawiska na styku techniki, ekonomii i kultury w Dolinie Krzemowej. Jest autorką książek *Ścigając Steve'a Jobsa. Historie Polaków w Dolinie Krzemowej* (2015) i *Zabawy w Boga. Ludzie o magnetycznych palcach* (2020).

Wypowiedzi autorki zawarte w książkach oraz w bezpośrednim wywiadzie przeprowadzonym niedawno przez dziennikarkę „Gazety Wyborczej”, Magdę Roszkowską, podane są dalej w obszernych fragmentach jako cytowania.

Transhumanizm dotarł do Kalifornii dopiero w latach 80. XX wieku. Uważa się, że prekursorem transhumanizmu był Rosjanin Nikołaj Fiodorow, charyzmatyczny bibliotekarz z Muzeum Rumiancewa w Moskwie, przyjaciel Tołstoja, asceta i marzyciel. Marzyło mu się, żeby wskrzesić wszystkie poprzednie pokolenia i kolonizować inne planety. Jego pomysły, wydawałoby się zupełnie szalone, w sowieckiej Rosji, w której miejsce religii zajęła wiara w postęp, w naukę, trafiły na podatny grunt. Jeszcze po II wojnie światowej transhumanizm wciąż nie hulał tak bardzo na Zachodzie jak w Związku Radzieckim.

Tak naprawdę w transhumanizmie i w jego praktycznym wcieleniu, cyborgizmie, nie ma nic oprócz odwiecznego marzenia ludzkości o tym, żeby pozostać młodym.

Swoje przyczółki transhumanizm ma też w Wielkiej Brytanii, skąd pochodził profesor Kevin Warwick, cybernetyk z Uniwersytetu w Coventry. Był naukowcem, który wszczepił sobie pod skórę chip i został pierwszym uznanym cyborgiem. Była też Lepht Anonym, prekursorka złomowych cyborgów [...].

Magda Gacyk opowiada także o jednym z bohaterów swojej książki *Zabawy w Boga. Ludzie o magnetycznych palcach*:

Biohaker Josiah Zayner eksperymentował z wszczepianiem sobie w skórę przedramienia fragmentów DNA ośmiornicy, dzięki czemu przez kilkanaście godzin jego przedramię świeciło fluorescencyjnym światłem. Relację ze swoich poczynań umieścił na YouTube i tak trafiło na niego FBI.

Później kontynuuje:

Pierwsze cyborgi złomowe, tzw. grindersi, wszczepiały sobie magnesy w opuszki palców już w pierwszej dekadzie tego stulecia. Teraz tego typu zabiegi są coraz bardziej popularne, choć wciąż półlegalne lub nielegalne. Ludzie wszczepiają sobie na przykład rodzaj skomplikowanego, podskórnego kompasu w okolicy splotu słonecznego. Kompas wibruje z różną częstotliwością w zależności od tego, w jakim kierunku się zwracamy. To ubogaca ciało w doświadczenie magnetorecepcji i echolokacji [...].

Inny przykład na to, że działania cyborgów są bacznie obserwowane: jakiś czas temu jeden z cyborgicznych start-upów eksperymentował z kroplami do oczu, które umożliwiałyby widzenie w podczerwieni. Jego wysiłki śledziła DARPA, naukowe ramię Pentagonu. Ostatecznie to wojsko zajęło się udoskonalaniem tej technologii. [...]

Inne cyborgi usiłują przezwyciężyć ograniczenia biologiczne, modyfikując swoje DNA. Biohakerzy, bo tak się o nich mówi, wszczepiają w swoje komórki fragmenty kodu genetycznego innych organizmów. To próby coraz poważniejszych zmian w naszej podwójnej helisie.

Chociażby robione chałupniczo zastrzyki ze świńskiego DNA, które uprzednio poddane jest inżynierii genetycznej tak, by wyłączyć produkcję miostatyny, białka odpowiedzialnego za powstrzymanie niepohamowanego rozwoju mięśni. Świnie z tak nieaktywnym genem stają się prawdziwymi tucznikowymi kulturystami. Biohakerzy liczą, że taki sam proces zajdzie też w ludzkich organizmach. [...]

Chcą stać się lepszą wersją homo sapiens – może nawet nieśmiertelną. Czasem te eksperymenty mają opłakane skutki. Jeden z moich bohaterów, Rich Lee, opracowywał wynalazek, który miał uczynić ludzkie ciało bardziej wytrzymałym. W zamyśle był to rodzaj wewnętrznej zbroi – ochraniacza wykonanego ze specjalnej pianki. Rich rozciął skórę nogi i zaszył wynalazek na kości piszczelowej. Niestety, po paru miesiącach ciało zaczęło odrzucać implant. Wdała się okropna infekcja, z którą cyborg Lee walczył już drugi rok, mimo że przeszedł kilka zabiegów chirurgicznych. [...]

A przecież tak naprawdę jesteśmy z transhumanizmem i cyborgizmem za pan brat, od kiedy ludzie zaczęli strugać pierwsze drewniane protezy. Ci, którzy korzystają dzisiaj podczas pandemii z respiratorów, też są tymczasowymi cyborgami. Są przecież sprzężeni z maszyną, oddychają tylko dzięki technologii.

Wstrząsająca jest historia chorego na stwardnienie rozsiane Petera Scott-Morgana, który walcząc z chorobą, powoli staje się cyborgiem.

To właśnie dowód, że cyborgizmu nie powinniśmy się obawiać ani go wyśmiewać. Do takich pionierów jak cyborgi świat należy. W historii nauki różne koncepcje były wyśmiewane, ale ten się śmieje, kto się śmieje ostatni. Jestem przekonana, że cyborg będzie tym, kto będzie się śmiał ostatni.

Jednak ludzie stawiają intuicyjną granicę pomiędzy tym, co nazywają leczeniem, a tym, co jest czymś więcej – poszerzaniem możliwości zdrowego człowieka. Tym, co robią ci, którzy fundują sobie dodatkowe zmysły: echolokację, umiejętność widzenia w ciemności czy odczuwania zmian pola elektromagnetycznego. Wiele osób uważa, że taka walka z naturą to już fanaberia [...].

Kobiety rzadziej niż mężczyźni eksperymentują z własnymi ciałami. Kobiety stanowią, powiedziałabym, podstawę ideologiczną cyborgizmu od czasów Donny Haraway, która w 1985 roku napisała manifest cyborga. Był to traktat tyleż cyborgiczny, co feministyczny.

Kobiety najczęściej wybierają cyborgizm ubieralny. Jeśli biohacking, to na zasadzie suplementów diety. Jeśli implanty, to tylko na zewnątrz, na przykład w formie kolczyków lub opaski, żeby można było te dodatki zdjąć.

Ale i wśród praktyków są kobiety. Brytyjka Lepht Anonym jest pierwszym cyborgiem złomowym, jak nazywam tych z nich, którzy wszczepiają sobie elementy elektroniczne pozyskane na przykład ze zużytych komputerów. Moon Ribas, artystka, wszczepiła sobie sejsmiczny implant, dzięki któremu odczuwa ruchy tektoniczne ziemi i zamienia je w sztukę. Razem z Neilem Harbisonem stworzyli w 2016 roku fundację cyborgiczną, a w 2018 napisali Deklarację Praw Cyborga. Stoi w niej między innymi, że cyborga nie wolno demontować – by nie było takich na przykład sytuacji, że nie można wejść na pokład samolotu z antenką na głowie. Neil Harbison miał taką antenkę – niewiele osób zdawało sobie sprawę, że powodem była jego achromatopsja, czyli skrajny daltonizm. Dzięki antence „słyszał” kolory i został pierwszym oficjalnym cyborgiem; ma w Wielkiej Brytanii cyborgiczny paszport. Cyborgi chcą mieć swoje prawa, nie chcą już być traktowani jak dziwolągi. Musimy liczyć się z tym, że homo sapiens w czasach postnowoczesności będzie dużo bardziej zróżnicowany niż teraz. [...]

Część z pomysłów szalonych naukowców, zwykle działających bezinteresownie i nielegalnie, już jest realizowana na układach biznesowych. Na przykład Liviu Babititz stworzył start-up, który produkuje ludzkie kompasy. Zawieszane na szyi na wysokości splotu słonecznego albo wszczepione pod skórę na stałe umożliwiają magnetorecepcję i echolokację. Albo Rich Lee,

który wynalazł implant erotyczny. Wszczepia się go w nasadę członka. To gadżet, ale pomaga mężczyznom, którzy mają problemy z erekcją. [...]

Cyborgi żyją wśród nas, próbując prześcignąć siebie, swoje niedoskonałości, a przede wszystkim ewolucję. Udoskonalają się dzięki nowoczesnym technologiom. Fundują sobie dodatkowe zmysły: echolokację, szkła kontaktowe zapewniające widzenie w ciemności, biofosforyzującą skórę, egzozoskielety pozwalające sparaliżowanym na sprawne poruszanie się, implanty, dzięki którym można odbierać zmiany pola elektromagnetycznego. Korzystają z osiągnięć techniki i genetyki, ponieważ próbują wygrać ze swoimi ludzkimi słabościami<sup>420</sup>.

Tak dalej mówi Magda Gacyk:

Uświadomiłam sobie, że podchodziłam do tego projektu z jednym tylko stereotypem: spodziewałam się, że ludzie-maszyny będą technicyzowani w każdej dziedzinie życia. Otóż okazało się, że niekoniecznie, bo najczęściej są absolutnie zwyczajnymi obywatelami. Zoltan Istvan, główny działacz polityczny transhumanizmu, mieszka w staroświeckim drewnianym domku na północ od San Francisco. Kiedy go odwiedziłam, był przeziębiony. Byłam przekonana, że bierze na to przeziębienie jakieś wyjątkowo odjechane specyfiki, a on mówi: „Magda, chcesz? Dobre na odporność”. „Co to takiego?” – zapytałam zaintrygowana. „Melisa i rumianek”. Cyborg nie jest więc cyborgiem 24/7. [...]

To zwyczajni ludzie, którzy mnie tak po prostu, po ludzku wzruszają tym swoim marzeniem, tą utopijną wiarą. W co? W to, że możemy pokonać choroby i śmierć. Tak naprawdę w transhumanizmie i w jego praktycznym wcieleniu, cyborgizmie, nie ma nic oprócz odwiecznego marzenia ludzkości o tym, żeby pozostać młodym. Dokładnie tego samego, które jest w eposie o Gilgameszu, który szukał ziela wiecznej młodości. Współczesne cyborgi pragną tego samego, tylko zamierzają tego dokonać nie za pomocą eliksiru młodości czy kamienia filozoficznego, ale dzięki technologii. [...]

Nie wiem, czemu przyjęła się taka narracja, że transhumaniści to bogaci technowizjonerzy, którzy czują oddech kostuchy na karku, więc robią wszystko, by przedłużyć swoje życie. Transhumanizm cierpi na czarny PR, ale jestem przekonana, że w którymś momencie zostanie on odczarowany. Rozumiem jednak, skąd tyle przekłamań – to nie jest jednolity ruch. Są wśród transhumanistów na przykład cyberpunkci, którzy modyfikują swoje ciało przede wszystkim w celach dekoracyjnych, ale są i biohakerzy, którzy obsesyjnie wymyślają sposoby na ulepszenie ludzkiego ciała. Najodważniejsi są grindersi. To prawdziwi buntownicy niezabiegający o stypendia ani o komercjalizację swoich pomysłów. Oni uważają, że wynalazki powinny być dostępne dla wszystkich bez wyjątku.

A oto fragmenty wywiadu z Magdą Gacyk. Odpowiada na pytania:

#### **Jak udało ci się do nich dotrzeć?**

Trochę mi to zajęło, żeby się wkręcić w ich towarzystwo, dać się poznać i zdobyć ich zaufanie. Musieli się przekonać, że nie jestem nastawiona na sensację, że jestem naprawdę życzliwa i zależy mi na tym, żeby ich zrozumieć. Kiedy zakumplowałam się z kilkoma prominentnymi cyborgami, to potem było już z górki [...].

Oni często działają na nielegalu. Przeprowadzają zabiegi gdzieś na pustkowiach, w piwnicach, na odludnych ranczach, choć muszę przyznać, że byłam pod wrażeniem, jak bardzo dbają o sterylność zabiegu i obecność kogoś, kto z zawodu jest pielęgniarzem albo pielęgniarką. Przy prostszych zabiegach posiłkują się salonami tatuażu albo modyfikacji ciała.

---

420 <http://wydawnictwoagora.pl/zabawy-w-boga-magda-gacyk/> [dostęp: 15.02.2021].



### **Ile jest dziś na świecie osób, które można nazwać cyborgami?**

To nie jest wielka grupa. Powiedziałabym, że tych lżejszego kalibru, takich, którzy mają magnesy w palcach czy kompasy, jest około tysiąca. Tych hardkorowych, wciąż gotowych na nowe, inwazyjne eksperymenty, jest około stu. Ekstremistów jest niewielu w każdej dziedzinie. Ilu jest himalaistów, którzy zdobywają ośmiotysięczniki zimą, i to najtrudniejszymi drogami? [...]

Cyborgi, których poznałam, mają silne przekonanie, że nawet najbardziej zaawansowane technologie powinny trafić pod strzechy, że każdy powinien mieć do nich dostęp. Kierując się tym przekonaniem, Josiah Zayner, biohaker, były pracownik NASA, opublikował swoje filmiki, na których uczył, jak majstrować we własnym genomie, na przykład jak wszczepić sobie fosforyzujący gen ośmiornicy, żeby świecić na zielono przez 24 godziny.

Był za to ścigany przez FBI [...].

Według niektórych cyborgiem jest każdy, kto wspomaga swój organizm technologią: posiadacze rozruszników serca, pomp insulinowych, właściciele bionicznych protez, implantów ślimakowych, ba, nawet ci, co noszą soczewki kontaktowe, nie wspominając o inteligentnych zegarkach.

W takiej interpretacji cyborg nie byłby żadnym nowym tworem, bo człowiek zawsze próbował ulepszać zmysły. W tym celu ociosywał kryształ i przez nie patrzył, podpierał na kosturze wysiadające stawy i tak dalej. Innymi słowy, ziemię od zawsze zasiedlały protocyborgi. A w kontekście pandemii: każdy, kto leży pod respiratorem, jest cyborgiem, bo oddycha dzięki maszynie. Oczywiście większość takich mimowolnych cyborgów na pewno obruszyłaby się, gdyby tak ich nazwać. [...]

Nieśmiertelność to rечczywiście jest leitmotyw wśród większości transhumanistów, czyli wyznawców teorii, że technologia pozwoli nam przekroczyć ludzkie ograniczenia. Są wśród nich biohakerzy, cyborgi i technowizjonerzy, stanowiący najbardziej szanowaną „kastę” przedsiębiorczych innowatorów i wynalazców w Dolinie Krzemowej. [...]

Niektórzy przyjmują postawę dość zachowawczą, twierdząc, że jedyne, co na razie możemy zrobić, to przedłużać życie, czyli generalnie o siebie dbać. Mieszkańcy Doliny Krzemowej mają kompletnego hopla na punkcie diety. Jedzą posiłki złożone z wysoko wyselekcjonowanych produktów o specyficznym składzie tłuszczowym i proteinowym, które uzupełniają ogromną ilością suplementów. Ray Kurzweil, duchowy przywódca transhumanistów, swego czasu przyjmował aż 250 tabletek dziennie. Obecnie zjada ich ponad 100, a do tego raz w tygodniu przyjmuje kroplówki. [...]

Co kilka lat Dolina huczy od kolejnej żywieniowej mody. Kilka lat temu głośno było o badaniach przeprowadzonych na drożdżach, muszkach owocówkach i płazińcach, które dokarmiano ibuprofenem i one żyły znacznie dłużej. Wiele osób zaczęło więc regularnie spożywać środek przeciwbólowy. Dla niektórych konsekwencje takiej decyzji były opłakane, bo przecież jesteśmy znacznie bardziej skomplikowanymi organizmami i przy okazji możemy rozstroić sobie układ pokarmowy. Obecnie bardzo modne są tak zwane posty przerywane, czyli powstrzymywanie się od jedzenia 14-16 godzin na dobę, co podobno ma zbawienny wpływ na nasze zdrowie. [...]

Nierówności społeczne się pogłębiają, ale ja jestem absolutnie przekonana, że kapitalizm w obecnej formie jest w agonii i niedługo wyda ostatnie tchnienie. Mam nadzieję, bo jestem życiową optymistką, że to, co nastanie później, wyrówna skrajne nierówności. W mojej osobistej opinii wszyscy będziemy kiedyś cyborgami<sup>421</sup>.

---

421 <https://weekend.gazeta.pl/weekend/1,152121,26483921,w-dolinie-krzemowej-jest-ich-podnad-100-przeprowadzaja-najdziwniejsze.html> [dostęp: 15.03.2021].



W radiu TOK FM w 2020 r. podano:

Pewna parafia w Niemczech zdecydowała się na radykalną innowację – błogosławieństw udziela tam proboszcz-robot. Ma wiecznie zdziwioną minę, święcące dłonie i potrafi przemawiać męskim albo żeńskim głosem. W USA transhumanizm, czyli idea zespolenia człowieka z maszyną czy technologią, doczekał się już własnego kościoła i pierwszego kandydata na prezydenta<sup>422</sup>.

---

<sup>422</sup> <https://audycje.tokfm.pl/podcast/97430,Jutronauci-2020-Co-sklania-czlowieka-do-wszczepienia-czipow-w-dlonie> [dostęp: 15.03.2021].

## SYTUACJA PRAWNA OSÓB WYKONUJĄCYCH ZABIEGI MODYFIKACJI CIAŁA

Trwającą od lat dyskusję na temat tego, kto może wykonywać zabiegi modyfikacji ciała, przedstawiono jako cytowania ze specjalistycznych portali, by nie wprowadzać własnej interpretacji. Jest to bardzo ważny, obszerny, a czasem wzbudzający kontrowersje temat i dotyczy nie tylko osób zajmujących się tą dziedziną kosmetologii i medycyny, ale też powinien być znany osobom, które chcą się takim zabiegom poddać. Chodzi nie tylko o bezpieczeństwo i pełen profesjonalizm, ale także o skomplikowane kwestie prawne, które pojawią się w przypadku chęci zgłoszenia niepowodzenia zabiegu lub jego powikłań.

Obowiązujące aktualnie przepisy prawa nie wskazują jasno, kto może wykonywać zabiegi medycyny estetycznej i w efekcie może to robić zarówno lekarz, lekarz stomatolog, jak i kosmetolog lub kosmetyczka. A o tym, jak popularne są zabiegi medycyny estetycznej, świadczy fakt, że usługi z tego zakresu świadczą już nie tylko dermatolodzy, ale coraz częściej w swojej ofercie zabiegi powiększenia ust mają dentyści czy ginekolodzy<sup>423</sup>.

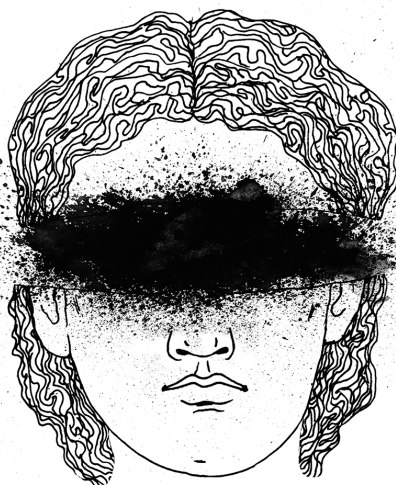
Wystarczy przejrzeć kilka popularnych portali z ogłoszeniami, by zobaczyć, że zabiegi medycyny estetycznej umieszczane są obok np. ofert sprzedaży mieszkań, a osoby praktycznie anonimowe proponują powiększanie i modelowanie ust czy wypełnianie zmarszczek. Często okazuje się, że są to osoby bez żadnego wykształcenia w tym kierunku<sup>424</sup>.

### Kosmetyczka

Kosmetyczka wykonuje zabiegi z zakresu kosmetyki pielęgnacyjnej, tj. oczyszczanie, złuszczenie, nawilżanie skóry twarzy, szyi i dekoltu oraz pielęgnacji kończyn górnych (manikiur/manicure) i dolnych (pedikiur/pedicure). Wykonuje także zabiegi upiększające, zdobnicze oraz zabiegi z zastosowaniem czynników fizykalnych ze szczególnym uwzględnieniem światła, prądu, wody, temperatury i ultradźwięków. Udziela porad z zakresu stylizacji i wizażu, np. rodzaju makijażu

423 <https://www.prawo.pl/zdrowie/kto-moze-wykonywac-zabiegi-medycyny-estetycznej-czy-uprawnienia,501671.html> [dostęp: 15.02.2021].

424 *Zawód kosmetyczka określany w ustawie jako technik usług kosmetycznych*, <https://www.ore.edu.pl/wp-content/uploads/2020/03/technik-uslug-kosmetycznych.pdf> [dostęp: 30.05.2021].



oraz sposobów jego wykonania, formy fryzury i kolorystyki włosów, doboru odpowiedniego stylu ubioru wraz z paletą barw, biżuterii i dodatków. Śledzi zmiany, trendy i nowe rozwiązania w kosmetologii, które wykorzystuje i wprowadza do oferowanych usług kosmetycznych.

Pracę w zawodzie kosmetyczka może wykonywać osoba, która posiada: – dyplom potwierdzający kwalifikacje pełne w zawodzie szkolnym technik usług kosmetycznych, po spełnieniu wymagań formalnych i zdaniu egzaminu organizowanego przez okręgowe komisje egzaminacyjne, – świadectwa ukończenia kwalifikacyjnych kursów zawodowych w zakresie kwalifikacji AU.61 Wykonywanie zabiegów kosmetycznych twarzy oraz AU.62 Wykonywanie zabiegów kosmetycznych ciała, dłoni, stóp, wyodrębnionych w zawodzie technik usług kosmetycznych, – świadectwo czeladnicze i dyplom mistrzowski w zawodzie kosmetyczka nadawany w ramach kształcenia rzemieślniczego po zdaniu egzaminu organizowanego przez Izby Rzemieślnicze. Ponadto zarząd kosmetyczka może wykonywać również osoba, która: – uzyskała doświadczenie w trakcie wykonywania pracy w salonie kosmetycznym; – odbyła szkolenia (potwierdzone odpowiednimi certyfikatami) w zakresie świadczenia określonych usług kosmetycznych (np. stylizacja paznokci, pielęgnacja twarzy czy wizaż) w wyspecjalizowanym ośrodku szkoleniowym, – odbyła szkolenia specjalistyczne oferowane przez firmy kosmetyczne, np. dotyczące obsługi sprzętu czy kosmetyków do pielęgnacji ciała i twarzy, – uzyskała uprawnienia do wykonywania skomplikowanych zabiegów pielęgnacyjnych i estetycznych z wykorzystaniem specjalistycznej aparatury<sup>425</sup>.

## Kosmetolog

### *Kwalifikacje zawodowe*

Zgodnie z opisem kwalifikacji zawodowych kosmetolog jest specjalistą zajmującym się poprawą i przywracaniem urody. Zajmuje się on profilaktyką opóźniającą oznaki starzenia oraz problematyką zmian skórnych. Do zadań kosmetologa należy diagnostyka skóry oraz wykonanie zabiegów z zakresu kosmetologii pielęgnacyjnej, upiększającej i leczniczej. Posiada wiedzę ogólną z zakresu anatomii, fizjologii, patofizjologii, biochemii, histologii, dermatologii, immunologii, onkologii skóry, chemii surowców i preparatów kosmetycznych, toksykologii, laseroterapii, ale też etyki, nauk o zdrowiu, a także wiedzę szczegółową z zakresu medycyny estetycznej i kosmetologii. Kosmetolog znajduje zatrudnienie w gabinetach kosmetycznych, odnowy biologicznej, firmach kosmetycznych, laboratoriach lub jako wykładowca w wyższych uczelniach i szkołach kosmetycznych oraz w redakcjach profesjonalnych czasopism czy stron internetowych.

Kosmetolog powinien umieć różnicować defekty kosmetyczne od zmian chorobowych, a w sytuacji stwierdzenia zmian potencjalnie chorobowych powinien skierować klientkę na konsultację z lekarzem. Kosmetolog jest uprawniony do wykonywania wybranych zabiegów kosmetyki leczniczej pod nadzorem lekarza. Unormowanie takie wskazuje na silną potrzebę współpracy tych dwóch grup zawodowych. Krajowy standard kwalifikacji zawodowych przyznaje kosmetologowi kwalifikacje do wykonywania zabiegów zamykania rozszerzonych naczyń krwionośnych oraz zabiegów głębokiego złuszczenia naskórka, nie określa jednak jakimi metodami może być to wykonywane. Ze względu na fakt, iż są to zabiegi w dużym stopniu ingerujące w struktury skóry, warto byłoby kwestię tę uregulować w bardziej szczegółowy sposób. Należałoby określić zabiegi, które kosmetolog może wykonywać samodzielnie, które pod nadzorem lekarza, a których nie może wykonywać w ogóle<sup>426</sup>.

425 Informacja o zawodzie kosmetyczka 514202, Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Departament Rynku Pracy, Warszawa 2018, [http://www.infodoradca.edu.pl/pdf/514202\\_Kosmetyczka.pdf](http://www.infodoradca.edu.pl/pdf/514202_Kosmetyczka.pdf) [dostęp: 30.05.2021].

426 S. Banaś, *Aspekty prawne zabiegów kosmetycznych wykonywanych przez kosmetologa*, „Kwartalnik Prawa Publicznego” 2015, nr 2.

### **Wykształcenie kosmetologa**

Na znanym portalu dotyczącym studiów zawarto następujące informacje:

Studia na kierunku kosmetologia to studia licencjackie lub magisterskie, z obszaru nauk medycznych i nauk o zdrowiu, których program kształcenia zazwyczaj trwa 3 lata (studia I stopnia) lub 2 lata (studia II stopnia) i kończy się uzyskaniem dyplomu (licencjata lub magistra).

Studia można podjąć w trybie stacjonarnym (dziennym) lub niestacjonarnym (zaocznym, wieczorowym) lub online. Specyfika studiów zależy od wyboru specjalności / ścieżki kształcenia.

W trakcie studiów studenci nauczą się planować i wykonywać zabiegi kosmetyczne, zabiegi pielęgnacyjne, upiększające i lecznicze, a także stosować kosmetyki, odczytywać ich skład i ustalać ich zastosowanie. Dowiedzą się, jak rozpoznawać chorobowe zmiany skóry, jak obsługiwać specjalistyczną aparaturę, a także jak wygląda proces produkcji wyrobów kosmetycznych.

Po studiach można prowadzić własny gabinet kosmetyczny, ale możliwości zawodowych jest znacznie więcej. Studia przygotowują do pracy między innymi w klinikach zdrowia i urody, salonach odnowy biologicznej, salonach SPA i Wellness, uzdrowiskach i sanatoriach.

Absolwenci kosmetologii odnajdą się także w laboratoriach firm farmaceutycznych i kosmetycznych, sieciach dystrybucji kosmetyków, działach kontroli jakości czy firmach zajmujących się surowcami i półproduktami używanymi do wytwarzania kosmetyków.

W procesie rekrutacji na studia na kierunku kosmetologia najczęściej wymagane przedmioty maturalne to: biologia, chemia, fizyka, matematyka<sup>427</sup>.

### **Historia kształcenia kosmetologów w Polsce**

W okresie międzywojennym (lata 20. XX w.) w Polsce zawód kosmetyka należał do nierzemieślniczych wolnych zawodów i był podporządkowany Ministerstwu Zdrowia.

Po zakończeniu II wojny światowej jako pierwsza w Polsce kosmetologią zajęła się lekarz dermatolog dr hab. Irena Rudowska-Jakubowicz (1918-1991)<sup>428</sup>. W książce, wydanej w 1959 r., zatytułowanej *Kosmetyka lekarska*, podjęła tematykę uwarunkowań prawnoadministracyjnych zawodu kosmetologa. Zauważyła fakt powiązania kosmetologii z wieloma dyscyplinami medycyny, sugerując, by nadzór nad tym zawodem przejęło Ministerstwo Zdrowia<sup>429</sup>.

Jednakże przez wiele lat Polska, znajdująca się w bloku państw komunistycznych, nie zwracała uwagi na potrzeby społeczeństwa w zakresie medycyny estetycznej. Zresztą nie było zainteresowania tym krajem ze strony wielu firm farmaceutycznych, a jedynie nieliczne prowadziły sprzedaż kosmetyków. Dopiero w 1989 r., kiedy Polska uzyskała wolność, zmieniła się polityka gospodarcza, szeroko otworzyły się granice, przybyły liczne firmy kosmetyczne i wystąpił gwałtowny rozwój kosmetologii. Wiązała się z tym konieczność szkolenia kadr kosmetycznych. Od współczesnego kosmetologa, który czasem jedynie stosuje w swoim gabinecie specyfiki kosmetyczne, wymagana jest szeroka

427 <https://www.otouczenie.pl/artypul/1001/Kosmetologia> [dostęp: 29.05.2021].

428 <https://www.termedia.pl/Wspomnienie-w-100-rocznice-urodzin-dr-hab-Ireny-Rudowskiej-Jakubowicz-r-ndr-hab-Irena-Rudowska-Jakubowicz-1918-1991-,56,36102,1,0.html> [dostęp: 29.05.2021].

429 I. Rudowska, *Kosmetyka lekarska*, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1959.

wiedza medyczna dotycząca nie tylko dermatologii, ale też immunologii czy alergologii. Konieczna jest również znajomość chemicznej budowy surowców kosmetycznych i sposobów ich produkcji, a także interakcji z innymi preparatami kosmetycznymi.

W związku z tym powstała inicjatywa otwarcia przy ówczesnych Akademiach Medycznych (obecnie Uniwersytety Medyczne) Wyższych Zawodowych Studiów Kosmetycznych oraz wyspecjalizowanych szkół fizjoterapii i kosmetologii. Po licznych dyskusjach w medycznym środowisku akademickim w 1997 r. podjęto decyzję o otwarciu takich studiów w Akademii Medycznej w Łodzi (w 2004 r. przekształcone w Oddział Kosmetologii Wydziału Farmaceutycznego), a w 1999 r. w Akademii Medycznej w Bydgoszczy. W tym samym roku powstała także we Wrocławiu Wyższa Szkoła Fizjoterapii ze specjalnością kosmetologii. W roku 2004 kierunek kosmetologia został otwarty w Akademii Medycznej w Poznaniu i w Śląskiej Akademii Medycznej w Bytomiu. Ideą kształcenia wysoko wykwalifikowanych kadr kosmetologów miało być ich równorzędne partnerstwo z lekarzami dermatologami w zakresie udzielania kompleksowej i nowoczesnej pomocy medycznej<sup>430</sup>.

Obecnie ok. 50 polskich uczelni wyższych, zwykle na Wydziałach Farmacji, kształci kosmetologów. Program studiów obejmuje takie przedmioty nauczania, jak: fizjoterapia, patofizjologia, dermatologia, chemia kosmetyczna, mikrobiologia, histologia, podstawy immunologii z elementami alergologii, podstawy żywienia z dietetyką, sensoryka i środki zapachowe, estetyka, podstawy ekonomii z elementami prawa, pierwsza pomoc medyczna, język obcy i inne<sup>431</sup>.

## Regulacje prawne zawodu kosmetologów

Pomimo tego, że od ponad 50 lat postuluje się, by zawód kosmetologa został uznawany w Polsce jako medyczny, obecnie nadal nie zostało to unormowane prawnie. Nie powstały ustawowe normy określające najważniejsze cechy zawodu kosmetologa i zakres odpowiedzialności. Kosmetolodzy alarmują, że:

brak odpowiednich przepisów jest przyczyną kontrowersji dotyczących ich kompetencji – zdarza się, że klienci mają obawy przed wizytą u kosmetologa, szczególnie gdy zabiegi są związane z ingerencją w ciągłość tkanek. Niejednokrotnie także kosmetolodzy potrzebują pomocy prawnika – dzieje się tak przede wszystkim wtedy, gdy klienci mają wątpliwości co do prawidłowości przebiegu konkretnego zabiegu<sup>432</sup>.

Sytuacja taka staje się problemem prawników, gdyż powoduje pojawianie się w orzecznictwie rozbieżności dotyczących kwalifikacji zawodu kosmetologa do zawodów medycznych.

---

430 *Szkolnictwo kosmetyczne*, <http://www.kosmet.pl/pjc.php?opc=EU&lng=pl> [dostęp: 29.05.2021].

431 <https://studiowac.pl/2718/zawod-kosmetolog/> [dostęp: 29.05.2021].

432 <https://chrzanowski24.pl/strona-glowna/kosmetolog-profesja-nie-uregulowana-przepisami-prawnymi-250937504> [dostęp: 28.05.2021].

Źródłem chęci uregulowania zawodu kosmetologa jest spór o to, kto i na jakich zasadach może wykonywać popularne i intratne zabiegi z zakresu medycyny estetycznej.

Medycy dążą do tego, aby pozbawić kosmetyczki i kosmetologów prawa wykonywania zabiegów związanych z przerywaniem powłok ciała. W związku z tym niedawno odbyła się w Naczelnej Izbie Lekarskiej (NIL) konferencja poświęcona temu zagadnieniu. Przyczynkiem do dyskusji był fakt, że w maju 2020 r. weszło w życie rozporządzenie (UE) 2017/745 Parlamentu Europejskiego i Rady z 5 kwietnia 2017 r. w sprawie wyrobów medycznych, zmieniające dyrektywę 2001/83. Teraz rząd będzie musiał je wdrożyć do polskiego porządku prawnego wydając ustawę około rozporządzeniową i w związku z tym opublikował już projekt ustawy o wyrobach medycznych. Jednak milczy on na ten temat, kto będzie podawać pacjentowi wyroby medyczne wykorzystywane w medycynie estetycznej. Lekarze nie dają jednak za wygraną i chcieliby, aby rząd wskazał, kto może przeprowadzać zabiegi medycyny estetycznej. Uczestnicy debaty w NIL, w której brali udział nie tylko lekarze, ale także prawnicy, w tym konstytucjonalista prof. Matek Chmaj, uznali, że interes społeczny wymaga uporządkowania kwestii medycyny estetycznej. Zaapelowali do ministra zdrowia o podjęcie prac legislacyjnych mających na celu uregulowanie zasad udzielania świadczeń z zakresu medycyny estetycznej poprzez umożliwienie wykonywania tych usług wyłącznie osobom posiadającym odpowiednie kwalifikacje, tj. lekarzom i lekarzom denty stom, dającym rękojmię wysokiego poziomu i bezpieczeństwa udzielanych świadczeń<sup>433</sup>.

Debata, często burzliwa, nie przyniosła jak na razie porozumienia Naczelnej Rady Lekarskiej i Izby Kosmetologów. Co więcej, podzielone są też zdania prawników.

W czerwcu 2020 r. poseł Paweł Szramka z Kukiz'15 skierował do Ministerstwa Zdrowia interpelację poselską w sprawie wprowadzenia ustawy o zawodzie kosmetologa. Przedstawił w niej stanowisko Izby Kosmetologów i Naczelnej Rady Lekarskiej, które domagają się takiego aktu prawnego, motywując to faktem, że prawo nie poszło w ślad za rozwojem cywilizacji i rynku. Cytowane w interpelacji wypowiedzi kosmetologów wskazują na duże napięcia pomiędzy kosmetologami a lekarzami:

Zakres wielu przedmiotów studiów kosmologicznych jest analogiczny jak na wydziałach lekarskich. Prawo nie poszło – nie tylko w kosmologii – w ślad za rozwojem cywilizacji i rynku. Ostatnie zapisy mówią o tym, że kosmetyczka nie może przerywać ciągłości naskórka, tyle że jest to już dzisiaj zupełnie archaiczny zapis z lat 50. XX wieku [...]. Chodzi o to, jakie zabiegi mogą wykonywać kosmologolodzy, a właściwie jakich nie mogą wykonywać w przeciwieństwie do lekarzy, o co toczy się spór pomiędzy oboma środowiskami. [...]

Pojawiła się estetyka jako sposób na poprawę urody. Lekarze próbują zawłaszczyć te usługi, upowszechniając opinię, że jest to zakres medycyny estetycznej. Termin ten w polskim prawodawstwie nie istnieje. Grupa lekarzy powołała przy Stowarzyszeniu Lekarzy Dermatologów Estetycznych podyplomowe studia o kierunku medycyna estetyczna. Porzucają oni swoje specjalizacje, robią te studia i przestawiają się głównie na zarabianie dużych pieniędzy. Kosmologolodzy tymczasem – również zgodnie z kierunkiem swoich studiów, a zwłaszcza z wieloletnią praktyką – także wykonują niektóre zabiegi estetyczne, ale nie chirurgiczne. Przed kilkoma laty ww. Stowarzyszenie Lekarzy rozpoczęło narastające ataki na kosmetologów, ponieważ chce ono wyeliminować kosmetologów z tego rynku bardzo intratnych usług. [...] Kosmologolodzy

433 K. Nowosielska, *Na razie powiększenia ust będzie mógł robić lekarz i kosmetyczka*, <https://www.prawo.pl/zdrowie/kto-moze-wykonywac-zabiegi-medycyny-estetycznej-czy-uprawnienia,501671.html> [dostęp: 28.05.2021].



stosują niższe ceny za takie same zabiegi, stanowią więc nie tylko usługową, ale i finansową konkurencję. Pism i brzydkich wystąpień medialnych pojawiło się na przestrzeni kilku lat bez liku. Manipulują one opinią publiczną, okłamują społeczeństwo, insynuują... Trafiono nawet do senackiej Komisji Zdrowia, a teraz do Krajowej Rady Sądownictwa. Obecnie – w związku z pandemią i mniejszą liczbą chętnych na tego rodzaju usługi – nastąpił kolejny atak, na który tym razem postanowiliśmy zareagować<sup>434</sup>.

Ważne jest też zdanie lekarzy na temat braku regulacji prawnych zawodu kosmetyka oraz braku odpowiedniego nadzoru nad używanymi preparatami. W październiku 2020 r. dr n. med. Ewa Kaniowska, współzałożycielka i wiceprezes Stowarzyszenia Lekarzy Dermatologów Estetycznych powiedziała:

Powikłania po zabiegach estetycznych, jak przy innych procedurach medycznych są nieuniknione, jednak niepokojący jest wzrost tych powikłań w przypadku wykonywania zabiegów przez osoby nieuprawnione. [...] Dla środowiska lekarzy jest to olbrzymi problem zarówno etyczny, jak i prawny. Stają oni bowiem przed dylematem jak podejmować się leczenia pacjenta, który zjawił się z powikłaniem, powstałym np. po zastosowaniu produktu niewiadomego pochodzenia. Brak jasnych regulacji w tym zakresie stanowi również problem dla prawników i sądów, a także dystrybutorów i ich nadzoru nad produktami i wyrobami medycznymi. Często sami kosmetycznicy mają problem, bo są wprowadzani w błąd przez wydawane im certyfikaty po szkoleniach<sup>435</sup>.

Z dniem 29 stycznia 2021 r. Naczelna Rada Lekarska podjęła uchwałę w sprawie projektu zmian w ustawie o działalności leczniczej i projektu ustawy o wyrobach medycznych. Samorząd proponuje rozszerzyć dotychczasową definicję świadczenia zdrowotnego. Pojęcie to miałyby oznaczać: działania służące zachowaniu, ratowaniu, przywracaniu lub poprawie zdrowia oraz inne działania medyczne wynikające z procesu leczenia lub przepisów odrębnych regulujących zasady ich wykonywania, a także działania służące przywracaniu lub poprawie fizycznego i psychicznego samopoczucia oraz społecznego funkcjonowania pacjenta, poprzez zmianę jego wyglądu, wiążące się z ingerencją w tkanki ludzkie<sup>436</sup>.

Z kolei 20 marca 2021 r. portal prawo.pl zaprezentował głosy lekarzy i prawników. Dziennikarz skomentował to następująco:

nadal trwa konflikt pomiędzy samorządem lekarskim, który domaga się, by zabiegi medycyny estetycznej mogli wykonywać jedynie lekarze i lekarze stomatolodzy, oraz osoby spoza tej profesji do tej pory zajmujące się modyfikacjami ciała. Głównym argumentem medyków jest bezpieczeństwo pacjentów. Natomiast branża tzw. beauty twierdzi, że w ten sposób ograniczona zostanie dostępność do tych usług, co spowoduje też znaczny wzrost cen. Jednak Ministerstwo Zdrowia przygotowało już projekt nowelizacji. [...]

Opinie prawników nie są jednoznaczne. Część z nich uważa, że obecnie obowiązująca definicja świadczeń zdrowotnych obejmuje też świadczenia z zakresu medycyny estetycznej

434 P. Szramka, Interpelacja nr 8424 do ministra zdrowia, <https://sejm.gov.pl/Sejm9.nsf/InterpelacjaTresc.xsp?key=BRABYF> [dostęp: 15.02.2021].

435 <https://www.politykazdrowotna.com/65337,medycyna-estetyczna-potrzebne-regulacje-prawne> [dostęp: 28.05.2021].

436 <https://nil.org.pl/dla-lekarzy/prawo/medycyna-estetyczna/5295-definicja-swadczenia-zdrowotnego-wymaga-korekty> [dostęp: 30.05.2021].



i nie są ani konieczne, ani wskazane zmiany treści. Jednak uważają oni, że powinno być jednoznacznie określone, które zabiegi powinny być wykonywane jedynie przez lekarzy, a które są tylko usługą kosmetyczną. Jednakże w dalszej polemice prawników pojawia się wątpliwość, czy można ściśle rozgraniczać świadczenie zdrowotne od usługi kosmetycznej. Proponowana przez Naczelną Radę Lekarską granica określająca, co już jest ingerencją w tkanki ludzkie, nie jest w pełni akceptowana. W opinii innych prawników drobne zabiegi jak np. manicure czy tatuaż już są ingerencją w tkanki, ale nie wymagają, by wykonywał je lekarz. [...]

W obecnym stanie prawnym kosmetyczki w zasadzie nie ponoszą odpowiedzialności za wyrządzone klientom szkody. Nie wymaga się od nich posiadania jakichkolwiek kompetencji czy choćby ubezpieczenia OC, zaś gabinet kosmetyczny może otworzyć właściwie każdy. [...]

Z informacji, do których dotarło Prawo.pl wynika też, że resort przygotował już propozycje zmian w prawie. Nie chodzi jednak o ustawę o działalności leczniczej, tylko o ustawę o zawodach lekarza i lekarza dentysty. Mowa tu o art. 2 ust. 1 ustawy, który to przepis stanowi obecnie, że „wykonywanie zawodu lekarza polega na udzielaniu przez osobę posiadającą wymagane kwalifikacje, potwierdzone odpowiednimi dokumentami, świadczeń zdrowotnych, w szczególności: badaniu stanu zdrowia, rozpoznawaniu chorób i zapobieganiu im, leczeniu i rehabilitacji chorych, udzielaniu porad lekarskich, a także wydawaniu opinii i orzeczeń lekarskich”. Nowe brzmienie tego przepisu ma natomiast uwzględnić holistyczne podejście do leczenia pacjenta. [...] Projekt podlega obecnie konsultacjom wewnętrznym. Z przekazanych przez resort informacji wynika, że nowelizacja uwzględni w dużej mierze proponowaną przez Naczelną Radę Lekarską i towarzystwa naukowe definicję medycyny estetycznej. Ponadto równolegle procedowany jest projekt rozporządzenia w sprawie umiejętności zawodowych lekarzy i lekarzy dentystów, który przewiduje certyfikację umiejętności pod nazwą „medycyna estetyczna”. Czy to początek końca „wolnej amerykanki” w medycynie estetycznej?<sup>437</sup>

## Prawne uwarunkowania preparatów i sprzętu używanego w medycynie estetycznej

W 2020 r. podano:

Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2020/561 z dnia 23 kwietnia 2020 roku zmieniające rozporządzenie (UE) 2017/745 w sprawie wyrobów medycznych zostało opublikowane w dniu 24 kwietnia 2020 roku w Dzienniku Urzędowym Parlamentu Europejskiego. Głównym celem poprawki jest przesunięcie terminu stosowania z 26 maja 2020 roku na 26 maja 2021 roku, wraz z tym przesunięciem przyjęto również inne terminy stosowania dodatkowych przepisów.

Najważniejsze zmiany:

1. Rozszerzony zakres o urządzenia niemedyczne.
2. Unikalny numer produktu dla każdego urządzenia medycznego.
3. Bardziej rygorystyczne wymagania dokumentacji technicznej.
4. Bardziej rygorystyczne wymagania dla osób odpowiedzialnych i wiedza medyczna.
5. Nowa procedura kontroli wyrobów medycznych wysokiego ryzyka.
6. Bardziej rygorystyczne wymagania dotyczące ocen i badań klinicznych: gromadzenie danych także po wprowadzeniu produktu na rynek.
7. Nowe jednostki do kontroli przepisów.

---

<sup>437</sup> D. Lesner, *Medycyna estetyczna czeka na swoje prawo, a kontrowersji dużo*, <https://www.prawo.pl/zdrowie/medycyna-estetyczna-beda-zmiany-w-prawie-ale-kontrowersji-duzo,507050.html> [dostęp: 30.05.2021].

Zakładano 4-letni okres przejściowy, tj. do 2021 r., a 24 maja 2024 r. wygasza się wszystkie dotychczasowe pozwolenia i certyfikaty<sup>438</sup>.

W Polsce rozpoczęto prace nad rozporządzeniami, jednak budziły one i nadal budzą bardzo wiele emocji wśród przedsiębiorców działających w branży wyrobów medycznych. Rozporządzenia mają zastąpić obowiązujące od początku lat 90. dyrektywy unijne (tzw. MDD). Mają one decydować nie tylko o rynku usług kosmetycznych, ale też wszystkich zabiegów modyfikacji ciała. Do wyrobów medycznych mają być zakwalifikowane nawet soczewki zmieniające barwę oczu, lasery do depilacji czy sprzęt do zmiany anatomii ludzkiego ciała, np. do liposukcji, lipolizy lub lipoplastyki<sup>439</sup>.

W uchwale z 29 stycznia 2021 r. władze samorządu lekarskiego (Naczelnej Rady Lekarskiej – NRL) sformułowały jeszcze jedną propozycję zmiany prawa. Dotyczy ona projektu ustawy o wyrobach medycznych z 30 czerwca 2020 r. (nr z wykazu UC 34). NRL chce obligatoryjności wydania rozporządzenia w przedmiocie określenia katalogu wymagań lub ograniczeń w odniesieniu do wyrobów, które stwarzają lub mogą stwarzać zagrożenie dla życia, zdrowia lub bezpieczeństwa pacjentów i użytkowników. [...]

Ponadto lekarze chcieliby wprowadzenia administracyjnej kary pieniężnej do 1 mln zł. Groziłaby ona tym, którzy w ramach prowadzenia działalności gospodarczej lub wykonywania pracy zarobkowej, używają wyrobu medycznego niezgodnie z wymaganiami. [...]

Przeciw takim rozwiązaniom jest Naczelna Rada Lekarska Izba Kosmetologów. – Propozycje wprowadzania zapisów zawierających ogromne sumy kar za użycie produktów, z których od lat korzystali w bezpieczny sposób także kosmetolodzy, jest w naszej ocenie wręcz zachowaniem pozbawionym etyki ze znamionami nieuczciwej konkurencji – wskazano w stanowisku. – Próba wprowadzenia tzw. tylnymi drzwiami zapisów mających na celu usunięcie z rynku konkurencyjnych zawodów, w naszej ocenie niszczy w sposób dotkliwy i tak już trudny dialog pomiędzy środowiskiem kosmetologicznym a lekarskim – uważa Izba Kosmetologów. [...] Ministerstwo Zdrowia, na obecnym etapie prac legislacyjnych, nie planuje jednak wprowadzania zmian, które zaproponowała w tym zakresie Naczelna Rada Lekarska. Na prośbę resortu stanowisko w tej sprawie zajął Urząd Rejestracji Produktów Leczniczych, Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych (URPL). – W ocenie URPL zaproponowana kara 1 mln zł za naruszenie przepisów art. 61 ust. 2 projektowanej ustawy byłaby nieadekwatna do przewinienia, a zmiana upoważnienia ustawowego w projektowanym przepisie art. 63 ust. 3 z fakultatywnego na obligatoryjny nie wydaje się być konieczna, ponieważ obecnie brak jest pewności, czy ograniczenia takie z założenia będą wprowadzane – wskazuje Justyna Maletka z Biura Komunikacji Ministerstwa Zdrowia. [...]

Z projektu wynika, że wydanie rozporządzenia jest powiązane z otrzymaniem powiadomienia od Prezesa URPL o grupach rodzajowych wyrobów, które stwarzają lub mogą stwarzać zagrożenie dla życia, zdrowia lub bezpieczeństwa pacjentów, użytkowników i osób trzecich, wskazując propozycje wprowadzenia określonych wymagań lub ograniczeń dotyczących tych wyrobów w celu zapewnienia właściwego poziomu bezpieczeństwa ich używania. [...]

Jak będzie przebiegał proces wdrażania rozporządzeń, trudno przewidzieć. Być może w praktyce pozostanie aktualny wieloletni polski spór co do granic kompetencji lekarza, kosmetologa lub kosmetyczki w zakresie dokonywania różnych zabiegów określanych do tej pory jako niemedyczne. [...]

---

438 <https://eur-lex.europa.eu/eli/reg/2020/561/oj> [dostęp: 28.05.2021].

439 O. Luty, *Przepisy UE o wyrobach medycznych zmieniają rynek usług kosmetycznych*, <https://www.prawo.pl/zdrowie/uslugi-kosmetyczne-a-nowe-regulacje-prawne-unii-europejskiej,495867.html> [dostęp: 30.05.2021].

Dla producentów i dystrybutorów tych produktów fakt umieszczenia ich na liście oznacza konieczność podporządkowania się regulacjom MDR w zakresie praktycznie takim samym, jaki dotyczy producentów i dystrybutorów wyrobów medycznych<sup>440</sup>.

25.05.2021 r. „Gazeta Prawna” zamieściła taką informację:

Obecnie obowiązujące prawo na rynku wyrobów medycznych nie zmieniało się przez niemal 30 ostatnich lat. Archaiczność rozwiązań, różnice w obowiązujących w poszczególnych krajach Unii Europejskiej przepisach oraz brak dostosowania prawa do postępu technologicznego prowadziły do licznych problemów interpretacyjnych oraz hamowały rozwój podmiotów działających w tym sektorze. Dodatkowym problemem był brak skutecznych narzędzi prawnych, które zapewniłyby organom regulacyjnym nadzór nad rynkiem. Z tego powodu Komisja Europejska zdecydowała się na opracowanie nowych aktów prawnych i ujednoczenie stosowania prawa na obszarze wspólnoty. Wynikiem tych prac było opracowanie rozporządzenia Parlamentu i Rady (UE) 2017/745 z 5 kwietnia 2017 r. w sprawie wyrobów medycznych (Dz.Urz. UE z 2017 r. L 117, s. 1; dalej: MDR) oraz rozporządzenia Parlamentu i Rady (UE) 2017/746 z 5 kwietnia 2017 r. w sprawie wyrobów medycznych do diagnostyki *in vitro* (Dz.Urz. UE z 2017 r. L 117, s. 176; dalej: IVDR). Pierwsze z tych rozporządzeń – MDR – zaczyna być stosowane już 26 maja 2021 r. Dzień ten można uznać za rewolucję w systemie prawa na rynku wyrobów medycznych. Bezpośrednim skutkiem rozporządzenia będzie zwiększenie wymagań regulacyjnych dla wszystkich podmiotów gospodarczych funkcjonujących na europejskim rynku wyrobów medycznych. Nowe obowiązki zostaną zatem nałożone m.in. na producentów wyrobów medycznych, ich importerów oraz dystrybutorów, a także takie podmioty, jak autoryzowani przedstawiciele czy zestawiający albo sterylizujący systemy lub zestawy zabiegowe<sup>441</sup>.

Tak więc w czasie wydawania tej książki pozostaje nierozwiązany problem dotyczący uprawnień i odpowiedzialności zawodowej kosmetologa, o kosmetyczkach nie wspominając. Natomiast problem sprzętu i wyrobów używanych w medycynie estetycznej przez osoby omawianych zawodów został uregulowany zarządzeniem Unii Europejskiej. Jego realizacja wydaje się trudna, jednak daje nadzieję na poprawę bezpieczeństwa zdrowotnego osób, które poddają się zabiegom medycyny estetycznej, jak i tym, które te zabiegi wykonują.

---

440 D. Lesner, *op. cit.*

441 M. Paluch, *Na rynku wyrobów medycznych rewolucja niczym RODO*, „Gazeta Prawna”, 25.05.2021, <https://www.gazetaprawna.pl/firma-i-prawo/artykuly/8170863,na-rynku-wyrobow-medycznych-rewolucja-niczym-rod.html>.

## DYSMORFOFOBIA (CIELESNE ZABURZENIA DYSMORFICZNE)

Termin „dysmorfofobia” pochodzi od greckiego słowa *dysmorfia*, które oznacza brzydotę. Po raz pierwszy użył tego określenia *Herodotus*, opisując w swoim dziele najbrzydszą dziewczynę w Sparcie. Ponad 100 lat temu termin „dysmorfofobia” został wprowadzony do psychiatrii przez Guido Morselliego, który w 1886 r. opisał przypadek pacjenta z typowymi dla tego zaburzenia objawami. Cieleśne zaburzenia dysmorficzne (*body dysmorphic disorder*, BDD) dawniej znane jako dysmorfofobia, są kwalifikowane jako zaburzenia psychiczne.

Dysmorfofobia to subiektywne uczucie brzydoty lub poczucie fizycznego defektu, o których dana osoba myśli, że są zauważane również przez inne osoby.

BDD od XIX w. była kwalifikowana różnie – od odmiany zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych (*obsessive compulsive disorder* – OCD) do zauważania związków z tzw. *obsession de la honte du cors*, czyli obsesjami wstydu związanymi z własnym ciałem. W 1987 r. dysmorfofobię wprowadzono do amerykańskiego nazewnictwa psychiatrycznego (DSM-3) jako przykład atypowych zaburzeń somatycznych, bez kryteriów diagnostycznych.

### Klasyfikacja DSM-5, ICD-10, ICD-11

W nadal obowiązującej klasyfikacji zaburzeń psychicznych Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego zwanej DSM-5 (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*), opublikowanej w 2013 r. dysmorfofobia została zakwalifikowana do grupy zaburzeń obsesyjno-kompulsyjnych i podobnych (wraz z m.in. patologicznym zbieractwem, trichotillomanią). W klasyfikacji ICD-10, którą stosujemy jeszcze aktualnie w Polsce, dysmorfofobia należy do zaburzeń hipochondrycznych.

Według ICD-11 (wejdzie w życie od 1 stycznia 2022 r.) włączono ją do kategorii „zaburzenia obsesyjno-kompulsywne i inne współwystępujące zaburzenia” – grupa ta obejmuje osiem następujących zaburzeń psychicznych:



- 1) zaburzenia obsesyjno-kompulsywne,
- 2) dysmorfobia,
- 3) wężowy zespół odnoszący,
- 4) hipochondria,
- 5) syllogomania,
- 6) nawykowe czynności dotyczące ciała,
- 7) zespół Tourette'a,
- 8) wtórne zaburzenia obsesyjno-kompulsywne i inne współwystępujące zaburzenia, m.in. „Nawykowe czynności dotyczące ciała” (obejmujące trichotillomanię i dermatillomanię, tj. patologiczne skubanie skóry).

W grupie „Zaburzenia obsesyjno-kompulsywne” (OCD) obsesje będą szerzej zdefiniowane, a poprzednie podtypy ICD-10 zostaną pominięte. W ICD-11 możliwe będzie wspólne kodowanie schizofrenii lub depresji z zaburzeniami obsesyjno-kompulsywnymi. Wprowadzono również specyfikator służący do wskazywania stopnia wglądu u pacjentów z tymi zaburzeniami w zakresie prawdziwości myśli i przekonań związanych z zaburzeniem. „Hipochondria” została przeniesiona z grupy ICD-10 „Zaburzenia występujące pod postacią somatyczną” do grupy ICD-11 „Zaburzenia obsesyjno-kompulsywne i inne współwystępujące zaburzenia”<sup>442</sup>. W opisie podkreśla się takie cechy tej choroby, jak: zaabsorbowanie wyimaginowanym defektem w wyglądzie lub nadmierna koncentracja na rzeczywistej, niewielkiej anomalii fizycznej, co stanowi powód cierpienia i wpływa na istotne pogorszenie funkcjonowania w życiu codziennym. Ponadto istnienie tego zaburzenia nie wynika z obecności innych zaburzeń psychicznych.

## ICD-11

„Zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne oraz zaburzenia z nimi związane (*Obsessive-compulsive or related disorders* – 6B20 – 6B2Z) – w ICD-10 odpowiadające pojedynczej kategorii: Zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne F42. Jest to nowy w ICD podrozdział, w którym zamieszczono nie tylko „zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne” (*Obsessive-compulsive disorder* – 6B20, OCD), będące dotychczas jedną z ważnych części podrozdziału „Zaburzenia nerwicowe...” (F40–F48) w ICD-10, ale także kilka innych – przy czym niektóre z nich nie występowały dotychczas samodzielnie w ICD: „cielesne zaburzenie dysmorficzne” (*Body dysmorphic disorder* – 6B21), „węchowate zaburzenie odnoszące” (*Olfactory reference disorder* – 6B22), „hipochondria” (*Hypochondriasis* – 6B23), „zaburzenie związane ze zbieractwem/zbieractwo” (*Hoarding disorder* – 6B24), „zaburzenie związane z powtarzaniem zachowaniami skoncentrowanymi na ciele” (*Body-focused repetitive behaviour disorders* – 6B25)”.

---

442 W. Gaebel, J. Zielasek, G.M. Reed, *Zaburzenia psychiczne i behawioralne w ICD-11: koncepcje, metodologie oraz obecny status*, Psychiatr. Pol. 2017, nr 51, s. 169-195, [www.psychiatriapolska.pl](http://www.psychiatriapolska.pl) [dostęp: 10.01.2021]; American Psychiatric Association, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*, New School Library, Arlington, VA: 2013, s. 235-264.

„«Cielesne zaburzenie dysmorficzne» lub «dysmorfobia» (neurojeniowa) były klasyfikowane w ICD-10 jako zaburzenia hipochondryczne (ICD-10 – F45.2) należące do grupy zaburzeń somatoformicznych (w odróżnieniu od dysmorfofobii urojeniowej, którą klasyfikowano jako inne uporczywe zaburzenie urojeniowe [ICD-10 – F22.8]). W ICD-11 zaburzenie to znalazło się w jednej grupie z OCD. Podkreślono w ten sposób brak pierwotnie psychotycznej etiologii zaburzenia i inną niż w wypadku zaburzeń odżywiania genę<sup>443</sup>.

## Częstość występowania, etiologia, objawy

Prof. Anna Zalewska-Janowska, twórcza i kierownik Zakładu Psychodermatologii Katedry Alergologii, Immunologii i Dermatologii Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, już przed 10 laty zauważała problem pacjentów z cielesnymi zaburzeniami dysmorficznymi (*body dysmorphic disorder* – BDD) wśród dermatologów, podając następujące dane światowe.

BDD w populacji ogólnej szacuje się w granicach od 0,7% do 2,3%, jednak w niektórych grupach zaburzeń psychiatrycznych (m.in. lękowych, afektywnych czy psychotycznych) sięga 22,6%. W rodzinach chorych na BDD częściej występują zaburzenia psychiczne (dotyczące nastroju, choroby obsesyjno-kompulsywne, schizofrenia). Zaburzenie BDD najczęściej ujawnia się w okresie pokwitania (przed 20. r.ż.).

BDD istotnie zaburza relacje osoby chorej z innymi, a jednym z dowodów może być fakt, że aż 85% osób z BDD jest samotnych podczas swojego dorosłego życia.

Na podstawie badań dotyczących etiologii można wyodrębnić czynniki:

1. biologiczne,
2. kulturowe,
3. psychologiczne.

Podkreśla się negatywne postrzeganie drobnych defektów ciała przez osoby z BDD, co może być związane z kultem ciała, propagowanym wizerunkiem ideału atrakcyjności fizycznej, jak i z negatywnymi doświadczeniami z dzieciństwa (seksualne, emocjonalne, lęk przed odrzuceniem), a też pierwotnie niską samooceną i wzbudzoną w okresie dojrzewania potrzebą symetrii i perfekcji ciała.

BDD wyraża się też – co czasami jest pomocne w różnicowaniu z innymi zaburzeniami – zmianami w badaniach biochemicznych (rola układu serotoniny, układ dopaminoergiczny), a także neuroobrazowych, jak np. fMRI, które mogą wykazywać zmiany czynnościowe w obrębie płatów skroniowych i potylicznych, odgrywających znaczącą rolę w kształtowaniu się wyobrażeń o własnym wyglądzie. U niektórych pacjentów z BDD

---

443 P. Krawczyk, Ł. Świącicki, *ICD-11 vs. ICD-10 – przegląd aktualizacji i nowości wprowadzonych w najnowszej wersji Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób WHO*, *Psychiatr. Pol.* 2020, nr 54, <http://psychiatriapolska.pl/7-20.html> [dostęp: 11.03.2021].



można stwierdzać cechy dysfunkcji okolic czołowych oraz zaburzenia poznawcze podobne do tych, jakie obserwuje się w przebiegu zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych (*obsessive compulsive disorder* – OCD).

Pacjenci z BDD charakteryzują się występowaniem ciągłych obaw i działań związanych z przekonaniem o nieestetycznym własnym wyglądzie lub zaburzonej budowie ciała pomimo tego, że jest to przez innych niedostrzegane. W tych przypadkach ocena przy użyciu obiektywnych pomiarów badawczych często nie wykazuje nieprawidłowości. Osoby z dysmorfobią uważają, że jakaś cecha ich wyglądu jest szczególnie nieatrakcyjna i nieakceptowalna (wiąże się to z myślami „jestem ohydny” lub „wyglądam jak potwór”).

1. Obawy są intruzywne, niechciane, absorbujące czasowo (średnio 3-8 godzin dziennie) i zwykle trudne do kontrolowania.
2. W odpowiedzi na obawy pojawiają się powtarzające się zachowania lub myśli, którym towarzyszy lęk lub dysforia.
3. Zachowania mają na celu poprawę, ukrycie wad, a także upewnienie się co do wyglądu (np. częste przeglądanie się w lustrze).
4. W myślach osoba z BDD może bezustannie porównywać swój wygląd z innymi.
5. Zaabsorbowanie swoim wyglądem powoduje cierpienie i negatywnie wpływa na ważne sfery życia (np. utrudnia wchodzenie w związki czy podjęcie pracy).
6. Przekonanie o wadach cielesnych bywa tak dotkliwie, że może popychać do samobójstwa. W badaniach amerykańskich stwierdzono, że myśli samobójcze występują u 78% chorych, a 24-28% podejmuje próbę odebrania sobie życia. Niewykluczone, że samobójstwa chorych z tym zaburzeniem zdarzają się częściej niż wśród chorych na zaburzenia depresyjne, zaburzenia afektywne dwubiegunowe i zaburzenia odżywiania.

W badaniach przeprowadzonych pod kierownictwem dr Katharine Philips (ponad 500 chorych) wskazano, na jakich częściach ciała koncentruje się uwaga chorych: skóra (73%), włosy (56%), nos (37%), wargę (22%), brzuch (22%), piersi/brodawki (21%), oczy (20%), uda (20%), zęby (20%), nogi (ogólnie) (18%), budowa ciała/struktura kości (16%), twarz (14%), rozmiar/kształt twarzy (12%), wargi (12%), pośladki (12%), podbródek (11%), brwi (11%), biodra (11%), uszy (9%), ramię/przedramię (9%), talia (9%), genitalia (8%), policzki/kości policzkowe (8%), łysina (8%), wzrost (7%), rozmiar/kształt głowy (6%), czoło (6%), stopy (6%), dłonie (6%), szczęka (6%), usta (6%), plecy (6%), palce (5%), szyja (5%), łopatki (3%), kolana (3%), palce u nóg (3%), kostki u nóg (2%), mięśnie twarzy (1%)<sup>444</sup>.

Z problemami dysmorfii w pewien sposób wiążą się przymusowe zachowania już nazywane uzależnieniami behawioralnymi. Pacjent, powtarzając różne zabiegi, nie zdaje sobie sprawy z tego, jak potem wygląda. Poniżej zostają one omówione.

---

444 *Dysmorfobia (body dysmorphic disorder, BDD)*, <http://www.ctzo.org/arttykul/65> [dostęp: 11.07.2020]; K.A. Phillips, *The broken mirror: understanding and treating body dysmorphic disorder*, Oxford University Press, Oxford 2005, s. 56.



## Estetoreksja

Jak podano w 2010 r. i 2014 r., wyraźne rozpoznanie dysmorfofobii można ustalić u 6-15% pacjentów chirurgów plastycznych. W populacji osób leczonych psychiatrycznie z objawami BDD zauważa się przewagę płci męskiej, choć dane dotyczące leczonych dermatologicznie wskazują na przewagę kobiet, które częściej decydują się na zabiegi upiększające. Wskazano, że 64% dermatologów polskich w całej swojej praktyce spotkało się z co najmniej 1 przypadkiem BDD, 20% zanotowało 1-2 przypadki BDD, a 14% dermatologów 3-5 przypadków, 7% respondentów rozpoznało BDD u 5-10 chorych, a 5% dermatologów – w ponad 10 przypadkach.

„Jeżeli koledzy nie wychwycą takich pacjentów, to zaczną iść w kierunku zabiegów inwazyjnych, co i tak nigdy nie kończy się zadowoleniem pacjenta, wręcz odwrotnie. Pacjent zaczyna być roszczeniowy, wiele spraw łąduje w sądzie”<sup>445</sup>.

Przed kilku laty zauważono, że są osoby wykazujące uzależnienie od zabiegów medycyny estetycznej i dotyczy to już nie tylko operacji plastycznych, ale całej gamy mniej inwazyjnych zabiegów poprawiających urodę. Zjawisko konieczności ich wykonywania zostało nazwane estetoreksją (od gr. *aisthetikos* – dotyczący poznania zmysłowego, wrażliwy i łac. *orexis* – apetyt, pragnienie, żądza) i dotyczy coraz liczniejszej grupy młodych kobiet i mężczyzn<sup>446</sup>. W powszechnej opinii, nie tylko ludzi starszych, powtarzane przez nich zabiegi upiększające wielokrotnie prowadzą do deformacji ciała.

## Tanoreksja

Przez wieki modna była porcelanowa skóra – zwłaszcza wśród kobiet z tzw. wyższych sfer. Stąd na obrazach z wcześniejszych epok widok kobiet z parasolkami przeciwsłonecznymi nie był rzadkością.

Już w latach 20. XX w. znana francuska kreatorka mody Coco Chanel (1883-1971) powiedziała: „Złota opalenizna jest oznaką szyku” (*A golden tan is the index of chic*), a 50 lat później powstało pierwsze solarium, kiedy – wyraźnie wraz ze wzrostem kultu ciała – opalenizna stała się symbolem wysportowania, zdrowia i radości życia<sup>447</sup>. Osoby

445 A. Zalewska-Janowska, *Dysmorfofobia – „uzależnienie” od zabiegów estetycznych*, „Medycyna i Pasje” 2010, nr 3, <https://www.dermatologia-praktyczna.pl/a2043/Dysmorfofobia-----uzaleznienie----od-zabiegow-estetycznych.html> [dostęp: 11.07.2020].

446 M. Rowicka, *Uzależnienia behawioralne Terapia i Profilaktyka*, Krajowe Biuro do spraw Przeciwdziałania Narkomanii Fundacja Praesterno by Minister Zdrowia, Krajowe Biuro do spraw Przeciwdziałania Narkomanii. Warszawa 2015, <https://www.kbpn.gov.pl/portal>; A. Pikura, „Estetoreksja” – nowy rodzaj uzależnienia, „Kosmetologia Estetyczna” 2015, nr 4, s. 141-143.

447 *Solaria – odpowiedź na modną opaleniznę*, <https://jasnejakslonce.pzh.gov.pl/artykuly/2-solaria-odpowiedz-na-modna-opalenizne> [dostęp: 3.06.2020].

opalające się godzinami były widywane już nie tylko na plaży, ale w coraz gęstszej sieci solariumów. W USA liczba ich przekraczała nawet liczbę barów McDonald's.

Przełomem w myśleniu stał się rok 2000, kiedy to zauważono uzależnienie od korzystania z solariumów, a właściwie od wyglądu własnego ciała po opalaniu<sup>448</sup>. Uzależnienie to nazwano tanoreksją od połączenia angielskiego – *to tan* – ‘opalać się’ (ang. *tanning dependence*) oraz *orexis* (tłumaczenie wyżej). Tanoreksja zaliczana jest do zaburzeń osobowości powodowanych nadmiernym skupianiem się na wyglądzie zewnętrznym i kulcie własnego ciała, polegającym na ciągłej chęci opalania się<sup>449</sup>.

Tanoreksja przez wielu określana jest jako uzależnienie, i choć nie została wpisana do ICD-10, to mieści się w zaburzeniach o cechach uzależnienia psychicznego i behawioralnego<sup>450</sup>. Najczęściej tanoreksja występowała u młodych kobiet, ale od opalania się coraz częściej uzależniają się także młodzi mężczyźni. W ich przypadku tanoreksja częściej niż u kobiet łączy się z uzależnieniem od ćwiczeń na siłowni i stosowaniem środków anabolicznych, powodujących przyrost masy mięśniowej<sup>451</sup>.

Nastoletni tanorektycy opalają się, bo chcą być atrakcyjni, a opalona skóra jest dla nich synonimem dobrego wyglądu. Poprzez opalanie się chcą ponadto ukryć niedoskonałości skóry, np. trądzik, przebarwienia i blizny potrądzikowe. Mimo tego, że nastolatek doświadcza widocznych szkód zdrowotnych (zniszczenie naskórka, znamiona, plamki i przebarwienia, przesuszenie i zapalenia skóry, poparzenia), nie potrafi zrezygnować z opalania się<sup>452</sup>.

Na początku XXI w. WHO uznało, że opalanie w solarium stanowi ogromny problem z zakresu zdrowia publicznego, gdyż odpowiada za niemal pół miliona nowo powstałych nowotworów skóry na świecie. Komitet Naukowy ds. Zagrożeń dla Zdrowia i Środowiska określił, że promieniowanie emitowane przez urządzenia do opalania stanowi ogromne zagrożenie o działaniu rakotwórczym. U osób korzystających z solariumów ryzyko zachorowania na raka skóry jest większe o 20% niż u osób nieopalających się, natomiast u osób po 30. roku życia ryzyko to wzrasta aż do 75%. Co więcej, u osób korzystających z solarium częściej niż raz w miesiącu ryzyko to wzrasta o 55%. Jednak jeszcze przed kilku laty widywano często sytuacje, że matki fundowały swoim córkom seanse w solarium przed pierwszą komunią, a także powszechnie widywano dzieci w solariumach. W Polsce na skutek apeli lekarzy i Rzecznika Praw Dziecka po trzech latach monitorów w 2018 r. weszły w życie przepisy o zakazie przebywania nieletnich w solariumach.

---

448 P. Harrison, *The Adonis Complex: The Secret Crisis of Male Body Obsession*, Simon & Shuster, New York 2000.

449 C.J. Heckman et al., *Measurement of Tanning Dependence*, „Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology” 2014, nr 28, s. 1179-1185.

450 W. Harth, *Superbrow beauty: The surface of tanorexia and tanning dependence*, *Der Hautarzt; Zeitschrift Fur Dermatologie, Venerologie, Und Verwandte Gebiete*, 2017.

451 C.J. Heckman et al., *Contextual Factors, Indoor Tanning, and Tanning Dependence in Young Women*, „American Journal of Health Behavior” 2015, nr 39, s. 372-379.

452 K.D. Hoerster et al., *Density of Indoor Tanning Facilities in 116 Large U.S. Cities*, „American Journal of Preventive Medicine” 2009, nr 36, s. 243-246.

Za złamanie zakazu właściciel solarium będzie musiał zapłacić karę w wysokości nawet 50 tys. zł. Oprócz tego w solariach miały pojawić się ostrzeżenia dotyczące zachorowania na raka skóry. Podobny zakaz opalania w solarium dla nieletnich obowiązywał już od dawna m.in. w USA.

### Wiedza młodych o szkodliwości opalania się

W 2013 r. przedstawiono wyniki ankietowych badań polskiej młodzieży na temat wiedzy o szkodliwości opalania się i uzależnienia zwanego tanoreksją. Wśród ankietowanych 70% uważało, że od opalania można się uzależnić i wiedziało, co to jest tanoreksja. Uczniowie byli zgodni, że uzależnienie od opalania jest tak samo niebezpieczne jak uzależnienie od substancji psychoaktywnych. Ponad 90% badanych było świadomych, że nadmierna ekspozycja na słońce może prowadzić do nowotworów skóry, przyspiesza proces starzenia skóry i że należy stosować ochronę przeciwsłoneczną. „Jednak 38% ankietowanych korzystało z solarium, co sugerowało potrzebę dalszej edukacji młodzieży o szkodliwości nadmiernej ekspozycji na promieniowanie ultrafioletowe<sup>453</sup>.

### Bigoreksja

Bigoreksję (od ang. *big-* duży i łac. *orexis-* apetyt, pragnienie, żądza<sup>454</sup>) czyli nieustanną potrzebę zwiększania masy mięśniowej traktuje się jako odmianę dysmorfofobii, czyli zaburzenia, w którym osoba dopatruje się nieprawidłowości w swoim wyglądzie, mimo że w rzeczywistości nieprawidłowości te nie występują. Podstawową przyczyną bigoreksji jest brak akceptacji dla swojego wyglądu. Osoby z tym zaburzeniem, podobnie jak tanorektycy, anorektycy i bulimicy, przesadnie skupiają się na swoim wyglądzie, co zwykle prowadzi do zaniedbania obowiązków rodzinnych i zawodowych.

Bigoreksja dotyczy głównie młodych mężczyzn, choć coraz częściej również młode kobiety. Po raz pierwszy nazwy tej użył w 1997 r. amerykański psychiatra doktor Harrison Pope, definiując ją jako obsesję na punkcie umięśnionego ciała. Na temat częstości występowania zaburzenia nie ma obecnie dokładnych danych, jednak szacuje się, że z powodu tej choroby cierpi ok. 10% kulturystów, głównie młodych mężczyzn.

We współczesnym świecie, a szczególnie wśród kulturystów, panuje swoisty kult wysportowanej sylwetki. Dlatego m.in. bigoreksja jest bardzo trudna do rozpoznania, bo często objawy zaburzenia nie wzbudzają niepokoju u samego chorego, jak i jego otoczenia.

---

<sup>453</sup> W. Komorowska-Szczepeńska, L. Tryk, K. Nowicka-Sauer, R. Hansdorfer-Korzon, *Poziom wiedzy uczniów szkół ponadgimnazjalnych na temat tanoreksji*, „Family Medicine & Primary Care Review” 2013, nr 15, s. 121-123.

<sup>454</sup> J. Kozojc, *Słownik łacińsko-polski*, <https://pl.glosbe.com/la/pl/orexis> [dostęp: 29.05.2021].

Osoby, którym zależy na dobrze zbudowanym ciele, często są przekonane o słuszności swojego działania i wierzą, że w taki sposób dbają o swoje zdrowie, masę ciała i aktywność fizyczną, przy okazji poprawiając wygląd. Jest o tym przekonane również środowisko chorego, które skupia się tylko na pozytywnych aspektach sytuacji, czyli na tym, że chory prowadzi pozornie zdrowy styl życia. Często osoby z najbliższego otoczenia nie dostrzegają rodzącej się obsesji na punkcie wyglądu i popadania osoby chorej w skrajności<sup>455</sup>.

## Przyczyny

Z dotychczasowych badań wynika, że za przyczyny tego zaburzenia w znacznym stopniu odpowiedzialne są czynniki społeczne, takie jak:

1. wzrost popularności kulturystyki,
2. przywiązywanie dużej wagi do wyglądu zewnętrznego,
3. podziw dla wysportowanego ciała,
4. oczekiwanie posiadania wyrzeźbionego ciała,
5. wpływ mediów społecznościowych, które lansują taki rodzaj budowy ciała.

W publikacjach naukowych raczej ogólnie wymienia się czynniki psychologiczne i środowiskowe, które mogą także odpowiadać za występowanie bigoreksji.

Ten wyraz swoistego kultu ciała, zapoczątkowany przez kulturystów, stał się marnieniem wielu młodych chłopców, które zwykle objawia się w okresie dojrzewania z powodu niezadowolenia ze swojego aktualnego wyglądu, co wyzwała obsesyjne dążenie do jego poprawy. Chłopcy ci zwykle wcześniej byli szczupli (ale też czasem otyli) bądź mieli inne kompleksy, np. z powodu niskiego wzrostu, wykazywali tendencję do obniżonego nastroju, mieli problemy z funkcjonowaniem w grupie rówieśniczej lub zaburzone relacje z bliskimi (np. z rodzicami).

Kryteria rozpoznania według Harrisona G. Pope'a i wsp.:

1. zaabsorbowanie uporczywą myślą, że ciało nie jest wystarczająco umięśnione;
2. spędzanie wielu godzin na siłowni, uporczywe uprawianie biegów;
3. stosowanie restrykcyjnych diet, suplementów, samodzielne przygotowywanie posiłków w domu, gdyż tylko wtedy mogą w pełni kontrolować to, co i kiedy jedzą;
4. nadmierne zaabsorbowanie budową własnego ciała, prowadzące do pogorszenia funkcjonowania na innych polach życia rodzinnego, społecznego i zawodowego;
5. częsta ocena wizualna własnych mięśni w lustrze; sprawdzanie obwodów mięśni wszystkich partii ciała, porównywanie ich z wymiarami mistrzów kulturystyki;
6. stałe niezadowolenie z własnego wyglądu;
7. brak wyznaczania granicy umięśnienia, którą chcą osiągnąć;

---

455 P. Pawełczyk-Jabłońska, *Bigoreksja – męskie zaburzenie odżywiania*, <https://ncez.pl/abc-zywienia-/psychodietetyka/bigoreksja-----meskie-zaburzenie-odzywiania> [dostęp: 3.06.2020].

8. podporządkowywanie rozkładu zajęć treningom i rezygnacja z zajęć mogących skrócić trening, kontynuowanie treningów i diety nawet w sytuacji, gdy pogarszają one samopoczucie bądź stanowią zagrożenie dla zdrowia;
9. unikanie sytuacji mogących prowadzić do pokazania własnego ciała (basen, plaża) – niezależnie jak silnie jest już ono umięśnione, bo wygląd pozostaje wciąż niesatysfakcjonujący<sup>456</sup>.

## Bigoreksja a sterydy i suplementy

### Sterydy

Młodzi obojga płci z bigoreksją w pogoni za osiągnięciem ideału często stosują sterydy, aby szybko uzyskać oczekiwane efekty. Działanie tych hormonów polega na przyspieszaniu procesu odnowy komórek, ułatwiają one szybki przyrost masy mięśniowej, podnoszą siłę oraz wytrzymałość. Sterydy mogą być groźne, szczególnie dla nastolatków. Zagrożenie to wiąże się z zahamowaniem wzrostu, może być przyczyną zaburzeń lipidowych, chorób serca, naczyń krwionośnych, zapalenia wątroby, niewydolności nerek i osteoporozy. Ponadto u chłopców przyjmowane w celu poprawienia masy mięśniowej sterydy mogą być przyczyną impotencji, hipotrofii jąder, rozrostu prostaty, łysienia, ginekomastii, a nawet uszkodzenia chromosomów. Sterydy stosowane u dziewcząt tym celu są przyczyną obniżenia głosu, zaburzenia cyklu menstruacyjnego i nadmiernego owłosienia. Nagłe odstawienie sterydów może prowadzić do szeregu zaburzeń związanych z ich niedoborem, tym bardziej gwałtownym, bo z powodu supresji produkowanych endogennie w czasie przyjmowania ich w postaci chemicznej. Jednym z nich jest depresja<sup>457</sup>.

### Suplementy

W 2013 r. opublikowano wyniki badań mężczyzn w wieku 18-35 lat, z których prawie 2/3 badanych stosowało suplementację diety.

456 M. Mędraś, M. Szczepny, *Dysmorfobia (dysmorfia) mięśniowa a sport*, [w:] M. Mędraś (red.), *Medycyna sportowa*. Medsport, Warszawa 2004, s. 109-110; H.G. Pope jr., R. Olivardia, *Evolving ideals of male body image as seen through action toys*, „International Journal of Eat Disorders” 1999, nr 26, s. 165-172; P. Harrison, *op. cit.*

457 J. Węgrzecka-Giluń, *Uzależnienia behawioralne. Rodzaje oraz skala zjawiska. Sygnały ostrzegawcze i skutki*. Compendium wiedzy dla Rodziców, ETOH Fundacja Rozwoju Profilaktyki, Edukacji i Terapii Problemów Alkoholowych, Warszawa 2013; U. Kluczyńska, *Bigoreksja, czyli kłopoty mężczyzn z ciałem*, <http://czasopisma.bg.ug.edu.pl/index.php/arseducandi/article/view/1882/1378> [dostęp: 3.06.2020]; M. Maciąg, K. Maciąg, *Zagrożenia i problemy cywilizacyjne XXI w. – przegląd badania*, <http://bc.wydawnictwo-tygiel.pl/public/assets/213/Zagro%C5%BCenia%20i%20problemy%20cywilizacyjne%20XXI%20w.%20%E2%80%93%20prze%C4%85d%20i%20badania.pdf#page=7> [dostęp: 3.06.2020]; A. Michalska, N. Szejko, A. Jakubczyk, M. Wojnar, *Niespecyficzne zaburzenia odżywiania się – subiektywny przegląd*, [http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP\\_3\\_2016/497Michalska\\_PsychiatrPol2016v50i3.pdf](http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP_3_2016/497Michalska_PsychiatrPol2016v50i3.pdf) [dostęp: 3.06.2020].

Ustalono ponadto, że:

1. Mężczyźni uczęszczający na siłownię stosowali kilka suplementów równocześnie, zażywając składniki mineralne, witaminy oraz aminokwasy – zarówno w przypadku ich niedoborów, jak i nadmiaru w diecie.
2. Dieta mężczyzn trenujących amatorsko na siłowniach cechowała się często zbyt niską wartością energetyczną oraz zbyt małą podażą węglowodanów, potasu, błonnika i folianów.
3. W nadmiernych ilościach stwierdzona była podaż białka i fosforu oraz witamin, głównie z grupy B.
4. Niepokojące było uzupełnianie i modyfikacja diety nie tylko suplementami jednoskładnikowymi, ale także według formuły All in One, bez konsultacji z lekarzem lub fizjologiem sportowym.
5. Wzorując się na schematach dietetycznych udostępnianych przez zawodowych kulturystów, część badanych mężczyzn uczęszczających regularnie na siłownię komponuje dietę, spożywając w dni treningowe i nietreningowe niemal identyczne posiłki, różnicując je tylko ilością zażywanych suplementów w celu osiągnięcia szybkich rezultatów.
6. Nie upoważnia to jeszcze do wyciągnięcia jednoznacznych wniosków, ale można sądzić, że bigoreksja stanowi realne zagrożenie rozwoju wśród części młodych mężczyzn<sup>458</sup>.

To były dane sprzed siedmiu lat, jednak obserwując znaczną i stale rosnącą liczbę sklepów z suplementami diety, wydaje się, że problem się nasilił i z pewnością nadal nie podlega kontroli odpowiednich organizacji dbających o zdrowie obywateli.

Na marginesie należy dodać, że jak podano w 2018 r., w Polsce rynek suplementów rośnie co roku o 8%, a w 2020 r. Polacy wydali na te specyfiki 5 mld zł. Producenci suplementów, zwykle niebadanych w taki sposób, jak badane są leki, dostarczają tabletki i kapsułki na wszystkie dolegliwości, czasem nawet na wymyślone jednostki chorobowe<sup>459</sup>.

Wpisując w wyszukiwarce internetowej PubMed hasło: szkodliwości suplementów diety (*harmful dietary supplements*), zaznaczając okres ostatnich pięciu lat, można znaleźć ok. 459 prac naukowych (z czego 29 dotyczy sportowców). Dotyczą m.in. uszkodzenia wątroby czy nerek lub gwałtownego rozpadu tkanki mięśniowej po zażywaniu suplementów spożywanych w celu rozbudowy masy mięśniowej.

---

458 W. Wilczek, E. Kolarzyk, J. Kwiatkowski, *Dysmorfia mięśniowa (bigoreksja) – czy rzeczywiście stanowi realne zagrożenie dla młodych mężczyzn?*, „Hygeia Public Health” 2013, nr 48, s. 537-544, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2013/hyg-2013-4-537.pdf> [dostęp: 14.03.2021].

459 <https://www.mp.pl/pacjent/dieta/aktualnosci/186750,suplementy-diety-sukces-czy-problem> [dostęp: 28.05.2021]; <https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/suplementy-diety-panaceum-na-wspolczesne-dolegliwosci-zdrowotne-czy-triumf-reklamy/> [dostęp: 28.05.2021].



## ZAMIERZONE SAMOUSZKODZENIE/ZATRUCIE (AUTOAGRESJA, AUTODESTRUKCJA) – „ANTYSAMOBÓJSTWO”

Wśród osób, które uporczywie powtarzają bolesne zabiegi modyfikacji ciała, opisywana jest grupa, dla których stanowi to wyraz tytułowego zaburzenia. Dążeniem nie jest poprawa urody czy wizerunku ciała, ale doświadczanie bólu fizycznego, będącego lekiem na cierpienie duszy.

Prekursorami podejścia proponującego uznanie samookaleczeń za odrębną jednostkę nozologiczną byli E. Mansell Pattison i Joel Kahan, którzy stworzyli pojęcie zespołu celowego samookaleczania, charakteryzującego się (a) niezdolnością do przeciwstawienia się impulsowi zranienia siebie, (b) przeżywaniem napięcia przed aktem samookaleczenia, (c) doświadczaniem ulgi po dokonaniu samouszkodzenia<sup>460</sup>.

Najbardziej rozpowszechnioną formą samookaleczania się jest nacinanie skóry, występujące u 70-90% osób, w dalszej kolejności uderzanie (21-44%) oraz przypalanie (15-35%). Ponadto obserwuje się dokonywanie zadrapań, gryzienie, uderzanie głową w twarde powierzchnie, wrywanie włosów, zażywanie leków. Większość osób samookaleczających się stosuje więcej niż jedną metodę, przy czym u kobiet częściej obserwuje się nacinanie i dokonywanie zadrapań, u mężczyzn zaś przypalanie. Okolicami ciała najbardziej narażonymi na tego typu urazy są ręce, nadgarstki, przedramiona, ramiona, uda i brzuch<sup>461</sup>.

W International Classification of Diseases 10th Revision (ICD-10; a także planowanej ICD-11) znajdują się tylko kody odnoszące się do zastosowanej metody samobójczej, bez wprowadzania odrębnej jednostki nozologicznej. Natomiast w Diagnostic and Statistical Manual of Mental

460 J. Kahan, E.M. Pattison, *Proposal for a distinctive diagnosis: the deliberate self-harm syndrome (DSH)*, *Suicide Life Threat Behav*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6506129/> [dostęp: 14.03.2021]; E.M. Pattison, J. Kahan, *The deliberate self-harm syndrome*, *Am J Psychiatry* 1983, nr 140, s. 867-872, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6859301/> [dostęp: 14.03.2021].

461 [http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP\\_2\\_2017/323Lenkiewicz\\_PsychiatrPo-12017v5i12.pdf](http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP_2_2017/323Lenkiewicz_PsychiatrPo-12017v5i12.pdf) [dostęp: 14.03.2021].





Disorders V Edition (DSM-5) stworzono nowe, odrębne diagnozy: samobójcze zaburzenie zachowania (suicidal behavior disorder – SBD) oraz niesamobójcze samouszkodzenia (non-suicidal self-injury – NSSI). Zaznaczono, że oba stany są kategoriami wymagającymi dalszych badań. SBD obejmuje okres 2 lat od dokonania próby samobójczej (12 miesięcy określa się jako aktualne ryzyko, 12-24 miesiące jako wczesną remisję). Kryteria wykluczenia SBD obejmują NSSI, zachowania podejmowane w stanach zaburzeń świadomości czy pod wpływem substancji, akty podejmowane z pobudek religijnych czy politycznych oraz symulowanie próby samobójczej. W przypadku NSSI inny jest cel podjęcia działania (rozładowanie napięcia) oraz stosowane są mniej zagrażające życiu metody<sup>462</sup>.

Samookaleczanie zwane jest też autodestrukcją lub autoagresją (w ujęciu psychologicznym i należy odróżniać je od pojęcia medycznego – chorób z autoagresji). Samookaleczanie się to szereg zachowań (od komunikatów werbalnych do prób samobójczych) wymierzonych przeciwko sobie samemu. Obecnie potwierdzono z całą pewnością, że samookaleczanie się jest krańcowo różne w intencji od samobójstwa, choć czasem prowadzi do śmierci, ale niezamierzonej.

Do czynników ryzyka samookaleczeń należą wcześniejsze zachowania autoagresywne, płeć żeńska, okres dojrzewania, trudności psychologiczne, rodzinne lub społeczne, objawy depresyjne, zaburzenia osobowości, a także inne zaburzenia psychiczne<sup>463</sup>. Badacze zauważają, że może powstać uzależnienie od samookaleczania się – podobnie jak w przypadku narkotyków czy seksu.

## Epidemiologia i historia rozpoznania problemu

W państwach cywilizacji zachodniej zjawisko to dotyczy 17-18% nastolatków populacji ogólnej i 40-80% nastolatków z zaburzeniami psychicznymi. W odróżnieniu od samobójstw trudno podać ściśle dane epidemiologiczne, gdyż z powodu nieujawniania się tych osób wiele przypadków nie jest rejestrowanych<sup>464</sup>.

Do 1938 r. samouszkodzenia ciała zaliczano do wspólnej grupy z samobójstwami. Do zachowań „autodestrukcyjnych”, czyli zmierzających do samozniszczenia, włączano też samobójstwa. W tym samym roku amerykański psychiatra Karl A. Menninger (1893-1990) w swojej pracy *Man against himself* [1938]<sup>465</sup> po raz pierwszy zauważył istotne różnice. Użył określenia *focal suicide* i *partial suicide* (tzw. samobójstwo zogni-

---

462 M. Janas-Kozik, K. Kozera, *Mysli i tendencje samobójcze oraz samookaleczenia u nastolatków: rozpoznawanie, prowadzenie rozmowy z pacjentem, postępowanie*, „Medycyna Praktyczna dla Lekarzy” 2021, <https://www.mp.pl/psychiatria-dzieci-i-mlodziezy/zaburzenia/zaburzenia-zachowania/258822,mysli-i-tendencje-samobojcze-oraz-samookaleczenia-u-nastolatkow-rozpoznawanie-prowadzenie-rozmowy-z-pacjentem-postepowanie,1> [dostęp: 14.03.2021].

463 Fundacja Zobacz Jestem, <http://zobaczjestem.pl/> [dostęp: 18.05.2020].

464 *Ibidem*.

465 K.A. Menninger, *Man against himself*, Wydawnictwo Harcourt, Brace&World, Inc., New York 1938, <https://www.worldcat.org/title/man-against-himself/oclc/1667130> [dostęp: 26.07.2021].

skowane czy częściowe), co oznaczało, że nie jest to próba pozbawienia siebie życia, ale próba zapobiegania samobójstwu. W tamtych czasach autor był pionierem tej myśli, wyprzedził swoje czasy, gdyż jeszcze przez wiele lat potem myślano inaczej. Obecnie jednoznacznie uważa się, że samookaleczenie jest wołaniem o pomoc, że sprawca nie ma zamiaru popełnić samobójstwa, ale podświadomie chce go uniknąć. Zadając sobie ból fizyczny, nie odczuwa „ból duszy”.

W 1976 r. wprowadzono pojęcie antysamobójstwa (*antisuicide*), zauważając, że ludzie samookaleczający się chcą sprawić, by się poczuli żywi – walczą z uczuciem depersonalizacji i „umarłego wnętrza”. Gloria Babiker i Lois Arnold wręcz podkreślają kontekst „antysamobójstwa” – osoba, która się okalecza, usiłuje się chronić, walczy o przetrwanie<sup>466</sup>.

## Funkcje, doznania, metody samouszkodzenia

Samookaleczenia spełniają następujące funkcje:

- 1) Związane z radzeniem sobie i przetrwaniem:
  - regulacja napięcia i lęku,
  - radzenie sobie z gniewem,
  - unikanie;
- 2) Związane z własną osobą, tożsamością „ja”:
  - wzmożenie poczucia autonomii i kontroli,
  - odzyskanie poczucia rzeczywistości,
  - okazja do zaopiekowania się sobą;
- 3) Związane z radzeniem sobie z własnym doświadczeniem:
  - demonstrowanie lub wyrażanie własnych doświadczeń traumatycznych,
  - ponowne przeżywanie urazu;
- 4) Związane z karaniem własnej osoby i byciem ofiarą:
  - karanie się,
  - oczyszczenie,
  - karanie prześladowcy;
- 5) Radzenie sobie z dezorientacją w sferze doznań seksualnych;
- 6) Dotyczące relacji z innymi ludźmi:
  - komunikacja,
  - karanie innych,
  - wywieranie wpływu na zachowanie innych<sup>467</sup>.

---

<sup>466</sup> L. Arnold, G. Babiker, *Autoagresja. Mowa zranionego ciała*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2002.

<sup>467</sup> G. Babiker, L. Arnold, *op. cit.*, S. Pawłowska, *Ostre przedmioty – samookaleczenia wśród młodzieży*, „Remedium” 2019; nr 4, s. 15-17.

Rozładowaniu trudnych emocji (napięcia, gniewu, smutku czy poczucia winy) towarzyszy ulga po takim akcie – jest to efekt kilku procesów:

- Już samo wyrażenie tych emocji powoduje spadek napięcia, jednocześnie dochodzi do wytworzenia endorfin, które stymulują te same receptory co opiaty. Działają one przeciwbólowo, redukują stres i napięcie, wywołując stan zbliżony do euforii. Badacze porównują te doznania do przyjemnych, jak np. seks, ale też przykrych (silny ból).

- Akt autoagresji to nie tylko forma komunikowania się, demonstrowanie lub wyrażenie emocji, czy wywoływania nacisku na otoczenie, ale i nieco podobne do anoreksji zwiększanie poczucia niezależności i samokontroli, jednocześnie takie zachowania umożliwiają wejście w rolę osoby uprawnionej do opieki czy troski i utrwalają wzorzec funkcjonowania jako ofiary.

Wśród osób podejmujących zachowania autodestrukcyjne zwykle występują jednocześnie wszystkie z wymienionych funkcji. Podstawą jest zauważenie problemu i skorzystanie z pomocy psychoterapeuty. Zdarza się, że konieczne jest leczenie farmakologiczne, szczególnie że wykazano u wielu osób niedobór serotoniny, który można leczyć<sup>468</sup>.

Do zachowań autoagresywnych (autodestrukcja) zaliczane są liczne metody uszkodzania ciała. Według jednej z definicji jest to każde zachowanie stwarzające zagrożenie zdrowia lub życia podejmowane dobrowolnie, świadomie, jak i mniej świadomie.

Niektórzy badacze wyodrębniają trzy grupy samouszkodzeń:

- 1) wielkie, występujące najrzadziej (autokastracja, obcięcie kończyny itp.), dokonywane najczęściej w stanie ostrego upojenia alkoholowego, psychozach;
- 2) samouszkodzenia stereotypowe (np. rytmiczne uderzanie głową o ścianę), obserwowane stosunkowo rzadko, towarzyszą też autyzmowi, upośledzeniom umysłowym, psychozom;
- 3) samouszkodzenia powierzchowne (umiarkowane), po raz pierwszy opisane w 1969 r., występują najczęściej, mają charakter powierzchowny i zwykle nie wymagają pomocy medycznej.

Niektórzy zaliczają do zachowań autodestrukcyjnych wspomniane już zaburzenia łaknienia (bulimia, anoreksja, otyłość), ale też nałogi lub obgryzanie paznokci i opuszków palców, przymusowe uszkodzania ciała (drapanie, rozdrapywanie ran, gryzienie warg), wrywania włosów, a nierzadko nawet ich zjadanie. Czasami osoby z zachowaniami autodestrukcyjnymi podświadomie szukają sytuacji czy okoliczności, w których łatwo o wypadek. Znacznym problemem są celowe zatrucia lekami, które mogą prowadzić do ciężkich, trwałych uszkodzeń ciała (np. polekowe uszkodzenie wątroby), a czasem śmierci.

---

468 A. Eckhardt, *Autoagresja*, Wyd. WAB, Warszawa 1998; A. Suchańska, J. Wycisk, *Samouszkodzenia. Istota, uwarunkowania, terapia*, Bogucki Wydawnictwo Naukowe, Poznań 2006; *Uzależnienia behawioralne. Przyczyny autoagresji*, <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/inne-uzaleznienia/przyczyny-autoagresji/> [dostęp: 18.05.2020].

Wielu autorów, w tym także z Polski, znajduje związki i wzajemne zależności samo-okaleczeń z tatuowaniem/piercingiem, skaryfikacją ciała, depresją, chorobą afektywną dwubiegunową, stwardnieniem rozsianym, padaczką i astmą<sup>469</sup>. Badania innych autorów wprawdzie nie wykazały bezpośrednich takich zależności, ale zauważają oni, że wśród osób, które przynajmniej raz w życiu dokonały czynu o charakterze autoagresji, 13,4% z nich miało tatuaże, a 17,3% piercing<sup>470</sup>.

## Postrzeganie przez społeczeństwo (również przez profesjonalistów)

Osoba samouszkodzająca się – choćby z pociętą skórą na przedramieniu – jest postrzegana jako margines społeczny, gdyż skojarzenia z brzydotą, krwią, bliznami budzą niechęć, zażenowanie, czasem pogardę i chęć odizolowania się od takiej osoby.

Liczne badania wykazują, że także lekarze, psychiatry, psychologowie, terapeuci i cały personel medyczny dość często również negatywnie postrzegają takie osoby i doznają podobnych uczuć jak ludzie spoza wymienionych profesji. Również zajmujący się diagnostyką i terapią w tych przypadkach odczuwają podobnie jak grupy tu wymienione, a ponadto dość często towarzyszy im niepokój wynikający np. z niepewności dotyczącej właściwej diagnozy problemu.

Jak już podano, w odróżnieniu od samobójstw trudno jest podać ściśle dane epidemiologiczne, gdyż wiele przypadków nie jest rejestrowanych. W Polsce temat samouszkodzeń i zamierzonych otrucí jest zwykle omawiany niechętnie.

## Znaczenie internetu

Osoby nieradzące sobie z tym problemem czasami ujawniają się w internecie, pisząc o tym, jak się czują, jak są odrzucane przez środowisko, a także, jak zostały potraktowane przez profesjonalistów i w efekcie już tam nie szukały pomocy. Wiadomo jednak, że częstość zjawiska samookaleczania, zwłaszcza wśród młodzieży, stale narasta. W Anglii zauważono skalę tego problemu i powołano organizację o nazwie *National Self-Harm Network* – działającą w internecie<sup>471</sup>. Jej zadaniem jest rozpowszechnianie wiedzy, edukacja społeczeństwa o przyczynach takich zachowań, wsparcie osób oka-

469 M. Sokół-Szawłowska, Ł. Święcicki, I. Czyżak, K. Zdziechowska, *Zachowania autoagresywne u osób z zaburzeniami psychicznymi – badanie z udziałem użytkowników portalu społecznościowego*, *Psychiatr. Pol.* 2015, nr 49, s. 503-516, [http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP\\_3\\_2015/503SokolSzawlowska\\_PsychiatrPol2015v49i3.pdf](http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP_3_2015/503SokolSzawlowska_PsychiatrPol2015v49i3.pdf) [dostęp: 18.05.2020].

470 A. Jasek, A. Kostulski, A. Gmitrowicz, *Analiza zależności samookaleczeń i tatuowania w grupie osób prezentujących obie cechy*, *Psychiatr. Psychol. Klin.* 2011, nr 11, s. 224-231.

471 *National Self-Harm Network. Talk To Us. Off The Record*, <https://www.talkofftherecord.org/need-help-now/national-self-harm-network/> [dostęp: 5.04.2020].

leczających się, organizowanie grup wsparcia dla rodzin i ludzi, którzy mają kontakt z osobami okaleczającymi się.

W Polsce działa forum internetowe – TacyJakJa.pl – prowadzone przez lekarzy<sup>472</sup>. Działa na zasadach znanych w krajach anglosaskich jako GSMP (*Guided Self Management Program for Patients*)<sup>473</sup>.

Każde, nawet najdrobniejsze zauważone objawy autoagresji, zwłaszcza u osoby bliskiej, sugerują konieczność podjęcia terapii, bo mogą się one przekształcać w inne, poważniejsze zaburzenia lub przy kolejnej próbie samouszkodzenia doprowadzić do niezamierzonego samobójstwa. Leczenie osoby z zaburzeniami o typie autodestrukcji powinno obejmować całą rodzinę, gdyż zwykle w jej obrębie można ustalić przyczynę takich zachowań i powinna być prowadzona praca z psychoterapeutą. Bardzo przydatna jest terapia przez twórczość – pozwala wyrazić swoje wewnętrzne problemy i pokazuje postępy w procesie zdrowienia. Pomocna jest też terapia skierowana na ciało – pomaga je od nowa poznać, uczy samoakceptacji, dbałości o swoje potrzeby, a także kontaktów z ludźmi. W niektórych przypadkach niezbędna jest opieka psychiatry<sup>474</sup>.

Prowadzący stronę internetową niebieskalinia.pl<sup>475</sup> podają, że temat autoagresji jest rzadko poruszany w mediach, a nawet w literaturze fachowej, chociaż zdarzają się konferencje na temat samookaleczeń u dzieci i młodzieży<sup>476</sup>. Zwracają też uwagę na to, że nawet zachowania powszechnie uznawane za normę (np. operacje plastyczne, sport ekstremalny), mogące prowadzić do deformacji ciała, bywają przejawem zaburzeń o typie autodestrukcji.

## Opowieści młodych o tym, jak pomaga im tatuaż

Warto zacząć od tego, jak tatuaż pomaga ludziom zagubionym w świecie, z bólem duszy, który jest tak trudny do udźwignięcia, że zadają sobie ból fizyczny, by uśmiercić ten psychiczny. Tak piszą osoby dotknięte tym zaburzeniem:

---

472 TacyJakJa.pl – Korzystaj z rzetelnej wiedzy o zdrowiu! Lekarze – pacjentom. Szukaj według schorzenia, <https://tacyjakja.pl/> [dostęp: 5.04.2020].

473 P.A. Grady, L.L. Gough, *Self-Management: A Comprehensive Approach to Management of Chronic Conditions*, „American Journal of Public Health” 2014, nr 104, s. e25-e30.

474 A. Eckhardt, *Autoagresja*. Wyd. WAB, Warszawa 1998; K. Linowski, I. Wysocki, *Agresja, autoagresja w przemoc w życiu człowieka. Przyczyny, przejawy, przeciwdziałanie i resocjalizacja*, [http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP\\_3\\_2015/503SokolSzawlowska\\_PsychiatrPol2015v49i3.pdf](http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP_3_2015/503SokolSzawlowska_PsychiatrPol2015v49i3.pdf) [dostęp: 5.04.2020].

475 Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” Instytutu Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, <https://www.niebieskalinia.pl/> [dostęp: 5.04.2020].

476 E. Golbik-Madej, *Zranione ciało – zraniona dusza*. „Samookaleczenia u dzieci i młodzieży. Materiały z konferencji dla rodziców, pedagogów, psychologów i terapeutów”, Gliwice, 9 lutego 2019 r., <http://poradnia.gliwice.pl/wp-content/uploads/2019/03/Zranione-cia%C5%82o-%E2%80%93-zraniona-dusza.pdf> [dostęp: 5.04.2020].

Postanowiłem zrobić ten tatuaż na mój nadgarstek po tym, jak po raz pierwszy usłyszałem o „darmowej miłości” w kwietniu 2011 roku. Wtedy dowiedziałem się o grupie To Write Love on Her Arms. Jest to ruch na rzecz dawania nadziei i znajdowania pomocy dla osób zmagających się z depresją, uzależnieniem, samouszkodzeniem i samobójstwem. TWLOHA istnieje, aby zachęcać, informować, inspirować i inwestować w leczenie i odzyskiwanie zdrowia psychicznego. Postanowiłam umieścić tatuaż w miejscu widocznym dla wszystkich, aby ktoś mógł zapytać mnie: Hej, co to znaczy? Dzięki temu mogę szerzyć świadomość wśród wszystkich zdrowych i cierpiących jak kiedyś ja. – Ashley

Emilie Autumn pisze piosenki, do których mogę się odnieść, i popycha do ciężkiej walki o siebie. Kilka lat temu miałam okazję się z nią spotkać. Powiedziała jej o moich zmaganiach i powiedziała mi, że ma podobne doświadczenia. Pokazała mi swoje ramię, które jest pokryte bliznami, i sprawiła, że obiecałem sobie, że już nigdy więcej się nie skrzywdzę. Od tego czasu nie popełniłem samouszkodzenia. **Tatuaż zawsze przypomina mi, że warto walczyć o życie.** – Tina

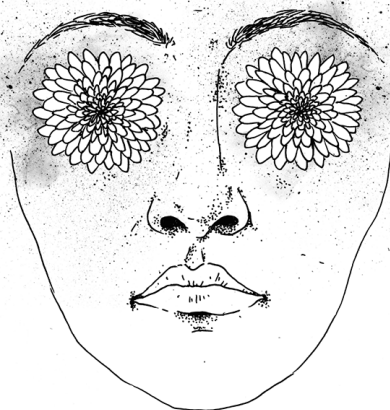
Kiedy zmagalem się z atakami samookaleczenia i prób samobójczych i czułem się kompletnie beznadziejny, wiedziałam, że potrzebuję czegoś, co przypomni mi, że była nadzieja, nawet gdy nie mogłam tego zobaczyć ani poczuć. Ten tatuaż jest stałym przypomnieniem nadziei, która czasami wydaje się nieosiągalna. Patrzę na mój nadgarstek i wiem, że muszę dalej walczyć, bo będą lepsze czasy, nawet jeśli nie zawsze będą trwałe. – Kelly

Podstawową historią mojego tatuażu jest napis *Love on her Arms*. To moja inspiracja, aby nie ciąć się za każdym razem, gdy patrzę na mój nadgarstek. Zawsze przypomina mi, że jestem kochana bez względu na wszystko i nie potrzebuję nikogo innego, aby potwierdzić, że jestem piękna i godna szacunku i miłości. Potrzebuję tylko siebie. Jestem warta miłości bez względu na wszystko. – Chanel<sup>477</sup>

---

477 <https://pl.oldmedic.com/inspired-ink-22-depression-tattoos-5179> [dostęp: 5.04.2020].

## NAMIASKKA ŻYCIA DANA PO ŚMIERCI



Współcześnie obserwuje się niezwykłą modę na dbałość o wygląd nieboszczyka. W internecie można znaleźć oferty zabiegów kosmetycznych z balsamowaniem zwłok włącznie. Tak zwane firmy funeralne, czyli związane z przygotowaniem do pogrzebu (łac. *funeralis* – pogrzebowy)<sup>478</sup>, prowadzą szkolenia odpowiednich specjalistów, a zawód ten wykonują również kobiety. W jednym z wywiadów można znaleźć wypowiedź młodego człowieka:

[...] toaleta pośmiertna to niewątpliwie zawód dla ludzi o stalowych nerwach. Bardzo lubię swoją pracę, gdyż mam poczucie spełnienia obowiązku wobec zmarłych. Kiedyś chciałem być lekarzem, lecz nie poszedłem na studia lekarskie. Wybrałem pracę w prosektorium. Oprócz toalety pośmiertnej poszerzam swoje umiejętności o laborantykę sekcyjną, a także balsamację. [...] Oprócz nabycia odpowiednich kwalifikacji należy znać anatomię człowieka, prawo pogrzebowe (i nie tylko), zasady kosmetyki, czyli wizaż, a także interesować się życiem branży funeralnej w Polsce<sup>479</sup>.

Już w latach 70. XX w. amerykański 'przemysł' pogrzebowy zarabiał ponad 4 mld dolarów i zatrudniał około 65 tys. ludzi w około 24 tys. domów pogrzebowych. Reakcją na uprzedmiotowienie zmarłego stał się zainicjowany w Kalifornii ruch na rzecz godnej śmierci i umierania. Jego zwolennicy domagali się naturalnego i pozbawionego pretensjonalności pogrzebu, choć wspomniane tutaj praktyki domów pogrzebowych nadal nie mają poważnej konkurencji<sup>480</sup>.

I w tak rozpędzony świat w kierunku zdobienia ciała zmarłych czy jego modyfikacji w 2020 r. wkroczyła pandemia COVID-19. Śmierć stała się coraz bardziej powszechna, przychodziła w cichości sal szpitalnych i w ogromnej samotności bez możliwości towarzyszenia bliskich. Pogrzeby stały się ceremoniami, w których ze względów epidemiologicznych mogła uczestniczyć niewielka liczba osób<sup>481</sup>. Przemysł funeralny

478 <https://pl.glosbe.com/la/pl/funeralis> [dostęp: 14.02.2021].

479 <https://www.bankier.pl/wiadomosc/Zawodowo-zajmuje-sie-wizazem-zwlok-2667131.html> [dostęp: 15.02.2021].

480 R. Hryń-Kuśmierk, *Godność człowieka trwa poza jego śmierć*, „Wiedza i Życie” 1999, nr 11.

481 <https://www.gov.pl/web/wsse-bydgoszcz/pochowek-i-ceremonia-pogrzebowa-w-dobie-pandemii-koronawirusa> [dostęp: 15.02.2021].



wprawdzie rozkwitał, ale dotyczy to jedynie pochówków<sup>482</sup>. Możliwości zdobienia ciała zakażonego wirusem SARS-CoV-2 nie istniały.

Czy po ustąpieniu pandemii zwyczaje i potrzeby ludzi wrócą do poprzedniego poziomu? Odpowiedź może być tylko niejednoznaczna. Wprawdzie, jak opowiada Wielka Historia, po pandemiach, które zdarzały się w przeszłości, ludzkość powracała do intensywnego życia, jednak pewne obyczaje się zmieniały.

## Tanatopraksja, czyli balsamowanie

Nazwa „mumia” pochodzi od arabskiego *mumiyah*, co oznacza ciało zakonserwowane woskiem (w języku perskim *mum* to wosk). Znanie powszechnie mumie egipskie były opisywane już przez Herodota.

W ciągu tysięcy lat stosowano różne sposoby balsamowania. Pochodzący z Chile profesor antropologii na University of Nevada w Las Vegas, Bernardo Arriaza, opublikował w 1995 roku książkę zatytułowaną *Beyond death: the Chinchorro mummies of ancient Chile*. [...] Opisał w niej m.in. wyniki badań, jakim poddano mumie ludu Chinchorro, odkryte na początku lat osiemdziesiątych XX w. na wybrzeżu Pacyfiku wokół miasta Arica, w pobliżu granicy dzisiejszego Chile i Peru. Mumie południowoamerykańskie są starsze od egipskich o około 2 tys. lat, ponieważ wiek najstarszych określono na ponad 7 tys. lat. Spośród 282 odkrytych mumii około 150 jest dziełem człowieka, reszta powstała w sposób naturalny w wyniku działania suchego klimatu. Na uwagę zasługuje również fakt, że Chinchorro bardzo demokratycznie traktowali swoich zmarłych, mumifikując wszystkich – kobiety, mężczyzn i dzieci – bez względu na ich status w grupie i stan majątkowy<sup>483</sup>.

Przez wiele plemion mumie były zakopywane płytko na pustyni, a przedtem je malowano w ujednolicony wzór, typowy dla tego plemienia. Znalezione ślady świadczą o malowaniu kilkukrotnym, być może wydobywano je i w czasie uroczystości wystawiano na widok publiczny. Były też przechowywane bez lęku w rodzinach, a bliscy mieli obowiązek zapewniać im pokarm i napoje.

Mumifikowanie zwłok było znane również Europejczykom. Na przykład w Palermo na Sycylii, w katakumbach tamtejszego klasztoru Kapucynów ciągną się długie galerie, gdzie spoczywa około 8 tys. mumii. «Ulice» w tym mieście umarłych zwane są korytarzami mężczyzn, kobiet, profesjonalistów (czyli lekarzy, adwokatów, malarzy, urzędników, wojskowych, profesorów), kapłanów, braci zakonnych oraz dzieci i niemowląt. Najstarsze mumie, najczęściej już bezimiennie, liczą ponad 400 lat, najmłodsza to pochowana w 1920 roku zabalsamowana dwuletnia dziewczynka, Rosalia Lombardo.

Jeszcze w XIX w. mieszkańcy Palermo byli przekonani, że ziemia, na której został zbudowany klasztor, ma niezwykle właściwości opóźniania rozkładu ciał zmarłych. Później to przekonanie osłabło, ponieważ uznano, że proces naturalnej mumifikacji zachodzi w wyniku braku dostępu powietrza. Zwłoki umieszczane były bowiem w piwnicy z szybem wentylacyjnym, gdzie powoli

482 <https://firma.rp.pl/biznes/10527-pogrzeb-podczas-pandemii-koronawirusa-a-obawy-przed-zakazeniem-zaklad-pogrzebowy> [dostęp: 15.02.2021].

483 R. Hryń-Kuśmieriek, *op. cit.*

wysychały przez rok. Później wystawiano je jeszcze na słońce, następnie myto w occie winnym, owijano w słomę i aromatyczne zioła, wreszcie ubierano. Rodziny bardzo często odwiedzały zabalsamowanych krewnych, aby pomodlić się, opowiedzieć o kłopotach i poprosić o radę<sup>484</sup>.

Mumifikacja pozostaje nadal dawnym rytuałem wśród Aborygenów, którzy wprawdzie nie sami mumifikują swoich zmarłych, ale umieszczają ich na drzewach. Pod wpływem promieni słonecznych i wiatru proces ten odbywa się w sposób naturalny<sup>485</sup>.

Obecnie podstawą zabiegów tanatopraksji jest wstrzykiwanie do naczyń krwionośnych osoby zmarłej substancji, które hamują namnażanie się bakterii gnilnych, zapobiegając rozkładowi ciała. W roku 1963 powstał Francuski Instytut Tanatopraksji, który zajmował się nauczaniem, rozpowszechnianiem i kontrolowaniem technik balsamowania ciała zwanych Metodą IFT. W 1980 r. założono w Stanach Zjednoczonych pierwszą szkołę tanatopraksji.

## Tanatopraktyka

Terminem tym określa się zajęcia wysoko wykształconych zawodowo osób związanych z przygotowaniem zwłok do pochówku, transportu i ewentualnej kremacji. Jest to dezynfekcja zwłok, toaleta pośmiertna, ubieranie, zabiegi kosmetyczne, jak np. makijaż, rekonstrukcja ciała, a także konserwacja zwłok.

## Tanatokosmetyka

Nazwa pochodzi od greckich słów *tanatos* – śmierć i *kosmeo* – zdobić, upiększać. Oznacza tradycję zdobienia zwłok. Hołdowali jej starożytni Egipcjanie.

Teksty *Piramid* Starego Państwa czy *Tekst Trumien* Średniego Państwa potwierdzają, że ciała zmarłych malowano ochrą: czerwoną w przypadku mężczyzn, a żółtą u kobiet, a paznokcie przyciemniano henną [...].

Akcesoria, niezbędne do wykonania kosmetycznej toalety pośmiertnej, znajdowano podczas prac archeologicznych wśród darów grobowych, np. w grobowcu syberyjskiej księżniczki sprzed 2,5 tys. lat, który zawierał kosmetyczkę z pędzlem do nakładania pudru z końskiego włosia, fragment eyelinera i puder zawierający wiwianit – minerał barwiący na ciemny błękit.

W Jerychu odnaleziono czaszki pochodzące z okresu neolitu, które «posiadały ludzkie oblicze» i dzięki swojszcie wymodelowanym oczom, otrzymały na powrót twarz, którą utraciły wraz ze śmiercią ich właścicieli. Również barwy, wśród których obficie występuje czerwień, nawiązująca być może do koloru krwi, zmieniają tę sztuczną skórę w obraz życia.

W Rzymie zmarłego żegnano w domu, w otoczeniu rodziny, według ścisłej ceremonii, w trakcie której ciało namaszczano olejkami, a głowę wieńczono wieńcem lub koroną. Następnie osoba namaszczonej (*pollinctoi*) dokonywała odlewu maski zmarłego w gipsie lub glinie i uzyskiwała z negatywu maskę woskową (*imago ceia*), którą malowano żywymi barwami i nakładano na twarz

484 *Ibidem*.

485 <http://www.antropologia.uw.edu.pl/AR/ar-05-04.pdf> [dostęp: 15.02.2021].

nieboszczyka. Do Polski zwyczaj upiększania ciała zmarłego prawdopodobnie przywędrował z USA, gdzie zabiegi takie stosuje się od wielu lat<sup>486</sup>.

Współcześnie tanatokosmetologami są też kobiety, również w Polsce. Jedna z nich, młoda i atrakcyjna, opowiada, że było to jej marzenie od dzieciństwa. Po urodzeniu dziecka odbyła odpowiednie kursy, pracuje w tym zawodzie już od kilku lat. Opowiada o różnych doznaniach, ale czuje się spełniona. Chcąc niejako „oswoić” problem śmierci, ale też swojego zawodu, założyła na Instagramie profil „Pani z Domu Pogrzebowego”, który cieszy się wielkim zainteresowaniem – obserwuje go już blisko 90 tys. osób. W internecie szczerze opisuje swoją pracę, porusza nierzadko trudne tematy związane ze śmiercią i uświadamia, jak postępować ze zmarłymi. Kończy z traktowaniem śmierci jako tematu tabu. Zauważa m.in., że niska jest wiedza wśród społeczeństwa o tym, jak się zachować wobec osoby, która zmarła w domu. Często domownicy przed przybyciem pracownika medycznego, który stwierdzi zgon, zachowują się tak, jakby ta osoba żyła, chcą się nadal nią opiekować tak jak chorym czy starym – zamykają okna, nakrywają kołdrą. Przyspiesza to oczywiście procesy rozkładu. Należy otworzyć szeroko okno, odkryć ciało, zamknąć oczy zmarłemu i ułożyć ciało w pozycji półsiedzącej<sup>487</sup>.

Celem kosmetyki pośmiertnej jest spowodowanie, by zmarły wyglądał najkorzystniej. Używane są specjalistyczne produkty, tzw. kosmetyki pośmiertne, głównie produkowane na bazie formaliny. Pokrywają one niekorzystne zmiany powłok ciała, też plamy opadowe, uszkodzenia, np. po wypadku, czy rozpoczęte już procesy gnilne. Ponadto tanatokosmetolog wykonuje makijaż pośmiertny, zakłada tipsy, farbuje i układa włosy, ozdabia piercingiem itd.

Wszystkie te działania muszą uwzględniać nie tylko kanony piękna, ale głównie przekonania i prośby rodziny. W różnych religiach pewne zabiegi są niedopuszczalne, jak np. malowanie twarzy zmarłego czy balsamowanie w judaizmie.

## Tanatoplastyka

Szczególne zabiegi rekonstrukcji twarzy czy części ciała zwane są tanatoplastyką. W 1912 r. Joel Crandall wprowadził pojęcie demichirurgii, czyli sztuki odbudowania ciała zniszczonego w wyniku choroby, wypadku czy procesów rozkładu. W 1930 r. zabiegi te zwano „sztuką rekonstrukcyjną”. Pod koniec lat 40. XX w. kosmetyka i rekonstrukcja ciał zmarłych była już powszechnie stosowana w zakładach pogrzebowych w Stanach Zjednoczonych<sup>488</sup>.

Antonina Ostrowska w swej książce *Śmierć i umieranie* opisuje dość powszechny w Stanach Zjednoczonych sposób dokonywania toalety zmarłego: po [...] czynności balsamowania zwłok

486 *Kultura śmierci, kultura umierania*, red. A. Guzowski, E. Krajewska-Kułak, G. Bejda, <https://www.umb.edu.pl/photo/pliki/Dziekanat-WNOZ/monografie/11-2016/3.pdf> [dostęp: 15.02.2021].

487 <https://www.fakt.pl/wydarzenia/polska/tanatokosmetolog-jak-wyglada-praca-przy-zwlokach/z1dlv3e> [dostęp: 15.02.2021].

488 *Kultura śmierci, kultura umierania*.

zostają one poddane praktykom kosmetyczno-upiększającym. Zęby zmarłego są czyszczone, a nawet lakierowane, oczy zaklejane specjalnym preparatem. Modeluje się twarz, usuwa opuchlizny, tuszuje blizny, a nawet uzupełnia brakujące części ciała. Jeżeli zmarły za życia np. stracił rękę, dorabia się ją ze specjalnego wosku. Zanim nastąpi ostateczny makijaż, twarz zmarłego modeluje się w ten sposób, aby rysom twarzy zapewnić odpowiednią ekspresję. [...] Czasem dla zapewnienia odpowiedniej pozycji ust (ponieważ oczy są zamknięte, cały wyraz twarzy zależy od ułożenia ust) przypina się je od wewnątrz igłami do dziąseł<sup>489</sup>.

Interesujące są badania antropologa Nadii Seremetakiego prowadzone w Grecji na Półwyspie Peloponeskim. Na ich podstawie zauważono bowiem, że wdowy po trzech czy pięciu latach od śmierci męża same wydobywały zwłoki, oddzielały kości od ciała i przy użyciu wody, octu, wina i oliwy z oliwek wykonywały toaletę pośmiertną. Kości suszono na słońcu, a następnie układano tak, by głowa znajdowała się na wierzchu. Zabiegi te, przypominające prace przy uprawie drzewek oliwnych, miały ułatwiać przejście ze świata żywych do świata umarłych. Tradycja takiego postępowania przy ekshumacji zwłok przetrwała w Grecji do czasów współczesnych<sup>490</sup>.

## Portrety pośmiertne

Znalezisko archeologiczne w postaci portretów z Fajum, ponoć poznanych już w czasie wypraw krzyżowych, a później przez wojska Napoleona, nabrały światowego rozgłosu dopiero pod koniec XIX w. Stało się to za sprawą wiedeńskiego kupca Teodora Grafa, który w 1997 r. zainteresował się maskami pośmiertnymi sprzedawanymi przez egipskich chłopów mieszkających w okolicy Fajum. Rok później zorganizował ich wystawę. Słynne portrety z Fajum, najstarsze z I w. n.e., w liczbie ok. 700, są wykonane na drewnie i były składane wraz z zabalsamowanymi zwłokami do grobów. Francuski pisarz, z wykształcenia orientalista i archeolog, Andre Malraux, zauważał, że twarze na nich przypominają „świejące znicze wiecznego życia”. Niektórzy widzą pewne podobieństwo do twarzy malowanych przez Rembrandta, Modiglianiego czy Picassa<sup>491</sup>.

Tradycją wśród polskiej szlachty był przybijany do trumny tzw. portret nieboszczykowski, malowany na blasze cynowej, srebrnej lub miedzianej. Po uroczystościach pogrzebowych portret wieszano w kościele lub kaplicy.

489 R. Hryń-Kuśmierk, *op. cit.*

490 *Kultura śmierci, kultura umierania.*

491 *Ibidem.*

## „OSTATNI AKORD” – PLASTINARIUM, BODY WORLDS

Wszystko zaczęło się od Gunthera von Hagens (właśc. Gunther Liebchen), urodzonego w 1945 r. w polskich Skalmierzycach, które w tym czasie były włączone do Rzeszy – niemieckiego lekarza, patomorfologa i anatoma. Pracując na Uniwersytecie w Heidelbergu, w 1977 r. opracował i opatentował nowatorską metodę preparowania zwłok.

W 1980 r. utworzył firmę Biodur Products, która zaczęła stosować plastynację na skalę przemysłową do produkcji medycznych pomocy naukowych. W 1993 r. powołał własny Instytut Plastynacji w Heidelbergu. W 1995 r. został powołany do grona wykładowców na Uniwersytecie Medycznym Dalian w Chinach, a w 1999 r. objął kierowanie Instytutem Plastynacji Państwowego Uniwersytetu Medycznego w Biszkeku w Kirgistanie, gdzie uruchomiono największą produkcję plastynatów na świecie.

W 2005 r. von Hagens podjął próbę wykupienia w miejscowości Sieniawa Żarska w woj. lubuskim nieczynnych obiektów przemysłowych, aby na ich terenie otworzyć kolejny oddział Instytutu Plastynacji z 300 miejscami pracy, w celu składowania plastynatów na potrzeby wystawowe. Na skutek protestów motywowanych względami religijnymi projekt został odrzucony przez polskie władze. W 2006 roku budowę oddziału zatwierdzono do realizacji w niemieckim mieście Guben, oddalonym ok. 60 km od Sieniawy Żarskiej.

17 listopada 2006 von Hagens otworzył stałą wystawę swoich eksponatów – Plastinarium w Guben.

Już w 1995 r. Von Hagens zainicjował cykl wystaw pod nazwą *Body Worlds* (pol.: „Cieleśne światy”), na której całe zwłoki ludzi i zwierząt oraz ich fragmenty, poddane plastynacji, wykorzystywane były jako eksponaty. Wystawy z cyklu „Body Worlds”, prezentowane na całym świecie, wzbudzają równocześnie wielkie zainteresowanie oraz aktywne sprzeciw.

Von Hagens twierdzi, że pokazywane na wystawach zwłoki po plastynacji pozyskuje drogą darowizn ciał, dokonywanych przez samych dawców jeszcze za ich życia. Przeciwnicy wystawienniczej działalności von Hagensa wysuwali oskarżenia, że część zwłok von Hagens kupił od władz chińskich po wykonywaniu wyroków śmierci, głównie na młodych skazańcach<sup>492</sup>.



492 [https://pl.wikipedia.org/wiki/Gunther\\_von\\_Hagens](https://pl.wikipedia.org/wiki/Gunther_von_Hagens) [dostęp: 13.03.2021].

## Plastinarium

Plastinarium jest ośrodkiem o charakterze muzealnym i naukowym zlokalizowanym w niemieckim Guben, który graniczy z polskim miastem Gubin. Zostało otwarte w 2006 r. przez dr. Gunthera von Hagensa. Placówka jest powiązana z Instytutem Plastynacji w Heidelbergu, który należy do tego samego doktora, i od niego zależna. Ośrodek zajmuje się technicznym opracowywaniem zwłok, zwanym plastynacją, gromadzeniem i przygotowywaniem eksponatów na wystawy Body Worlds. Ma też charakter otwartego centrum informacyjnego prezentującego działalność jej założyciela. Ponadto organizuje się tam okresowe spotkania osób zainteresowanych donacją swojego ciała po śmierci na potrzeby Plastinarium.

„Organizator ośrodka, dr von Hagens, swoją działalność motywuje m.in. chęcią zmiany stosunku ludzi do śmierci, odtabuizowania ludzkiego ciała po śmierci i zaprzestania postrzegania człowieka po śmierci jako coś obrzydliwego czy nieestetycznego”<sup>493</sup>.

„Ośrodek plastynacji w Gubinie prezentuje po raz pierwszy w jednym miejscu stacjonarną wystawę anatomiczną «BODY WORLDS. The Anatomical Exhibition of Real Human Bodies» (niebędącą elementem wersji ruchomej Body Worlds), z plastynatami całego ciała oraz dostępną dla zwiedzających tzw. szklaną pracownię. W tym dziale można obserwować na żywo powstawanie plastynatów, śledzić kolejne fazy przetwarzania zmarłego w plastynat: od preparacji anatomicznej do gotowego eksponatu”<sup>494</sup>.

Plastinarium w niemieckim Guben to kombinacja warsztatu anatomicznego i muzeum. Jego twórcą jest dr Gunther von Hagens – lekarz, patomorfolog i specjalista od anatomii, który opracował nowatorską metodę preparowania ludzkich ciał, zwaną plastynacją. Chętni mogą nawet stać się naocznymi świadkami jego działalności<sup>495</sup>.

Plastinarium powstało na terenach byłej fabryki sukna. Zajmuje powierzchnię 2500 m<sup>2</sup>. Umożliwia oglądanie procesów preparacji ciał, konserwacji i wykonywania plastynatów – są to szkielety, przezroczyste płaty ciała, ale też narządy wewnętrzne. Jest tam ok. 150 preparatów pojedynczych narządów człowieka oraz ok. 15 plastynatów całych ciał. Poza informacjami o anatomii człowieka znajduje się tam pomieszczenie, gdzie można się przygotować do kontrolowania swoich reakcji w czasie oglądania szczątków i ewentualnie zrezygnować ze zwiedzania.

Plastinarium jest nieznaną wcześniej ekspozycją muzealną dostępną dla zwiedzających niezależnie od profesji czy wieku. Możliwe jest udostępnianie zwiedzania dzieciom, choć wcześniej rodzice muszą się zastanowić nad decyzją<sup>496</sup>.

---

493 <https://trojmiasto.tv/Wystawa-Body-Worlds-Gdansk-12-03-2019-video-32674.html> [dostęp: 12.03.2021].

494 <https://pl.wikipedia.org/wiki/Plastinarium> [dostęp: 28.05.2021].

495 <https://turystyka.wp.pl/twarza-w-twarz-ze-smiercia-6043968557515905g/2> [dostęp: 12.03.2021].

496 <https://www.podrozepoeuropie.pl/plastinarium-gubin/> [dostęp: 12.03.2021].



Miejsce to stanowi też szansę dla osób, które nie chcą tradycyjnego pogrzebu i bezpowrotnego zniszczenia ciała, a wyrażają chęć, by pozostać w świecie żywych w formie eksponatu wystawy Body World. Jedną z takich osób był zmarły w 2004 r. Hans Guido Mutk, niemiecki pilot, który jako pierwszy przekroczył barierę dźwięku.

W magazynach Plastinarium są gromadzone i konserwowane eksponaty wchodzące w skład wszystkich pięciu ruchomych wersji wystawy Body Worlds<sup>497</sup>.

Bardzo wiele osób słyszało o głośnej wystawie Body Worlds, która co jakiś czas pojawia się w miastach na całym świecie. Z reguły towarzyszy jej krytyka, ale przed kasami ustawiają się kolejki.

## Technika plastynacji

Technika plastynacji to

metoda, jaką posługuje się Hagens, która sprowadza się do kilku następujących po sobie czynności. Do ciała wpompowuje się przez aorty formalinę, co skutkuje zahamowaniem postępującego rozkładu. Później usuwa się całość lub znaczną część tkanki tłuszczowej i łącznej. Następnie zwłoki umieszczane są w acetonie, a po jego wypompowaniu w tkanki wprowadza się tworzywo sztuczne (np. silikon). Ten zabieg przeprowadzany jest w komorze próżniowej. W tym momencie przyszły plastynat ustawia się w odpowiedniej pozie (przy pomocy drutu, szpilek czy gwoździ). Ostatni etap to utwardzanie – specjalny preparat w reakcji z zastosowanym tworzywem sprawia, że tkanki twardnieją.

Czasem wykonuje się też plastynację przekrojową. Aby mógł powstać odpowiedni przekrój, ciało jest zamrażane i krojone na cieniutkie plastry, te zaś impregnuje się, np. żywicą epoksydową. Przygotowanie jednego modelu zajmuje 1500 godzin! Całość gotowa jest z reguły po roku pracy<sup>498</sup>.

## Body Worlds

Body Worlds (właściwie: *Body Worlds*, tytuł niemiecki: *Körperwelten*, *Cielesne światy*) to wspólny tytuł kilku ruchomych ekspozycji, wystawianych na całym świecie od 1995 r., prezentujących plastynaty, głównie ludzkich zwłok, choć też są zwierzęce, które realizuje opisany już prof. Gunther von Hagens<sup>499</sup>.

Grupa Body Worlds Polska, aktywna na Facebooku, ma już lajki od 12 763 użytkowników, a 13 072 użytkowników ją obserwuje. Można tam przeczytać o motywacji osób, które oddają swoje ciało po śmierci.

Trzy główne powody, dla których dawcy decydują przekazać swoje ciała po śmierci na rzecz wystawy BODY WORLDS:

497 <https://pl.wikipedia.org/wiki/Plastinarium> [dostęp: 12.03.2021].

498 <https://www.podrozepoeuropie.pl/plastinarium-gubin/> [dostęp: 12.03.2021].

499 [https://pl.wikipedia.org/wiki/Body\\_Worlds](https://pl.wikipedia.org/wiki/Body_Worlds) [dostęp: 12.03.2021]; <https://bodyworlds.pl> [dostęp: 12.03.2021].



- życzą sobie, aby ich ciała po śmierci służyły nauce;
- są zafascynowani metodą plastynacji;
- nie chcą zostać pochowani ani poddani kremacji.

We wspomnianej Grupie można znaleźć różne informacje, np. o tym, jak zachować zdrowie: „CZY WIECIE ŻE... otyli mężczyźni żyją 13 lat poniżej średniej statystycznej, a otyłe kobiety tracą 8 lat życia! Otyłość zwiększa ryzyko przewlekłych chorób serca oraz takich, jak cukrzyca, nadciśnienie, zapalenie stawów, udar i niektóre typy raka. Otyłość ma ogromny wpływ na długość życia. Wpływa również na nasze samopoczucie psychiczne. Prowadzi do obniżenia samooceny przez co zwiększa ryzyko depresji. Szukacie cennych wskazówek? Chcecie dowiedzieć się więcej? Zapraszamy na wystawę!”

„Prof. Gunther von Hagens – anatom, wynalazca, nauczyciel oraz orędownik zdrowia prezentuje estetyczne plastynaty całego organizmu. Dzięki nim mamy możliwość wnikliwego zapoznania się z fantastyczną tematyką ciała. Poprzez plastynację ciało po śmierci człowieka jest przekształcone w niesamowity anatomiczny wzorec, dając Wam możliwość zobaczenia ludzkiego ciała, jakiego nigdy wcześniej nie widzieliście!”

Podane są też wpisy celebrytów, którzy pozytywnie postrzegają wystawę:

„Dziękuję za tak wnikliwe zbadanie ludzkiego ciała”. – Tina Turner, amerykańska piosenkarka

„Co za niesamowite doświadczenie edukacyjne! Swojego rodzaju oddzielenie umysłu od ciała bardzo wiele dodało do mojego życia!” – Andre Agassi, amerykański tenisista

„Co za świetna wystawa. Teraz dokładnie wiem, co się ze mną dzieje, kiedy mam kaca”. – Jean-Paul Gaultier, francuski projektant mody, muzyk

„Zdecydowanie oszałamiająca. Otwierająca oczy. Nigdy nie wiedziałem, że tak dużo dzieje się wewnątrz ciała ludzkiego – niczym cichutka fabryka. Niesamowite”. – Gary Oldman, brytyjski aktor, scenarzysta, reżyser i producent

„To jest niesamowite i pouczające. Fascynujące doświadczenie naukowe. Nigdy więcej nie będę lekceważył mojego ciała”. – Tony Hawk, amerykański skateboardzista

Według ostatnich badań statystycznych dzięki wystawie BODY WORLDS poznajemy własne ciała i zmieniamy życiowe nawyki! Okazuje się, że 87% osób, które odwiedziły wystawę, znacznie wzbogaciło swoją wiedzę na temat ciała człowieka, a aż 68% osób zaczęło stosować się do cennych wskazówek dotyczących zdrowego trybu życia. Podczas zwiedzania widzowie uświadamiają sobie, jak ważne jest dbanie o własne ciało, m.in. zdrowa dieta, ćwiczenia fizyczne, czy jak bardzo szkodliwe jest palenie tytoniu<sup>500</sup>.

Organizatorzy wystawy w Krakowie piszą tak:

Ekspozycja wykorzystująca autentyczne ludzkie ciała, a także multimedialne instalacje prezentuje potencjał ludzkiego organizmu w ruchu – jego formę oraz złożone funkcje. Zwiedzający odkrywają

---

500 <https://www.facebook.com/BodyWorldsPolska/> [dostęp: 12.03.2021].

tu skomplikowane zagadki naszego organizmu. Dzięki metodzie plastynacji [...] odwiedzający mają możliwość podziwiać wewnętrzne piękno naszego ciała oraz zajrzeć do najskrytszych zakamarków ludzkiego organizmu. Przedstawiono tu obok siebie narządy zdrowe i chore, dzięki czemu odwiedzający widzą, jak styl życia może wpłynąć na organizm, np. jak palenie wpływa na płuca. Wystawa ukazuje jak finezyjne jest nasze ciało, jak jest czułe oraz wrażliwe.

Zwiedzający mają wrażenie poruszania się po trójwymiarowym atlasie anatomii i dzięki temu mogą dowiedzieć się, jak skomplikowany, piękny, ale też kruchy jest nasz organizm<sup>501</sup>.

Ewa Król-Bednarczyk, rzecznik prasowy wystawy, która dotarła w 2019 r. do Trójmiasta, powiedziała:

**BODY WORLDS & The Cycle of Life** ma edukacyjny charakter, przedstawiając etapy cyklu życia człowieka. Zwiedzający mają możliwość poznania zmian zachodzących w ludzkim ciele – od poczęcia, poprzez okres niemowlęcy, dzieciństwo, dojrzałość, aż po jesień życia. Wystawa prezentuje autentyczne ludzkie ciała oraz instalacje multimedialne, pozwala odkryć tajemnice i skomplikowane zagadki ludzkiego organizmu. Wszystkie eksponaty, które znajdują się na wystawie, a jest ich ponad 160, są prawdziwe. Ciała pochodzą od dawców, którzy za życia zgodzili się je przekazać na rzecz Instytutu Plastynacji w Heidelbergu. W instytucie tym prowadzony jest specjalny program dawców ciał na potrzeby plastynacji.

Pragniemy edukować widzów, że w pełni jesteśmy odpowiedzialni za nasze ciała, a w trakcie życia pracując nad swoją sprawnością możemy je udoskonalać na naszą korzyść. Każdy etap naszego istnienia jest tutaj niezwykle przystępnie dla zwiedzających opisany. Możemy zobaczyć atletyczne figury plastynatów zaprezentowane przez twórców w artystyczny sposób, poszczególne organy a także przekroje różnych części ciała. Body Worlds to niesamowita lekcja nie tylko anatomii, ale piękna i formy. Możemy spojrzeć na wszystkie nasze układy i narządy w zupełnie nieznanym dotąd sposób. Tylko tutaj jesteśmy w stanie zobaczyć jak naprawdę się starzejemy, jaki przebieg mają dolegliwości oraz choroby w różnych okresach życia<sup>502</sup>.

W 2019 r. napisano:

Uznana za kontrowersyjną wystawa Body Worlds zmienia Polaków. Organizatorzy wystawy zawsze proszą oglądających o podanie, jaki budziła uczucia i jaki miała na nich wpływ. Takie badania przeprowadzono na grupie 4200 osób, które odwiedziły wystawę w okresie od stycznia do czerwca 2018 r. w Krakowie i Poznaniu. Po półrocznym okresie, jaki upłynął od wizyty badanych w tym muzeum, odpowiedzieli na kilka pytań dotyczących kwestii edukacyjnych, w tym na pytanie o to, czy i w jaki sposób ekspozycja wpłynęła na ich życie. Wyniki badań są zaskakujące. Okazuje się, że 88 proc. osób, które odwiedziły wystawę, uznało, że znacznie wzbogaciła ona ich wiedzę na temat ciała człowieka. Co więcej, 72 proc. osób zaczęło stosować się do cennych wskazówek dotyczących zdrowego trybu życia, w tym: 30 proc. zmieniło dietę, 29 proc. osób zaczęło uprawiać sport, a 13 proc. rzuciło palenie<sup>503</sup>.

501 <http://karnet.krakow.pl/25301-krakow-body-worlds> [dostęp: 12.03.2021].

502 <https://www.focus.pl/artykul/najliczniej-odwiedzana-anatomiczna-wystawa-na-swiecie-ponownie-w-polsce> [dostęp: 12.03.2021].

503 <https://kultura.trojmiasto.pl/Uznana-za-kontrowersyjna-wystawa-Body-Worlds-zmienia-Polakow-n133844.html> [dostęp: 12.03.2021].

## Kontrowersje wokół wystawy plastynatów

Od kiedy von Hagens po raz pierwszy zaprezentował Body Worlds szerokiej publiczności, wystawę obejrzało ponad 40 mln ludzi. Od początku wzbudza ona kontrowersje nie tylko etyczne, dotyczące szacunku dla zmarłych, ale też pojawiają się zarzuty o to, w jaki sposób zdobywane są te ciała, a przez 20 lat trwania prac autora tej sztuki ich liczba sięgnęła kilkunastu tysięcy.

Filozof dr Andrzej Leszczyński, kiedy w 2013 r. wystawa *Human Body Exhibition* po raz pierwszy przyjechała do Polski, nazwał ją w wywiadzie dla dziennika „Polska The Times” „pornografią śmierci”.

Gdy w 2015 r. zadecydowano, że inna wystawa von Hagensa, pt. *Cielesne światy* stanie na siedem lat w samym centrum stolicy Niemiec (w wieży telewizyjnej na Alexanderplatz, nieopodal kościoła Mariackiego), burmistrz dzielnicy Berlin-Mitte Christian Hanke grzmiał: „Miejsce zmarłych jest pod ziemią”.

W 2017 r. polskie media podawały, że:

W Polsce głośno o ludzkich ciałach było już kilka lat temu. W uzasadnieniu Prokuratury Rejonowej w Krakowie-Podgórze z listopada 2013 roku możemy przeczytać, że podstawową kwestią w ramach postępowania w zaistniałej sprawie było ustalenie, czy prezentowanie na wystawie *The Human Body Exhibition* zwłok ludzkich realizowało znamię znieważenia ujętego w art. 262 par. 1 Kodeksu karnego. Dochodzenie, którego elementami były m.in. zasięgnięcie opinii biegłego z zakresu bioetyki i kontrola pomieszczeń wystawy przez Państwowy Powiatowy Inspektorat Sanitarny w Krakowie, wykazało, że zorganizowanie ekspozycji nie wypełnia znamion znieważenia, gdyż, zgodnie z opinią prokuratury, zniewaga to ‘zachowanie, które według zdeterminowanych kulturowo i społecznie aprobowanych ocen stanowi wyraz pogardy’. *The Human Body Exhibition*, wykorzystując odpowiednio spreparowane ciała, ukazuje piękno człowieka, głównie w celach edukacyjnych<sup>504</sup>.

Powody religijne były jednym z motywów protestów mieszkańców przeciwko lokalizacji plastynarium na terenie Polski w Sieniawie Żarskiej w woj. lubuskim, z czego ostatecznie zrezygnowano w 2005 r.

„Od wielu lat von Hagens zarzuty o profanację odpiera w ten sam sposób – mówi, że jego plastynaty nie mają już nic wspólnego z ludzkim ciałem, więc w stosunku do nich przepisy o znieważaniu czy chowaniu zwłok tracą swoją moc. Przy dodatkowym podparciu swojej działalności motywacją naukową i dydaktyczną ze wszelkich kłopotów prawnych zawsze wychodzi obronną ręką”<sup>505</sup>.

Z punktu widzenia Kościoła katolickiego opinia wyrażona w katolickim tygodniku przy Stolicy Apostolskiej w Watykanie – „L’Osservatore Romano” – może być

504 <https://katowice.wyborcza.pl/katowice/7,35063,21345255,pornografia-smierci-czy-piekno-ludzkiego-ciala-body-worlds.html> [dostęp: 28.05.2021].

505 *Ibidem*.

wskazówką, jak należy myśleć o tej wystawie i Muzeum w Gubinie, a także całej idei przyswiewcającej pomysłodawcy i autorowi prac. Napisano tam m.in.:

*Body Worlds* zasługuje na uwagę. Towarzyszy laikowi z dziedziny medycyny i anatomii, pomagając odkrywać ludzkie ciało, pokazując i tłumacząc prostym językiem życiowe mechanizmy. Widząc serce w książce, telewizji czy na modelu to jedno, ale patrząc na prawdziwe plastyczne serce, zdając sobie sprawę z tego co mamy w sobie i nieustannej pracy naszego wewnętrznego układu, pozostaje nam tylko podziw i szacunek dla naszego ciała. Wystawa jest wspaniałym hymnem o szacunku do ciała<sup>506</sup>.

Niezależnie od tych wszystkich kontrowersji pokazywanie ciał ludzkich poddanych procesowi plastynacji na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat okazało się świetnym pomysłem na biznes, z czego skorzystała m.in. czeska firma JVS Group, która jest właścicielem *The Human Body Exhibition*<sup>507</sup>.

---

<sup>506</sup> <https://kultura.trojmiasto.pl/Uznana-za-kontrowersyjna-wystawa-Body-Worlds-zmienia-Polakow-n133844.html> [dostęp: 12.03.2021].

<sup>507</sup> <https://katowice.wyborcza.pl/katowice/7,35063,21345255,pornografia-smierci-czy-piekno-ludzkiego-ciala-body-worlds.html> [dostęp: 12.03.2021].



# INDEKS

## A

aerobik 30  
Ajnowie 74, 80  
aktywność fizyczna 208  
alergia 48, 176  
alkohol 173  
Anielki 39  
Anglia 41, 160, 170, 215  
anoreksja 214  
antysamobójstwo 213  
aparaty ortodontyczne 48  
Aqua Toffana 39  
arszenik 39  
atleta 18  
Auschwitz-Birkenau 88  
autoagresja 212, 214-216  
autodestrukcja 214  
autonomia 213

## B

balsamowanie zwłok 218  
bańki chińskie 62  
barwienie ust 55  
barwienie zębów na czarno 46  
barwnik 101  
Benin 74, 75  
białe ciało 37  
białko 210  
bigoreksja 207-210  
biotatuaż 99  
bladość twarzy 35  
błonnik 210  
body art 104, 142, 171  
Body Worlds 223-225, 227-229  
Borneo 84, 87  
botoks, botox 59  
botox 59, 60  
    chirurgia plastyczna 63  
    powtarzane zabiegi 63  
    przeciwdziałanie starzeniu 63  
    zdrowie psychiczne 63  
bratek 117

Bronisław Piłsudski 74  
budowa ciała mężczyzny  
    endomorficzny 20  
bulimia 214

## C

cartoon 99  
Cesare Lombroso 87  
Chiny 11, 38, 41, 43, 45, 62, 108-110, 118, 119,  
    157, 223  
chipowanie 179  
chipowanie ludzi  
    a bezpieczeństwo 112, 121, 140, 152, 182, 183  
    a problem dostępu do danych 9-12,  
    15, 17-19, 23, 25-32, 34, 35, 37, 39-42,  
    44-50, 52, 55-63, 74-78, 80, 82-84,  
    86-91, 93-107, 109-111, 113-125, 127, 128,  
    130-135, 137, 139-142, 143, 144, 146, 147,  
    149-169, 172-174, 176, 177, 179, 180, 181,  
    183, 184, 186, 189, 190, 192, 197, 203-205,  
    208, 209, 211, 212, 214-221, 223-229  
cyberprzestępcy 179  
historia 102, 180, 185  
monitorowanie chorób 180  
obecne zasady 102, 180, 181, 182, 184, 187  
chipy  
    LED 102  
chirurgia plastyczna  
    ginekologia męska 58  
    jakość życia 58  
    mężczyźni 58  
    życie seksualne 58  
chryzantema 86, 117  
Clostridium botulinum 59  
Coco Chanel 41, 205  
Cooper Aerobics Center 30  
COVID-19 99, 100  
cyrulicy 45  
czerwień 32, 34, 35, 85, 116, 220  
człowiek z lodu 73, 82  
czyszczenie zębów 43

**Ć**

ćwiczenia fizyczne  
poprawianie sylwetki 28  
ćwiczenia siłowe 29

**D**

Dawid 19, 96  
dentotauaże 124  
depresja 208, 209, 215  
dermatillomania 202  
dieta 209, 210  
suplementy 210  
diody LED 102  
dłonie 116  
dobrostan  
wellbeing 51  
drzewo 121  
DSM 202  
DSM-3 201  
DSM-5 201, 202  
dysmorfofobia 201-203, 207, 209  
objawy 96, 204

**E**

Edward Hartley Angle 48  
Elżbieta I Tudor 40  
emocje 98, 116  
estetologia medyczna 51, 62, 63  
estetoreksja 205

**F**

fit 30  
fitness 26, 27, 30

**G**

gałązki 43, 118  
gałązki do czyszczenia zębów 43  
gimnastyka Pilatesa 31  
ginekologia plastyczna 58  
jakość życia 58  
Girl Power (GRL PWR) 139  
Gunther von Hagens 223

**H**

handpoke 100  
henna 33, 156  
hibiskus 118  
higiena jamy ustnej 43, 44  
historia makijażu 32  
historia skaryfikacji 73  
Hygeia 210

**I**

ICD-10 202, 206  
ICD-11 201, 202  
Ilse Koch 89  
Indie 35, 38, 44, 45  
Instagram 97  
irezumi 85-87

**J**

Japonia 38, 39, 43, 45, 46, 62, 80, 83, 85, 86,  
108-110, 121, 160  
John Fitzgerald Kennedy 26  
Joseph Pilates 31

**K**

karp koi 85  
kluby fitness 22, 27, 29  
kolczyk w zębie 48  
kolczykowanie 169-172, 176, 177  
alergie 175  
choroby przewlekłe 175  
cukrzyca 175  
guiche 177  
jama ustna 175  
penis 177  
powikłania 175  
przeciwwskazania lekarskie 175  
rodzina 170  
w zębie 48, 176  
kompleks Adonisa 23  
Kongo 75  
konwalia 118  
Koreanki 53  
kostki 116, 118  
kriolipoliza 60  
ciąża 60  
cukrzyca 61  
król Edward VII 86  
królowa Wiktorja 41  
kult ciała 29, 51, 203, 205, 208  
powiększanie piersi 57  
kulturystyka 28, 207, 208, 210  
kulturystyka kobiet 28, 29  
kurtyzany 36, 93  
kwiaty 116-121  
kwiaty maku 119  
kwiaty wiśni 121

**L**

las 122  
lawenda 118  
lilia 118



- lipofilling twarzy 61  
 lipolifting 60  
   biustu 61  
   ciąża 62  
   cukrzyca 61  
   nadciśnienie tętnicze 61  
   przeciwwskazania 61  
 lipoliza wspomagana próżniowo 60  
 lipomodeling piersi 61  
 liposukcja 60, 61  
   pobieranie tłuszczu 61  
 lipotransfer 61  
 Los Angeles 26, 27, 171  
 lotos 86, 118
- Ł**  
 łapacze snów 104
- M**  
 makijaż 15, 25, 32, 34, 36-39, 41, 42, 139, 220-222  
 malachit 33, 34, 37  
 mapowanie twarzy 52  
 Marcus Vitruvius Pollio 19  
 maska 86  
 maski pośmiertne 222  
 Maybelline 42  
 MDR  
   Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego 199, 200  
 media społecznościowe 20, 55, 76  
 medycyna estetyczna 9, 12, 51, 53, 54, 55, 57, 60, 62, 177, 192, 196, 205  
   botox 60  
   penis 59  
   powiększanie piersi 57  
 men's studies 21  
 męskość hegemoniczna 21  
 męskość podporządkowana 21  
 męskość współuczestnicząca 21  
 moda 116, 120  
 modyfikowanie ciała 55  
 moko 73, 84
- N**  
 nadgarstek 101  
 najstarsze barwniki 32  
 narkotyki 212  
 narzędzia do tatuowania ciała dawne 81  
 neofaszyści 90  
 neolit 10, 73, 80, 83, 220  
 nienaturalnie powiększone usta 55
- niezapominajka 119  
 Nowa Zelandia 84  
 nowotwory 206, 207
- O**  
 o kosmetykach kobiecych 38  
 obraz tatuażu 121  
 oczy 34-36, 39, 95, 204, 221, 222, 226  
 ohaguro 46  
 olów 36, 37  
 opalanie się 206, 207  
 operacje plastyczne 53  
 operacje powiek 53  
 orchidea 86  
 ortodoncja 49  
 otyłość 214  
 Ötzi 73, 82, 83  
 Owidiusz 37
- P**  
 Paolo Valente 74  
 pasty do zębów 44  
 paznokcie 35, 38, 39, 174, 214  
 perfumy 33  
 pielęgnacja tatuażu 98  
 piercing 169-172, 175, 177, 215  
   a chrześcjanie 171  
   aktualny u plemienia Mursi 171  
   Grecja starożytna 15, 19, 38, 83, 104, 170  
   guiche 177  
   historia 12, 104, 143, 147, 169, 174-177  
   HIV 176, 178  
   infekcje 176  
   jama ustna 175  
   jama ustna – powikłania przewlekłe 150, 176, 226  
   jama ustna – powikłania wczesne 175  
   język 175  
   kanony piękna 173  
   Majowie, Aztekowie 170  
   materiał kolczyka 170  
   miejsca intymne 177  
   narkotyki 173  
   nawracające infekcje 176  
   penis 171, 177  
   postrzeganie lekarzy 26, 31, 44, 45, 54, 58-60, 145, 149, 161, 172, 174, 183, 196, 215  
   powikłania 175, 176  
   próby samobójcze 173  
   przeciwwskazania lekarskie 174  
   Rzym starożytny 132, 170, 220

- styl bycia 174
  - substancje psychoaktywne 173
  - średniowiecze 105, 107, 112, 171
  - WZW 176, 178
  - zabieg 11-13, 143, 147, 169-174, 177, 178
  - zachowania ryzykowne 173, 174
  - zachowania seksualne 173
  - zalecenia po 12, 62, 76, 101, 127, 136, 148, 180, 184
  - pigment 99
  - pilates 31
  - piłowanie zębów 46
  - piwonia 86, 119
  - Plastinarium w Guben 223
  - plastyki nosa niechirurgiczne 52
  - plastynacja 223, 225, 226
    - technika 225
  - plecy 119
  - plemię Thembu 74
  - Pliniusz Starszy 38
  - plodność 118
  - poczernianie zębów 45
  - Polinezja 80, 83-85, 87
  - Polskie Towarzystwo Medycyny Estetycznej i Anti-Aging 54
  - Polyklet 18
  - Popek Monster 76
  - poprawianie urody 51
  - portret nieboszczykowski 222
  - powiększanie
    - penisa 58, 59
    - piersi 57
    - ust 55
  - powiększanie piersi
    - dla mężczyzn 57
    - dla własnego lepszego samopoczucia 57
  - powiększanie ust 55
  - promieniowanie ultrafioletowe 207
  - próba zapobiegania samobójstwu 213
  - próby samobójcze 212
  - próchnica zębów 44
  - przeciwwskazania do masażu bańką chińską 62
  - przedramię 122
  - przemoc 173
  - przemysł funeralny 218
  - przeszczep tkanki tłuszczowej 61
  - przeszczep tłuszczu autogeny 61
  - przeszczep własny tłuszczu 61
- R**
- ramiona 118
- religia 121
  - renesans 39
  - Rimmel 42
  - róż 32, 34, 35, 41
  - róża 86, 92, 117-120, 165
  - rtęć 40
  - rzęsy 36
- S**
- sakura 121
  - samobójstwa 204, 212, 215, 216
  - samobójstwa celebrytów 54, 55, 79, 141, 212
  - samookaleczanie 212
  - samookaleczenia (autodestrukcja) 128, 211, 212, 215, 216
  - samouszkodzenie
    - objawy 60, 146, 154, 203, 207, 212, 216
  - seks 212, 214
    - oznaki zmysłowości 55
    - pożądany kobiecy wygląd 55
  - siłownie 22, 23, 26-29, 206, 208, 210
  - skaryfikacja 73, 74
  - skaryfikacja współcześnie 76
  - smok 85, 107, 108, 109
  - solarium 206, 207
    - uzależnienie 206
  - starożytny Egipt 18, 33, 35, 37, 44, 129, 170
  - stokrotka 120
  - stomatologia 45
  - stopy 118
  - storczyk 121
  - styl życia 208
  - subsaharyjska Afryka 75
  - substancje psychoaktywne 207
  - suplementacja diety 209
  - suplementy 208, 210
  - sylogomania 202
  - symbolika tatuażu 116
  - szczoteczka do zębów 43
  - szminka 41
  - sztuka tatuażu 100
- Ś**
- śmierć 212, 214
- T**
- Tadeusz Marcinkowski 78
  - tanatokosmetolog 221
  - tanatopraksja 220
  - tanoreksja 206
  - tatuaż
    - 3D 103

- a impulsywność 144
- a metabolizm 162
- a rezonans magnetyczny 162
- a słowa z Biblii 132
- a świadomość młodzieży o zagrożeniach 165
- a układ immunologiczny 158
- a zdrowie psychiczne 17, 136, 140, 142, 146, 150, 174, 217
- akceptacja 131
- alergie 154
- anioł 124
- biały 97
- biomechanika 98
- czaszka 107
- czerniak 158
- dłaczego ludzie się tatuują 134
- dotwork 100, 101
- fluorescencyjny UV 101
- gęś 112
- gołąb 109
- handpoke 101
- hiperkeratoza 154
- jaskółka 90, 109, 110, 111
- Jezus 123
- kobiety postrzeganie 130
- kontakt z tatuażystą 101, 144, 145
- korona cierniowa 122
- kreowanie wizerunku 32, 138
- kruk 111, 112
- krzyż 122, 123
- LED 102
- lokalizacja 124
- łuszczyca 154, 161, 162
- mandala 105
- mechanizmem obronnym 137
- motyl 113
- motyw roślinny 116
- mutacje genetyczne 155
- na brzuchu 126
- na dłoniach 92, 113, 128
- na karku 125, 189
- na łydkach 127
- na nadgarstku 83, 94, 127, 142
- na oku 35, 92, 125, 143, 150, 158, 161
- na plecach 126
- na przedramieniu 79, 88, 127, 129, 215
- na ramionach 88, 94, 113, 127, 160
- na stopach i kostkach 127
- na udach 79, 126
- na zębach 124, 222
- na żebrach 126
- nadwrażliwość na słońce 154
- nanocząstki migracja 155
- odniesienie osobiste 137
- odzyskanie własnego „ja” 129, 138
- orzeł 112
- pająk 114
- pajęczyna 94, 115
- pentagram 104, 105
- pióra 112
- po zniekształceniach ciała 139
- pod piersią 126
- proces 19, 33, 80, 144, 145, 188, 207, 219, 220
- przeciwwskazania medyczne 145, 153, 181, 183, 196
- ptak 109, 110
- rak skóry 151, 155, 159, 160, 166, 206, 207
- samouszkodzanie 216
- sarkoidoza 160
- słowa papieża Franciszka 132
- sokół 112
- sowa 112
- swoistą psychoterapią 137
- symbolika 104
- tężec 155
- toksyczność tuszu 151
- Trash Polka 102
- usuwanie 150, 154, 163
- usuwanie laserem 163
- w medycynie sądowej (kryminalistycy) 137, 148
- walka o prawa 139
- watercolor 98, 117
- ważka 115
- wskaźnik zachowań ryzykownych 135, 146
- wstępem do nowego 140
- wyraz dumy z bycia sobą 138
- wyrażenie siebie 130
- z ważnymi informacjami 78, 80, 84-87, 89-95, 97-103, 106, 111, 116, 118-120, 122-131, 133, 135, 137-139, 141-145, 147, 149, 150, 154, 156, 160, 161, 163, 165-167, 174, 181, 216, 217
- za uchem 125
- zagrożenia zdrowia 125, 150, 154, 156
- zakażenia 48, 60, 75, 125, 150, 152-158, 162, 164, 165, 174, 176, 178
- zmiany grudkowe skóry 160
- znaczenie skóry 135
- związane problemy 131
- związek z religijnością 131

- żuraw 112
  - tatuaż drzewo 121
  - tatuaż frezja 117
  - tatuaż goździk 118
  - tatuaż hibiskus 118
  - tatuaż horimono 85
  - tatuaż japoński 85
  - tatuaż konwalia 118
  - tatuaż kwiat wiśni 121
  - tatuaż las 122
  - tatuaż lawenda 118
  - tatuaż LED 102
  - tatuaż lotos 118
  - tatuaż łąza 92, 93
  - tatuaż mak 119
  - tatuaż motyw roślinny 116
  - tatuaż piwonia 119
  - tatuaż róża 119
  - tatuaż stokrotka 120
  - tatuaż storczyk 121
  - tatuaż UV 101
  - tatuaż ważka 115
  - tatuaże 78, 82, 87, 119, 122, 135, 145, 147, 148, 151, 154, 156, 164, 185
    - akwarela 98
    - celebryci 53, 76, 96, 226
    - moda w Polsce 133
    - postrzeganie 54, 128, 143, 224
    - przeciwwskazania lekarskie 174
    - rozpowszechnienie 130, 166
    - styl bycia 174
    - zachowania ryzykowne 174
    - związek z psychiką 9, 11-13, 60, 73, 76, 78-87, 90, 93-98, 100-104, 110, 123, 124, 128-131, 133-136, 139, 140, 142, 143, 145-150, 156, 159, 161, 163, 165, 166, 172, 173, 215
  - tatuaże grupy krwi SS 89
  - tatuaże Maorysów 73, 84
  - tatuaże marynarzy 79, 90, 110, 111
  - tatuaże przestępców 79, 93, 123, 148
  - tatuaże starożytny Egipt 18, 34, 81, 83, 123
  - tatuaże więzienne 91, 93, 94
  - tatuaże więźniów 79, 92, 95
  - tatuaże więźniów niemieckich obozów koncentracyjnych 88
  - tatuaże żołnierzy 91, 93
  - tatuażysta 98, 100, 101
  - tatuażyści 99, 100, 102, 119
  - tatuowanie
    - łuszczycyca, zjawisko Koebnera 154
    - narzędzia w więzieniach 95
    - uaktywnienie chorób wirusowych 154
    - zabieg ryzyko 166
  - technika 98, 100, 101
  - terapię autoregeneracyjną 52
  - tłuszcz 60, 61
  - toksyna botulinowa 54, 59
  - Trakowie 83
  - trening kardio 29
  - tribal 87
  - trucizny 60
  - trucizny w kosmetykach 40, 59
  - tulipan 121
  - tusz 42, 81, 151, 154, 156, 159, 160, 161, 164, 166
  - tusze 97, 98
  - tygrys 86
- U**
- uda 120
  - usuwanie operacyjne tłuszczu 60
  - uzależnienie 206, 207, 212
- W**
- wampirzy lifting 52
  - wąż Apofis 108
  - wędowni wyrywacze zębów 45
  - węglowodany 210
  - WHO 206
  - William H. Sheldon 20
  - wiśnia 86
  - własny wygląd zewnętrzny 24
  - Włochy 27, 39, 82, 157
  - wolumetria twarzy 52
  - wypełniacze 54
  - wyszczuplanie sylwetki 52
- Y**
- YouTube 102
- Z**
- zabieg skaryfikacji 76
  - zaburzenia obsesyjno-kompulsywne 201, 202
  - zdobienie zębów 47
  - zespół Tourette'a 202