

Η ΓΗΡΑΝΣΗ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΠΩΣ

ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΥΜΕ

Η γήρανση του δέρματος είναι ένα φαινόμενο που καθορίζεται γονιδιακά και χαρακτηρίζεται από τη σταδιακή μείωση της ικανότητάς του να ανταποκριθεί ικανοποιητικά στις μεταβολές που συμβαίνουν με το πέρασμα των χρόνων.

Μετά την ηλικία των 50 χρόνων το δέρμα μας υφίσταται φυσιολογικά ορισμένες αλλοιώσεις. Όταν οι αλλοιώσεις αυτές γίνουν πολύ ναρύτερα (γύρω στην ηλικία των 30 χρόνων), τότε μιλάμε για πρόωγη γήρανση του δέρματος ή φωτογήρανση. Η ανανέωση των κυττάρων του δέρματος αποτελεί μια από τις πιο σημαντικές βιολογικές διεργασίες. Η ανανέωση αυτή γίνεται αφενός στην επιδερμίδα λόγω πολλαπλασιασμού και διαφοροποίησης των κερατινοκυττάρων και αφετέρου στο κυρίως δέρμα στο χόριο, όπου γίνεται η σύνθεση των πρωτεϊνών κολλαγόνου και ελαστίνης που κάνουν το δέρμα πιο σφριγηλό και ελαστικό. Όταν μεγαλώνουμε, η επιδερμίδα χάνει την ικανότητα να διατηρεί την υγρασία, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται λεπτές γραμμές και ρυτίδες, ενώ στο κυρίως δέρμα εκφυλίζονται και μειώνονται το κολλαγόνο και η ελαστίνη. Μαζί με αυτά μειώνεται το υαλουρονικό οξύ που είναι απαραίτητο για την ενυδάτωση του δέρματος, καθώς επίσης και το φυσικό λίπος, δημιουργώντας έτσι χαλάρωση και ρυτίδες. Όλα αυτά συμβαίνουν γιατί κατά τη διαδικασία της γήρανσης μειώνεται ο κυτταρικός μεταβολισμός και κατά συνέπεια η βιοσύνθεση βασικών ουσιών (πρωτεΐνες, λιπίδια), που συμβάλλουν στην ανανέωση του ιστού, ενώ τα κύτταρα της επιδερμίδας χάνουν την ικανότητα μεταβολισμού και διαφοροποίησής τους.

ΟΙ ΑΙΤΙΕΣ

Ο πιο σημαντικός παράγοντας δημιουργίας ρυτίδων και χαλάρωσης του δέρματος είναι η **υπεριώδης ακτινοβολία**. Στο συντριπτικά μεγαλύτερο ποσοστό η εμφάνιση ρυτίδων και χαλάρωσης στο δέρμα οφείλεται στην υπερβολική έκθεση στον ήλιο και όχι στη φυσιολογική διαδικασία της γήρανσης. Μια άλλη αιτία πρόωρης γήρανσης του δέρματος είναι το κάπνισμα, γιατί επηρεάζει αρνητικά το κολλαγόνο και δημιουργεί πολύ συχνά τις

ρυτίδες του καπνιστή κυρίως στο άνω χέιλος. Ρυτίδες και άλλες βλάβες στο δέρμα μπορεί να προκληθούν επίσης από τη **μόλυνση της ατμόσφαιρας, την κακή διατροφή και το άγχος**. Τέλος, ρυτίδες μπορεί να δημιουργηθούν λόγω ορμονικής γήρανσης. Στις γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση, επειδή υπάρχουν μεγάλες ορμονικές μεταβολές, το κολλαγόνο μειώνεται σημαντικά. Μέσα στην πρώτη πενταετία μετά την εμμηνόπαυση, οι γυναίκες μπορεί να χάσουν το 25% - 30% του κολλαγόνου, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται πιο εύκολα οι ρυτίδες και η χαλάρωση του δέρματος.

ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΡΥΤΙΔΩΝ

1) Βotox: Χρησιμοποιείται κυρίως για την **εξάλειψη των ρυτίδων έκφρασης** του προσώπου με πολύ καλά αποτελέσματα. Η αλλαντοτοξίνη που περιέχεται στο Botox παραλύει τους μυς του προσώπου, με αποτέλεσμα να **εξαφανίζονται ή να απαλύνονται** σημαντικά οι ρυτίδες του μετώπου, του μεσόφρυδου, καθώς επίσης και το «πόδι της χήνας» στις γωνίες των ματιών. Γίνεται με έγχυση της αλλαντοτοξίνης με ενέσεις και το αποτέλεσμα μπορεί να διαρκέσει από 6 έως 10 μήνες.

2) Υαλουρονικό οξύ: Τα εμφυτεύματα υαλουρονικού οξέος είναι ενέσιμα υλικά μη ζωικής προέλευσης που χρησιμοποιούνται ενδοδερμικά για να αποκαταστήσουν τον όγκο που έχει χαθεί, να γεμίσουν τις ρυτίδες και να διορθώσουν το περίγραμμα του προσώπου. Το υαλουρονικό οξύ έχει την ιδιότητα να συγκρατεί νερό στο δέρμα, με αποτέλεσμα να προσδίδει όγκο και φυσική ελαστικότητα. Η περιοχή που συχνότερα χρησιμοποιείται το υαλουρονικό οξύ είναι οι ρινοπαραρριχικές αύλακες, όπου έχουμε και τα καλύτερα αποτελέσματα. Το αποτέλεσμα της θεραπείας φαίνεται αμέσως και η διάρκειά του κυμαίνεται από 6 έως 12 μήνες.

3) Fractional Laser: Απαλύνει σημαντικά τις ρυτίδες του προσώπου γιατί δρα κάτω από την επιδερμίδα στο κυρίως δέρμα και ενεργοποιεί τους ινοβλάστες για παραγωγή κολλαγόνου και ελαστίνης. Με το Fractional Laser επιτυγχάνουμε μετά από ελεγχόμενο θερμικό τραυματισμό, παραγωγή νέου κολλαγόνου, σύσφιξη της επιδερμίδας και τελικά ανάπλαση του δέρματος.

4) Χημικό Peeling: Γίνεται με την εφαρμο-

γή μιας ή περισσότερων χημικών ουσιών που έχουν αποτέλεσμα την καταστροφή της επιδερμίδας ή και τμήματος του άνω χορίου και την ανάπλαση νέου επιδερμικού και χοριακού ιστού. Με το χημικό Peeling, το δέρμα γίνεται πιο λαμπερό και πιο νεανικό, ενώ μπορεί να απαλυνθούν και οι λεπτές ρυτίδες του προσώπου. Μπορεί να γίνει από 1 έως 3 φορές κάθε ένα έως δυο μήνες κατά τη διάρκεια του χειμώνα.

5) Peeling με οξέα φρούτων: Τα οξέα φρούτων σε τοπική εφαρμογή μειώνουν το πάχος της υπερκερατινοποιημένης κεράτινης στιβάδας, μειώνοντας τη συνοχή και τη σύνδεση των κερατινοκυττάρων, επιταχύνουν δηλαδή την απολέπιση των νεκρών κυττάρων και επαναφέρουν στο φυσιολογι-

κό το πάχος της κεράτινης στιβάδας της επιδερμίδας.

6) Μεσοθεραπεία: Η μεσοθεραπεία είναι μια θεραπεία έγχυσης ουσιών σε πολύ μικρές ποσότητες ενδοδερμικά. Η έγχυση γίνεται με μικρές ενέσεις που περιέχουν κοκτέιλ ουσιών από βιταμίνες, μέταλλα, αμινοξέα και ενυδατικούς παράγοντες. Οι ουσίες αυτές κάνουν αντιγήρανση και διατηρούν το δέρμα ενυδατωμένο και νεανικό. Όταν δεν υπάρχει έντονο πρόβλημα και η γυναίκα χρειάζεται μια απλή ενυδάτωση και ανανέωση του προσώπου, συνιστώνται 4 συνεδρίες (ανά 15 ημέρες), ενώ όταν υπάρχει έντονο πρόβλημα συνιστώνται 4 συνεδρίες ανά εβδομάδα και ακολουθούν άλλες 4 συνεδρίες ανά 15 ημέρες.

**ΣΤΕΙΛΤΕ
ΤΑ ΓΡΑΜ-
ΜΑΤΑ ΣΑΣ
ΣΤΗ ΔΙΕΥ-
ΘΥΝΣΗ:
Αμαρουσίου-
Χαλανδρίου
92, Μαρούσι,
Τ.Κ. 151 25,
με την
ένδειξη:
«Υγεία»**