

СТАРЕНИЕ КОЖИ ТЕЛА



Леся Линник,
пластический хирург,
ведущий специалист
«Института Гиалуаль» (Киев)

К сожалению, мы настолько озабочены состоянием кожи на лице, что нередко забываем о том, что тело тоже подвержено влиянию времени – кожа его точно так же страдает от сухости, дряблости и потери эластичности. Обычно мы начинаем заботиться о состоянии тела либо перед отпуском, либо когда проблема становится настолько очевидной, что ее нельзя больше игнорировать.

Кожа тела действительно более устойчива, чем кожа лица, за исключением отдельных зон. Она более плотная, и, кроме того, большую часть времени ее скрывает одежда. Но несмотря на все это, примерно с 35 лет старение кожи тела начинает прогрессировать. Это может произойти и раньше – из-за диет или гормональных изменений. Поэтому чтобы продлить молодость своего тела, необходимо тщательно заботиться о нем.

Старение – постепенный непрерывный процесс закономерных изменений, который начинается с рождения и продолжается на всех этапах жизни. От состояния кожи тела зависит наше самочувствие каждый день. Ведь кожа выполняет множество жизненно необходимых функций – выводит токсины, участвует в обмене веществ, синтезирует витамин D, играет роль барьера. Кроме того, в коже расположены клетки, являющиеся частью иммунной системы организма. Ухоженное здоровое тело не только поддерживает нашу уверенность в собственных силах, но и напрямую влияет на наличие этих сил в организме.

В коже тела значительно меньше сальных желез, чем на лице, поэтому у большинства из нас она склонна к сухости. По этой же причине она медленнее восстанавливается после микротравм, нанесенных воздействием окружающей среды, особенно солнечным излучением. И если на лице нас в первую очередь беспокоят морщины, то возраст тела выдает потеря кожей упругости. Кожа тела на разных участках отличается плотностью и толщиной жировой прослойки, из-за чего стареет неравномерно. Атония кожи тела зависит от возраста, колебаний массы тела, заболеваний желез внутренней секреции, нарушений обмена веществ. Увядание кожи тела связано с нарушением микроциркуляции (уменьшение кровенаполнения), ослаблением функции сальных и потовых желез (сухость кожи), истончением всех слоев кожи, в том числе и подкожно-жировой клетчатки, снижением тургора и эластичности (кожа начинает напоминать папиросную

бумагу). Как и лицо, она требует ухода в соответствии с возрастом.

Мы знаем, что человек одновременно может пребывать в трех различных возрастах: биологическом, хронологическом и психологическом.

Хронологический возраст основан исключительно на течении времени, это возраст человека в годах. Хронологический возраст имеет ограниченное значение с точки зрения здоровья. Тем не менее, вероятность развития проблем со здоровьем увеличивается по мере старения человека.

Биологический возраст относится к изменениям в теле, которые обычно возникают по мере старения людей. Так как эти изменения влияют на некоторых людей раньше, чем на других, некоторые люди считают себя биологически старыми в 40 лет, а другие – даже в 60 лет ощущают себя молодыми. Здесь не последнюю роль играет генетика и конституциональный тип человека.

Психологический возраст основывается на ощущениях людей, их чувствах. Если человек в 80 лет строит планы, работает, с нетерпением ожидает будущих событий, активно участвует в общественной жизни, он считается психологически молодым.

ОТЛИЧИЯ КОЖИ НА РАЗЛИЧНЫХ УЧАСТКАХ ТЕЛА

Самая нежная кожа – внутренняя поверхность рук, бедра, нижняя часть живота. Эти участки практически не подвергаются разрушающему воздействию ультрафиолетовых лучей. Кроме того, кожа на них редко подвергается напряжению. Процессы старения в этих зонах скорее определяются наследственностью, чем внешними факторами. Потеря эластичности и увлажненности кожи обычно становится очевидной не раньше 35 лет.

**Редермализация –
новая эпоха омоложения кожи**

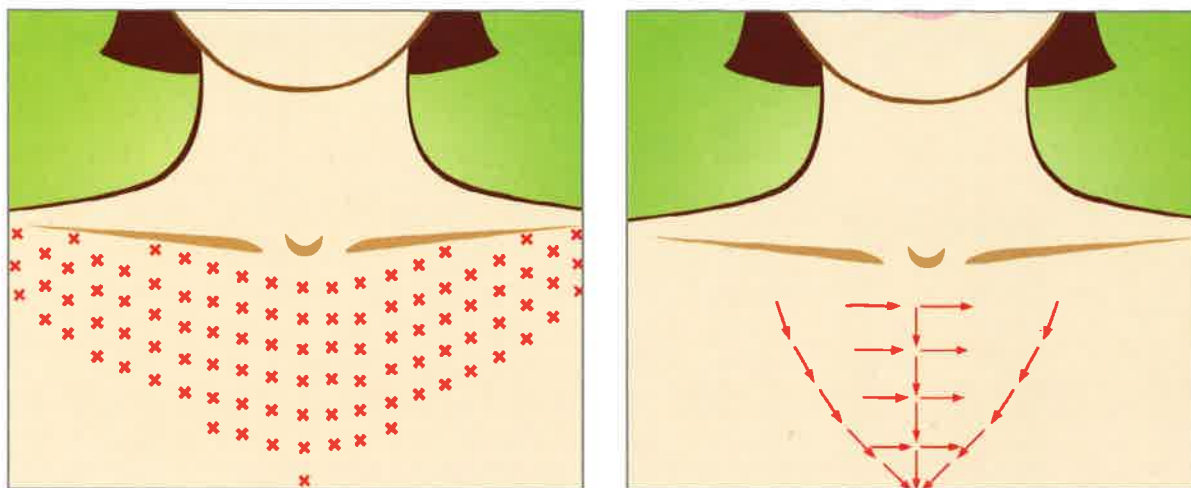


Рис. 1. Редермализация зоны декольте. Hyalual 1,8%; папульная техника, $d=1,5-2$ мм, расстояние между папулами – 0,7–1 см. Hyalual® 2,2%; армирование, линейно-ретроградная техника. Количество препарата – 2 мл

Более грубая кожа – локти, колени, ступни. Физические нагрузки, постоянное механическое воздействие (трение и давление), недостаток витаминов оставляют неминуемый отпечаток на этих частях тела – кожа становится грубой, сухой, шелушащейся. Если пренебрегать уходом (особенно за стопами), на коже могут появиться глубокие трещины. Но при постоянном уходе и правильном питании даже с такой проблемой вполне можно справиться.

Самая уязвимая кожа – шея, декольте, грудь, кисти рук, ягодицы. Кожа на этих участках стареет даже быстрее, чем на лице, потому как она постоянно подвергается агрессивному воздействию окружающей среды. И если мы стараемся защитить лицо от воздействия ультрафиолета, окружающей среды, то об этих зонах зачастую забываем.

ЛОКАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ: КАК С НИМИ БОРОТЬСЯ

Шея и декольте

70% женщин после 35 лет отмечают возрастные изменения в этих зонах. Высокие подушки, сутулость и нарушение осанки, лишний вес, вредные привычки (особенно курение), злоупотребление загаром, стрессы, заболевания желудочно-кишечного тракта, отсутствие ухода или неправильный уход являются главными врагами этих зон. Старение шеи и декольте связано с гормональным фоном и его колебаниями.

Клинически старение кожи в этих зонах проявляется в виде потери упругости и эластичности, усугублении кожных физиологических складок, наличии морщин и пигментных пятен.

Методы коррекции:

- шея – редермализация препаратом Hyalual® 1,1%, техника папул;
 - декольте – редермализация препаратом Hyalual® 1,8%, техника папул.
- Армирование зоны декольте:**
- редермализация препаратом Hyalual® 1,8%, линейно-ретроградно;
 - редермализация препаратом Hyalual® 2,2%, линейно-ретроградно.

Руки

Руки выдают возраст – это одно из первых мест, на котором проявляются признаки старения. Кожа рук покрывается морщинами быстрее, чем кожа лица. Морщины, складки, пятна гиперпигментации, выступающие вены и сухожилия – маленькие, коварные «ябеды», которые выдают наш возраст.

Причины старения кожи рук:

- открытая часть тела, подвергающаяся воздействию факторов внешней среды (УФ-лучи, холод и ветер, бытовая химия);
- тонкая кожа;
- небольшое количество сальных желез (нарушение защитной функции кожи);
- небольшое количество потовых желез;
- незначительное содержание воды в эпидермисе;
- снижение синтеза коллагена и эластина за счет угнетения функции фибробластов;
- истончение подкожно-жировой клетчатки (кожа становится тонкой, дряблой и морщинистой).

Зоны, требующие коррекции: кисти, внутренняя поверхность плеча, внешняя поверхность плеча, локти.

Методы коррекции: редермализация препаратом Hyalual® 2,2%, техника папул,

диаметр 2–3 мм, расстояние между папулами 1 см.

Ноги

Красивые ноги для женщины стоят порой целого состояния. Но век легко поддерживаемых форм недолог: изменяется форма ног в результате накопления жировой ткани; изменяется эластичность кожи; колебания веса становятся заметными в виде кожных складок.

Растяжки в области ног впервые дают о себе знать в подростковом возрасте, затем ситуация усугубляется во время беременности или резких колебаний веса. Их появление во многом связано с гормональными и наследственными причинами – именно поэтому косметические средства не могут серьезно повлиять на исчезновение растяжек. Гарантированно избавиться от них невозможно даже в клинических условиях, но сделать менее заметными – можно. Лучше всего такому лечению поддаются розовые и красные растяжки, но более старые, белые, очень сложно удалить – даже при помощи лазера.

Сосудистая сеточка возникает чаще всего на ногах из-за хронической венозной недостаточности, длительных нагрузок. Ожидать помощи от какого-то одного средства не стоит. Врачи чаще всего назначают комплексное лечение.

Кожа внутренней поверхности бедер обладает некоторыми особенностями: эластичность кожи хуже на внутренней поверхности бедер, слой подкожно-жировой клетчатки толще с внешней стороны и под ягодицами; кожа на ногах может быть в 10 раз более сухой, чем на других частях тела.

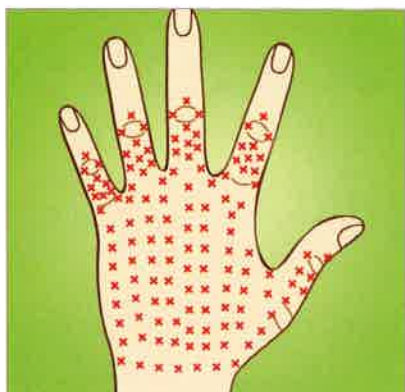


Рис. 2. Редермализация кистей рук препаратом Hyalual® 1,1% (до 35 лет) или препаратом Hyalual® 1,8% (после 40 лет). Техника – папулярная, диаметр 0,7 мм, расстояние между папулами 1 см. Количество препарата – 2 мл

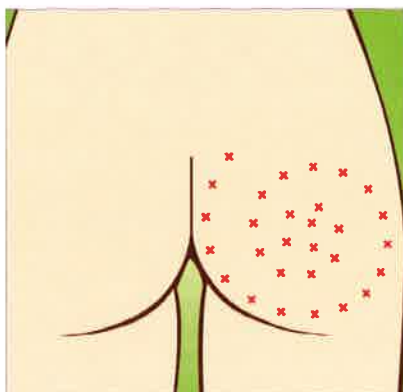


Рис. 3. Редермализация ягодиц препаратом Hyalual® 2,2%. Техника – папулярная, диаметр 2–3 мм, расстояние между папулами 1 см. Количество препарата – 4 мл

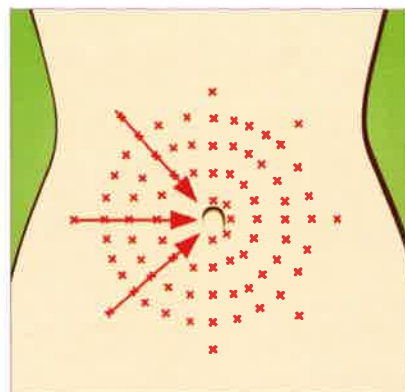


Рис. 4. Редермализация живота препаратом Hyalual® 2,2%. Техника – папулярная, диаметр 2–3 мм, расстояние между папулами 1 см. Количество препарата – 2–4 мл

Зоны коррекции: внутренняя поверхность бедра, передняя поверхность бедра, колени.

Методы коррекции: редермализация препаратом Hyalual® 2,2%, техника папул, диаметр 2–3 мм, расстояние между папулами – 1 см.

Ягодицы

Ягодицы – предмет особого внимания. С возрастом претерпевают значительные изменения: теряется форма, кожа растягивается и обвисает, накапливается избыточный жир. Изменения происходят в мышцах (снижается их тонус), подкожно-жировой клетчатке (увеличение ее объема), коже (эпидермис и дерма).

Факторы, приводящие к изменениям ягодиц: наследственный, гормональные нарушения, неправильное питание, малоподвижный образ жизни, неправильный уход.

С возрастом мы наблюдаем изменения кожи в области ягодиц в виде атонии и атрофии кожи, пятен гиперпигментации в области седалищных бугров и явления гиперкератоза, избыточное накопление жира, кожные складки как результат частых колебаний веса, сухости.

Методы коррекции: редермализация препаратом Hyalual® 2,2%, техника папул, диаметр 2–3 мм, расстояние между папулами – 1 см.

Живот

Причин старения кожи живота существует множество. Старение кожи живота является следствием естественных возрастных изменений, может быть связано с нарушением обменных процессов, изменением гормонального фона (область кожи живота является одной из самых чувствительных зон к гормональным колебаниям). Частые колебания веса, переутомление и стрессы, вредные привычки приводят к атонии и атрофии кожи, появлению растяжек, избыточным жировым отложениям.

Методы коррекции: редермализация препаратом Hyalual® 2,2%, техника папул, диаметр 2–3 мм, расстояние между папулами – 1 см.

Женская грудь

Решающее значение в упругости женской груди имеют молочные железы, которые отличаются довольно плотной структурой, по сравнению с жировой тканью, но с годами происходят изменения не только в самих железах, но и в окружающих их тканях.

При колебаниях веса, связанных с диетами, возрастом, гормональными причинами, количество жировой ткани может влиять на упругость груди. Кроме того, период беременности, лактации также очень сказывается на форме женской груди в буду-

щем: образуются растяжки (стрии), кожа теряет упругость и эластичность, появляется птоз (опущение). Большое значение в этом играет растяжение связок Купера, которые анатомически поддерживают молочные железы. На состояние окружающих молочные железы тканей (в том числе и кожи), влияют и гормоны.

Так как у женщин грудные мышцы развиты слабо, повлиять на размер груди тренировками невозможно.

Из вышеуказанного следует, что:

- причинами изменения формы женской груди являются колебания веса, беременность, длительность лактационного периода, гормональный фон;
- причинами появления растяжек (стрий) являются наследственные факторы (особенности соединительной ткани);
- причинами снижения тургора и эластичности кожи являются нарушение (снижение) метаболической активности фибробластов, которые отвечают за выработку коллагена и эластина.

Методы коррекции: редермализация препаратом Hyalual 1,8%, техника папул.

Здоровый образ жизни – это просто необходимость для каждого из нас. Джонатан Свифт когда-то сказал: «Каждый хочет жить долго, но никто не хочет быть старым». Человек может и должен сам осуществлять контроль над тем, что происходит с возрастом и что является физиологичным и дружественным для каждой клетки его тела. Редермализация кожи, физическая и умственная активность в любом возрасте, профилактические осмотры врачей, здоровое питание, душевная гармония, улыбка надолго продлят молодость! ■

Запрошуємо вас записатися на навчання в «Інституті Гіалуаль» та отримати навички в корекції та омолодженні шкіри тіла, навчитися розробляти поетапні стратегії й тактики ведення пацієнтів з різними віковими патологіями.

Запис за телефоном: (+380 44) 227-7727