

omlazené

ruce

Můžete mít krásný obličej, který vám prostřednictvím genů darovala maminka. Možná jste genům a přírodě trochu pomohla kvalitní péčí nebo i některým estetickým vylepšením. Ale málo platné, věk velmi často prozradí ruce.

Text: Jana Hrabáková, Hana Profusová

Všimněte si fotografií některých hereček: bezchybný obličej, perfektní zuby, upravené vlasy, ale – rolák (krk také hodně prozradí) a rukávy až za polovinu dlaní. Napadlo mě to v jednom slunečném ránu, kdy jsem se jako obvykle snažila nezapomenout na krém 50+. Mažu si jím hřbety rukou, abych si ještě víc nezhorsila pigmentaci – různé velké hnědé skvrny, které se tam postupně objevily a sedí tam jako přibité. Nejde o život, ale krása to není. A samozřejmě – má „péče“ naprosto není systematická a promyšlená.

Proč jsou kropenaté

Hnědé skvrny střídané se světlými můžou být nejen důsledkem vyššího věku, ale také některých jaterních nebo kožních nemocí. Tmavší skvrny na obličejí (chloasma, melasma) obvykle souvisejí s hormonálními změnami, například při užívání některých typů antikoncepce, v těhotenství, při kojení, v menopauze nebo při léčení přípravky s obsahem hormonů.

Skvrny tohoto typu se nejčastěji objevují na čele a na spáncích, nad horním rtem a na tvářích. Tmavší ohraničené zbarvení kůže může způsobit i používání některých typů kosmetických přípravků a parfémů.

„Dá se s úpornými pigmentovými skvrnami něco udělat?“ ptáme se MUDr. Jitky Chaloupecké, primářky pražského Laserového centra Anděl. „Samozřejmě, existuje několik možností, kterými je možné je odstranit. Vyzkoušet můžete kosmetiku, například různé bělicí krémy, ale efekt není po hodně dlouhou dobu nijak výrazný a pigmentace se tvoří dál. Kožní lékař vám může hnědé flíčky potukat tamponkem namočeným do tekutého dusíku, který skvrny vypálí. Nejnovější metodou je buď použití intenzivního pulzního laseru, jehož světlo je však svým způsobem rozptýlené – necílené – nebo alexandritového laseru. S jeho pomocí lze odstraňovat stařecké pigmentace a hyperpigmentace, pihy, některé typy vrozených znamének a jizev,

ale i tetování a permanentní make-up. Přesně cílený laserový paprsek melanin nebo barvivo rozruší na drobné částičky, které během šesti týdnů po zákroku pohltí a vstřebají bílé krvinky.“

Má je vaše maminka?

Platí v tomto případě rada, že je dobré se pigmentových skvrn vyvarovat, než je později likvidovat? Tedy zda existuje nějaká prevence? Určitě ano a je dobré myslet na ni co nejdříve. Pokud se skvrny už vytvoří, je na preventivní opatření pozdě, můžete jen udržet stávající stav. Pokud má popsané potíže vaše maminka, připravte se na to, že geny zafungují. A tak se rozhodně vyplatí důsledně chránit pokožku před sluncem, především hřbety rukou, přípravky s co nejvyšším ochranným faktorem, a to i v případě, že si „jen“ vyběhnete na nákup. Ve stravě je dobré pamatovat na dostatek betakarotenu a ostatních antioxidantních vitaminů.

CO PIGMENTOVÉ SKVRNY ZPŮSOBUJE

Změna barvy kůže (pigmentace) vzniká v důsledku většího nahromadění melaninu (hnědého až černého pigmentu). Produkují jej speciální buňky (melanocyty). Množství produkovaného melaninu je ovlivněno jednak dědičnými faktory, jednak mírou expozice slunečního záření a opakovaným spálením pokožky. A protože už rukavičky nejsou v módě, ruce jsou během života vystaveny slunečnímu záření vlastně nejvíc. I když je škodlivý vliv slunečního záření mnohdy vidět až po desetiletích, při nepřiměřeném opalování se pigmentace může objevit i ve věku 20 - 30 let.

