RED FACE СИНДРОМ,
ИЛИ КАК ДА СЕ ГРИЖИМ ЗА ЧУВСТВИТЕЛНАТА КОЖА



ЛИЯ БРАНЕВА, Снимки ЛИЧЕН АРХИВ

Около една трета от европейките определят кожата си като чувствителна. Причината е съвременният начин на живот – замърсена околна среда, неправилно хранене, постоянен стрес и дори неконтролируем прием на лекарства. В резултат на тези фактори имунитетът на организма пада, в това число и защитните механизми на кожата. И тя вече не успява да възпрепятства напълно проникването на токсини, дразнещи вещества и микроорганизми. В резултат се появява сърбеж, парене, щипане и чувство за стягане и опънатост.

„Налице е синдромът Red face, или чувствителна кожа", казва д-р Слава Божинова, специалист дерматолог от Jewel skin clinic. - Става дума за клиничен феномен, състояние с индивидуална степен на изразеност при всеки пациент. Когато навън е сухо и студено, хората с чувствителна кожа на лицето се зачервяват, като това зачервяване може да продължи часове или дни, особено ако е използвана неправилна козметика."

При хора с подобни симптоми се забелязва нарушена бариерна функция на кожата, ниски нива на серамидите в нея и потънък рогов слой. Специалистите изброяват няколко основни причини за нарушената бариерна функция на кожата. На първо място това е необратимият процес на стареене, неправилната защита от слънчевите лъчи, всяко възпаление или раздразнение на кожата, продължителната употреба на локални кортикостероидни препарати, механични травми или дисбаланс на микрофлората.

Към чувствителните кожи

спадат също розацеята и акнето

Според д-р Слава Божинова, за да не обостряме проблема, трябва да се спазват няколко прости правила в избора на козметични продукти. За да не се нарушава естествената защитна бариера, е добре, когато се почиства лицето, да се използват меки гелове без съдържание на сапун, алкохол и оцветители. Фотозащитният крем пък трябва да предпазва не само срещу UVB лъчите, но и срещу UVA. С най-добра поносимост при чувствителна кожа са фотозащитните кремове, съдържащи титаниев диоксид и цинков оксид. При това индексът SPF трябва да бъде не по-малко от 50 единици. Необходимо е да се компенсира недостигът на естествена влага с помощта на овлажняващи средства за чувствителна кожа. Техни задължителни съставки трябва да бъдат: антиоксидант, хиалуронова киселина, колаген, сквален, растителни екстракти. Те омекотяват кожата, насищат я с влага, укрепват капилярите и не допускат зачервяване и раздразнения. Козметичните продукти и фотозащитните кремове също така трябва да съдържат силикон, който има защитна функция. По отношение на грима е добре да се прилага медицински фон дьо тен с лека текстура, след което може да се нанесе и пудра. „Препоръчително е козметиката за чувствителна кожа да се набавя от аптеките, т.е. да се използва медицинска козметика, защото тя е дерматологично тествана, хипоалергенна, некомедогенна и без мирис.

Преди да приложите крем за лице,

направете тест за поносимост към него,

като нанесете крема върху вътрешната повърхност на предмишницата. Ако след 24 часа няма реакция, можете да го нанесете на лицето. Избягвайте приложението на козметични средства, съдържащи ментол, камфор и натриев лаурил сул-



фат", допълва д-р Божинова.
Специалистите са единодушни, че по отношение на грижите към чувствителната кожа трябва да се подхожда внимателно, като се прилага комбиниран подход. Козметичните продукти съвсем не са достатъчни за решаването на проблема, той задължително трябва да се следи от дерматолог. „Методите, които предлагаме в Jewel skin clinic, са няколко, като преди тяхното приложение най-важни са диагностиката, правилният подход и последователността на терапиите", обяснява д-р Божинова. Подходяща терапия при розацея например е SR – фотореджувенейшън, която повлиява съдовата компонента при зачервяванията и малките капилярчета. Прилага се единствено в случай, че няма активни възпалителни лезии. Процедурата третира комплексно дифузна червенина, неравен тен (хиперпигментации), фини бръчки. С метода се стимулира и синтезът на нов колаген. Интензивната пулсова светлина навлиза в кожата и търси таргет – червения хемоглобин и кафявия меланин. Светлинната енергия се преобразува в термична и разрушава пигментите, като изравнява тена. Процедурата е подходяща за всеки тип кожа и всички възрасти, дори и като превенция. Достатъчни са общо 3 терапии през 3 седмици.
„Идеална процедура при акне е **диамантеното микродермабразио,** защото обновява кожата, като регулира себума и намалява белезите" – разказва д-р Божинова. Според Американската асоциация по естетична пластична хирургия (ASAPS) микродермабразиото е в Топ 5 на нехирургическите процедури за разкрасяване през 2010 г. Какво всъщност представлява? Чрез специални стерилни диамантени глави се ексфолира най-горният слой на кожата, като се изсмукват замърсяванията и мъртвите клетки. В резултат на това се постига изсветляване, премахват се пигментациите и възрастовите петна, свиват се разширените пори.
Процедурата Intraceuticals Clarity е друго решение при склонна към акне и омазняване кожа. Процедурата представлява кислородно проникване в дермата с помощта на апарат с постоянно хипербарно налягане. С него в кожата проникват различни активни съставки и хиалуронова киселина.
Особено полезен за кожа с акне или мазна кожа е най-новият ексфолиращ гел, станал известен като "пилингът от Маями". Той повлиява добре също така и хиперпигментирана кожа, възрастна кожа и кожа със слънчеви изгаряния. „Тук разчитаме на действието на салициловата киселина. Тя спомага за регулиране функцията на мастните жлези и отделянето на мазнини, като нейното противовъзпалително действие води до намаляване появата на поствъзпалителна хиперпигментация или тъмни петна, свързани с прояви на акне", обяснява д-р Божинова и допълва, че неговата формула съдържа още екстракт от зелен чай, който е мощен антиоксидант, известен със своята защитна функция срещу стареене и притежаващ противовъзпалително действие.