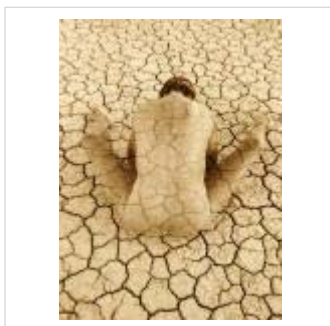


Sucha skóra - przyczyny

Autor: ANNA ANNA



Skóra osłania i chroni narządy wewnętrzne przed negatywnym wpływem środowiska zewnętrznego. Skóra utrzymuje także m.in. optymalne nawilżenie i chroni ustrój przed utratą wilgoci.

Gdy dojdzie do zaburzenia tych mechanizmów i/lub gdy ilość traconej przez naskórek wody jest nieproporcjonalna do poziomu jego nawodnienia, wtedy pojawia się suchość skóry, cechująca się obecnością zaczerwienienia, nadmiernym

złuszczeniem, zmatowieniem, obecnością pęknięć i podrażnień, a także innych subiektywnych objawów obniżających jakość życia, takich jak uczucie ściągnięcia, spierzchnięcia, dyskomfort, uporczywy świąd czy kłucie lub pieczenie. **Suchość skóry to stan informujący o uszkodzeniu lub spadku wydolności bariery naskórkowej**, którą tworzą płaszcz hydrolipidowy, naturalny czynnik nawilżający, a także lipidy spoiwa międzykomórkowego. Może się ona pojawić u każdego człowieka, niezależnie od wieku, płci czy pierwotnego typu cery.

Najczęstsze przyczyny suchości to czynniki środowiskowe, m.in. wiatr, mróz, suche powietrze, także suchy i zimny klimat, klimatyzatory, wentylatory, urządzenia nawiewowe, ekspozycja na promieniowanie UV, wysokie i bardzo niskie temperatury. Szkodliwość to także częsty kontakt z wodą - jej jakość, chlorowanie, twardość.

Kolejne czynniki łączą się ze stosowaniem detergentów i środków myjących, rozpuszczalników organicznych i silnie odtłuszczających środków myjących o odczynie zasadowym. **Przyczyną suchej skóry może być również niewłaściwa pielęgnacja** (np. kosmetyki zawierające alkohol) lub jej brak (brak natłuszczenia skóry). Ponadto bardzo modne ostatnio gwałtowne odchudzanie, prowadzące nierzadko do anoreksji i osłabienia organizmu, może również skutkować suchością skóry.

Czynniki genetyczne mogą warunkować nieprawidłowy proces rogowacenia, a tym samym być przyczyną suchości skóry. Do genetycznie uwarunkowanych chorób przebiegających z zaburzeniem procesu keratynizacji zalicza się przede wszystkim uogólnione zaburzenia rogowacenia (np. rybia łuska), nadmierną proliferację naskórka obserwowaną zarówno w łuszczycy, jak i atopowym zapaleniu skóry. Ten sam problem stanowi palenie papierosów i picie alkoholu.

Należy podkreślić, że do odwodnienia organizmu, a tym samym do powstawania objawów suchości, może dojść wskutek błędów żywieniowych, a także zmniejszonej podaży wody, wyniszczenia organizmu, stanów gorączkowych, wymiotów, biegunki, stosowania leków diuretycznych. **Wpływ ma również niewłaściwa dieta, niedobory pokarmowe, zwłaszcza awitaminozy** (np. niedobory witaminy A) oraz dieta uboga w nienasycone kwasy tłuszczowe (NNKT) i wody mineralne.

Objawy suchej skóry bardzo często towarzyszą chorobom ogólnoustrojowym, takim jak cukrzyca, przewlekłe choroby narządów wewnętrznych (np. niewydolność nerek i/lub wątroby), niedoczynność tarczycy, nowotwory narządów wewnętrznych, jadłowstręt psychiczny czy uszkodzeniu ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego, jak i innym chorobom o podłożu

neurologicznym.

Ponadto suchość często współistnieje z innymi dermatozami, zwłaszcza z atopowym zapaleniem skóry, łuszczycą, wypryskiem, fotostarzeniem, stanami przebiegającymi z zaburzeniem w wydzielaniu łoju i/lub potu, czy skłonnością (predyspozycją) do suchej skóry. Chronologicznemu, czyli związanemu z wiekiem, starzeniu się skóry towarzyszy zmniejszone złuszczenie korneocytów, zmiany w strukturze lipidów naskórkowych oraz zmniejszona liczba ceramidów w warstwie rogowej.

Również **starzenie menopauzalne przebiega ze zmianami w gospodarce hormonalnej, które mogą indukować wystąpienie suchości.** Wpływ może mieć również niewłaściwie dobrany ubiór. Destrukcyjny wpływ ma również w stosunku do skóry, wpływ stresu. Sucha skóra wymaga zarówno nawilżania, jak i natłuszczenia.

Obecne na rynku nowoczesne preparaty zawierają dobre jakościowo fizjologiczne lipidy, które nie dają uczucia tłustości. Poza tym, mimo lekkiej konsystencji, doskonale mogą uzupełniać brakujące lipidy i w stopniu odpowiednim chronić skórę przed wpływem niekorzystnych warunków otoczenia. Pozytywny wpływ na skórę ma również korzystanie z profesjonalnych zabiegów w gabinecie kosmologii i porad dermatologicznych.

Zamknij okno