

Chroń swoją twarz przed atakiem pajęczków

Czerwienisz się, gdy ktoś powie Ci komplement lub napijesz się czerwonego wina? Możesz w przyszłości mieć problem z rozszerzonymi czerwonymi naczynekami na twarzy. - Warto zacząć odpowiednio pielęgnować skórę i zabezpieczać ją przed czynnikami zewnętrznymi, co pozwoli nam uniknąć tego mankamentu urody – doradzają lekarze z gabinetu medycyny estetycznej Estina.

Problemy z cerą naczynkową mogą się pojawić już w wieku młodzieńczym, zazwyczaj pod postacią przemijającego rumienia, ale na ogół pacjenci zaczynają być zaniepokojeni wyglądem naczynek po 30-40 roku życia. Na naszej skórze mogą się pojawić rozszerzone naczynka tętnicze lub żyłne. Te pierwsze najczęściej na twarzy w obrębie policzków i nosa, ale również na dekolcie. Początkowo zazwyczaj obecny jest tylko rumień wyraźniej nasilony pod wpływem emocji, przy zmianach temperatury i oddziaływaniu innych czynników, lecz z upływem czasu zaczynają uwidaczniać się pojedyncze drobne naczynka o żywoczerwonej barwie, które nie znikają. Pacjenci z tzw. cerą naczynkową mają najczęściej delikatną, cienką i suchą skórę. Płytko położone naczynia są widoczne, mało elastyczne i słabe, ze skłonnościami do pękania. Z kolei rozszerzenia żyłne występują głównie na kończynach dolnych – w okolicy kostek i na udach. Są zwykle niebieskie lub fioletowe, mają większą średnicę i długość oraz nieregularny przebieg.

- Jest bardzo dużo pacjentów zgłaszających się z tym problemem, szczególnie po okresie letnim i wiosną – zauważa dr Joanna Wójcik z gabinetu medycyny estetycznej Estina. - Problem dotyczy głównie pań, pomimo że kobiety mają większe możliwości zakamuflowania naczynek makijażem. U panów poszerzone naczynka trudniej ukryć, ale z kolei ich rzadziej dotyczy ten problem – mówi dr Joanna Wójcik, która jest członkiem Sekcji Medycyny Estetycznej Polskiego Towarzystwa Lekarskiego.

Czynnikami środowiskowymi, które sprzyjają poszerzaniu się naczynek są niskie i wysokie temperatury, gwałtowne zmiany temperatury, wiatr oraz promieniowanie UV. Wpływ na pojawienie się naczynek ma także alkohol, kawa, pikantne przyprawy oraz niewłaściwa pielęgnacja skóry. Pękające naczynka często występują u osób przewlekle stosujących kortykosteroidy w przebiegu nadciśnienia, a także u kobiet, co ma związek z oddziaływaniem estrogenów na skórę i ściany naczyń krwionośnych.

Naczynka objawem chorób

Przyczyny pojawiania się poszerzonych naczynek nie są do końca znane. Wiadomo, że u podłoża leży nadmierne uwalnianie substancji, które powodują naprzemienne silne obkurczanie się i rozszerzanie naczyń krwionośnych. Po dłuższym czasie, doprowadza to do trwałego poszerzenia naczynek. Widoczne na skórze naczynka mogą być również sygnałem, że jesteśmy chorzy.

- Okresowo pojawiające się zaczerwienienie skóry twarzy oraz zła tolerancja kosmetyków mogą sygnalizować początek trądziku różowatego, którego inne objawy wystąpią po jakimś czasie – informuje dr Joanna Wójcik. - Pierwszym etapem trądziku różowatego jest faza rumieniowa, która charakteryzuje się obecnością utrwalonego rumienia na twarzy bez wyraźnych naczynek. Z czasem stają się one jednak coraz bardziej widoczne. Na kolejnym

etapie choroby pojawiają się grudki i krostki. Nie leczony trądzik różowaty, może doprowadzić do trwałych i oszpecających zmian – uświadamia lekarka z gabinetu Estina.

Najczęściej chorują osoby po 30 roku życia - głównie kobiety, ale u mężczyzn znacznie częściej spotyka się najcięższą, przerostową postać choroby. Każda osoba, która ma poszerzone pękające naczynka na twarzy, zwłaszcza jeśli problem pojawił się u niej nagle, powinna skontrolować ciśnienie tętnicze. To proste badanie może ujawnić problemy z nadciśnieniem, którego leczenie znacznie poprawia stan skóry w takich przypadkach.

- Poszerzone naczynia na nogach mogą świadczyć o niewydolności krążenia żylnego, choć najczęściej nie są to jedyne objawy tej choroby. Jeśli dodatkowo obecne są też takie dolegliwości jak uczucie „ciężkich nóg”, obrzęki, kurcze mięśni, a w rodzinie występują żylaki, koniecznie należy wykluczyć niewydolność żył kończyn dolnych. Schorzenie to może mieć poważne konsekwencje dla zdrowia – ostrzega dr Joanna Wójcik.

Laser przywraca urodę

Pękające naczynka można skutecznie leczyć kilkoma sposobami:

- Laserowe zamykanie naczynek
- Intensywne źródło światła IPL i VPL (gabinety kosmetyczne)
- Skleroterapia (zabieg chirurgiczny)

Najbardziej skuteczną i bezpieczną metodą leczenia jest laserowe zamykanie naczynek.

- Taki zabieg nie wymaga znieczulenia – tłumaczy dr Joanna Wójcik. - Pacjenci najczęściej odczuwają oddziaływanie lasera jako delikatne klucie, które może być bardziej nasilone przy zamykaniu naczyń w miejscach wrażliwych - okolice ust i uszu - oraz w wypadku większych naczyń na nogach. Przy dużej wrażliwości skóry i zamykaniu większej ilości naczynek na ograniczonym obszarze, najczęściej na policzkach, może pojawić się obrzęk utrzymujący się do 2-3 dni po zabiegu. Po leczeniu laserem naczyń na nogach często pojawiają się strupki gojące się w okresie trzech do siedmiu dni. Po zabiegu zamykania naczyń w obrębie twarzy, można stosować dotychczasową pielęgnację i wykonywać makijaż – podkreśla lekarka z gabinetu Estina, w którym wykonuje się najnowsze zabiegi medycyny estetycznej.

Dużą zaletą leczenia laserem jest trwałe zamknięcie naczyń oraz bardzo wysoka skuteczność pojedynczego zabiegu. Leczenie laserem nie zostawia także blizn i nie sprawia większego bólu.

- Często pacjent widzi poprawę, wychodząc z gabinetu już po pierwszym zabiegu – zauważa dr Joanna Wójcik. - Przy leczeniu naczynek na nogach potrzeba więcej czasu. Dopiero po kilku tygodniach dochodzi do całkowitego wchłonięcia pozostałości zamkniętego naczynia i wtedy przestaje być ono widoczne.

W przypadku wszystkich wymienionych metod pojedynczy zabieg trwa od 30 do 60 minut. W zależności od obszaru poddawanego leczeniu, zabieg kosztuje od 300 do 600 zł. Zazwyczaj koniecznych jest kilka sesji wykonywanych co kilka tygodni.

Pielęgnacja i ochrona

Doktor Joanna Wójcik podsuwa kilka wskazówek, które mogą ochronić naszą skórę przed pojawieniem się poszerzonych naczynek.

- Dbaj o odpowiednią pielęgnację skóry m.in. poprzez stosowanie kremów z filtrami SPF 50, które zabezpieczają przed szkodliwym oddziaływaniem promieniowania słonecznego,
- stosuj kosmetyki, które nie podrażniają skóry – m.in. serie specjalnie, przeznaczone do cery naczynkowej,
- zabezpieczaj skórę odpowiednimi preparatami przed kontaktem z niekorzystnymi czynnikami otoczenia, np. smaruj się barierowymi preparatami natłuszczającymi przed wyjściem na mróz lub przed kąpielą w chlorowanej wodzie na basenie,
- unikaj czynników środowiskowych, które sprzyjają pojawianiu się nowych naczynek: bezpośredniego oddziaływania promieni słonecznych na skórę, znacznych wahań temperatury (gorące kąpiele, sauna, kriokomory), spożywania bardzo gorących i pikantnych potraw oraz napojów alkoholowych (szczególnie czerwonego wina),
- lecz choroby, które mogą sprzyjać zmianom naczyniowym: trądzik różowaty, nadciśnienie tętnicze, niewydolność krążenia żylnego, żylaki kończyn dolnych.

lek. med. Joanna Wójcik

Absolwentka Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie, specjalistka II stopnia Anestezjologii i Intensywnej Terapii. Ukończyła także Studia Podyplomowe z zakresu Medycyny Estetycznej i Kosmetologii Lekarskiej. W latach 2007-2008 doskonalila swoje umiejętności, pracując w Royale Hayat Hospital - Klinika Medycyny Estetycznej i Chirurgii Plastycznej, gdzie zapoznawała się m.in. z innowacyjną terapią laserami frakcyjnymi FRAXEL.

Od wielu lat konsekwentnie inwestuje w swoje wykształcenie, uczestnicząc w konferencjach, kongresach i kursach w kraju i za granicą. Podnosi swoje kwalifikacje zawodowe i technikę zabiegową, biorąc udział w szkoleniach IMCAS (International Master Course on Aging Skin).

Jest członkiem Polskiego Towarzystwa Mezoterapii, Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging, Sekcji Medycyny Estetycznej Polskiego Towarzystwa Lekarskiego oraz Polskiego Towarzystwa Anestezjologii i Intensywnej Terapii.