Briga o zdravlju

POSLUŠAJTE GOVOR SVOJE KOŽE

Iako se zapravo zna vrlo uspješno braniti od vanjskih uticaja, kožu ipak napadnu neke neugodne smetnje, kojih se ponekad teško riješiti. Evo najčešćih:

Zacrveni se, problijedi, ospe mrljama, burno reaguje na sunce, ali i na poneku kremu. Otkrivamo vam sve tajne kože i kako se liječiti kada oboli!

Akne

Koža izbacuje otpatke kroz pore. Akne zatvore pore i zadržavaju otpatke koji stvore nakupine, čireve, ciste, upale.

Uzroci: hormonalni poremećaji, psihosomatski faktori (stanje uznemirenosti, stresa, napetosti) i lijekovi (vitamin B 12 i drugi vitamini iste grupe, ansiolitici i kortizoni).

Liječenje: dugotrajno, u nekoliko različitih faza.

Prvi cilj: postići otvorenost pora, kanala kroz koje izlaze otpaci, lijekovima sve "aktivnijim" na koži. Riječ je o mastima na osnovi retinske kiseline, benzoilperoksida ili azelainske kiseline. Odabiru se prema reakciji kože i čak prema vremenu (npr., neke kreme treba izbjegavati kada je hladno, a neke kada je toplo vrijeme).

Drugi cilj: odstraniti unutrašnje uzroke. Na primjer, ako je uzrok hormonalni poremećaj, na jajnike se djeluje pilulom na osnovi hormona estrogena i antiandrogena (tek nakon 17. ili 18. godine). Razloge psihološke prirode treba uvijek pažljivo razmotriti.

Antibiotici se koriste samo u slučajevima velikih gnojnih akni tokom kratkog razdoblja, ne duže od mjesec i po, jer oni liječe čir, ali ne i njegove uzroke.

Herpes simplex

Herpes, ili groznica usnice, javlja se iznenada svrabom i oticanjem ruba usnice. Zatim se pojavljuje grozd mjehurića, koji izaziva bol prilikom svakog pokreta usnicom. Nakon nekog vremena, mjehurići pucaju, stvara se krasta i nakon 8 do 10 dana ona zacjeljuje.

Uzroci: Herpes je izazvan virusom HSV 1, a prenosi se kontaktom, ali i zračnim putem. Ulazi u organizam, manifestuje se prvi put, zatim se lokalizuje u žlijezdama ili u nervnim vlaknima, gdje ostaje latentan, ali spreman da povremeno izbije iz različitih razloga (gripa, groznica, snažan emotivni stres ili jednostavno zbog pretjeranog izlaganja suncu).

Liječenje: Postoje djelotvorne kreme da se herpes ne razbukta. Nanosi se na usnicu svaka 4 sata - mjehurići će se smanjiti i brže zacijeliti, ali važno je kremu nanijeti čim se pojave prvi simptomi, prije pojave mjehurića.

Psorijaza

Javljaju se mrlje, crvene ili crvenkaste boje, ljuskave, jasno određenih ivica. Najlakše zahvaća laktove, koljena, vlasište, ali može se pojaviti i na drugim mjestima.

Uzroci: Psorijaza (nasljedna u 20 posto slučajeva) se javlja u slučajevima infektivnih procesa ili kao posljedica psihosomatskih faktora.

Liječenje: Tradicionalno liječenje sastoji se od masti i kupki na osnovi katrana i sumpora. Njihovo je djelovanje snažnije izlaže li se tijelo suncu, ali i umjetnim ultraljubičastim zrakama.

- Kad su mrlje malobrojne i lokalizovane, mogu se liječiti infiltracijama kortizona.

- Novije terapije zasnivaju se na fotosenzibilizovanim lijekovima, u kombinaciji s ultraljubičastim zrakama. Djelotvorna je i retinska kiselina, derivat vitamina A.

Mikoze

Riječ je o gljivičnim infekcijama, mikroorganizmima parazitima koji se hrane na površinskim slojevima kože. Ima ih mnogo vrsta i izazivaju različite simptome, a evo najčešćih:

Pitirijaza versicolor - Javlja u obliku brojnih sitnih mrlja na pokrivenim dijelovima tijela, jer ovoj gljivici najbolje odgovaraju znojna mjesta.

Tinea pedis (atletsko stopalo) - Nastanjuje se između nožnih prstiju, izazivajući ljuštenje i sitne erozije.

Tricofizia - Nastaju prilično uočljive crvene mrlje, izazvane gljivicama koje žive na domaćim životinjama.

Onikomikoza - Infekcije smještene ispod noktiju.

Liječenje: Lijekove prepisuje liječnik, nakon što je tačno odredio vrstu gljivica, jer ima različitih terapija, ovisno o vrsti gljivica.