

Pielęgnacja skóry wrażliwej

# Zima bez podrażnień



Fot.: iStock/vanovainiga

Zaczerwienienie, łuszczenie się, świąd lub nieprzyjemne szczypanie... Problem podrażnionej skóry staje się najbardziej aktualny podczas chłodnych zimowych miesięcy. Mimo iż tegoroczna zima jest wyjątkowo łagodna, na pewno zgłoszą się do Ciebie klienci z takimi właśnie problemami. Możesz im pomóc, stosując odpowiednie substancje czynne.



Nadmierna wrażliwość skóry jest uwarunkowana genetycznie, ale jej stan może ulegać pogorszeniu w związku z działaniem różnych czynników zewnętrznych. Problemy mogą pojawić się także pod wpływem procesów biochemicznych zachodzących w organizmie niezależnie od typu skóry. Związane z tym świąd, zaczerwienienie i uczucie napięcia szczególnie dają się we znaki w trakcie chłódów i wielu osobom nie pozwalają w pełni korzystać z uroków zimowej aury.

Niezależnie od biologicznych procesów zachodzących w organizmie, objawy nadwrażliwości mogą zaostrzyć się pod wpływem suchego powietrza w ogrzewanych pomieszczeniach i ekstremalnych różnic temperatur między ciepłymi wnętrzami a chłodem na zewnątrz. Na podrażnienia w największym stopniu narażone są partie ciała, które mają bezpośredni kontakt z powietrzem, czyli twarz i dłonie. Zdarza się jednak, że wrażliwość nie ogranicza się do tych miejsc, lecz rozprzestrzenia na całe ciało. W efekcie skóra swędzi i luszczy się także na ramionach i nogach, a typowe dla zimowej garderoby materiały i wełniane swetry zaczynają nieprzyjemnie „drapać”.

Nasilającej się zimą wrażliwości skóry często towarzyszy ekstremalny niedobór lipidów, co dodatkowo ją podrażnia. To najwyższy czas, żeby przywrócić jej równowagę za pomocą odpowiednich składników kosmetycznych.

## Przyczyny podrażnień

Reakcja w postaci podrażnienia skóry może nastąpić w wyniku zachodzących w niej procesów zapalnych. Rozróżniamy zapalenia o podłożu immunogennym i neurogennym. Stanom zapalnym towarzyszą procesy biologiczne, którymi objęte są lokalnie układ naczyniowy, immunologiczny i różne komórki w obrębie zmienionej zapalnie tkanki.

W przypadku **zapalenia immunogenne** mamy do czynienia z reakcją układu immunologicznego na infekcje i ataki z zewnątrz, których sprawcami są ciała obce. Mogą ją wyzwolić przykładowo pyłki roślin albo syntetyczne dodatki zapachowe. Substancje produkowane przez organizm atakują i niszczą intruzów. Ten proces manifestuje się typowymi objawami, takimi jak ból, zaczerwienienie, obrzęk i wzrost temperatury.

**Zapalenie neurogenne**, czyli spowodowane reakcjami układu nerwowego, rozwijają się przede wszystkim na skutek stresu psychicznego lub fizycznego. Także w tym przypadku pojawiają się typowe symptomy stanu zapalnego, a więc zaczerwienienie, pieczenie i świąd. Niewykluczone, że to samo podłoże mogą mieć nawet tak poważne dermatozy jak łuszczyca, trądzik różowaty i atopowe zapalenie skóry.

## Warstwa ochronna skóry

Także kondycja bariery skórnej, a dokładniej płaszczka lipidowego, decyduje o jej wrażliwości. Wrażliwość skóry często bywa następstwem uszkodzonej bariery naskórka, a więc naruszenia zewnętrznej warstwy ochronnej skóry. W konsekwencji łatwo mogą do niej przeniknąć substancje drażniące, mikroorganizmy i alergeny, i wywołać tam niepożądane reakcje.

Skład lipidów naskórka, do których zalicza się ceramidy, niezbędne kwasy tłuszczowe i cholesterol, ma decydujący wpływ na funk-

Zapraszamy na  
**Kongres Beauty Forum**  
10-11 marca 2012 hala MTK ul.Marsa 56C Warszawa  
Nowości - niespodzianki - promocje

**LLLT LASER MAGNETIC**  
**LASER 650nm**  
**LASER 850nm**  
pole magnetyczne  
chromoforowe koncentraty  
**Black Essential**

**ABSOLUTNIE INNOWACYJNE**  
urządzenie dla kosmetologii  
i zabiegów estetycznych  
inspirowane zastosowaniami  
w medycynie i fizjoterapii

## LLLT LASER R/IR



**24** programy zabiegowe  
z intuicyjną obsługą  
szeroki zakres zabiegów estetycznych  
"od stóp do skóry głowy" dla kobiet i mężczyzn

**17** koncentratów zabiegowych  
**BLACK ESSENTIAL**  
do wprowadzania laserem i sonoforezą  
LUNCH Program i szybkie zabiegi

**PIĘKNO  
PERFEKCYJA**

od pierwszego stosowania

Do strefy  
**DERMO**

[www.chantarelle.pl](http://www.chantarelle.pl)

Tel. 663 390 200, 22 610 43 10  
Sprzęt dostępny także w systemie ratalnym oraz leasingu



cjonowanie bariery, a tym samym na odporność skóry. Zimą produkcja lipidów ulega zmniejszeniu, co w przypadku skóry suchej, już wcześniej dotkniętej ich niedoborem, dodatkowo osłabia barierę. Istotną rolę odgrywają przy tym także czynniki środowiskowe, takie jak zanieczyszczenie powietrza, chemikalia, dieta. Również zmiany hormonalne mogą przyczyniać się do nasilenia problemu.

### Skuteczni pomocnicy

Jeśli chodzi o dobór odpowiednich produktów, także w tym przypadku sprawdza się połączenie roślinnych substancji czynnych ze składnikami high-tech, bę-

dącymi owocem najnowszych osiągnięć z zakresu biotechnologii.

Do tradycyjnych roślinnych środków leczniczych należy m.in. wyciąg z owsa zwyczajnego (*Avena sativa*). Właściwości kojące zwartych w nim awenantramidów potwierdziło wiele badań naukowych. Także bisabolol, pozyskiwany z rumianku, słynie ze swego działania przeciwzapalnego. Zwolennicy ajurwedy z pewnością słyszeli o korzeniu *Boerhaavia diffusa*, znanym też pod nazwą punarnava.

Rośliny lecznicze to niejedyni sprzymierzeńcy w drodze do ukojenia wrażliwej albo podrażnionej skóry. Również **peptydy**, które zdobywają coraz ważniejszą

pozycję w kosmetyce, pomagają w łagodzeniu bodźców bólowych.

Nie mniej istotna jest odbudowa płaszcza lipidowego naskórka. Dużą skuteczność wykazują w tym wypadku ceramidy pozyskiwane z wyciągu z nasion słonecznika (*Helianthus annuus*), z oleju z awokado (*Persea gratissima*) oraz oleju z wiesiolka dwuletniego (*Oenothera biennis*). Duża zawartość kwasu gamma-linolowego, zaliczanego do grupy egzogennych kwasów tłuszczowych, szczególnie predysponuje do tego zadania ostatni z wymienionych olejów.

Także pod względem ochrony przeciw-słonecznej skóra wrażliwa ma specjalne wymagania. Z doświadczenia wynika, że zamiast filtrów chemicznych warto polecać filtry mineralne, takie jak dwutlenek tytanu albo tlenek cynku. Odbijają one szkodliwe promienie UV, dzięki czemu nie dopuszczają do nagrzania się skóry, co mogłoby dodatkowo sprzyjać powstawaniu rumienia.

### W nagłych wypadkach

Jeśli pojawi się u Ciebie klient z bardzo podrażnioną skórą, na przykład z objawami wyprysku, powinnaś bardzo ostrożnie stosować substancje czynne. W tej sytuacji bowiem nie sprawdza się zasada im więcej, tym lepiej – nadmiar składników może wręcz dodatkowo zapalić skórę. Przez uszkodzoną barierę substancje czynne przenikają o wiele szybciej niż w przypadku skutecznej ochrony. To z kolei pobudza aktywność immunologiczną skóry i uruchamia następne reakcje zapalne.

Odnosi się to do wszystkich zabiegów kosmetycznych przeprowadzanych na skórze podrażnionej – bodźce mechaniczne ogranicz do minimum. Wrażliwa skóra ucieszy się z serii kojących zabiegów w gabinecie, wspartych odpowiednio dobraną pielęgnacją domową. ■



Olej z awokado zawiera wartościowe kwasy tłuszczowe, które wzmacniają płaszcz lipidowy skóry.

Fot.: iStock/pixdeluxe



Bettina Zammert | Autorka jest dyplomowaną kosmetyczką. Po egzaminie państwowym I stopnia porzuciła studiowanie biologii i chemii na rzecz stanowiska wykładowcy z zakresu PR. Od 2002 roku pracuje dla Dermalogica i IDI, od 2009 na stanowisku Education Manager Germany.