



Zapomnij o problemie rogowacenia skóry!

Gdy zauważyłeś na skórze małe grudki, które wyglądem przypominają „gęsią skórę”, nie lekceważ problemu. Szczególnie że są skuteczne i sprawdzone sposoby na walkę z suchą i szorstką skórą, charakterystyczną dla rogowacenia okołomieszkowego.

Najczęściej rogowacenie okołomieszkowe (tzw. keratosis pilaris) związane jest z nadmiernym wysuszeniem skóry. Problem pojawia się, gdy obumarłe komórki nie ulegają złuszczeniu, lecz zalegają na skórze. Mimo że oprócz estetyki - czopki rogowe, przypominające wyglądem „gęsią skórę”, w największym nasileniu pojawiają się na udach i ramionach, zmiany chorobowe na ogół nie powodują żadnych dolegliwości. Czasem jednak mogą być przyczyną uporczywego świądu i pieczenia. Wtedy najprawdopodobniej mamy do czynienia z rogowaceniem mieszkowym, którego nie warto ignorować.

- Keratosis pilaris traktuje się jako jednostkę chorobową, mimo że nie powoduje zagrożenia dla zdrowia i może ustąpić samoczynnie. W przypadku, gdy zauważamy nasilone objawy lub pragniemy szybko pozbyć się tego problemu, warto sięgnąć po sprawdzone preparaty kosmetyczne lub zasięgnąć porady dermatologa – radzi dr Marek Lewandowski, konsultant medyczny firmy farmaceutycznej Lefrosch.

Warto wiedzieć!

Rogowacenie okołomieszkowe najczęściej przekazywane jest genetycznie i wiąże się z nieprawidłowym wchłanianiem witaminy A do organizmu. Niemniej rogowacenie może być również nabyte, co spowodowane jest w głównej mierze suchością powietrza.

Uważaj, by sobie nie zaszkodzić!

W walce z rogowaceniem skuteczne okaże się uzupełnienie niedoborów witaminy A i C. Warto wzbogacić swoją dietę o warzywa i owoce, jak marchewka, szpinak, kalafior, śliwki, brzoskwinie czy truskawki i cytryna. Poprawę stanu skóry można uzyskać dzięki stosowaniu peelingów czy masaży szorstką rękawicą. ALE! W momencie, gdy w sposób mechaniczny uszkodzimy zmiany skórne możemy doprowadzić do nasilenia dolegliwości i pojawienia się blizn! Takich zabiegów nie stosujemy też, gdy zmiany znajdują się w stanie zapalnym!

Skuteczniejszym sposobem staje się zatem stosowanie kosmetyków przeznaczonych specjalnie na tę dolegliwość, których głównym atutem jest działanie nawilżające i przeciwzapalne.

Koniecznym zapoznaj się z ulotką

Nie każdy z dostępnych na rynku kosmetyków nawilżających upora się z problemem rogowacenia skóry, a jednocześnie będzie skutecznym środkiem w walce z szorstkością, tak często występującą przede wszystkim na łokciach czy piętach. Dlatego wybierając kosmetyk dla siebie, warto dokładnie zapoznać się z ulotką, przede wszystkim składem danego preparatu.

Dermokosmetyki przeznaczone do pielęgnacji suchej skóry i walczące z rogowaceniem mogą zawierać różne substancje. Na tym polu na pewno wyróżniają się kremy, w składzie których znajdziemy (np. Pilarix):

- kwas salicylowy o stężeniu 2%,
- 20% mocznik,
- panthenol,
- alantoinę,
- masło shea.

Dlatego to takie ważne? – Kwas salicylowy o stężeniu 2% ułatwia oddzielanie się nawarstwionych rogowaceń, z kolei 20% mocznik intensywnie nawilża i zwiększa elastyczność warstwy rogowej naskórka. Alantoina będzie działała regeneracyjnie – przyspieszając gojenie uszkodzonej skóry. Na pewno warto też zwrócić uwagę na obecność panthenolu, który skutecznie złagodzi wszystkie podrażnienia

– radzi dr Marek Lewandowski.

Kosmetyk o takim składzie będzie nie tylko sposobem na pielęgnację nadmiernie suchej skóry, ale dodatkowo będzie działał jako środek tonizujący zalecany do stosowania po depilacji czy epilacji. Dodatkowo zawarte w składzie masło shea doda skórze delikatności oraz będzie chronić przed szkodliwym działaniem zimna, wiatru czy promieniami słońca.

Warto wiedzieć!

Obecne w maśle shea kwasy tłuszczowe, a także kwas oleinowy, stearynowy, palmitynowy i linolenowy są niemal identyczne z kwasami tłuszczowymi znajdującymi się w warstwie rogowej naskórka, zatem to naturalna ochrona przed negatywnymi czynnikami zewnętrznymi.

Podsumowując

Rogowacenie to najczęściej defekt kosmetyczny, który nie wymaga konsultacji lekarskiej.

W łagodnych zmianach wystarczy poradzić się kosmetologa lub farmaceuty, który zaleci odpowiedni krem i właściwą pielęgnację. Przed zakupem warto upewnić się, czy proponowany kosmetyk zawiera wszystkie niezbędne składniki, dzięki czemu będzie w skuteczny sposób zapobiegał nadmiernemu rogowaceniu skóry, działał nawilżająco i przeciwzapalnie, a jednocześnie przyspieszał regenerację uszkodzonych partii naskórka.



[Ulotka zbiorcza produktów Lefrosch](#) 332 KB, 11.11.2012 r.

źródło - Artykuł opracowany na podstawie materiałów nadesłanych przez firmę Lefrosch.