



В преддверие лета как никогда актуален вопрос о солнечных ваннах. Журналисты обратились с некоторыми вопросами к врачам медицинского инновационного центра «ЛЕГЕ АРТИС». Их проконсультировали по всем вопросам Я. М. Желнова (хирург-онколог) и К. А. Зверева (дерматолог-косметолог). Свой общий рассказ они начали с прояснения термина «загар». По их словам, загар – это защитная реакция организма на излучение у/ф лучей. Именно такая защитная реакция защищает и оберегает человека от разных негативных последствий, которые обязательно возникают после длительного пребывания на солнце. Мало кто помнит о том, что загар стал модным во времена К. Шанель. Женщина доказала, что ровный загар шоколадного или благородного оливкового цвета – это синоним роскошной и красивой жизни. Правда, вскоре стало очевидно, что пребывание на солнце без меры – это тяжелый урон организму, здоровью, красоте и молодости.

Все о преждевременном старении

Из-за злоупотребления солнечными ваннами можно столкнуться с истощением естественной антиоксидантной защиты кожи. Это приводит к повреждениям в структуре ДНК-клеток. Из-за этого на кожном покрове могут появляться пигментные пятна, разные кератозы. Рост папиллом усиливается, а вот коллагеновые и эластиновые

волокна разрушаются. Кожа быстро старится. Пагубные изменения могут проявиться не сразу, а спустя многие десятилетия.

Связь загара и рака кожи

У/ф лучи и радиация солнца способствуют структурным изменениям клеток кожи. Из-за этих изменений не редко фиксируют онкозаболевания. Как правило, в группе риска люди, у которых очень светлая кожа, девушки/парни с родинками и граждане старше тридцати пяти лет.

С помощью у/ф облучения можно избавиться от «прыщи»

Из-за дозированного пребывания на солнце можно повысить местным иммунитет кожи и бороться с воспалительными реакциями. Если вдруг человек переборщит норму, последует защитная реакция – утолщение эпидермиса. Вот и получается, что желая получить на выходе чистую и гладкую кожу, он сталкивается с закупоркой выводных протоков сальных желез и с обострением угревой болезни.

Есть ли способы обезопасить себя?

- Удаление всех подозрительных «родинок». Таким образом, удастся предотвратить все нежелательные последствия, которые могут возникнуть из-за того, что они будут на коже. Прежде чем ехать отдыхать, надо побывать на приеме у врача хирурга-онколога. Во время приема можно узнать, а есть ли риск мутации образования или нет;
- Использование защитных средств с SPF-фактором, а также средств, которые помогут зажить коже быстрее после загара;
- Отдохнув в теплой стране, надо записаться на прием к врачу-косметологу. Лучший способ реабилитации кожи после стресса – инъекция препаратов, в составе которых есть гиалуроновая кислота. С помощью таких инъекций кожа становится более увлажненной, запускается механизм восстановления тканей, во время ухода надо сделать ставку на очистку и увлажнение.