

# Redukcja rozstępów

Agnieszka Zielińska gr. 34z



Brew obiegowej opinii, rozstępy nie są tylko problemem ciężarnych kobiet. Badania wykazują, że zagrożeni są nimi ci wszyscy, których nadnercza produkują zwiększone ilości kortyzolu - hormonu stresu. Kortyzol produkowany jest w nadmiarze także w okresie dojrzewania, podczas ciąży oraz w czasie nadmiernego tycia.

## Lepiej zapobiegać, niż leczyć

Jeśli twoja mama ma rozstępy, istnieje prawdopodobieństwo, że i ty możesz mieć z nimi w przyszłości kłopot. Ryzyko ich pojawienia możesz zminimalizować stosując się do zasad: unikaj "cudownych" diet i częstych wahań wagi.

Błyskawiczna utrata kilogramów wyraźnie zmniejsza napięcie skóry, co sprzyja powstawaniu rozstępów. Częste wahania wagi powodują, że skóra raz się rozciąga, raz kurczy, w efekcie czego traci swoją elastyczność i odporność.

Gdy hormon stresu gromadzi się we krwi w zbyt dużych ilościach, zaczyna upośledzać funkcjonowanie fibroblastów, czyli komórek odpowiedzialnych za produkcję białek kolagenu i elastyny, które nadają skórze wytrzymałość na rozciąganie i elastyczność. Zdrowe włókna kolagenu są niebywale wytrzymałe i praktycznie nie do przerwania.

Jeśli jednak zostaną wytworzone przez uszkodzone fibroblasty, stają się słabe i kruche. Podczas mocnego rozciągania się skóry, które ma miejsce np. w przypadku gwałtownych wahań wagi, zamiast rozciągać się - pękają, czego efektem są właśnie rozstępy. Bywa, że w momencie ich tworzenia się skóra swędzi lub piecze. Najczęściej jednak atakują po cichu.

Rozstępy układają się prostopadle do kierunku rozciągania skóry. U kobiet zwykle "wyskakują" na biodrach, udach i piersiach. Mężczyznom pojawiają się w okolicy krzyżowo-lędźwiowej, a przy intensywnych treningach na siłowni - także w obszarze obręczy barkowej.



W fazie początkowej rozstępy wyglądają jak różowe lub fioletowe prążki. Na tym etapie można je skutecznie likwidować. Z czasem ulegają rozjaśnieniu, przybierają kolor białawy i można je wyczuć przy dotyku. Na tym etapie nie ma możliwości zlikwidowania ich w zupełności, ale można sprawić, by przybrały barwę otaczającej skóry, w efekcie czego przestaną rzucać się w oczy.





Kiedy mają różowe lub fioletowe zabarwienie można zastosować "terapię szokową" w postaci kosmetyków. Preparaty przeciw rozstępom rozjaśniają powstałe blizny oraz pobudzają powstawanie nowych włókien kolagenu i elastyny. Najlepsze rezultaty będą z masażem na kosmetyku w miejscach objętych rozstępami, dwa razy dziennie przez kilka minut.

Biało-perłowe rozstępy to poważniejsze wyzwanie. Nie usunie ich nawet najdroższy specyfikator. Oprócz kosmetyków, które będą pełnić tu jedynie rolę wspomagającą, potrzebna jest fachowa pomoc w gabinecie dermatologii estetycznej. Leczenie białopierłowych rozstępów jest niestety dość kosztowne i długotrwałe, ale efekty są niezwykle zadowalające.

Dzisiejsza medycyna i dermatologia dysponują całą gamą zabiegów, które sprawiają, że rozstępy stają się niewidoczne. Co nie znaczy, że znikają. Nadal będą wyczuwalne przy dotyku. Każdy z wymienionych zabiegów można wykonać dopiero po wcześniejszej konsultacji z dermatologiem, który dobierze odpowiedni rodzaj kuracji i określi optymalną liczbę zabiegów.

# Rodzaje zabiegów:



# Mikrodermabrazja

Podczas zabiegu pociera się zewnętrzne warstwy skóry przy użyciu kryształków diamentu.



## Mezoterapia

Zabiegi polega na dość głębokim ostrzykiwaniu rozstępów substancjami stymulującymi otaczającą skórę do produkcji kolagenu i elastyny (z reguły jest to kwas salicylowy i krzemionka organiczna), co daje efekt lepszego napięcia skóry i zmniejszenia samych rozstępów.



Drobne rozstępy stają się niewidoczne już po 4 zabiegach. Zabiegi wykonuje się raz w tygodniu przez 8 tygodni, a następnie 1 raz w miesiącu przez 6 m-cy. O dalszym leczeniu decyduje lekarz biorąc pod uwagę indywidualne efekty osiągnięte u danego pacjenta.

# Peelingi chemiczne z kwasem trójchlorooctowym (TCA)

Kwas TCA jest najbardziej rozpowszechnioną substancją złuszczącą. Efektem jego stosowania jest wyraźne odmłodzenie skóry, rozjaśnienie skóry i likwidacja przebarwień, natomiast w przypadku zastosowania wyższego stężenia kwasu - spłycenie, a nawet zanik blizn.





W leczeniu rozstępów wykonuje się od 3 do 10 zabiegów w odstępach co 4-5 tygodni. Dzięki tej metodzie uzyskuje się 70-80% redukcji rozstępów. Po zabiegu może pojawić się opuchlizna oraz ból. Przez kilka kolejnych miesięcy skórę należy chronić przed słońcem.

## Dermaplazja laserowa

Do dermaplazji laserowej, którą przeprowadza się w znieczuleniu ogólnym, wykorzystuje się specjalny laser, który odparowuje uszkodzone tkanki, pozostawiając żywe warstwy skóry w nie naruszonym stanie.

W trakcie zabiegu lekarz przesuwając głowicę emitującą wiązkę światła po rozstępie i ogrzewa go tak długo, aż naskórek "wyparuje". Po seansie skóra wymaga kilkunastodniowej rekonwalescencji. Dla uzyskania pożądanego efektu zwykle wystarcza jeden zabieg.