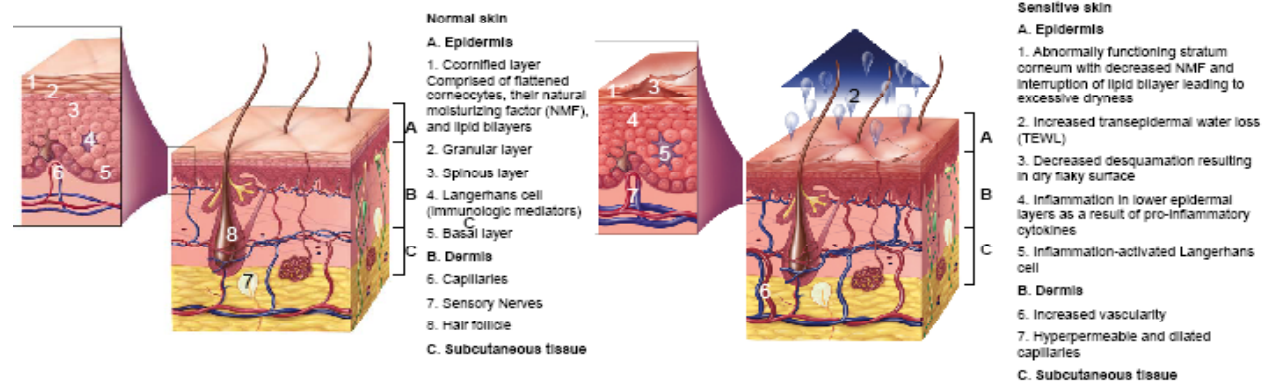


עור יבש או רגיש

עור רגיש מאד סובל מתכשירים טופיקאליים וגורמים סביבתיים.

sensitive skin pathway



סוגי עור רגיש

- רוזצ'אה.
- פונקצית המכשול באה לידי ביטוי בשיעור מאוד מוגברת של אובדן מים.
- אטופי דרמטיטיס.
- פסוריאזיס (ספחת).

רוזצ'יאה

תת-סוגים של רוזצ'יאה:

תת-סוג ראשון: הסמקה ואדמומית תמידית

בשליש המרכזי של הפנים, עם נימי דם מורחבים נראים לעין.

תת-סוג שני: אדמומית תמידית

בשליש המרכזי של הפנים, מלווה בפצעונים ומורסות.

תת-סוג שלישי: התעבות העור, גבשושיות חריגה על פני העור.

מתבטא בעיקר בנפיחות של האף אולם עשוי להופיע באזורים אחרים כגון הסנטר או הפדחת.

תת-סוג רביעי: גירוי באזור העיניים

כולל עיניים מימיות, אדומות, תחושה של גוף זר בעין, צריבה, עקצוץ, יובש, גירוד, ושעורה המופיעה בתדירות גבוהה, העלולה להוביל לדלקת עפעפיים, או לגבולות א-סימטריים בעפעפיים.

גורמים פוטנציאליים לרוזצ'יאה

מחקרים שבוצעו בחולים ברוזצ'יאה מדגימים מגוון גורמים פוטנציאליים להתפתחות רוזצ'יאה.

אין ממצאים חד-משמעיים לגבי הגורם לרוזצ'יאה.

התיאוריות הכי מקובלות מופיעות ברשימה להלן, אולם חלקם מוכחות יותר מן האחרות.

- הפרעת תפקוד וסקולרי- מחקרים מראים כי אצל אנשים עם רוזצ'יאה ישנו גידול בזרימת הדם לכלי הדם על שטח הפנים. ישנו גידול במספר של כלי דם וכן כלי הדם נמצאים

קרוב יותר לפני השטח של הפנים, ולכן עולה שכיחות הופעת אדמומית ונימים פרוצים. חומרים מעודדי דלקת מסוימים הנמצאים באופן טבעי בעור, עשויים להיות פעילים אצל הסובלים מרוזצ'יאה.

- גורם גדילה וסקולרי אנדודלי (VEGF) ממריץ את הגדילה וההתפתחות של כלי דם חדשים, חומר המוכח כפעיל יחד עם מחוללי המחלה של רוזצ'יאה. VEGF מעודד דליפה מיקרו-נימית. המחקרים טוענים כי פלסמה הדולפת סביב הרקמות עשויה לגרום לתגובה דלקתית הגורמת לאדמומית וגירוי.

- פרוסטגלנדין E2 (PGE2) - קבוצת חומרים דמויי הורמונים הנוטלים חלק בהרחבת כלי הדם. PGE2 משוחרר ע"י קירות כלי הדם כתגובה לדלקת. ציטוקינים מעודדי דלקת גם מעורבים בהתפתחות רוזצ'יאה. הם חלק מן התגובות הדלקתיות הכרוניות וההסמקה. ישנם ציטוקינים פוטנציאליים רבים המעורבים בתהליך דלקתי זה.

- קרדית העור- העור האנושי מאוכלס בקרדית העור החי בתוך הזקיקים השומניים. יש הטוענים כי קרדיות אלו משגשגות וגורמים לדלקת. מחקרים מראים כי הסובלים מרוזצ'יאה גם סובלים מיותר פרזיטים מאשר אלו ללא המחלה. מחקרים עדכניים משכנעים את המומחים כי קרדית העור

באה כתוצאה מן הרוזציה מאשר גורמת לה. שינויים וסקולריים ברקמות החיבור בתחילת הופעת הרוזציה יוצרים סביבה מועדפת לשגשוג הקרדיות.

• helicobacter pylori מחקרים מוקדמים טענו לקשר אפשרי בין רוזציה לבין החיידק האחראי לאולקוס. למרות שתיאוריה זו עדיין מופיעה בכמה ספרי לימוד, מחקרים מאז מציינים כי הקשר הוא אך ורק בין שני מצבים נפוצים המגיבים לאותו טיפול אנטיביוטי.

הגורמים הנפוצים הפועלים כטריגר רוזציה

מרכיבים סביבתיים ותזונתיים פועלים כטריגר לרוזציה. הימנעות מן פעילויות המופיעות ברשימה הבאה, לא תוביל להבראה, אולם יובילו לירידה בגירוי, באדמומית ובדלקתיות של רוזציה:

- שתיית משקאות אלכוהוליים
- שימוש מקומי שתכשירים על בסיס אלכוהול
- אכילת אוכל חריף
- שתיית משקאות חמים כגון קפה ותה
- חיים מלאי מתח
- סאונה, חדרי אדים, ואמבטיות חמות

- פעילות גופנית
- טמפרטורות קיצוניות
- קילוף אגרסיבי של העור (כגון שימוש בלופה, ופילינג על בסיס אגוזים)

זיהוי רוזציה

רוזציה מופיעה בשכיחות גבוהה אצל נשים בין גילאי 30-50, אולם אצל גברים ההשפעה היא הרסנית יותר.

הסובלים מרוזציה מאדימים בקלות בהשוואה לאחרים, ונשארים אדומים זמן רב יותר כאשר הם משתתפים בפעילות או בהתנהגות הגורמת להסמקה (פעילות גופנית, אדים, מתח וכ"ו). עור יבש נפוץ אצל סובלים מסוימים מרוזציה. אם לא מטפלים ביובש זה הסימפטומים של הרוזציה יחמירו.

לרוזציה לא מטופלת יש נטייה להחמרה. ייתכן ורוזציה נפוצה יותר אצל בעלי רקע תורשתי מסוים. אלו כוללים, אולם אינם מוגבלים לאירים, אנגלים, סקוטים, וולשים, רוסים, פולנים, צ'כים, אינדיאנים ואסיאתים.

פסוריאזיס (ספחת)

מחלת עור כרונית בה נוצרים רבדים אדומים מכוסים בקשקשת עבה ויבשה בצבע כסף על המרפקים, הברכיים, הקרקפת, ולעיתים גם על חלקים אחרים בגוף. הפריחה היא לרוב סימטרית. הסיבה אינה ידועה; המחלה היא תורשתית, ועלולה להתפרץ במצבי חרדה. היא שכיחה בעיקר בילדים ובמתבגרים. לעיתים היא קשורה לדלקת מפרקים. אין ריפוי מסוים, והטיפולים הקיימים נועדו להקלה. החרפות והקלות במחלה מאד אופייניות.

גורמים:

- גנטיקה
- טראומה לעור
- זיהום
- תרופות

שליטה בדלקת ובאדמומית

צמצום הדלקת

כל טיפול יום-יומי או בחדר טיפולים צריך להיות מותאם, ויש להשתמש במרכיבים אנטי-דלקתיים שילחמו באדמומית ובחוסר הנוחות.

כמה תמציות אצות אדומות וחומות ספציפיות מדכאות את החומרים מעודדי הדלקת, VEGF ו-PGE2 בעוד תמציות מניצני צלף מגבילות את הייצור של ציטוקינים דלקתיים.

מרכיבים הכוללים רמות גבוהות של חומצות שומן חיוניות אומגה 3 ואומגה 6, מספקות מאפיינים אנטי-דלקתיים חזקים. מקורות נפוצים הם שמן זרעי ענבים, שמן זרעי נר הלילה,

שמן זרעי בוראג', שמן נבט חיטה, שמן זרעי ענבי שועל. מרכיבים נוספים כגון ביסבולול, אלו-ורה, ונר הלילה מרגיעים את העור.

הגנה מחשיפה לקרני UV (SPF)

כולם צריכים להשתמש ב SPF15 או גבוה יותר בשימוש יום-יומי על עור חשוף.

מחקרים מראים כי הדלקת מנזקי השמש הכרוניים תורמים משמעותית לפתולוגיה של רוזצייאה.

אפילו הליכה אל המכונית ותאורת נורות פלואורצנט יכולה להגביר את ייצור תחמוצת החנקן ורדיקליים חופשיים אחרים בתאי העור.

ייצור מוגבר של מזיקים אלו עלול להוביל להתרחבות כלי הדם ולנימים פרוצים. חשוב להשתמש במוצר המספק הגנה מקרני UVA קצרות וארוכות.

PCA SKIN משיג טווח רחב של הגנה מקרני UVA/UVB, עם תוספת של אבובנזון, לתכשירי הלחות להגנה מפני השמש. כמו-כן מומלץ ללבוש בגדים שיספקו הגנה, כובעים רחבי שוליים, ולהימנע מחשיפה לקרני UV בין השעות 10-2 ביום.

צמצום האדמומיות

מרכיבים לטיפול מקומי היעילים בצמצום הופעת האדמומית הם לעיתים קרובות תכשירים אנטי-דלקתיים המשפעים על התפקוד המיקרו-נימית.

רבים מהם גורמים להפרעה לתהליך הדלקתי.

כמה מרכיבים נפוצים ויעילים לאנטי-אדמומית הם:

- תמצית אצות חומות- מצמצמת את פעילות VEGF ו- PGE2 יחד עם תמצית אצות אדומות.
- תמצית אצות חומות- מצמצמת את פעילות VEGF ו- PGE2 יחד עם תמצית אצות חומות.
- תמצית פרי הצלף- מגבילה את ייצור הציטו קינים המעודדים דלקת (תאים הפעולים כמתווכים במערכת החיסונית המעורבים בהגברת התגובה הדלקתית).

שליטה ביובש קיצוני

המוצרים חייבים להכיל מרכיבים מייצרי לחות למשוך לחות אל האפידרמיס ומרכיבים לאטום את הלחות בפנים.

כמה מרכיבים מייצרי לחות נפוצים ויעילים הם:

גליצרין

חומצה Hyaluronic

חומצות אלפא הידרוקסיד

סורביטול

לציטין

קולגן

אוריאה

דבש

נתרן PCA

כמה מרכיבים נפוצים ויעילים לאטום את הלחות בפנים:

חמאת שיאה

טיטניום

שמן זיתים

זינק

לנולין ופטרולטיום

סיליקון

שיפור קילוף העור

פילינג כימי

טיפול פילינג עדינים יורידו את הצטברות התאים על פני השטח מבלי לגרום לגירוי.

כל אחד מהטיפולים המומלצים של **PCA SKIN** בשביל רוזצ'אה מכיל מרכיבים אנטי דלקתיים להרגעת הדלקת והאדמומית. יש להימנע מפילינג מכני בטיפול ברוזצ'אה.

עלייה בחילוף התאים

מטופלים אלו יכולים להיעזר בטיפולים מקומיים המעלים את תחלופת התאים בעור. משפחת נגזרות ויטמין A, חומצה רטינואית, עוזר להגביר שגשוג ותחלופה של התאים ליצירה מהירה יותר של תאים בריאים על פני השטח.

החומר חייב להיבחר בזהירות, מכיוון שרטינול נפוץ כגון Retin A עלול לגרום לגירוי בעור לחלק מסוגי העור. חומצה רטינואית היא נגזרת ויטמין A עדינה יותר, מאוד יעילה, עם פחות אחוזים ללא גירויים.

קבוצת מרכיבים האפקטיביים הם הרטינואידים. הרטינואידים הם נגזרות מוויטמין A העוזרות להגברת שגשוג מהיר של התא ומחזוריותו, מביאים תא בריא לפני השטח יותר מהר. המרכיב חייב להיבחר בזהירות, מכיוון שחלק ממרכיבי הרטינואיד (רטין A) יכול לגרום לגירויים.



שימוש יום-יומי בתכשיר טיפולי עם רמה נמוכה של רטינול יחד עם טיפולי פילינג נוגדי-דלקת, מאפשרים תפקוד טוב יותר לעור, והעלאת שיעור תחלופת התאים. שימוש בפילינג כימי שטחי אנטי דלקתי גם כן יעזור בתחלופת התאים, ויאפשר תפקוד טוב יותר לעור.

צמצום גורמים חיידקיים אפשריים

שימוש במוצרים המכילים מרכיבים רב-גוניים כגון חומצה סליצילית וחומצה אזלאית, יעזרו לשלוט בדלקת ובחיידקים. על הרופא המטפל לדעת להבחין בין רוזציה מתת-סוג שני לבין אקנה.

חשוב להימנע משימוש בחומרים אנטי דלקתיים אגרסיביים כגון על תחמוצת-בנזן במטופלים עם רוזציה, מכיוון שזה עלול להוביל להחמרה בדלקת. מיקום ההתפרצויות (הנפוץ ביותר שליש המרכזי של הפנים) והמצאות אודם תמידי יכולים לעזור בקביעת הגורמים למחלה.

שליטה בעור רגיש

הטפחה עדינה ושיפור מחזוריות התא.

טיפולי הטפחה עדינה יסירו תאים מבלי לגרום לגירויים. כל תכשירי PCA לטיפולי רוזציה מכילים מרכיבים אנטי דלקתיים להרגעת דלקות ואדמומיות. מומלץ ליעץ ללקוחות להשתמש בתכשירים המאיצים את מחזוריות התא.