

ZA DUŻO SŁODYCZY

SŁODKIEGO KRÓTKIEGO ŻYCIA, POWINNO ŚPIEWAĆ KOMBI. CUKIER W NADMIARZE MA NISZCZYCIELSKI WPŁYW NA NASZE ZDROWIE. WYDAJE NAM SIĘ, ŻE STOPA CUKRZYCOWA TO HISTORIA, KTÓRĄ STRASZY SIĘ DZIECI. MOŻE. WCZEŚNIEJ JEDNAK „PRZECUKRZENIE” SKÓRY OBJAWIA SIĘ NA WIELE INNYCH SPOSOBÓW.

Rozmowa
AGATA RUCIŃSKA

Zajęła się pani popularyzowaniem profilaktyki cukrzycy poprzez wiedzę na temat skóry. Jest pani w stanie rozpoznać, która klientka ma insulinooporność czy cukrzycę?

Insulinooporność to stan, w którym ponadnormatywne stężenie insuliny zaburza prawidłową reakcję organizmu. Reakcja na insulinę jest upośledzona, co powoduje, że trzustka musi produkować większą jej ilość w celu regulacji glikemii. Insulinooporności towarzyszą charakterystyczne zmiany w wyglądzie, jak rogowacenie ciemne. Obserwujemy wówczas ciemne przebarwienia na karku, łokciach, w dołach pachowych, czasem też w okolicy bikini. Skóra wygląda jak brudna, niedomyta, ale nie ma to nic wspólnego z brakiem higieny. Pojawia się też specyficzny „zarost Myszkę Miki”, na twarzy brwi połączone w okolicach skroni z owłosieniem na głowie, bokobrody. Poza tym skóra osób diabetologicznych wygląda starzej, niż sugeruje metryka. Mówimy tu o efekcie scukrzenia kolagenu. To podstawowe białko podporowe skóry ulega uszkodzeniu, staje się przez to twardsze, traci elastyczność. To sprawia, że rysy twarzy wydają się pogrubione. Do tego dochodzą odbarwienia i przebarwienia, cera ma nierówny koloryt. Inaczej to wygląda na ciele



1



2



3

1. Serum
FAREWELL
aging-skin, 30 ml/460 zł
(pl.cromaskincareshop.com).

2. Intensive Retinol
Oil Serum **INSTITUT
ESTHEDERM**
30 ml/299 zł.

3. Bogaty krem
do cery przewlekle
suchej **D'ALCHEMY**
50 ml/177 zł.

– na podudziach i w okolicy przedramion skóra dość mocno cieńsze, zdarza się, że jest pokryta wybroczynami. Z kolei u osób z cukrzycą mówimy o patologicznej suchości skóry oraz o skłonności do infekcji bakteryjnych, wirusowych oraz grzybiczych. **Jakie są pani zalecenia?**

Zlecam badania diabetologiczne, a w międzyczasie mamy serię zabiegów, z których możemy skorzystać. U osób młodych, przy problemach z trądzikiem, możemy stosować kwasy owocowe, łagodne oczyszczanie twarzy, kavitację czy mikrodermabrazję. Jonoforeza jest genialna, jeśli chodzi o regulację pracy gruczołów łojowych i zmniejszenie ilości zmian trądzikowych. Niezdiagnozowana, niewyrównana cukrzyca jest przeciwwskazaniem do wszystkich zabiegów inwazyjnych, z nakłuciami, laserów ablacyjnych. Nic jednak nie stoi na przeszkodzie, żeby wykonywać nakłucia dermapenem. Możemy robić jonoforezę z witaminą C dla odświeżenia cery, naświetlać IPL-em czy stosować retinol. Dla mnie ważne jest jednak, by skłonić pacjentkę do leczenia. Swoje podejrzenie insulinooporności traktujemy przeważnie lekko, a stan przedcukrzycowy szybko może się zmienić w poważną chorobę. ●



KATARZYNA NOWACKA
HOLISTYCZNA KOSMETOLOG,
AUTORKA YOUTUBE'OWEGO BLOGA
„URODA ZAPRASZA ZDROWIE”,
PROWADZI GABINET W KALISZU.
NOWACKA.COM.PL