



BEST

Самое важное О БОЛЕЗНЯХ КОЖИ

*Человеку свойственно по природе своей
соблюдать умеренность не только
из-за заботы о своем здоровье
в будущем, но также
из-за хорошего самочувствия
в настоящем.*

Иммануил Кант



Елена Савельева
Самое важное о болезнях кожи
Серия «Best (Вектор)»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11816574

Самое важное о болезнях кожи [Текст] / Е. М. Савельева: Вектор; Санкт-Петербург; 2013

ISBN 978-5-9684-2091-6

Аннотация

Причины кожных заболеваний могут быть самые разные, подчас не зависящие от человека. Кожа подвергается активным внешним воздействиям, что может вызвать в ней аномальные изменения. Внутренние недуги и душевный дискомфорт также влияют на состояние кожи.

Экзема и псориаз, детские диатезы и подростковая угревая сыпь, герпес и лишай... Со многими из них справиться не так сложно, как кажется на первый взгляд. В этой книге читатель найдет самую актуальную и полезную информацию: признаки кожных болезней и их симптомы; традиционные способы лечения и методы профилактики; народные рецепты, проверенные годами; правила ухода за кожей.

Содержание

Здоровье кожи – здоровье человека	5
Кожа как орган тела и факторы ее повреждения	7
Современная косметология как причина кожных заболеваний	12
Папилломы	19
Симптомы заболевания	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Елена Савельева

Самое важное о болезнях кожи

Данная книга не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

Защиту интеллектуальной собственности и прав ООО «Издательство “Вектор”» осуществляет юридическая компания «Усков и Партнеры».

Рекомендовано читателям старше 12 лет

Здоровье кожи – здоровье человека

Кожные покровы каждого человека представляют собой, по сути, границу, отделяющую внешнюю среду от всего, что составляет наш организм. Продолжая известную поэтическую аналогию, если глаза человека – это зеркало его души, то кожа служит зеркалом, в котором отражено состояние его тела. Преувеличение ли это? Своевременный вопрос.

Поэзия часто использует преувеличение для наилучшего раскрытия сути предмета. Этот ход называется гиперболой. Но что хорошо для поэта, плохо для врача. Тем не менее медицина тоже использует гиперболу – когда занимается пропагандой того, что, как ей кажется, пойдет на пользу решительно всем людям. Например, отказа от курения, от обилия углеводов и животных элементов в рационе, отказа от фаст-фуда и т. п.

Формула «здорового образа жизни» известна каждому современному человеку. И более того, уже не одному поколению современных людей. Тем не менее мы не можем не замечать: все больше людей заболевает сахарным диабетом, а также умирает от рака и атеросклероза. Все больше людей страдает ожирением и аутоиммунными заболеваниями. Все большее распространение получают артрозы и патологии опорно-двигательного аппарата. А хронические заболевания зрительных органов грозят вскоре сделать человечество неприспособленным к жизни без очков. Причем самое удивительное в этом «наступлении по всем фронтам» то, что оно совершенно не зависит от образа жизни, который мы ведем.

Образ жизни, который ведет пациент, абсолютно безразличен злокачественным опухолям, аутоиммунным патологиям, унаследованному сахарному диабету, половине патологий опорно-двигательного аппарата и нарушениям зрения. Добрую половину случаев этих заболеваний не предотвратит ни беговая дорожка, ни фитнес, ни даже бокс или плавание. Реальный процент патологий, которые позволяет предупредить навязанный медициной «здоровый образ», не составляет даже трети от всех случаев заболеваний в мире. И такая низкая эффективность сама собой наталкивает на мысль, что с этим «здоровым образом» что-то не так. Либо в смысле того, что он содержит существенные недочеты, либо того, что эти рекомендации полезны далеко не такому количеству людей, как померещилось медицине.

Таким образом, среди всех попыток медицины прибегнуть к преувеличениям пока не было ни одной удачной. Это явно не ее метод. А значит, и не наш тоже. В действительности сравнение кожи с зеркалом общего состояния организма гиперболой не является. Ведь кожа человека служит его телу своеобразной биологической одеждой – первым защитным редутом организма, ограждающим его от атак извне. Но это также означает, что кожа была и остается органом, испытывающим повышенные нагрузки в течение всей нашей жизни. С одной стороны, на нее «давят» негативные факторы снаружи. А с другой – она связана не менее тесной связью с процессами, происходящими в тканях, которые она покрывает. От первых она «обороняется» с помощью поверхностного слоя роговых клеток – медленно вызревающих, с прочными мембранами, невосприимчивых к разрушительным воздействиям. С последними же ее связывает общая кровеносная и лимфатическая система, а также слой клеток соединительной ткани.

По этим причинам наша кожа нередко выглядит значительно хуже, чем другие органы тела. И стареет быстрее нас самих. Срок ее биологической службы предопределен многими факторами, и добрая их половина заложена вовсе не в нашем организме. Тем не менее у нас имеется и одно преимущество. А именно, то, что наша кожа специально создана для выполнения этой задачи. Ее способность к восстановлению и сопротивлению различным воздействиям не безгранична. Тем не менее она очень велика. При этом от состояния и работы всего организма она зависит несравнимо больше, чем от внешних факторов. А мы зачастую

даже не подозреваем, какое количество заболеваний на самом деле нарушает ее здоровый баланс. И главное, чем это нам грозит.

Кожа как орган тела и факторы ее повреждения

Для начала познакомимся со строением кожи. Если нам кажется, что в этом нет никакой насущной необходимости, мы ошибаемся. Во-первых, потому что кожа, напомним, покрывает 99 % поверхности нашего тела. Из областей, напрямую контактирующих с внешней средой, кожного покрова лишена внутренняя часть слухового аппарата. А также глазные яблоки (вариативно, но в основном своем состоянии они не прикрыты веками), ногти (образованы теми же клетками, что и верхний слой кожи), носовая и ротовая полость.

Во-вторых же, есть один нюанс. А именно: *процесс старения кожи, его скорость и последствия в ряде случаев зависят от нашего обращения с нею*. И зависят настолько сильно, что мы нередко просто не в состоянии осознать истинную глубину своих ошибок. Хотя, скорее всего, если бы мы понимали, чем рискуем, мы бы дважды подумали, прежде чем решиться на тот или иной эксперимент над собой.

О чем речь? Парадоксально, но факт: ни один человек в здравом уме просто так не решится на модификацию или удаление какого-то из органов своего тела. Ему для этого понадобятся причины, и причины самые веские. Но вспомним, как легко мы соглашаемся на пирсинг, татуаж, пластические операции, шрамирование, пилинг, лазерную шлифовку, применение косметики, состав которой нам не известен и не интересен... И все это только потому, что наши представления о красоте отличаются от мнения абсолютного большинства. Или, что еще интереснее, потому, что мы всерьез намерены таким путем улучшить работу данного органа, которая нас не удовлетворяет!

Да, современному человеку вера в сказки свойственна ничуть не меньше, чем его полудиким предкам... Просто с течением времени изменились главные персонажи мифов. Раньше мы верили в выдуманных эльфов, домовых и Кощея Бессмертного. *А сейчас верим, что травматические в своей основе, необратимо изменяющие состояние кожи процедуры способны помочь нам остановить ее старение. А также что препараты, которые прекращают деятельность каких-либо органов, могут подарить нам здоровье и долголетие...*

Так как же нам отличить миф от реальности? Согласимся, что против обилия сулящих «вечную молодость» процедур и веществ у нас есть лишь одно эффективное оружие – знания. Доказанные и проверенные знания об органе, работу которого мы собираемся регулировать. Обещания косметических фирм, клиник пластической хирургии и салонов красоты носят чисто коммерческий характер. Наша кожа этим учреждениям не нужна – им нужен наш кошелек. И что самое любопытное, после посещения заведений такого толка число морщин на коже этого самого кошелька неизбежно увеличивается. Впрочем, как и на участках кожи тела, которые прошли обработку. Только первое происходит сразу, а второе – в течение ближайших 6 месяцев...

Если суть парадокса нам теперь ясна, познакомимся поближе с одним из важнейших органов нашего тела. Толщина кожного покрова в целом на различных участках может колебаться от 0,5 до 3–4 мм. У каждого человека есть свои особенности формирования кожных покровов. Частично они наследуются, а частично создаются за счет индивидуальных особенностей развития. Например, окружающей младенца среды, температуры воздуха и средней температуры тела. А также гормонального фона тела, питания, метаболизма. И т. д. и т. п....

Деталей, способных заметно повлиять на структуру кожи новорожденного, так много, что все не дано учесть никому. К счастью, кожа как орган успешно формируется в любых

условиях. Кроме нескольких случаев, в которых невозможно формирование всего организма. И она быстро привыкает выполнять свою работу именно в таком окружении, которое ей «досталось». Верхний слой кожи (тот самый, который нас часто «не устраивает») образован **роговыми клетками**. Он называется **эпидермисом**. Кроме поверхности кожи, роговыми клетками образованы ногтевые пластины, волосы и наружные оболочки глазных яблок.

Основное отличие этих клеток от любых других заключается в более прочных, малопроницаемых мембранах. Обмен веществ в роговых клетках сильно замедлен – главным образом из-за высокой плотности мембран, которая мешает поступлению в клетку ряда веществ. С одной стороны, плотные мембраны дают роговым клеткам защиту от неблагоприятных воздействий и устойчивость к ним. Включая устойчивость к механическим повреждениям. С другой же – эти мембраны препятствуют попаданию внутрь клетки и необходимых ей элементов – витаминов, белков и т. д. Поэтому роговые клетки вызревают медленнее, непременно под покровом слоя зрелых клеток того же типа. Но и живут они дольше любых других. И на их жизнедеятельность сложнее повлиять извне – как путем физического повреждения, так и воздействием различных химических соединений.

Под слоем зрелых роговых клеток имеется еще некоторый запас молодых клеток – с незрелыми, мягкими и слишком проницаемыми мембранами. На это «молодое поколение» роговых клеток ориентировано, так сказать, подавляющее большинство процедур омоложения. Все виды пилинга, включая лазерный и химический, действие скрабов на различной основе, большинство «омолаживающих» кремов и сывороток для лица.

Незрелые роговые клетки выглядят моложе потому, что их мембраны эластичнее, обладают большей прозрачностью и равномерностью текстуры. Поэтому основная задача всех омолаживающих средств и процедур – снять любым способом поверхностный слой зрелых клеток, преждевременно обнажив слой молодых.

Многие средства способны и на другое: например, они дополнительно отбеливают эти молодые клетки за счет оксидов и диоксидов ряда металлов. Чаще всего – титана. К счастью, диоксид свинца давно уже не используется из-за его высокой токсичности... Ну и, разумеется, увлажняют. Об омоложении ли идет речь? Конечно нет! Ведь клетки, не готовые пока к выполнению своей функции, пропускают в чувствительные нижние слои кожи многое из того, что должны бы задерживать. Например, токсичные соединения из воздуха и пыли, ультрафиолетовое излучение (является ионизирующим), возбудителей заболеваний.

Нижние слои кожи, «омоложенной» подобным образом, подвергаются стремительной деградации. Плюс, сам верхний слой, который стал таковым преждевременно, грубеет гораздо быстрее и заметнее, чем положено в норме. Так что необходимость обращаться за омолаживающими процедурами все чаще – это не личное впечатление любителей таких мер. И даже не естественное старение. Это нормальное, закономерное следствие принятых ранее решений.

Под слоем старых и молодых роговых клеток расположена, так сказать, сама кожа. Ее образуют туго переплетенные волокна **коллагена** и **эластина** – белков с очень эластичной структурой. Коллаген, который кроме эластичности обладает еще и высокой адгезией (клейкостью), вместе с эластином обеспечивает коже способность растягиваться и сжиматься без повреждений. То есть, выражаясь образно, способность восстанавливать свой размер в точности по размеру тканей и костей под нею.

Без этого свойства кожа на коленях и локтях человека свисала бы мешками, а ни о каком изменении весовой категории не могло бы быть даже речи. Кроме того, эластичность кожи принципиально важна в период активного роста и полового созревания. Созревания,

при котором изменяется не только скелет, но и целый ряд мягких тканей – согласно половой принадлежности индивида. Кроме кожи коллаген и эластин входят в состав хрящей и сухожилий, внутриглазной жидкости, суставной жидкости. Прослойка коллагена неизменно присутствует в стенках кровеносных сосудов и волокнах мышц.

С течением лет в организме замедляется большинство обменных процессов. А с ними – и процессы деления клеток, обновления тканей. Разумеется, белковые волокна в составе кожи тоже разрушаются, не восстанавливаясь. Отсюда и морщины, складки кожи на шее и подбородке, общая дряблость кожных покровов, характерные для возраста после 50 лет.

А преждевременное старение кожи можно вызвать и намеренно. То есть по незнанию. Коллаген, как и эластин, являются обычными белками. А значит, на их структуру легко повлиять теми же методами, что и, скажем, на содержимое куриного яйца. Например, нагревом, который имеет место при загорании или, как ни странно, чрезмерном похудании. Что происходит в первом случае, нам понятно: солнечные лучи нагревают не только внутренние органы и ткани тела. Сначала они нагревают все слои кожи. Причем при загорании она, совместно с подкожным жиром, задерживает, частично отражая, спектр ультрафиолетовых лучей. А внутренних тканей достигает лишь инфракрасная часть спектра.

Во втором же случае проблема заключается в утрате слишком худым человеком подкожной жировой клетчатки. Прослойка из жировых клеток к самой коже уже не относится. Потому она и называется подкожной. В коже располагаются только отдельные формации – сальные железы. Они производят жир, смазывающий слой роговых клеток на поверхности и волосы, растущие из пор по всему телу. Кожный жир не поступает в кожу из жировой прослойки под ней – он является продуктом секреции сальных желез.

Тем не менее роль подкожного жира в жизнедеятельности кожи и всего организма не стоит недооценивать. Всем известно, что жировая прослойка регулирует теплообмен тела. Когда она здорова, тепло нагревает жировые клетки и из них испаряется вода. Жировая клетка «подсыхает», но без ущерба для себя, соседних тканей и всего тела. А нагретая вода испаряется сквозь поры в коже, охлаждая внутренние ткани и саму кожу.

Когда жировой прослойки под кожей нет, потоотделение у людей с низкой массой тела тоже почти отсутствует. Но это не потому, что им не так жарко, как остальным. Просто их организм лишен возможности охладиться.

Следовательно, их внутренние органы подвергаются перегреву, а коллаген в коже стремительно разрушается – как и куриный белок на горячей сковороде. В сущности, воду организм слишком худого человека может экстренно выделить лишь из одного источника – из крови. И ее будет значительно меньше, чем воды из жировых масс. Ведь кровь есть кровь. Речь идет об основной транспортной жидкости тела, без которой организм существовать не может. Избыточная утрата воды кровью приведет к ее сгущению, застою и тромбозу. По этой причине организм расходует этот ресурс лишь при крайней необходимости. И по этой же причине худым людям переносить жару несравнимо тяжелее, чем полным. Да, обильное потоотделение у индивида с лишним весом производит менее приятное впечатление, чем сухость кожи и одежды людей без излишков жира. Но речь идет о чисто внешнем, зрительном впечатлении – вдобавок подкрепленном впечатлениями обонятельными.

В действительности же организм «толстяков» защищен от температурных перепадов значительно лучше организма «дистрофиков». Более того, на любителей покусать не так заметно влияют изменения атмосферного давления и гравитации. Они легче переносят декомпрессию после глубоководных погружений, не подвержены кессонной болезни, а также проблемам с артериальным давлением и т. д. А миф о каком-то там перегреве внутренних органов из-за накопления на них висцерального жира является не более чем мифом.

На деле ничего подобного не происходит, поскольку ресурс для охлаждения тканей тела у полных людей ничем не ограничен.

Правда, все это не является поводом для набора лишнего веса, ведь полные люди напрямую подвергают себя другой опасности – заболеванию инсулиннезависимым сахарным диабетом. А диабет неизлечим. Так что речь идет вовсе не о сравнении биологических выгод от патологической худобы или не менее патологической тучности. Для здорового организма ни одно, ни второе не может являться нормальным состоянием. И проблемы у нас возникнут как при ожирении, так и при борьбе с совершенно естественным для женского тела целлюлитом. Просто они будут разными при впадении в ту или иную крайность – вот и все.

Так или иначе, кожа образована коллагеном и эластином, и в толще их слоя дополнительно залегают **потовые** и **сальные** железы. А непосредственно под кожей (между кожей и волокнами скелетных мышц) располагается слой жировых клеток. Кроме того, каждая сальная железа лежит в основании волоса – нити, образованной роговыми клетками. По этой нити кожный жир поднимается на поверхность кожи и равномерно распределяется по ней. В этом и заключается корень проблемы, с которой сталкиваются все, кто побрил какой-либо участок тела впервые.

Первые несколько актов удаления волос на лице, теле, лобке и в подмышечных впадинах неизбежно сопровождается появлением множества прыщей. Происходит это из-за закупорки протока кожным жиром, который с потерей волоска утратил способность выделяться на поверхность кожи.

Обычно с течением времени жировой обмен на побритом участке регулируется и нормализуется сам. Кожа привыкает к раздражению бритьем, а прыщи исчезают. Происходит это благодаря уменьшению активности сальных желез – их реакция на изменение условий работы. Впрочем, в жаркое время года и при плохой личной гигиене риск возвращения высыпаний увеличивается вдвое – в соответствии с ростом активности желез.

Потовые железы выделяют пот на поверхность с помощью протоков, лишенных волос. Протоки сальных и потовых желез не совпадают по месту их расположения и являются разными биологическими образованиями. В основном продукты их секреции выполняют четыре основные функции:

1. Препятствуют проникновению в поры, железы и клетки эпидермиса возбудителей заболеваний, а также молекул различных веществ из воздуха или других наружных сред.
2. Выделяют из организма во внешнюю среду тепло и ряд продуктов распада.
3. Регулируют температуру внутренних органов и тканей тела в соответствии с температурой окружающей среды.
4. Снабжают клетки эпидермиса жировой смазкой, необходимой для поддержания здорового состояния их мембран.

Иными словами, пот и кожный жир, покрывающие кожу человека, являются чем-то вроде герметика, наносимого на ее поверхность. Герметика, который делает опосредованным контакт роговых клеток с окружающей средой. Разумеется, слой жира неспособен воспрепятствовать проникновению в кожу всех раздражителей и возбудителей извне. Но он может сильно затруднить им это проникновение. И замедлить его на определенное время.

Поэтому действие такого защитного механизма двойственно. С одной стороны, покров из кожного жира связывает многие раздражители и мешает их попыткам повредить/разрушить слой эпидермиса. Это означает, что чрезмерная гигиена кожных покровов сама по себе не так уж и полезна. Лишенный жировой смазки кожный покров не только выглядит и ощущается как сухой, покрытый трещинами и морщинами. С такой кожей происходит то же

самое, что и с кожей, прошедшей процедуру омоложения. А именно, риск ее повреждения неблагоприятными факторами повышается, но никак не уменьшается.

С другой стороны, выполнивший свою биологическую задачу кожный жир сам по себе с кожи никуда не денется. Более того, как мы понимаем, он накапливает в своем слое токсины и возбудителей все время, пока находится на коже. А между тем целый ряд возбудителей вполне способен размножаться и в такой среде. Состав жира этому не мешает, а способствует. Ведь выделяемый сальными железами жир является механическим, а не биологическим препятствием на пути бактерий. Он не обладает свойствами антибиотика, поэтому при несвоевременном его удалении с кожи вполне возможно вторичное заражение или раздражение эпидермиса.

Современная косметология как причина кожных заболеваний

Итак, мы уже успели заметить, что для появления патологии кожи присутствие возбудителя или травмирующего фактора вовсе не обязательно. Нередко патологическим фактором выступаем мы сами и наша манера обращаться с собственной кожей. Самый простой случай – это когда мы воспринимаем один из органов тела как компонент имиджа. То есть когда кожа тела из обычного органа превращается в нечто среднее между модным аксессуаром и способом выразить свою экстравагантность.

К таким вариантам относятся пирсинг, татуаж, шрамирование и другие схожие процедуры. При них происходит не только более или менее масштабное намеренное повреждение кожных покровов. При проведении процедуры или вскоре после нее (в периоде заживления) возможно инфицирование как самой кожи (например, клещами), так и других тканей тела. Чаще всего – возбудителями, передающимися через кровь. А именно, возбудителем ВИЧ, всего ряда гепатитов, анаэробными бактериями, возбудителями венерических заболеваний.

В последнее время появились также весьма убедительные данные о том, что через кровь могут передаваться и некоторые виды рака. Разумеется, передается не сам рак, хотя пересадка злокачественных клеток из одного организма в другой вполне возможна, и этот факт известен давно.

Научно доказано, что злокачественные клетки одного органа способны не только разноситься с кровотоком и успешно приживаться (метастазировать) в тканях других органов этого же тела. Пересадка клеток рака в ткани совершенно другого организма даст такой же результат.

Объяснить этот феномен наука пока не в силах, но это чистая правда – раком можно заразиться и заразить. Для этого лишь нужно, чтобы измененные, злокачественные клетки или образец ткани опухоли попал непосредственно в кровоток здорового индивида. Такое почти невозможно организовать случайно, поскольку нужен доступ именно в кровоток – царапины, достаточной для заражения гепатитом, здесь будет мало. И тем не менее при ряде условий это вполне возможно.

Но при использовании нестерильных инструментов или несоблюдении дальнейшей гигиены происходит несколько иное. Здесь передаются не злокачественные клетки, а вирусы с очень высоким канцерогенным потенциалом. Из числа известных и хорошо изученных на данный момент – вирус папилломы (бородавки), простейшее хламидия, а также бактерия *Helicobacter Pylori*. Основной путь передачи вируса папилломы и хламидийной инфекции – как раз через кровь. В основном при половом контакте, но, как мы понимаем, не обязательно. А вот путь попадания в организм канцерогенной бактерии так в точности и не установлен.

Известно только, что *Helicobacter Pylori* особенно активно размножается на слизистых оболочках тканей. В желудке и кишечнике ее деятельность приводит к образованию язв. Причем язв крайне устойчивых к лечению, с элементами злокачественного течения, завершающихся перерождением в опухоль почти в 90 % случаев. Предполагается, что инфицирование ею происходит через рот – вместе с пищей, при поцелуях, совместном использовании предметов гигиены рта (ингаляторов, зубных щеток, средств для ухода за кожей губ и т. п.). Точнее установить пути ее попадания в организм не представляется возможным, поскольку от момента заражения до начала изъязвления слизистых может проходить от одного года до трех – пяти лет. Само же инфицирование не проявляется острыми симптомами почти никогда.

Вторая статья риска, которую мы открыли для себя, связана с очень распространенными в наше время технологиями ухода за кожей и ее искусственного омоложения. Да, как это ни печально, распространяются эти заблуждения намеренно, в чисто коммерческих и рекламных целях. В том, что речь идет о намеренном обмане, мы можем не сомневаться.

Подавляющее большинство процедур, призванных улучшить внешний вид нашей кожи, связано с ее необратимым повреждением.

Например, процедуры омоложения подразумевают:

- искусственное удаление верхнего слоя эпидермиса с целью обнажения более молодых, незрелых клеток, образующих поверхность кожи. Их более мягкие мембраны создают впечатление большей свежести, нежности, ровности кожи.

В действительности же незрелые клетки эпидермиса не способны выполнять защитную функцию так, как выполняют ее клетки взрослые. Поэтому такая кожа превращается, по сути, в ворота, гостеприимно распахнутые для всех элементов окружающей среды. Включая ядовитые вещества, радиоактивное излучение, химические абразивы, тяжелые металлы, ультрафиолет и т. д.;

- физическую подрезку и утяжку кожи с помощью хирургических швов. В действительности пластическая операция подразумевает не просто нарушение целостности кожного покрова в местах наложения самих швов.

Мы должны понимать, что попытки натянуть кожу без отрыва ее слоя от слоя тканей под ней обречены на провал. Поэтому пластический хирург фактически сначала полностью снимает с пациента участок кожи, с которым работает. И только потом надевает ее обратно и пришивает к остальной коже тела, предварительно обрезав излишки в местах, где швы будут малозаметны. Речь идет не о преувеличении, а о медицинском факте. То есть процедуре наработанной, прописанной в руководствах по проведению пластических операций. Если теперь мы знаем, что происходит с нашей кожей, пока мы дремлем под наркозом, мы понимаем также, что речь идет вовсе не об омоложении. Точнее, что закончиться долгосрочным омоложением эта процедура не может – по определению. Она может закончиться сепсисом и некрозом, может закончиться обширным рубцеванием. Может закончиться ускоренным в разы старением. Но молодости она точно еще никому не подарила;

- формовку, шлифовку и покраску кожного покрова. Под формовкой нам следует понимать процедуру термического липолиза. При нем ткани тела нагреваются и перегреваются в определенных местах. Делается это с целью вызвать ускоренный распад жировых молекул в подкожной жировой прослойке и сальных железах. Кожа, прошедшая такую процедуру, визуально становится более ровной. Как вариант, выравнивание кожных покровов может быть достигнуто с помощью липосакции – буквально: высасывания жировых тканей специальным инструментом. А также антицеллюлитного массажа – выдавливания жира за пределы как кожи, так и жировой прослойки. Фактически в межмышечное пространство.

Что до шлифовки, то она производится с помощью контролируемого ожога кожи – обычно лазером или нанесением специальных абразивов. А под окраской кожи чаще всего понимают ее матирование – осветление и выравнивание цвета. Современная косметология использует в этих целях диоксид титана и некоторые другие металлы – основы для белил. А также ряд пищевых кислот – молочную, аскорбиновую и т. д. Если кожа не является проблемной (этот тип чаще всего нуждается в матировании), возможно окрашивание ее в цвета загара. Для данной процедуры, впрочем, идеально подходят растительные экстракты. Едва ли они несут коже большую пользу. Зато и вред от их применения тоже отсутствует. Но, как видим, использование так называемого автозагара составляет здесь исключение, а не правило.

Методология всех остальных косметологических процедур подразумевает физическое повреждение кожи и подкожных слоев. А также насыщение ее клеток производными металлов – цинка, титана, ряда других, не относящихся к тяжелым.

- особые методы воздействия, применяемые индивидуально, с учетом пожеланий пациента, его возраста, состояния кожи на целевом участке. К ним относятся, например, процедуры восстановления подкожной жировой прослойки, а также биоармирование и др. Первая процедура выполняется в случаях, когда плохое состояние кожи вызвано рассасыванием подкожной жировой прослойки – в результате обменного нарушения, чрезмерного похудения, длительного пребывания на солнце или нахождения в жарком климате. При ней проводится липосакция в областях, где жировая прослойка сохранилась или даже является избыточной. Затем извлеченный жир из одной области закачивается под кожу в целевой области. Как правило, местом проведения липосакции становятся ягодицы, а местом его закачки – область щек на лице.

Армирование как термин относится к сфере строительства. Это слово означает укрепление каких-либо конструкций, проводимое при участии дополнительных упрочняющих элементов. В косметологии армирование выполняется с помощью золотых или полимерных нитей – материалов достаточно гибких и полностью инертных по отношению к тканям тела. Сама процедура заключается во введении под кожу на целевом участке нескольких тонких (меньше 0,1 мм) нитей из выбранного материала. Эти нити образуют каркас, на котором оказывается натянута и зафиксирована кожа пациента. Процедура позволяет замедлить провисание кожи за счет ослабления ее связи с движением мышц под нею. И соответственно, замедлить процесс ее растяжения из-за утраты «упругих» белков – эластина и коллагена.

Следует особо отметить, что эффект замедления старения при биоармировании достигается исключительно за счет создания под кожей фиксирующего каркаса.

Объективно, утверждения косметологов о том, что данный каркас стимулирует выработку новых молекул коллагена и эластина, не соответствуют действительности.

Подобного механизма в природе не существует. То есть кожные покровы и ткани тела в целом никогда не реагируют подобным образом на введение имплантатов. Если бы такой механизм существовал, выполненные из золота, титана и полимеров зубные коронки вызывали бы разрастание тканей десен и надкостницы. И намертво врастали бы в ткани челюсти. Обилие случаев постепенного рассасывания кости/тканей вокруг имплантированных протезов (зубные имплантаты, хирургические штифты, пластины, элементы суставов) тоже было бы невозможно.

Но поскольку каждого пациента перед имплантацией знакомят с симптомами, требующими обращения по поводу замены протеза, мы можем смело утверждать, что это необходимо делать и при армировании. То есть что нити косметологического каркаса не вызывают улучшения состояния кожи, не становятся органичной частью конструкции и требуют периодической замены. Кроме того, случаи их отторжения и воспалений, как и при имплантации зубов, отнюдь не редки. Они лишь встречаются реже операций, проведенных успешно. В среднем эпизоды отторжения армирующих нитей сразу после процедуры или раньше окончания срока службы (5–7 лет) составляют до 40 % ото всех проведенных операций армирования.

В завершение темы вреда, который мы наносим коже, думая, что ухаживаем за ней, скажем несколько слов о косметических средствах, используемых в настоящее время. Как мы установили выше, сам по себе слой кожного жира для данного органа вполне органичен и нормален. Некоторое его количество на поверхности кожи предохраняет ее от раздраже-

ния при трении (об одежду, поверхностей тела друг о друга). А также от слишком тесного контакта с воздухом и его содержимым – пылью, микроскопическими частицами, возбудителями заболеваний. В то же время все, что оседает в слое кожного жира и связывается им, должно периодически удаляться. Естественный способ это сделать – вымыть все тело. Современные правила личной гигиены устанавливают за норму поддержания кожи в чистоте душ или другую водную процедуру не реже одного раза в сутки.

Безусловно, это требование вполне соответствует скорости проходящих на поверхности кожи процессов. Тем более в жаркое время года. Проблема здесь не в самом этом требовании, а в средствах, которые мы используем для очищения кожи от жира и всего, что было им связано. Не секрет, что все современные средства бытовой химии моют и чистят несравнимо эффективнее средств, использовавшихся в прошлом. Увеличение их моющей способности достигается за счет повышения концентрации так называемых поверхностно-активных веществ, более известных как ПАВ. Развитие молекулярной химии и физики позволило современным производителям шагнуть в этом направлении очень далеко.

И ПАВ как вещества представляют для тканей тела серьезную угрозу, ведь все они являются сильными абразивами, способными разрушать соединения различных типов. В частности, ржавчину, жир, накипь, краску, эмаль и т. п.

Эти вещества в составе средств личной гигиены расщепляют и как бы смывают с кожи слишком много кожного жира. Тем более в сочетании с тем или иным составом воды. Отсюда и ощущение сухости кожи после гигиенических процедур. При этом состав стирального порошка или средства для мытья посуды отличается от состава шампуня и геля для душа не так сильно, как хотелось бы. В частности, в средствах личной гигиены концентрация ПАВ значительно ниже, чем в средствах для ухода за бытовыми поверхностями. Плюс, средства личной гигиены содержат компоненты, позволяющие частично заменить только что смытый кожный жир. Из числа наиболее часто добавляемых с такой целью – силикон, ланолин, глицерин.

Степень, в которой ПАВ повреждают нашу кожу, зависит от ее типа. Для жирной и нормальной кожи современные средства подходят идеально, но при одном условии.

А именно: сухость после гигиенических процедур терпеть не стоит. Лучше нанести слегка увлажняющий крем на натуральной или любой предпочитаемой основе.

Для сухой же кожи они и впрямь опасны. При недостаточности жировой прослойки под кожей (чрезмерная худоба) или угнетении деятельности сальных желез (тип кожи) средства личной гигиены следует выбирать очень тщательно. По возможности лучше перейти на средства, которые изготавливаются по традиционным рецептам и являются копиями составов, массово применявшихся до начала XX века.

На данный момент существуют моющие, красящие, пенящиеся, смягчающие вещества, которые содержатся абсолютно во всех средствах бытовой химии и косметики. Их используют все производители, в средствах различного назначения. Поэтому помимо регулярного пересыхания кожи бытовая химия наших дней опасна еще и риском развития аллергии. Просто потому, что современный человек, как правило, вынужден контактировать с одними и теми же соединениями постоянно, изо дня в день, с самого рождения и в течение всей последующей жизни.

Мы можем перейти на шампуни на основе трав, на растительное мыло и отвар для мытья кожи. Мы можем даже использовать натуральные средства в быту. Но каждый, кто их использует, знает, с какими проблемами приходится при этом столкнуться. Уборка квартиры у таких людей занимает вдвое больше времени и усилий, и стирка белья нередко проводится

по два-три раза вместо одного. А полноценно вымыть такими средствами волосы и кожу получается только при очень частой гигиене. Помимо этих неудобств нам необходимо помнить, что растворенные ПАВ содержатся в питьевой воде (результат очистки канализационных вод устаревшим оборудованием) и на поверхностях, с которыми мы соприкасаемся за пределами своей квартиры.

А значит, необходимость восстановления жирового покрытия кожи сохраняется даже для тех, кто давно перешел на экологически чистые натуральные средства.

Поскольку избежать контакта кожи с ПАВ в настоящее время невозможно, отдельного упоминания заслуживают средства, которые, по идее, должны помогать ей и нам восстанавливаться после «общения» с этой палитрой абразивов. Крем как смесь нескольких веществ с жиром в принципе не может быть белого цвета. А любой продукт, созданный на основе отвара трав, не может быть абсолютно прозрачным. Тем более он не может обладать каким-либо чистым, насыщенным цветом, поскольку из травяных отваров вообще не имеют цвета единицы. А большая их часть получает различные оттенки зеленого или коричневого цветов.

Мы должны вспоминать эти аксиомы каждый раз, когда приобретаем косметический продукт, который, предположительно, создан на полностью натуральной основе. Разумеется, такие продукты продаются по более высокой стоимости, и мы должны знать, что покупаем. Тем более если у нас есть веские причины прибегнуть к натуральной косметике – например, индивидуальная непереносимость или аллергия. Но так ли часто на практике мы видим натуральные крема желтого цвета, мыло с волокнами трав или шампуни цвета чая, с «мутненькой»? Вот именно, что мыло ручной работы выглядит даже ярче обычного, выпущенного конвейерным методом. Шампуни, называемые натуральными, обладают более жидкой текстурой и менее выраженным цветом. Зато «букет» их ароматов тоньше и разнообразнее обычного. Наконец, крем иногда бывает и желтоватым. Но в основном он белый, не расслаивается и не содержит посторонних включений. К тому же у него тоже есть запах, совершенно не свойственный запаху жира, смешанного с различными экстрактами...

Разумеется, вся эта «натуральная» косметика изготавливается на таком же оборудовании, что и «синтетическая». Нередко даже на том же, с использованием тех же самых компонентов... Впрочем, есть и отличия: в «натуральную» косметику добавляют меньше силикона и больше глицерина, так как последний меньше заметен на ощупь. К тому же глицерин, в отличие от силикона, впитывается кожными покровами – хоть и в небольшом количестве.

Кроме того, в «натуральной» косметике используются другие красители, часто – в меньшей концентрации, чем обычно. И другая цветовая гамма. Ароматизаторы в них тоже присутствуют, и даже образуют целый букет, чтобы запах казался более сложным. А крема содержат все те же белила, которыми отбеливаются и косметические средства, и кожа – диоксид титана.

Так что натуральную косметику в действительности можно приготовить лишь у себя дома, на кухне. Вся остальная часть косметических средств, продающихся под маркой «натуральности», к таковым не относится.

Реальность вреда или пользы, приносимой этими средствами, достаточно туманна. Например, считается, что присутствие в креме производных различных металлов вредным не является. Хоть само по себе это утверждение и вызывает законные сомнения, обратное пока никому доказать не удалось. Смягчающая основа наподобие глицерина или ланолина используется в косметике уже довольно давно. Она впитывается гораздо лучше масел, не оставляет жирного блеска и не так текуча. Что до силикона, то этот синтетический материал широко используется в пластической хирургии. Он не вызывает реакции отторжения у

иммунной системы, абсолютно инертен по отношению к тканям тела и достаточно пластичен. Слой силикона в креме, маске для волос, шампуне, геле для душа лишь покрывает кожу и волосы так, как это сделал бы кожный жир. Силикон не впитывается кожей, но устраняет ощущение ее сухости. Его единственным недостатком по сравнению с покрытием из кожного жира можно признать худшую связующую способность.

Не следует забывать, что косметические средства, помимо смягчителей, содержат еще и загустители. Чаще всего гелеобразователи – например, каррагинан. Традиционный желатин здесь неприменим из-за своего свойства густеть при охлаждении. А вот каррагинаны в этом смысле значительно удобнее, ведь они образуют желе при холодной и нормальной температуре. Зато разрушаются с образованием канцерогенных соединений под действием тепла. Нередко в кремах применяется и другой загуститель – крахмал. Он может представлять опасность, только если покупатель болен сахарным диабетом....

Да, такое впечатление, что в креме для лица, очищающем молочке, лосьонах содержится вся таблица Менделеева и несколько неучтенных в ней соединений. Нет там лишь одного – натуральных экстрактов и масел. Ну, в действительности они там присутствуют, просто в очень небольших количествах. Их соотношение с веществами, создающими цвет, текстуру, запах, сроки хранения крема, точнее всего было бы назвать ничтожным. И потом, в косметике для ухода за кожей не содержатся ПАВ.

Зато абсолютное большинство обычных для таких средств ингредиентов добавляется и в пищевые продукты. Это касается ароматизаторов, загустителей, гелеобразователей, тех же масел и экстрактов. А мочевины (одно из азотистых соединений), часто содержащаяся в кремах для лица, является популярным сельскохозяйственным удобрением. Она образуется в самом организме в результате реакций окисления кислорода, а выводят ее из крови почки.

Что же на самом деле дает такая косметика нашей коже? Правильный ответ – ничего. Ровным счетом. Кожный жир смывается, но вместо него на поверхность кожи наносятся его заменители – силикон, ланолин, глицерин. Их слой сохраняется на коже вплоть до следующего мытья – его легко почувствовать, смочив кожу руками. Вот это несвойственное здоровой коже скользкое покрытие и есть слой не впитавшегося в нее заменителя жира. Основным действующим веществом любого «увлажняющего» крема являются соединения, которые не могут действовать никак. Они совершенно не усваиваются организмом. А те, которые усваиваются (глицерин), в избытке содержатся только в «питательных» кремах.

Так что состав крема, и особенно его основа, изначально создается как замена покрытию из жира. Ни питательных элементов, ни витаминов она обычно не содержит. Или содержит, но очень мало. Плюс, даже имеющийся там ничтожный процент в кожу все равно не впитается. Ему мешает то, что эти несколько молекул включены в блокирующий всякое впитывание коллоид из силикона и каррагинана. В этом смысле нам должно быть абсолютно все равно, оливковое ли масло содержится в креме или подсолнечное. И по этой же причине нас совершенно не должно удивлять, что мы используем «лечебную» косметику постоянно, годами. А эффект от ее нанесения почему-то каждый раз смывается вместе с ней – обычной водой и средством для мытья. И никакого лечения мы не наблюдаем.

Конечно, мы сказали «ничего» только с учетом безопасности некоторых упомянутых выше добавок. В частности, загустителей и белил. Если же принимать во внимание их потенциальную или реальную опасность, наше «ничего» опять превратится в «ничего хорошего». С помощью высокоэффективных моющих средств мы травмируем кожу неадекватно сильным очищением ее поверхности от кожного жира. Некоторые компоненты шампуней или гелей для душа могут вызывать также ее раздражение – аллергического характера или в виде легкой непереносимости.

Восстановление нормы содержания кожного жира в таких условиях заметно изменяется. При нехватке в организме компонентов для его синтеза, чрезмерной худобе, недостаточности рациона регенерация замедлена и может отсутствовать совсем.

При хорошем состоянии сальных желез и подкожной жировой прослойки синтез в ответ на постоянное удаление кожного жира может заметно ускориться.

Если эта ситуация повторяется слишком часто, высокая активность сальных желез из разовой превращается в постоянную. В таких случаях нормальная кожа стремительно приобретает все признаки жирной: постоянный блеск, неровная поверхность, угревая сыпь, прыщи.

Таким образом, мы должны понимать, что правильно подобранная косметика может помочь нам замедлить процесс повышения жирности кожи – естественной реакции на удаление с нее продукта секреции сальных желез. Но не более того. Все, что в действительности требуется нашей коже для поддержания нормы обмена и регенерации, мы можем получить только с пищей или отдельно приготовленными масками, обертываниями, припарками, ваннами. Причем наносить натуральные экстракты необходимо на чистую, сухую кожу, лишенную покрытия как из силикона, так из кожного жира. Без таких и подобных процедур ни о каком сохранении ее здоровья речи быть не может. В данном вопросе современные средства ухода в лучшем случае нам просто не помогут. В худшем же – еще и навредят.

Что касается таких процедур, как татуаж или пирсинг, наше отношение к ним вообще может быть любым. Мы вполне можем использовать средства современной косметологии, а также татуировки и украшения на коже в качестве способа самовыражения. В конце концов, ведь существуют же люди, полагающие эталоном красоты здоровую, чистую кожу!

А раз существует такой взгляд на красоту, существование противоположного тоже вполне допустимо. Просто при этом нам следует быть готовыми к ускорению ее старения в несколько раз, повышению риска инфекции, асептического воспаления и отторжения любых введенных в кожу посторонних предметов. Иными словами, быть готовыми к тому, что такие попытки улучшить вид и состояние данного органа обязательно, неизбежно приведут к обратному результату. А именно, преждевременной дряблости, рубцеванию, изменению жирности и чувствительности, пигментации, злокачественному перерождению.

Части этих неприятных последствий несложно избежать или замедлить их появление правильно подобранным, постоянным уходом. Но часть от ухода совершенно не зависит. Если все это – ожидаемые и приемлемые для нас осложнения, никакой фактической проблемы здесь нет. Если же ни о чем подобном мы ранее не задумывались, не слышали, не знали, корень наших проблем с кожей явно заложен не в ней и не в условиях, которые ее окружают.

Папилломы

Папиллома – это **бородавка**. То есть выступающее над поверхностью кожи новообразование другого цвета. *Папилломы и родимые пятна – это не одно и то же с точки зрения их происхождения. Тем не менее инфицирование вирусом папилломы запросто может проявляться в одновременном образовании как бородавок, так и родинок.* Разница между настоящими родимыми пятнами и проявлениями инфекции состоит в том, что с родинками мы рождаемся. В этом случае определить их происхождение достаточно сложно, поскольку родинки часто наследуются от одного из родителей, но нередки и случаи, когда они впервые появляются именно на этом месте только у данного ребенка. Впоследствии «новоявленные» родимые пятна тоже могут передаваться по наследству.

А вот родинки, которые появляются у нас в процессе жизнедеятельности, родинками как раз не являются.

В принципе, местное изменение цвета, формы и текстуры кожи может наступить по массе различных причин. Например, у многих людей пигментные пятна, родинки или бородавки формируются на месте бывших прыщей, угрей, фурункулов, ожогов, укусов, проколов и иных повреждений различной степени тяжести. Плохая же новость состоит в том, что эта взаимосвязь нынешней бородавки со случившейся когда-то травмой – внешняя. В действительности такая реакция кожи на повреждение является несомненным признаком инфекции.

У вируса папилломы очень много штаммов. Он был открыт сравнительно недавно – до середины XX века вирусным считалось происхождение только генитальных бородавок. Но по мере изучения свойств вируса, вызывающего разрастания на половых органах, наука пришла к выводу, что происхождение большинства новообразований на теле – точно такое же. В любом случае сейчас этот вирус и его штаммы активно изучаются, но доказанных и проверенных результатов пока мало. В частности, наука еще не готова предоставить ни классификацию штаммов вируса папилломы, ни их полный список. Еще меньше она готова к разговору на тему свойств того или иного штамма.

Но большое количество модификаций вируса уже является установленным фактом. Плюс, у них у всех существует одно общее качество. А именно, высокая способность к мутации. *Поэтому один и тот же тип вируса папилломы в организме двух разных носителей нередко демонстрирует очевидное несходство.* В каждом конкретном случае тип возбудителя определяется не столько по симптомам, сколько по реакции иммунной системы. Оттого само по себе различие того или иного штамма затруднения не вызывает. Однако вирус папилломы сейчас изучается очень активно – в основном из-за его канцерогенных свойств. И исследователей интересует не столько классификация, нужная для лечения, сколько поведение вируса в организме каждого конкретного больного.

Следует добавить, что высокий мутагенный потенциал вируса папилломы проявляется не только в указанной разности поведения. Этот вирус самым тесным образом взаимодействует с ДНК клеток, изменяя ее. Более того, он способен «приписывать» фрагменты своей ДНК в общем генетическом коде организма. Именно таким образом он и «добивается» передачи отдельных своих образований по наследству, а также эффекта, когда клетки кожи обновляются, а бородавка или родинка остается на своем месте из года в год.

Симптомы заболевания

Как мы уже, наверное, догадались, таковых не существует. Во всяком случае, в значении ощущений, которые могли бы подсказать нам, что мы больны. Вирус попадает в организм только через кровь – при половом контакте, при инфицировании открытых травм на коже или слизистых, при использовании нестерильного инструментария или переливании зараженной крови. Он не передается воздушно-капельным путем, с водой и пищей. В исключительных случаях возможна его передача с предметами быта. Некоторые штаммы могут вызывать незначительное повышение температуры или недомогание. Однако таких сценариев в мире – абсолютное меньшинство.

О возможности инфицирования вирусом папилломы нас могут, так сказать, уведомить другие странности. Например, увеличение количества родимых пятен с течением лет, их частое появление на месте повреждений кожи той или иной степени серьезности, формирование новых бородавок.

Следует особо отметить, что мы наверняка заметим инфицирование вирусом, вызывающим рост генитальных папиллом. Вот их мы со стопроцентной вероятностью получили при половом контакте с носителем... Разрастания такого рода образуются на слизистых половых органах. Это мелкие высыпания с небольшим (булавочным) диаметром головки, расположенные группками числом до 10–12 бородавок. Их головки розового цвета, одинаковые или близкие по размеру. А отдельные группки нередко создают причудливые рисунки – напоминают ягоду малины или лист какого-нибудь растения. *Развитая, нелеченная колония генитальных папиллом может причинять сильный дискомфорт при ходьбе, ношении нижнего белья, половом контакте и акте наведения личной гигиены. Головки таких бородавок легко травмировать, потому возможны даже их воспаления и инфицирование.* Генитальные папилломы опасны тем же, чем и любые другие, – злокачественным перерождением. Их лечат приемом специально разработанных антибиотиков. А отдельные новообразования или вся колония, вызывающая особый дискомфорт и подверженная травмам, может быть даже удалена.

Признаки появления в организме нового (или первого) штамма не стоит путать с возможным злокачественным процессом в одном из измененных участков кожи. Как уже было сказано, хорошая способность вируса папилломы к мутации, которую он передает захваченным клеткам, в настоящее время считается канцерогенной. И действительно, рак кожи очень редко начинается на здоровом, гладком, без единого пятнышка участке. В 98 случаях из 100 он проявляется изменением цвета и размера одного/нескольких родимых пятен. Они могут начать чесаться или болеть, а с течением времени – воспалиться без видимой причины, образовывать незаживающие язвочки.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.