

KOSMETOLOGIA WOBEC PROBLEMÓW CERY NACZYNIOWEJ

COSMETOLOGY AND VASCULAR COMPLEXION PROBLEMS

Wioleta Zajączkowska
Wyższa Szkoła Pedagogiki i Administracji w Poznaniu
Katedra Kosmetologii

Słowa klucze:

teleangiectazje, naczynia krwionośne, profilaktyka cery naczyniowej, leczenie teleangiectazji, pielęgnacja cery naczyniowej

Streszczenie:

W artykule omówiono występowanie teleangiectazji w obrębie twarzy w aspekcie anatomii, mechanizmu występowania, objawów i czynników sprzyjających ich powstawaniu. Przedstawiono metody pielęgnacji cery naczyniowej pod kątem zakazów oraz nakazów pielęgnacyjnych, a także metody leczenia teleangiectazji, przegląd preparatów do cery naczyniowej dostępnych w aptekach, wykaz substancji biologicznie czynnych zawartych w preparatach dla cery naczyniowej oraz metody jej pielęgnacji w gabinecie kosmetycznym. Niniejsza praca ma wartość praktyczną dla farmaceutów, lekarzy i kosmetologów, ponieważ wyjaśnia zasady diagnozowania, leczenia i profilaktyki tzw. cery naczyniowej.

Key words:

telangiectasis, blood vessels, prevention of vascular complexion problems, telangiectasis treatment, vascular complexion care

Summary:

This paper describes face skin telangiectasis in an anatomy aspect, as well as causes and symptoms. The paper presents: the methods of vascular skin care, the methods of teleangiectasis treatment, the review of cosmetic products for vascular skin which are accessible in pharmacies, the list of biologically active substances which are used in cosmetic products for vascular skin, and the cosmeticians' methods of vascular complexion care. This paper contains also some hints for doctors and pharmacists while making a choice of products for the vascular face skin care.

Definicja teleangiectazji

Popękane naczynia krwionośne w obrębie twarzy oraz kończyn dolnych stanowią poważny problem medyczno-kosmetyczny. Obecnie cierpi z powodu teleangiectazji ponad 50 % kobiet i mężczyzn szczególnie w krajach północno-wschodnio-europejskich.

Pierwszym klinicznym objawem teleangiektazji jest zaczerwienienie skóry, tzw. rumień, który początkowo łatwo znika, ale z biegiem czasu utrwała się i pozostaje na stałe. W konsekwencji powstają trwałe uszkodzenia naczyń krwionośnych, które prześwitują przez naskórek. Takie zmiany określamy terminem teleangiektazji. Teleangiektazje są to trwałe uszkodzone naczynia włosowate spłotu podbrodawkowego skóry, które uwidaczniają się w postaci czerwonych „nitek”. W skrajnych przypadkach mogą one tak ściśle przylegać, że dają obraz zaczerwienienia skóry. Zaczerwienieniu sprzyjają czynniki zewnętrzne, takie jak np.: niskie temperatury powietrza, promieniowanie ultrafioletowe, korzystanie z sauny, solarium.[2,7]

Układ naczyniowy skóry

Skóra zaopatrywana jest głównie przez dwie sieci naczyń krwionośnych. Głęboka sieć naczyniowa znajduje się na granicy skóry właściwej i tkanki podskórnej. Sieć powierzchniowa jest natomiast umiejscowiona w warstwie brodawkowej skóry właściwej. Obydwa systemy połączone są ze sobą pionowymi naczyniami łączonymi. Tętnice zaopatrują tkankę łączną skóry w składniki odżywcze i tlen. Produkty przemiany materii odprowadzane są żyłami i częściowo naczyniami limfatycznymi. Układ powierzchniowy zaopatrzony jest w drobne naczynia włosowate służące także do zaopatrywania nieunaczynionego naskórka.

Naczynia limfatyczne włosowate zaczynają się w warstwie brodawkowej skóry i łączą się w sieć poniżej tej warstwy. W tkance podskórnej występuje druga sieć naczyń limfatycznych, zbierających chłonkę z okolicy gruczołów potowych, łojowych i mieszków włosowych [4].

Charakterystyka cery naczyniowej

Skłonność do występowania teleangiektazji może cechować każdy rodzaj cery, czyli suchą, normalną, mieszaną, tłustą, starzejącą się lub wrażliwą. Najbardziej jednak narażone na występowanie teleangiektazji są cery suche, gdyż naskórek ich jest dość cienki oraz łatwo ulega złuszczeniu. Mają one także cienką warstwę płaszcza hydrolipidowego, co powoduje, iż nie są dostatecznie zabezpieczone przed drobnoustrojami chorobotwórczymi i innymi patogenami ze środowiska zewnętrznego [6]. Teleangiektazje to rozszerzone naczynia włosowate spłotu brodawkowego, które przeświecają przez naskórek. Czasami tak ściśle do siebie przylegają, że wyglądają jak jednorodne zaczerwienienie zwane *teleangiectatic erythema* [9].

Teleangiektazje dzielimy na:

- *teleangiektazje pierwotne (samoistne)*, które są związane z zespołami wrodzonymi dotyczącymi samej skóry lub również narządów wewnętrznych, albo występują w pewnych okresach życia, np. w 5-6 miesiącu ciąży oraz u osób starszych [9];

- *teleangiektazje wtórne*, które są wynikiem działania czynników zewnętrznych (przewlekła ekspozycja na światło słoneczne, wiatr, duże wahania temperatury, metody leczenia- rentgenoterapia, długotrwałe stosowanie sterydów i inne), czynników ogólnoustrojowych lub chorób skóry.

Można wyróżnić następujące cechy cery naczyniowej:

1. występowanie teleangiektazji oraz wenektazji,
2. rumień przejściowy lub utrwalony,
3. predyspozycje do wystąpienia trądziku różowatego,
4. świąd i obrzęk skóry,
5. szybsze złuszczenie naskórka,
6. zaburzenia krążenia skórniego,

7. cienka, wrażliwa, delikatna, pergaminowa,
8. występowanie zarówno u młodych jak i starszych osób,
9. w dotyku gorąca (uczucie pieczenia),
10. możliwość pojawienia się na każdym rodzaju cery,
11. prerosacea w okolicy twarzy szyi i dekoltu,
12. zespół nietolerancji kosmetyków,
13. nadmierna reaktywność naczyń krwionośnych.

Objawy cery naczyniowej

Napadowe zaczerwienienie cery może występować pod wpływem różnych czynników egzogennych oraz endogennych. Teleangiektazje mają kolor sinawy, sinogranatowy, wiśniowy lub niebieskawy [12]. Teleangiektazje dzielimy na: liniowe drobne, pojedyncze (nie tworzące połączeń między sobą), grupowe, wachlarzowate, miotełkowate, groniaste (wyglądają jak grona), siatkowate (grube i częściowo przebiegają podskórnice), drzewkowate (tworzące połączenia między sobą), pajęczkowate, promieniste (rozchodzące się promieniście na boki od centralnego najszerszego naczynia), guzkowe (nierównomiernie rozsiiane punktowe rozszerzenia naczyń) i rozsiiane (powstają w następstwie zakrzepowego zapalenia żył lub przewlekłej niewydolności żyłnej).[12]

Mechanizm powstawania teleangiektazji

Zdrowe naczynia krwionośne naprzemiennie rozszerzają się i kurczą pod wpływem różnych bodźców endogennych oraz egzogennych, w przypadku cer naczyniowych występują zaburzenia krążenia skórniego, dochodzi do upośledzenia naturalnego mechanizmu funkcjonowania naczyń krwionośnych, co z kolei prowadzi do trwałego rozszerzenia naczyń krwionośnych, a nawet pękania czyli teleangiektazji oraz wenektazji.[13]

Czynniki sprzyjające powstawaniu teleangiektazji oraz wenektazji

Czynniki sprzyjające powstawaniu teleangiektazji można podzielić na endogenne i egzogenne. Do pierwszej grupy zaliczamy: [10]

1. zaburzenia hormonalne (zaburzenia miesiączkowania, choroby tarczycy),
2. zaburzenia trawienia (zespół jelita drażliwego),
3. migreny,
4. występowanie opryszczki wargowej,
5. stres (silne emocje),
6. bezsenność,
7. zakażenia *Helicobacter pylori*,
8. predyspozycje genetyczne,
9. okres dojrzewania, menopauza,
10. schorzenia ogólnoustrojowe,
11. schorzenia skórne,
12. kruche ścianki oraz schorzenia naczyń krwionośnych,
13. nadciśnienie tętnicze,
14. niedokrwistość żołądka,
15. schorzenia wątroby,
16. przewlekłe zatrucia,
17. wrodzona wrażliwość skóry,
18. cienki naskórek,

19. jasna karnacja,
20. ciąża,
21. otyłość,
22. łojotokowe zapalenie skóry,
23. trądzik różowaty,
24. twardzina,
25. toczeń rumieniowaty,
26. skóra pergaminowa,
27. choroba Bourneville-Pringla,
28. starzenie się skóry [10].

Z kolei do czynników egzogennych zalicza się:

1. leczenie preparatami sterydowymi,
2. naświetlanie promieniami RTG,
3. czynniki emocjonalne,
4. używanie agresywnych preparatów do pielęgnacji twarzy (nieprawidłowa pielęgnacja), korzystanie z sauny,
5. nadmierna ekspozycja na promieniowanie ultrafioletowe,
6. nadmierne korzystanie z solarium,
7. wysokie oraz niskie temperatury,
8. wahania temperatury,
9. wiatr, duża wilgotność powietrza,
10. urazy zewnętrzne, oparzenia, odmrożenia,
11. spożywanie gorących potraw,
12. palenie tytoniu,
13. spożywanie alkoholu,
14. niehigieniczny tryb życia,
15. spożywanie ostrych potraw,
16. spożywanie mocnej kawy oraz herbaty,
17. kontakt z wodą chlorowaną, twardą,
18. kosmetyki zawierające w składzie AHA, BHA peelingi ziarniste,
19. intensywny wysiłek fizyczny.

Pielęgnacja cery naczyniowej

Cera naczyniowa wymaga specjalnej domowej pielęgnacji, którą można ująć w szereg zakazów i nakazów. Szczególnej troski wymaga osuszanie cery naczyniowej, do którego nie wolno stosować szorstkich ręczników ani intensywnie pocierać jej.

Do oczyszczania stosujemy podobne preparaty jak w przypadku cery wrażliwej i suchej. Wieczorem bez względu na to, czy na skórę jest nałożony makijaż czy nie, zmywa się ją tłustym zmywaczem lub mleczkiem kosmetycznym. Rano zmywa się twarz mleczkiem kosmetycznym lub naparem ziołowym [5]. Można przemywać cerę także ciepłą wodą, najlepiej przegotowaną z dodatkiem azulenu lub wywaru z rumianku, 2-3% roztworu kwasu borowego itp. oraz delikatnym mydłem przetłuszczonym. Jeżeli skóra źle toleruje wodę i mydło, to należy używać wyłącznie mleczka kosmetycznego.

Najbardziej poleca się do zmywania cery naczyniowej delikatne, nietłuste mleczka zawierające substancje łagodzące, niwelujące zaczerwienienie skóry oraz świąd. Często preparaty te zawierają alantoinę, d-panthenol oraz wyciągi ziołowe, które działają przeciwzapalnie. Mleczka tego typu nie mogą drażnić okolic powiek i oczu, za to powinny zmniejszać uczucie rozgrzania skóry, dawać uczucie jej odświeżenia i odprężenia. Niektóre

firmy produkują żele odświeżające do zmywania cery naczyniowej, zawierające m.in. saponiny, ekstrakt z miłorzębu japońskiego. Obecnie do oczyszczania cery naczyniowej poleca się także stosowanie płynów micelarnych, które są łagodne dla skóry i bardzo dokładnie oczyszczają ją.

Do tonizowania cery naczyniowej należy stosować toniki bezalkoholowe, zawierające substancje o działaniu przeciwzapalnym, obkurczającym naczynia krwionośne, nawilżającym, łagodzącym, niwelujące rumień oraz łuszczenie się naskórka, wygładzające naskórek.[10,11]

Zakazy pielęgnacyjne a zjawisko nietolerancji preparatów kosmetycznych

W pielęgnacji cery naczyniowej należy unikać stosowania preparatów zawierających: alkohol, mentol, wyciągi z mięty pieprzowej. Ponadto nie stosuje się maseczek trudno zmywalnych, typu peel-off, peelingów ziarnistych, preparatów silnie pieniących się, kosmetyków z olejkami eukaliptusowym, kwasów owocowych, a także preparatów zawierających sztuczne barwniki oraz konserwanty. Unikać należy substancji, które mogłyby wywołać alergię kontaktową lub świąd i pieczenie, takich jak: formalina, „wyzwalacze” formaldehydu np. Germall 115, estry kwasu paraaminobenzoowego, niektóre podłoża kosmetyczne (lanolina, euceryna, glikol propylenowy i butylowy) [10], a ponadto substancji stosowanych jako rozpuszczalniki w kremach (dioksan, mineralne parafiny, olej parafinowy, glikol parafinowy). Unikać należy ponadto takich substancji stosowanych w żelach i tonikach, jak laurylosiarczany sodu i amoniaku, substancji, które mogą tworzyć nitrozoaminy, a stosowanych w mydłach (dietanoloamina, trietanoloamina) oraz substancji konserwujących, takich jak BHT (2,6-di-tert-butylo-p-krezol) dodawanych do kosmetyków.

Wszystkie wyżej wymienione substancje chemiczne mogą u osób ze skórą naczyniową spowodować wysuszenie, pękanie skóry, kontaktowe zapalenie skóry, o charakterze alergicznym. W składzie preparatów pielęgnacyjnych doradzanych pacjentom skarżącym się na problemy cery naczyniowej nie powinno być także takich substancji zapachowych, jak np. geraniol czy hydroksynonenal, bo wykazują działanie alergizujące [15].

Tabela 1.: Rośliny i substancje pochodzenia naturalnego stosowane w pielęgnacji cery naczyniowej

Lp.	Nazwa rośliny lub substancji pochodzenia naturalnego	Działanie substancji biologicznie czynnej na skórę	Źródło informacji
1.	Alantoina	Wykazuje działanie łagodzące i przeciwzapalne	Firma AA Oceanic, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 15
2.	Boswelina serrata	Wykazuje działanie łagodzące oraz odpręża skórę	Firma AA Oceanic, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 14
3.	Rutyna, esculina (benzopirony) trokserutyna (hydroksyetylorutozyd)	Zmniejsza łamliwość, kruchość i przepuszczalność naczyń włosowatych	Firma Isabelle Lancray, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 13

4.	Oczar wirginijski (<i>Hammamelis Virginiana</i>)	Działa łagodząco i przeciwwzapalnie	Firma AA Oceanic, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 15
5.	Milorzab japoński (<i>Gingko biloba</i>)	Wykazuje uelastyczniające działanie na krwionośne naczynia	Firma kosmetyczna Efektima, katalog produktów detalicznych: pozycja 4
6.	Ekstrakt z kasztanowca (<i>Aesculus hippocastanum</i>)	Wzmacnia napięcie żył, działa przeciwrumieniowo, światłochronnie	Firma Flos-lek, katalog produktów detalicznych: pozycja 3
7.	Anika góraska (<i>Arnica montana</i>)	Wspomaga krążenie, zmniejsza zaczerwienienie skóry	Firma Flos-lek, katalog produktów detalicznych: pozycja 3
8.	Wyciąg z kwatu dzikiego mirtu (<i>Myrtus communis</i>)	Działa obkurczająco i wzmacniająco na naczynia krwionośne	Firma Flos-lek, katalog produktów detalicznych: pozycja 3
9.	Olej winogronowy	Zawiera fitosterole i nienasycone kwasy tłuszczowe, które wzmacniają płaszcz hydrolipidowy skóry, chroniąc przed utratą wilgoci	Firma Payot, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 9
10.	Kwas hialuronowy	Zatrzymuje wodę na poziomie skóry właściwej oraz naskórka	Firma AA Oceanic, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 15
11.	Awokado	Zawiera witaminy A, D, E oraz nienasycone kwasy tłuszczowe	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products": pozycja 8
12.	Algi morskie	Zwierają biopierwiastki oraz witaminy regulujące nawilżenie skóry, działają przeciwwzapalnie, regenerująco, regulują mikrokrążenie podskórne	Firma Thalgo, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 4
13.	Nagietek (<i>Calendula officinalis</i>)	Zmniejsza kruchość naczyń	Firma Norel,

		włosowatych, przeciwwzpalnie	działa katalog produktów profesjonalnych: pozycja 7
14.	Fiołek trójbarwny (<i>Viola tricoloris</i>)	Działa łagodząco	Strzelecka H., Kowalski J.: Encyklopedia zielarstwa i ziołolecznictwa. Warszawa 2000
15.	Krwawnik (<i>Achillea millefolium</i>)	Zawiera wit. C, łagodzi stany zapalne	Strzelecka H., Kowalski J.: Encyklopedia zielarstwa i ziołolecznictwa. Warszawa 2000
16.	Masło Shea	Delikatnie odżywia, natłuszcza skórę, działa jako naturalny filtr UV	Firma AA Oceanic, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 15
17.	<i>Centella asiatica</i>	Stymuluje odnowę komórkową, poprawia krążenie podskórne	Firma AA Oceanic, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 15
18.	Chaber bławatek (<i>Centaurea cyanus</i>)	Łagodzi podrażnienia, działa przeciwwzpalnie, obkurcza naczynia krwionośne	Strzelecka H., Kowalski J.: Encyklopedia zielarstwa i ziołolecznictwa. Warszawa 2000
19.	Cohobata z róży (<i>Rosa</i>)	Optymalnie nawilża, obkurcza naczynia krwionośne	Firma Flos-lek, katalog produktów detalicznych: pozycja 3
20.	Grejpfruit i limonka	Wzmacniają naczynia krwionośne, odprężają	Firma Farmona, katalog produktów profesjonalnych:8
21.	Escyna (mieszanka glikozydów saponinowych)	Wywiera działanie ochronne na naczynia krwionośne oraz przywraca elastyczność ich ścianom	Strzelecka H., Kowalski J.: Encyklopedia zielarstwa i ziołolecznictwa. Warszawa 2000
22.	Skórka gorzkiej pomarańczy (<i>Citrus aurantium</i>)	Bogactwo bioflawonoidów i witaminy C, usprawnia	Firma Payot, katalog produktów

		przepuszczalność kapilar, poprawia mikrocyrkulację, dotlenia komórki i neutralizuje wolne rodniki	profesjonalnych: pozycja 5
23.	Zielona herbata (<i>Camelia sinensis</i>)	Działa przeciwzapalnie, chroni skórę przed wolnymi rodnikami oraz pobudza procesy odnowy komórkowej	Firma Farmona, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 8
24.	Iglica włoska (<i>Erodium cicutarium</i>)	Działa przeciwobrzękowo, zapobiega zaczerwienieniom, poprawia mikrocyrkulację, daje uczucie lekkiego chłodzenia	Firma Flos-lek, katalog produktów detalicznych: pozycja 3
25.	Borówka czarna (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	Bogactwo bioflawonoidów, które hamują aktywność enzymów powodujących niszczenie składników budujących ścianki naczyń krwionośnych	Firma Farmona, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 8
26.	Nostrzyk żółty (<i>Melilotus officinalis</i>)	Zmniejsza obrzęki, poprawia mikrokrążenie podskórne	Firma AA Oceanic, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 15
27.	<i>Pueraria lobata</i> (Kudzu)	Łagodzi reakcje zapalne skóry, łuszczenie się naskórka, niweluje zaczerwienienia	Firma kosmetyczna Efektima, katalog produktów detalicznych: pozycja 4
28.	Cyprys, lipa (<i>Tilia</i>), rezeda, pietruszka (<i>Petroselinum sativum</i>)	Wzmacniają ścianki naczyń krwionośnych i zwiększają ich elastyczność, zapobiegają pękaniu	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc." ⁴
29.	Jasnota biała (<i>Lamium album</i>), fiołek trójbarwny (<i>Viola tricoloris</i>), korzeń wierzby (<i>Salix alba</i>)	Redukują przepuszczalność naczyń kapilarnych poprawiając ich zewnętrzny wygląd	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc.": 8
30.	Ketmia szczawiowa (<i>Hibiscus sabdariffa</i>), pierwiosnek (<i>Primula officinalis</i>)	Działają na skórę uspokajająco, wzmacniają	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine

			Products, Inc.”: pozycja 8
31.	Wyciąg z oleju lnianego (<i>Linum</i>)	Działanie przeciwzapalne, blokuje komórki Langerhansa	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki ”Natures Sunshine Products, Inc.”: pozycja 8
32.	Aloes (<i>Aloë</i>), lukrecja (<i>Glycyrrhiza glabra</i>), orzech laskowy (<i>Corylus avellana</i>), ziarnopłon wiosenny (<i>Ranunculus ficaria</i>)	Działanie kojące, przeciwzapalne	Firma Payot, katalog produktów profesjonalnych: pozycja 7
33.	Olejek z kwiatu <i>Limnanthes alba</i>	Działanie zmiękczające, przeciwzapalne	Firma Payot, katalog produktów profesjonalnych:5
34.	Wyciąg z ruszczyka kolczastego (<i>Ruscus aculeatus</i>)	Redukuje zaczerwienienie twarzy, obkurcza naczynia krwionośne, wzmacnia elastyczność ścianek naczyń krwionośnych, zapobiega pękaniu naczyń krwionośnych	SVR Laboratorium Krem Rubialine
35.	Woda termalna	Redukuje zaczerwienienie twarzy, obkurcza naczynia krwionośne, wzmacnia elastyczność ścianek naczyń krwionośnych, zapobiega pękaniu naczyń krwionośnych	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki ”Natures Sunshine Products, Inc.”: pozycja 8
36.	Bisabolol	Działanie przeciwzapalne, silnie łagodzące	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki ”Natures Sunshine Products, Inc.”: pozycja 8

Źródło: Opracowanie własne.

Niniejsza tabela przedstawia zestawienie substancji roślinnych stosowanych w pielęgnacji cery naczyniowej. Zawarte w tabeli substancje roślinne są obecnie wykorzystywane na szeroką skalę w produkcji preparatów do cer naczyniowych: kremy pielęgnacyjne, mleczka kosmetyczne, toniki, peelingi enzymatyczne oraz maseczki kosmetyczne. W/w substancje roślinne stanowią zbiór porad stosowanych przy wyborze danego preparatu przeznaczonego do pielęgnacji cery naczyniowej dla farmaceuty oraz lekarza.

Tabela 2.: Syntetyczne związki biologicznie czynne stosowane w pielęgnacji cery naczyniowej

Lp.	Nazwa substancji biologicznie czynnej	Działanie substancji biologicznie czynnej na skórę	Źródło informacji
1.	Siarczan dekstranu	Redukuje zaczerwienienie twarzy, obkurcza naczynia krwionośne, wzmacnia elastyczność ścianek naczyń krwionośnych, zapobiega pękaniu naczyń krwionośnych	Avene Laboratorium kosmetyczne Diroseal: Krem do pielęgnacji leczniczej skóry z rozszerzonymi naczynkami
2.	Retinaldehyd C.T.	j.w.	Avene Laboratorium kosmetyczne Diroseal Krem do pielęgnacji leczniczej skóry z rozszerzonymi naczynkami
3.	Metylohalkon hesperydyny	j.w.	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc.": pozycja 8
4.	Hesperydyna, diosmina (analog naturalnego wyizolowanego z owoców cytrusowych) flawonoidu	j.w.	Strzelecka H., Kowalski J: Encyklopedia zielarstwa i ziołolecznictwa. Warszawa 2000
5.	Glukonolakton (PHA)	j.w.	NeoStrata: Neostrata krem z glukonolaktonem 4%, 10%, 15%,

Źródło: Opracowanie własne.

Niniejsza tabela przedstawia zestawianie substancji syntetycznych stosowanych w pielęgnacji cery naczyniowej. Zawarte w tabeli substancje syntetyczne są obecnie wykorzystywane na szeroką skalę w produkcji preparatów do cer naczyniowych: kremy pielęgnacyjne, mlecza kosmetyczne, toniki, peelingi enzymatyczne oraz maseczki kosmetyczne. W/w substancje syntetyczne stanowią zbiór porad stosowanych przy wyborze danego preparatu przeznaczonego do pielęgnacji cery naczyniowej dla farmaceuty oraz lekarza.

Tabela 3.: Witaminy stosowane w pielęgnacji cery naczyniowej

Lp.	Nazwa substancji biologicznie czynnej	Działanie substancji biologicznie czynnej na skórę	Źródło informacji
1.	D-Panthenol	Wykazuje działanie łagodzące oraz nawilżające, poprzez właściwości higroskopijne	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc.": pozycja 8
2.	Witamina K	Reguluje krzepnięcie krwi, likwiduje „pajęczki”, przyspiesza gojenie wylewów	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc.": pozycja 8
3.	Witamina PP	Uszczelnia ścianki naczyń krwionośnych	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc.": pozycja 8
4.	Witamina C	Uszczelnia i wzmacnia naczynia krwionośne	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc.": pozycja 8
5.	Witaminy B₁, B₂, PP	Redukuje zaczerwienienie twarzy, obkurcza naczynia krwionośne, wzmacnia elastyczność ścianek naczyń krwionośnych, zapobiega pękaniu naczyń krwionośnych	Poradnik biologicznie aktywnych substancji spółki "Natures Sunshine Products, Inc.": pozycja 8

Źródło: Opracowanie własne.

Niniejsza tabela przedstawia zestawienie witamin stosowanych w pielęgnacji cery naczyniowej. Zawarte w tabeli witaminy są obecnie wykorzystywane na szeroką skalę w produkcji preparatów do cer naczyniowych: kremy pielęgnacyjne, mleczka kosmetyczne, toniki, peelingi enzymatyczne oraz

maseczki kosmetyczne. W/w witaminy stanowią zbiór porad stosowanych przy wyborze danego preparatu przeznaczonego do pielęgnacji cery naczyniowej dla farmaceuty oraz lekarza.

Tabela 4.: Dermokosmetyki stosowane w pielęgnacji cery naczyniowej (przegląd wybranych preparatów aptecznych) [8]

Producent	Nazwa produktu	Skład	Właściwości
Auriga International	Auriderm k2 Gel (do twarzy)	2% roztwór witaminy K w formule nanosomów (lepsze wchłanianie), witaminy C, E	Witamina K uszczelnia naczynia krwionośne, zmniejsza nadmierne krwawienie z uszkodzonego naczynia oraz zapobiega powstawaniu siniaków; witamina C daje efekt antyoksydacyjny oraz wzmacnia lecznicze działanie wit. K; zastosowanie w profilaktyce prerosacea, po zabiegach chirurgii plastycznej i dermatologii estetycznej
Avene Laboratorium kosmetyczne	Diroseal Krem do pielęgnacji leczniczej skóry z rozszerzonymi naczynekami	Retinaldehyd C. T. 0.05%, metylohalkon 0.2%, siarczan dekstranu 0.3 %, emulsja O/W Ph, neutralne	Retinaldehyd C.T reguluje podział wewnątrzkomórkowy, pogrubia zewnętrzne warstwy naskórka dzięki czemu mikrokrazenie staje się mniej widoczne, H.M.C metylohalkon hesperydyny i siarczan dekstranu poprawiają mikrokrazenie i skutecznie chronią naczynia, dzięki temu zmniejszają przekrwienie oraz zapobiegają powstawaniu nowych zmian rumieniowych
Dermedic Laboratorium	Angio Expert (krem wzmacniający, regulujący mikrokrazenie), Rovisome Retinol Moist	Hesperydyna 1,0%, ekstrakt z czarnej morwy 1,0 %, olej z awokado 4,0%, skwalan roślinny, kompleks witamin antyoksydacyjnych 0,02%,	Reguluje mikrokrazenie w skórze i wpływa ochronnie na drobne naczynia krwionośne, działa przeciwzapalnie, regeneruje strukturę lipidową naskórka
Flos lek Laboratorium kosmetyczne	Krem nawilżający z aktywnymi ekstraktami z miłorzębu japońskiego	Ekstrakt z miłorzębu japońskiego, arniki górskiej, fiołka trójbarwnego, rutyna oraz escyna	Krem nawilżający przeznaczony do pielęgnacji każdego rodzaju skóry z rozszerzonymi naczyniami. Krem obkurcza naczynia krwionośne, delikatnie natłuszcza, przywraca jej fizjologiczny odczyn pH.
Generals Topics (Consultronix-	Synchorose Intensive (krem	Sylimarina, stearylglicyrrhizinate	Zmniejsza rumień, ochrania naczynia krwionośne, poprawia

dystrybutor w Polsce)	lub pianka)	, tetraizopalmitynian askorbylu, octan tokoferolu, acetyloglukozamina, kwas hialuronowy	mikroobieg krwi, poprawia elastyczność ścianek naczyń krwionośnych, ma działanie antyutleniające, łagodzące, nawilżające
Isis Pharma (Laboratorium Bioderma-dystrybutor w Polsce.)	Ruboril (krem pielęgnacyjny do skóry ze skłonnością do rumienia)	Kwas 18-beta-glicyretynowy, alfa-bisabolol, eskulina, wyciąg z ziarnoplonu, wyciąg z mimozy meksykańskiej, dwutlenek tytanu	Łagodzi objawy przegrzania i przekrwienia, wzmacnia naczynia krwionośne, ogranicza rozszerzanie naczyń i powstawanie zaczerwienienia, chroni skórę podatną na rumień przed promieniowaniem UVA i UVB, IR
Istituto Ganassini S.p.A (Agrimex Ltd.-dystrybutor w Polsce)	Rilastil intensive Beliskin	Olej słonecznikowy, wyciąg z rumianku, jęczmienia, winogron, dziurawca, arniki, oczaru wirginijskiego, kasztanowca, bluszczu, drożdży, soi, masło Shea, bursztynian rutyny, bisabolol	Wzmacnia ścianki naczyń krwionośnych, zwiększając ich odporność i elastyczność. Zmniejsza skłonność do powstania rumienia, zaczerwień i teleangiektazji
Iwostin Źródło Piękn i Zdrowia	Iwostin (krem na naczynka)	Zawiera eskulinę pozyskiwaną z kory kasztanowca, witaminę C, witaminę E, olej z pestek winogron	Wzmacnia kruche naczynia krwionośne, zapobiegając ich pękaniu, działa przeciwzapalnie i przeciwrumieniowo, poprawia mikrokrazenie i dezaktywuje wolne rodniki, wzmacnia barierę lipidową naskórka i hamuje transepidermalną utratę wody, redukuje stopień zaczerwienienia skóry i nie zawiera substancji zapachowych
Dr Irena Eris Laboratorium kosmetyczne	Pharmaceris N (aktywny krem nawilżający)	Zawiera kompleks witamin: K, C, PP, B ₁ , B ₂ , arnika górską, alantoina oraz substancje nawilżające	Witamina K zmniejsza rumień i przekrwienie naskórka, uszczelnia naczynia krwionośne i zapobiega ich pękaniu, witaminy C, PP uzupełniają działanie witaminy K poprawiając funkcjonowanie tkanki łącznej, witaminy B ₁ i B ₂ regulują prace gruczołów łojowych; ekstrakty pochodzenia morskiego zawierające cenne mikro- i makroelementy, działają regulująco i odżywczo na skórę
Bioderma Laboratoire	Ruboril (krem pielęgnacyjny)	Kwas 18-beta-glicyretynowy, alfa-	Łagodzi objawy przegrzania i przekrwienia; wzmacnia

Dermatologique		bisabolol, eskulina, wyciąg z ziarnopłonu, wyciąg z mimozy meksykańskiej, dwutlenek tytanu	naczynia krwionośne, ogranicza rozszerzanie naczyń i powstawanie zaczerwienienia; chroni skórę podatną na rumień przed promieniowaniem UVA i UVB, IR
La Roche- Posay Laboratorium farmaceutyczne	Rosaliac (krem nawilżający zapobiegający zaczerwienieniom)	Witamina B ₃ i witamina C _G (prekursor witaminy C z dodatkowym wiązaniem glikozydowym), gliceryna i woda termalna z La Roche-Posay	Uzupełniające działanie 2 witamin przerywa cykl powstawania zaczerwienień: witamina B ₃ - pobudza naturalne mechanizmy obronne (kontroluje wytwarzanie histaminy i neutralizuje drażniące składniki płynu surowiczego) likwidując zaczerwienienia i zmniejszając nadreaktywność naczyń; wit. C _G , opracowana specjalnie na potrzeby skóry wrażliwej, wzmacnia ścianki naczyń włosowatych (pobudza syntezę kolagenu, przekształcając się w witaminę C poprzez biokonwersję), lekko zielone zabarwienie kremu stanowi bazę pod makijaż
NeoStrata (Derm-Service Pologne - dystrybutor w Polsce)	Neostrata (krem z glukonolaktonem 4%, 10%, 15%)	Glukonolakton (PHA) 4%, 10%, 15%, kwas laktobionowy i wit. E	Do każdego rodzaju bardzo wrażliwej skóry. Wzmacnia mechanizmy obronne, naprawcze i ochronne skóry, spłyca zmarszczki i przywraca naturalny bilans wilgotności, odżywia i zmniejsza ryzyko oparzeń słonecznych
Rilastil Intensive	Deliskin krem	Bursztynian rutyny, olej słonecznikowy, wyciągi z rumianku, jęczmienia, winogron, dziurawca, arniki, oczaru wirginijskiego, kasztanowca, bluszczu, drożdży, alantoina, bisabolol	Wzmacnia ścianki naczyń krwionośnych zwiększając ich odporność i elastyczność, zmniejsza skłonność do powstawania rumienia i tzw. pajęczków
SVR Laboratorium	Krem Rubialine	Wyciąg z ruszczyka, siarczan dekstranu, glikozaminoglikany, masło karite, polimer rhizobian gum, bez konserwantów i środków zapachowych	Krem przeznaczony do skóry nadreaktywnej, wrażliwej, wspomagająco w trądziku różowatym, redukuje zaczerwienienie twarzy i rumień, wzmacnia naczynia krwionośne, działa chłodząco, nawilża, łagodzi

Źródło: Opracowanie własne.

Niniejsza tabela stanowi przegląd preparatów przeznaczonych do pielęgnacji cer naczyniowych dostępnych w aptekach. W/w dermokosmetyki stanowią zbiór porad stosowanych przy wyborze danego preparatu przeznaczonego do pielęgnacji cery naczyniowej dla farmaceuty oraz lekarza.

Zalecane kremy do codziennej pielęgnacji

W pielęgnacji dziennej cery naczyniowej zaleca się stosowanie kremów zawierających filtry przeciwsłoneczne powyżej 30 SPF (najlepiej blokery słoneczne). Ochrona przeciwsłoneczna w przypadku pielęgnacji cery naczyniowej jest bardzo ważna, gdyż promieniowanie UV nasila stan perosacea i prowadzi do utrwalenia rumienia.

Na dzień zaleca się również stosować preparaty pielęgnacyjne o lekkiej konsystencji, gdyż w przeciwnym razie w ciągu dnia delikatna cera obciążona nadmiarem sebum i kremu może - mimo warstwy makijażu - błyszczeć. W przypadku cery bardzo suchej oraz starzejącej się dopuszcza się stosowanie preparatów półtłustych i tłustych. Cera sucha oraz starzejąca się jest bowiem uboga w płaszcz hydro-lipidowy.

W wieczornej pielęgnacji cery naczyniowej zaleca się używać preparaty „na noc”, które mają silne działanie obkurczające naczyń krwionośnych, poprawiają mikrokrążenie podskórne, regulują stopień nawilżenia oraz odżywienia skóry, zwiększają elastyczność ścianek naczyń krwionośnych i działają profilaktycznie w utrwaleniu zmian rumieniowych na twarzy. Mają działanie przeciwzapalne i silnie łagodzące. W przypadku systematycznego stosowania tego rodzaju preparatów zmniejszamy ryzyko wystąpienia tak poważnego schorzenia jak trądzik różowaty.[5,9,10]

Pielęgnacja specjalna

W pielęgnacji cery naczyniowej zaleca się stosować delikatne peelingi enzymatyczne np. enzymy proteolityczne, które nie wykazują działania drażniącego na skórę i delikatnie usuwają martwe zrogowaciałe komórki naskórka.

Ponadto zaleca się stosowanie około 2-3 razy w tygodniu maseczek obkurczających naczyń krwionośnych, uelastyczniających ścianki naczyń krwionośnych, niwelujących rumień oraz obrzęk, łagodzących, kojących i przeciwzapalnych. W zależności od rodzaju cery zaleca się także maseczki odżywcze, nawilżające, zmiękczone naskórek oraz wygładzające.

Zaleca się także stosowanie alg morskich w celu regulacji mikrokrążenia podskórnego, poprawienia koloru skóry, złagodzenia jej podrażnienia i nawilżenia za pomocą zawartych w nich aminokwasów. Po zastosowaniu alg morskich skóra ma ładny kolor, jest pozbawiona rumienia, wygładzona, nawilżona oraz odżywiona, a teleangiektazje stają się mniej widoczne. Skóra lepiej się regeneruje i odzyskuje zdrowy wygląd [17].

Zaleca się przemywać cerę naczyniową przygotowanym naparem ziołowym z rumianku, szałwi skrzypu polnego, miłorzębu japońskiego, głogu, wywarem z siemienia lnianego. Napary oraz wywary przygotowane do przemywania twarzy nie mogą być gorące, raczej letnie lub zimne.

Pielęgnacja gabinetowa

Należy poddawać się dwa razy w roku, wiosną oraz jesienią, serii zabiegów wzmacniających naczyń krwionośnych [11]. W gabinecie kosmetycznym stosuje się zabiegi

zapobiegające pękaniu naczyń krwionośnych, wzmacniające odporność skóry i powodujące odnowę biologiczną skóry.

Zabiegi pielęgnacyjne gabinetowe składają się z:

- zabiegów obkurczająco-wzmacniających na bazie masek z alg morskich, glinki różowej, czerwonej, biokolagenowych, ampułek obkurczająco-wzmacniających z witaminą C i K,
- oczyszczania manualnego cery 1-2 razy w roku,
- zabiegów z wykorzystaniem ultradźwięków (mikromasaż głowicą emitującą ultradźwięki wprowadza w głąb skóry substancje odżywcze),
- galwanizacja - jest to zabieg z wykorzystaniem prądu stałego elektroczniczy; stosuje się elektrody płaskie lub o specjalnych kształtach;
- jonoforeza - wykorzystuje się prąd stały; jest to zabieg elektroczniczy polegający na wprowadzeniu do tkanek siłami pola elektrycznego jonów działających leczniczo elektrolitów takich jak: chlorek wapnia, węglan wapnia, chlorowodorek epinefryny i kwas askorbinowy (witamina C),
- lampa Sollux – to naświetlanie lampą z niebieskim filtrem, który ogranicza oddziaływanie promieni podczerwonych; naświetlania wykonuje się zwykle z odległości 100 cm [14],
- drenaż limfatyczny - polega na poprawieniu krążenia chłonki w układzie limfatycznym, a dzięki temu również poprawieniu krążenia krwi, co sprawia, że układ naczyń skóry zaczyna pracować prawidłowo [11].

Metody leczenia teleangiektazji oraz wenektazji

Wybór skutecznej metody leczenia teleangiektazji oraz wenektazji zależy od lokalizacji, typu nasilenia zmian. Usunięcie teleangiektazji polega na zamknięciu naczynia krwionośnego z obu stron przez przerwanie jego ciągłości [11].

Elektrokoagulacja (diatermia chirurgiczna) – jest to metoda bezinwazyjna. Polega na głębokiej koagulacji tkanek za pomocą prądu o wysokiej częstotliwości lub powierzchniowej - z użyciem prądu niskiej częstotliwości. Zabieg jest bolesny, może powodować oparzenia naskórka, a w efekcie powstawanie blizn. Nie w każdym przypadku prowadzi do trwałego zamknięcia naczyń krwionośnych. Zdaje egzamin w przypadku bardzo drobnych zmian śródskórnych. Powierzchniową koagulację stosuje się w gabinetach kosmetycznych przy likwidowaniu miejscowych rozszerzeń naczynek krwionośnych na twarzy.

Inną metodą jest elektroliza, gdy prąd stały niszczy tkanki poprzez działanie chemiczne.

Z kolei w galwanokaustyce - czyli elektrokaustyce - wykorzystuje się prąd stały i rozżarzoną kauterem (żegadłem) wywołuje termiczne ścięcie białka.

Skleroterapia polega na wstrzykiwaniu środków zamykających naczynia do głównego naczynka doprowadzającego krew do mikrożyłaków, co stanowi metodę najefektywniejszą, bezpieczną i mało bolesną, w której nie występują przebarwienia i blizny.

W laseroterapii wykorzystuje się wiązkę laserową, która dzięki odpowiedniej długości fali absorbowana jest tylko przez krwinki czerwone, powodując tzw. zjawisko fototermolizy. Energia świetlna skupiona na krwinkach przetwarzana jest na energię cieplną. Ciepło uszkadza krwinki oraz przenosi się na komórki wyściełające wnętrze naczynia krwionośnego powodując powstanie mikrozakrzepu wewnątrz naczynia i jego zamknięcie.

Połączenie obu tych metod – termolizy i elektrolizy - stanowi metoda blend, która jest mniej bolesna i bardziej skuteczna.

Fotokoagulacja jest wykonywana za pomocą lasera argonowego. Światła naczyń zamyka się punktowo i w efekcie bliznowacenie praktycznie nie występuje. Może wystąpić czasowo obrzęk i miejscowy odczyn rumieniowy, a leczenie wenektazji jest mniej zadowolające.

Termoliza polega na termicznym zniszczeniu światła naczynia krwionośnego poprzez prąd zmienny.

Kriochirurgia (krioskleroterapia) – to stosowanie podtlenku azotu i ciekłego azotu. Przy likwidacji rozszerzonych naczynek na twarzy, metoda ta powodowała przebarwienia skóry i nie dawała spodziewanego efektu kosmetycznego.

Dermabrazja laserowa polega na stosowaniu wiązki promieni o różnym natężeniu i działaniu energią pod różnym kątem.

Wreszcie ostatnia z metod, krioterapia, to leczenie cery naczyniowej niską temperaturą, co niekiedy powoduje powstawanie odbarwionych blizn i często bywa nieskuteczne[19].

Dobór preparatów do pielęgnacji cery naczyniowej

Farmaceuta podczas doboru określonego preparatu do cery naczyniowej powinien uwzględnić przede wszystkim rodzaj cery pacjenta. Cera sucha wymaga bowiem stosowania gęstych śmietanek, żeli micelarnych, mleczek do zmywania twarzy, a także kremów o konsystencji tłustej lub półtłustej.

Cera mieszana wymaga stosowania mleczek, pianek, żeli micelarnych do zmywania twarzy. Kremy dla tej cery powinny posiadać konsystencje kremo-żelu i nie powinny obciążać cery naczyniowej mieszanej ze względu na częściowo wzmożone wydzielanie sebum.

Cera tłusta wymaga stosowania żeli micelarnych, preparatów z SYNDETU- emulsji (są to niealkaliczne substancje płynne). Kremy powinny posiadać konsystencje żelową lub kremo-żelową, aby nie obciążać cery, w której występuje wzmożone wydzielanie sebum.[7]

Makijaż cery naczyniowej

Podobne zasady obowiązują przy doradzaniu osobom z cerą naczyniową kosmetyków do makijażu. Należy więc wskazywać potrzebę stosowania: podkładów adekwatnych do rodzaju cery naczyniowej; punktowych sztyftów kryjących, kamuflujących w kolorze zielonym; pudrów sypkich, transparentnych do wykończenia makijażu; podkładów hypolargicznych i delikatnych.

Nie wskazane jest natomiast pokrywanie powiek cieniami w kolorach: śliwkowy, fioletowy, a także pokrywanie rzęs tuszem w przypadku stanów zapalnych spojówek.

Podsumowanie

Obecna kosmetologia oraz dermatologia estetyczna proponuje wiele metod leczenia oraz pielęgnacji cery naczyniowej oraz stanu preroseacea i cuperosa. W aptekach dostępne są dermokosmetyki obkurczające naczynia krwionośne, zmniejszające rumień i poprawiające samopoczucie osób z cerą naczyniową. W gabinetach lekarzy dermatologów i specjalistycznych gabinetach kosmetycznych stosuje się bardziej radykalne zabiegi zamykania naczyń krwionośnych m.in. laserem czy za pomocą dermabrazji.

Szeroki asortyment odpowiednich produktów kosmetycznych i łatwy dostęp do leczenia zabiegowego mogą przyczynić się do załagodzenia dolegliwości związanych z teleangiektazjami. Warto podkreślić, że do poprawy jakości życia osób z cerą naczyniową mogą przyczynić się kompetentne porady kosmetyczne lekarzy rodzinnych i aptekarzy.

Adres do korespondencji:
mgr Wioleta Zajączkowska

Os. W. Jagiełły 5 m 41
60-694 Poznań
e-mail: wioleta.zajackowska@onet.pl

PIŚMIENNICTWO

1. Petsitis, Kipper K.: Kosmetyka ozdobna i pielęgnacja twarzy. Wrocław: Medpharm 2007.
2. Poradnik biologicznie aktywnych dodatków Spółki "Natures Sunshine Products, Inc."
3. Strzelecka H., Kowalski J.: Encyklopedia zielarstwa i ziołolecznictwa. Warszawa: PWN 2000.
4. Peters B.: Poradnik kosmetyczny. Warszawa: REA 2002.
5. Jaroszevska B.: Kosmetologia. Warszawa: Atena 2004.
6. Rudowska I.: Kosmetyka lekarska. Warszawa: PZWL 2000.
7. Rudiger M.: Doskonały Makijaż. Warszawa: Warszawski Dom Wydawniczy 2000.
8. Przewodnik rynkowy: Preparaty do pielęgnacji skóry z rozszerzonymi naczyniami. „Dermatologica”, 2004, 76-80.
9. Rogóż M.: Ocena wrażliwości i stanu skóry naczyniowej w trakcie zabiegu jontoforezy przy zastosowaniu hydrożelu glikolowego z miłorzębem dwuklapkowym. „Polish Journal of Cosmetology”, 2003, 3, 209-211.
10. Kałużna L., Malinowska E.: Praktyczne uwagi na temat trądziku różowatego, „Dermatologia Estetyczna”, 2006, 5, 292-294.
11. Htłapa M.: Zmiany w układzie naczyniowym skóry. Teleangiektazje i wenektazje. „Polish Journal of Cosmetology”, 2004, 1, 19-26.
12. Wąsik F, Baran E, Szepietowski J.: Zarys dermatologii klinicznej. Wrocław: Volumed 1993.
13. Lamer-Zarawska E, Noculak-Palczewska.: Kosmetyki naturalne. Wrocław: Astrum 1994.
14. Mika T., Kasprzak W.: Fizykoterapia. Warszawa: PZWL 2001.
15. Martini M: Kosmetologia i farmakologia skóry. Warszawa: PZWL 2006.
16. Brzoska M., Jabłoński J.: Codzienne życie z chemią. Białystok: Medica 2006.
17. Begoun P.: Biblia urody. Warszawa: Mada 1995.
18. Glinka R.: Receptura kosmetyczna. Łódź: MA Oficyna Wydawnicza 2001.
19. Winklerowa J., Kołowrotka E., Seroko G.: Praktyczny Poradnik Fizjoterapii, Warszawa: PZWL 1980.