

IPL PROTI AKNÉ

Intenzívne pulzné svetlo slúži na dosiahnutie dobrých výsledkov bez toho, aby narušalo kožnú bariéru. Pleť ním opäť dostanete do rovnováhy.

Toto zariadenie na riešenie kožných problémov patrí výlučne do rúk skúseného lekára. Má veľa rôznych nastavení, dokáže sa popasovať s hyperpigmentáciami, akné, teleangiektáziami (drobnými červenými cievkami) či zredukovať póry. Svetlo zabíja baktérie, ktoré spôsobujú zápal, a znižuje tvorbu mazu. Je však vhodné aj na hlboké akné alebo cysty? Podľa MUDr. Barbory Brezovej, PhD., MPH, MHA, plastickej chirurgičky a špecialistky estetickej medicíny, je možné využiť tri typy liečby: „Liečba intenzívnym pulzným svetlom (IPL) má pri acne vulgaris tri spôsoby účinku, to jest fotochemický, fototerмальny a fotoimunologický. IPL technológia má silný baktericídny účinok a znižuje produkciu kožného mazu. Svetlo emitované počas ošetrenia má deštruktívny účinok na baktérie. Okrem toho zlepí kapiláry vyživujúce mazové žľazy, výsledkom čoho je znížená tvorba mazu. Redukciou počtu cievok sa zníži aj intenzita zápalu, čím sa urýchľuje hojenie už vzniknutých zápalov a predchádza sa vzniku nových. IPL technológia je teda vhodná na všetky typy akné od miernych príznakov až po tie najzávažnejšie.“



MUDr. Barbora Brezová, PhD., MPH, MHA, plastická chirurgička a špecialistka v oblasti estetickej medicíny

PREČ S ČIERNYMI BODKAMI!

Čierne bodky, čiže otvorené komedony, sú v podstate póry upchaté kombináciou kožného mazu, odumretých kožných buniek a baktérií *Cutibacterium acnes*. Vďaka zníženej mazotvorbe po ošetrení IPL sa zníži aj zdroj živín pre tieto baktérie a zredukuje sa ich počet. Ako upresňuje MUDr. Brezová: „Podľa závažnosti prejavov a tiež individuálnej odpovede na terapiu je väčšinou potrebných štyri až šesť sedení s troj- až štvor-



týždňovými intervalmi medzi jednotlivými sedeniami. Pacienti dosiahli najlepšie výsledky až týždeň po poslednom ošetrení. Štúdie ukazujú, že lasery a iné svetelné ošetrenia môžu znížiť prejavy akné, ale len zriedka dokážu pleť zbaviť prejavov na 100 percent. Aby ste dosiahli čo najlepšie výsledky, dermatológ môže doplniť terapiu aj o inú liečbu, napríklad lokálnu.“

POZOR NA SLADKÉ!

Akné všeobecne zhoršuje stres, užívanie niektorých liekov (celkové kortikosteroidy, niektoré antiepileptiká, vitamín B₁₂), nezdravý životný štýl s nedostatkom spánku. Dokázalo sa, že ľudia, ktorí pravidelne konzumujú sladké potraviny, mliečne výrobky a nezdravé tuky, častejšie trápia stredne ťažká až ťažká forma akné. Sacharidy a mlieko totiž zvyšujú hladinu IGF-1 (insulin like growth factor, faktor podobný inzulínu), a tým môžu vplývať na kvalitu pleti. 