

## Dowiedz się więcej o...przyczynach starzenia się skóry

### Przyczyny starzenia dzieli się na wewnętrz- i zewnętrzne.

Przypuszcza się, że **przyczyny wewnętrzne** starzenia uwarunkowane są genetycznie, czyli związane z uaktywnianiem się określonych genów. Według tego stanowiska produkty białkowe tych genów powodują upośledzenie funkcji komórek i często ich śmierć na drodze apoptozy, nazywanej również programowaną śmiercią komórek.

Inną **hipotetyczną przyczyną starzenia** jest skracanie się końcowych fragmentów kwasu deoksyrybonukleinowego (DNA) chromosomów w kolejnych podziałach komórek. Enzym odbudowujący te fragmenty, czyli telomery, jest aktywny jedynie w najwcześniejszym okresie życia człowieka, jeszcze przed narodzinami. Dlatego też po każdym podziale komórki fragmenty te skracają się stwarzając możliwość uszkodzenia DNA.

**Błędy metabolizmu** uważane są za kolejną przyczynę starzenia, m. in. na skutek powstawania wolnych rodników tlenowych, które uszkadzają składniki komórek. Stopniowo maleje ilość produkowanego naturalnego czynnika nawilżającego (NMF).

Charakterystyczne jest występowanie zmarszczek, związane z ubytkiem kolagenu. Skóra staje się cieńsza. Stwierdzana suchość skóry jest następstwem zmniejszonego wydzielania gruczołów łojowych i potowych. Substancje hydrofilowe są słabiej absorbowane. Fibroblasty mają mniejszą aktywność metaboliczną. Skóra staje się mniej elastyczna i mniej odporna na urazy. Dochodzi do zaburzeń mikrokrążenia żylnego i pigmentacji. Pojawiają się zmiany przebarwieniowe i teleangiektazje (rozszerzone naczynka krwionośne).

Do **przyczyn zewnętrznych** starzenia się skóry są zaliczane czynniki środowiskowe. Szczególne znaczenie przypisuje się efektom długotrwałej ekspozycji na promieniowanie słoneczne. W związku z tym ten rodzaj starzenia określany jest terminem fotostarzenia się skóry. Skumulowane działanie promieniowania na skórę przekraczające wydolność mechanizmów naprawczych powoduje powstawanie widocznych zmian. Ekspozycja słoneczna niewątpliwie przyspiesza efekt wewnętrzne procesu starzenia się skóry.

**W przypadku fotostarzenia się skóry** objawy mogą być bardziej zróżnicowane, jednak cechą charakterystyczną jest występowanie ścięźczonej skóry, ognisk takich jak przebarwienia i odbarwienia, a także trwałych poszerzeń drobnych naczyń krwionośnych, czyli teleangiektazji. Zmarszczki głębokie

przebiegają prostopadle do układu mięśni mimicznych twarzy. Mniejsze, rozchodzące się promieniście, występują w okolicy kątów oczu oraz wokół ust. Zmarszczki zlokalizowane do przodu od małżowiny usznej i pod żuchwą są następstwem zwisania skóry twarzy spowodowanego utratą jej elastyczności.

Problem starzenia się skóry pojawia się u osób w różnym wieku, najczęściej jednak **pomiędzy 35 a 40 rokiem** życia. Jego postęp po 40 roku życia jest już zauważalny.

---

#### **O kampanii**

Kampania „Moja REGENeracja” jest ogólnopolską kampanią edukacyjną, mającą na celu szerzenie wiedzy na temat prewencji w zakresie nadmiernego wypadania włosów, ochrony skóry i odpowiedniej profilaktyki zdrowotnej. Założeniem kampanii jest kompleksowe podejście do tematu, obejmujące kwestie medyczne, psychologiczne i estetyczne. Działania kampanii merytorycznie wspierają eksperci: dr Anita Tarajkowska - Olejnik, Anna Mackojć, Lidia Flis i Wojciech Stasiak. Organizatorem kampanii „Moja REGENeracja” jest Pharmena SA, producent dermokosmetyków linii Dermena.