

CHOROBY KOŽE SENIOROV

Ľudská koža je najväčším orgánom človeka s povrchom od 1,5 až 2 m² (v závislosti od výšky osoby) a hmotnosťou od 3,5 až 10 kg. Koža je zodpovedná za imunitnú obranu, reguláciu tepla, hospodárenie s vodou, ako aj za výstražné funkcie pred teplom a nebezpečenstvami poranenia. Aj silné psychické funkcie pri kontakte ľudí ako bozkávanie, dotýkanie a hladkanie sa, ale aj bitie, alebo obrazné predstavy „nahej“ kože, sú sprostredkované kožou.

Bradavice, výrastky, starecké škvrny

S vekom pribúda na koži mnoho výrastkov, tukových cystičiek a milii (milii - krupička, spôsobené rozšírením a upchatím mazových žliazok kože). Sú to plošné, niekedy vystupujúce nápadne hnedasté prejavy vyskytujúce sa na tvári, chrbte rúk i tele.

Starecké škvrny, tzv. lentigo senilis, sú tmavohnedé škvrny na pokožke, ktoré vznikajú hromadením lipofuscínu (stareckého pigmentu) v bunkách. Lipofuscín vzniká oxidačným pôsobením voľných radikálov na lipidy a je pre bunky veľmi nebezpečný, pretože dochádza k poruche funkcie membrán buniek a k hromadeniu produktov vo vnútri bunky, ktoré organizmus nestíha odbúravať, čím môže dôjsť k zániku buniek. Zneškodňovaniu voľných radikálov napomáhajú antioxidanty, ku ktorým patria napríklad aj vitamíny E a C.

Starecké škvrny sa skryto objavujú aj na pľúcach, v nervovom systéme, v mozgu, v obličkách, tukových bunkách, svaloch a iných tkanivách. Pri dostatočných zásobách vitamínu E sa však nevytvárajú.

Viditeľné zmeny pozorujeme aj na povrchu tela (vlasy, koža, nechty). Znižuje sa aktivita mazových žliaz, ako aj neschopnosť zostarutej kože zadržiavať tekutinu. Koža sa stáva suchou. Svrbenie je zapríčinené poškodením nervových vlákien a zmyslových zakončení. Vypadávanie vlasov zapríčiňuje zmena v štruktúre tkanivovej vrstvy. Šedivenie vyvoláva zníženie počtu pigmentov. Nechty na rukách a nohách, zhrubnú a sú lámavé. U žien nastane ochlopenie tváre. Medzi ďalšie zmeny patrí aj strata pružnosti svalstva, čiže strata elastických vlákien, ktoré zapríčiňujú zvráskavený výzor. Stratou podkožného tuku sa zároveň znižuje tolerancia starších ľudí na chlad.

Pri ich výskyte výrastkov na očných viečkach a v okolí oka sa výber vhodných liečebných metód značne zužuje kvôli riziku poškodenia zraku. Ich nositelia sa často usilujú zbaviť tohto kožného defektu i za cenu bolestivého mrazovania či zoškrabania ostrou chirurgickou lyžičkou, čo môže spôsobiť vznik jazvy. Presne kontrolovateľným laserovým zbrusovacím zákrokom možno často aj takýto prejav kompletne odstrániť pri minimálnej bolesti a riziku jazvenia.

Vredy predkolenia

Vred predkolenia možno definovať ako chronický defekt kože charakterizovaný rozpadom tkaniva a jeho nekrotizáciou (odumieraním). Sú chronickým a dlhodobým ochorením a ich liečba vyžaduje nielen aktívny prístup a spoluprácu chorého, ale aj jeho obrovskú trpezlivosť a disciplinovanosť. Podľa štatistík trpí vredmi predkolenia až 1 % populácie. Pacientov s vredmi predkolenia pribúda s vekom; týmto ochorením trpí až 3,5 % obyvateľov nad 65 rokov. Zároveň sú vredy predkolenia trikrát častejšie u žien než u mužov.

Najčastejšou príčinou vredov predkolenia sú choroby cievneho, žilového a tepnového systému. Ďalšiu početnú skupinu tvoria vredy predkolenia u pacientov s cukrovkou, vredy po úrazoch (traumatické) a ďalej dekubity (preležaniny), vredy pri chorobách krvi a vredy na podklade nádorov.

Vredy predkolenia žilového pôvodu (venózne vredy)

V patologickejšie rozšírenej žile už nemôžu žilové chlopne plniť svoju ventiláčnu funkciu a krv prúdi oboma smermi, čo má za následok vznik opuchlín a porušenie výživy tkaniva. Vredy predkolenia sú v najväčšom počte prípadov (73 %) najťažšou komplikáciou chronickej žilovej nedostatočnosti – čím rozumíme všetky stavy, ktoré vznikajú v dôsledku hromadenia žilovej krvi v dolných končatinách pri poruchách spätného toku, čím vzniká pretlak v žilovom riečiisku, žily sa rozširujú a objavujú sa varixy (kľúčové žily). Žilové chlopne postupne strácajú svoju ventilovú funkciu a neodvádzajú tekutinu sa hromadiť v podkožnom tkanive.

K rozvoju ochorenia žilového systému prispievajú tieto rizikové faktory:

- dedičná dispozícia na stratu pružnosti žilovej steny,
- obezita,
- vek,
- výskyt žilových ochorení a vredov predkolenia v rodine,
- prekonaný zápal v hlbokom žilovom systéme (trombóza),
- sedavé zamestnanie alebo dlhé státie,
- väčší počet tehotenstiev alebo hormonálna liečba,
- nepohodlná obuv s vysokými podpätkami.

S rozvojom poruchy funkcie žilového systému sa objavujú jednotlivé známky žilovej nedostatočnosti:

- opuchy na dolných končatinách, najčastejšie okolo členkov, hrdzavohnedé sfarbenie kože na predkolení,
- koža je tenšia, na povrchu šupinatá a veľmi ľahko sa podráždi, najmä po aplikácii najrôznejších vonkajších prostriedkov s prísadou bylín alebo iných dráždivých látok (napr. rumanček, aloe, propolis, Alpa apod.),
- stráca sa ochlopenie na predkolení a dochádza k zmenám nechtovej, v oblasti vnútorného členka často vznikajú drobné belasté škvrny a na jej podklade môže prísť k rozpadu kože,
- žilové vredy predkolenia sa objavujú často v oblasti členkov, častejšie na vnútornej strane, ale prakticky môžu vzniknúť aj v inej oblasti na predkolení. Vredy predkolenia pri chronickej žilovej nedostatočnosti bývajú rozsiahle, ale vždy skôr mäkké, majú nepravidelné okraje a na secernujúcej (vyučujúcej, mokvajúcej) spodine nachádzame prevahu červeného lesklého granulačného tkaniva.

Vredy predkolenia tepnového pôvodu (arteriálne vredy)

Vznikajú na podklade ochorenia tepnového systému na dolných končatinách pri zúžení alebo zapchatí tepien najmä u pacientov vo vyššom veku. Vredy môžu vzniknúť aj u pacientov s dlhšie trvajúcim vysokým krvným tlakom. Tepnové vredy sú najčastejšie lokalizované na prstoch a na päte a takisto v oblasti vonkajšieho členku a väčšinou sú hlboké, majú výrazne zhrubnuté okraje, spodina mokvá len v obmedzenej miere a často ju pokrýva pevne prilipnuté odumreté tkanivo.

Vredy predkolenia u pacientov s cukrovkou (diabetické vredy)

Na vzniku týchto vredov sa podieľa ochorenie tepien alebo ochorenie periférnych nervov u pacientov, ktorí majú diabetes mellitus. Vredy u diabetikov nachádzame na dolných končatinách v oblasti pôsobenia tlaku nad kostnými výčnelkami, napr. na plôškach, na spodných stranách prstov alebo na miestach tlaku vytváraného nevhodnou obuvou. Tieto vredy sú nevelké, avšak hlboké, a často ich lemuje prstenec stvrdnutej kože. Spodina môže byť pokrytá odumretým tkanivom alebo ochabnutá, slatinového vzhľadu a bez výraznejšej sekrécie.

Liečba vredov predkolenia

Cieľom liečby vredov predkolenia je odstránenie príčin, ktoré toto ochorenie vyvolali, čo je vo väčšine prípadov veľmi obtiažne. Kompenzáciu pridružených chorôb a celkovú liečbu rozhodne prenechajte svojmu ošetrovateľskému lekárovi.

Nezabúdajte na starostlivosť o kožu!

Charakter kože sa s pribúdajúcim vekom mení: ľahšie stráca tuk a vlhkosť, stáva sa suchšou a citlivejšou. Pravidelným ošetrovaním kože na dolných končatinách možno jej odolnosť zvýšiť, čo je dôležité pri prevencii infekcie, ekzému i vredov predkolenia.

Účinným pomocníkom môže byť kozmetika, ktorý je špeciálne vyvinutá na uspokojenie nárokov zrelej pokožky, ktorú čistí, vyživuje, regeneruje, hydratuje (zvlhčuje) a zvyšuje jej odolnosť. Tieto výrobky obsahujú šetrné a účinné kombinácie látok, pri ktorých dermatologické testy preukázali, že posilňujú prirodzenú ochrannú bariéru kože.

Nikdy si neliečte defekty kože sami a nepoužívajte „zaručene účinné“ prípravky odporúčané známymi alebo podomovými dílermi. Ošetrovanie kože patrí do starostlivosti odborného lekára. Domácky vykonané ošetrovanie môže pozmeniť priebeh ochorenia a významne sťažiť lekárovi stanovenie správnej diagnózy.