

Вокруг дерматологических заболеваний существует множество мифов, которые мешают правильному лечению и уходу за кожей. Разобраться с самими распространенными из них aif.ru помогла врач-дерматовенеролог, кандидат медицинских наук Анна Карамова.

Акне, розацеа и гиперпигментация — три самые частые дерматологические проблемы, которые встречаются у пациентов и немало отравляют им жизнь и самооценку. И хотя современной дерматологии есть, чем помочь таким пациентам, многие предпочитают верить мифам и лечиться как попало, а то и вовсе делать это самостоятельно.

Миф № 1: Акне, розацеа и пигментацию можно вылечить навсегда

К сожалению, это не так. Акне и розацеа — хронические заболевания, которые могут обостряться под воздействием различных факторов. Пигментация может возвращаться, особенно без надлежащей защиты от солнца. Важно понимать, что цель лечения — достигнуть стойкой ремиссии, а затем регулярно поддерживать здоровье кожи.

Миф № 2: Одна процедура лазера избавит от пигментации если не навсегда, то надолго

Лазер действительно может осветлить пигментные пятна, но это не всегда гарантирует решение проблемы. В некоторых случаях агрессивное воздействие лазера может спровоцировать еще более выраженную пигментацию, особенно у людей со смуглой кожей. Поэтому к лазерному лечению пигментации нужно подходить с осторожностью и выбирать квалифицированного и опытного специалиста.

Кожа проснетя. Дерматолог Николаева назвала лучшие кремы для весны Подробнее

Миф № 3: Акне — это проблема только подростков

Акне может не только не пройти после 25 лет, но даже впервые возникнуть в любом возрасте. Взрослое акне — довольно распространенное явление, часто связанное с гормональными изменениями, стрессом и неправильным уходом за кожей.

Миф № 4: Розацеа — это просто покраснение кожи, а не болезнь, поэтому лечиться не надо

Это хроническое кожное заболевание, которое может проявляться покраснением кожи, расширением мелких сосудов кожи и высыпаниями (папулами и пустулами). Кроме того, что нужно лечить ее у дерматолога, важно заниматься и профилактикой ее обострения в дальнейшем, а это — изменение образа жизни.

Миф № 5: Загар помогает скрыть пигментацию и вылечить акне

Это обманчивое представление. Да, солнце подсушит участки воспаления и на время сделает кожу чище. Но затем проблема вернется с новой силой, поскольку ультрафиолетовое излучение, наоборот, провоцирует обострение акне. К тому же оно усугубляет пигментацию, и является триггером для розацеа. Качественная защита от солнца — обязательное условие для здоровой кожи.

Миф № 6: Акне можно вылечить только дорогими средствами

На самом деле эффективное лечение акне не всегда требует больших финансовых затрат. Важно подобрать правильный уход, который подходит именно вашей коже, и следовать рекомендациям дерматолога.

Что такое тонер и для чего он нужен? Подробнее

Миф № 7. Психотерапия при лечении кожных заболеваний — это шарлатанство

Стресс может быть не только причиной плохого настроения, но и виновником проблем с кожей. Доказано, что постоянное напряжение и переживания напрямую отражаются на ее состоянии. Именно поэтому в современном лечении акне и розацеа все чаще используют не только кремы и процедуры, но и методы, которые помогают успокоить нервную систему: релаксацию, психотерапию и даже медитацию.

Миф № 8. Сегодня в открытом доступе — столько информации, что лечиться можно и по интернету

Важно понимать, что лечение всегда индивидуально. Причины проблем с кожей у каждого свои: у кого-то это сбой в работе желудочно-кишечного тракта, у других — гормональные нарушения. Именно поэтому универсальные советы по питанию или уходу часто оказываются бесполезными, а то и вредными.

Не откладывайте визит к врачу. Здоровье кожи — это не только вопрос красоты, но и отражение общего состояния организма. Первым шагом станет обследование. Дерматолог назначит анализы, например, на дефицит микроэлементов, чтобы понять, чего не хватает вашему организму. На основе результатов врач подберет лечение или порекомендует скорректировать питание. Кроме того, специалист поможет выбрать подходящий домашний уход и, если нужно, назначит процедуры — от глубокого очищения до аппаратных или инъекционных методик.

Могут ли у человека в зрелом возрасте появиться юношеские прыщи? Подробнее

Чтобы сохранить красоту и здоровье кожи, важно не только правильно лечить существующие проблемы, но и заниматься профилактикой. Вот несколько простых, но эффективных советов от нашего эксперта для сохранения здоровья кожи.

Помните, что правильный диагноз и индивидуальный план лечения — залог успеха в борьбе с акне, розацеа и пигментацией. Доверяйте свою кожу профессионалам и не верьте мифам!