

# ZDRAVIE A KRÁSA NA DOSAH...



**Krásna pokožka nie je len výsadou celebrit. Môže ju mať takú každý, kto sa o ňu dokáže kvalitne starať. V súčasnosti téma starostlivosti o pokožku podlieha rôznym mýtom a polopravdám. Na to, čo má človek robiť, ak chce mať zdravú a sviežu pokožku, sme sa opýtali uznávanej dermatologičky MUDr. Márie Petrášovej, odbornej školiteľky špecializovanej ambulancie laserovej a korektívnej dermatológie Skinpoint na Tehelnej ulici v Bratislave.**

**■ Pani doktorka, vďaka svojim skúsenostiam na klinike Dermapoint v Žiline, po dvadsiatich rokoch praxe, školení a tréningovaní lekárov v zahraničí, ste sa stali aj odbornou školiteľkou**

**dermatologickej ambulancie Skinpoint v Bratislave. Čo vás viedlo k tomuto rozhodnutiu a akým smerom chcete, aby sa ambulancia Skinpoint uberala?** Ambulancia Skinpoint ma oslovila svojou filozofiou, ústretovou k pacientovi. Zdravie a krása by mali byť cenovo dostupné pre všetkých. Každý by mal mať možnosť využívať najkvalitnejšie prístroje, metódy a odborný prístup špičkových lekárov – dermatovenerológov špecializujúcich sa na oblasť laserovej a estetickej dermatológie a dermatochirurgie.

**■ Môžete našim čitateľkám vysvetliť, do akej miery dokáže laser pomáhať lekárovi a aké kožné problémy a nedostatky sa dajú laserom riešiť?**

Lekár pomocou vhodne zvoleného typu lasera dokáže odstrániť rôzne výrastky, kožné nádory a znamienka. Dôležité je určiť typ výrastku, aký typ kožného nádoru ideme odstraňovať – to dokáže iba skúsený lekár, ktorý vie správne rozhodnúť, akú metódu použiť a vie aj posúdiť, či je potrebné kožný výrastok poslať na histologické vyšetrenie. Laser dokáže odstrániť všetky nežiaduce lézie na koži, od benígnych nádorov až po veľké cievne nádory. Je to veľmi efektívne, pretože skalpel vymeníme za laserový lúč. V ruke máme vlastne laserový nožik, ktorým dokážeme bez krvácania prerezať tkanivá.

**■ Aké sú výhody laserového odstránenia kožného tumorčeka?** V indikovaných prípadoch výhodou laserového odstránenia je rýchlosť a bezpečnosť zákroku a bezproblémové hojenie bez väčšieho zjazvenia, zvyčajne bez komplikácií. Pri chirurgickom odstránení tumorčeka je predpoklad vzniku jazvy väčší. Pacient musí pritom zachovať určité odporúčenia lekára. Aj pri laserovom odstránení vzniká jazva, ak režime veľmi hlboko, ale rana sa pri použití lasera lepšie hojí. Nemusíme ju šiť, pacient nemusí chodiť na preväzy, rana je po zákroku suchá a nekrváca.

**■ Čo predchádza laserovému odstráneniu kožného tumorčeka?**

Dermatoskopické vyšetrenie. Lekár po dôkladnom vyšetrení znamienka digitálnym dermatoskopom rozhodne, či je nielen z estetického, ale hlavne z medicínskeho hľadiska vhodné znamienko, resp. tumorček odstrániť. Lekár tiež pomocou dermatoskopu rozhodne, či sa znamienko má poslať na histopatologické vyšetrenie. Vtedy je lepšie vyrezať ho chirurgicky.

**■ Aké ďalšie kožné problémy sa dajú riešiť pomocou laserových prístrojov?**

Rozšírené cievky a cievne pletence sa dajú odstrániť kdekoľvek na tele, ale najčastejšie ich odstraňu-

jeme na tvári a dolných končatinách. Veľmi často sa vyskytujúcim kožným problémom sú hemangiomy – cievne tumorčeky, vtedy je vhodné zvoliť laser s technológiou intenzívneho pulzného svetla. Výsledný efekt je veľmi dobrý. Zárok je mierne pocitovo nepríjemný, no ide skôr o pálenie, záblesk a preľaknutie, nie bolesť.

**■ Ako pomáha laser pri liečbe akné?**

Na liečbu aknóznej pleti existuje niekoľko laserov. Soft lasery – mäkké lasery – necítia na koži, stimulujú obranyschopnosť kože, pôsobia protibakteriálne a pomáhajú hojeniu, ničia choroboplodné zárodky. Je však potrebných viac ošetrení a výsledok je často minimálny. Vysokovýkonné lasery sú bolestivé, prejdú cez kožu až k mazovej žľaze, ktorú usmernia v jej funkcii (znižia tvorbu mazu), stimulujú k tvorbe väziva a tým pôsobia preventívne proti tvorbe jazvičiek. Ak sa už jazvičky vytvorili, je potrebné vybrať vhodný laser, ktorý ich minimalizuje. Jazvičku dokážeme pomerne dobre skorigovať, ale nedokážeme ju úplne odstrániť. Netreba čakať, kým jazva vyzreje, v minulosti sme vyčkávali, natierali jazvičky rôznymi krémami a až potom ošetrovali laserom, teraz technika pokročila a jazvičky môžeme ošetrovať hneď po zahojení rany.

**■ Viete odstrániť napríklad aj nadmerné ochlpenie?**

Nežiaduce ochlpenie sa dá vyriešiť, ale nie absolútne a dokonale. Lasery sú pomerne výkonné, ale ochlpenie nedokážeme odstrániť úplne. Protokoly uvádzajú presný počet ošetrení a ich interval daný

odstránime a už sa nikdy nevráti a niektoré sa budú vracat každé leto.

**■ Môže laser pomôcť aj pri odstraňovaní vrások?**

Pri odstraňovaní vrások existuje celá škála možností. Najefektívnejšími sú injekčné metódy a aplikácie výplňových materiálov, ako je kyselina hyalurónová či boto-

toxín. Dnes sa k týmto metódam pripája podvihnutie ochabnutých kontúr tváre pomocou mezonití. Laserové prístroje poskytujú škálu ošetrení, ktorými je možné obnoviť tvorbu kolagénu, čím dochádza k vypnutiu pokožky a odstráneniu, resp. korekcii vrások. Ideálne je individuálne zákroky nakombinovať tak, aby sa zachovala prirodzenosť. Na osvieženie pleti nepotrebujeme hneď chirurga. Existuje celá škála laserov, záleží na preferencii ošetrojúceho lekára. Účinok lasera je však obmedzený, je len doplnkovou liečbou na stimuláciu kolagénu.

**■ V súčasnosti sa lasery objavujú ako doplnková procedúra v rôznych dermatocentrách. Môžu zákroky laserom prevádzkovať aj neodborníci? Sú tam nejaké riziká?**

V súčasnosti sa na trhu objavuje mnoho dermatologických centier, ktoré ženám sľubujú doslova zázraky na počkanie. Bez ohľadu na ich vrodené dispozície či zdravotný stav. Často sa dokonca dozvedáme o neodbornom prístupe, používaní nekvalitných prístrojov a materiálov, ktoré dokážu napáchať ťažko liečiteľné škody. Keď sa dáma rozhodne absolvovať nejaký estetický zákrok, mala by v prvom rade staviť na kvalitu a pozitívne referencie.



**Ak máte problém, s ktorým si neviete rady, ozvite sa nám!**  
**Bezplatné konzultácie čitateľkám Slovenky v ambulancii Skinpoint poskytnú:**

- MUDr. Mária Petrášová, medzinárodná školiteľka v oblasti dermatológie a estetickej medicíny
- MUDr. Tomáš Kopal, odborný zástupca ambulancie v oblasti dermatochirurgie
- MUDr. Regina Paulínyová, dermatovenerológia, laserová a korektívna dermatológia
- MUDr. Andrea Tvrdoňová, dermatovenerológia, laserová a korektívna dermatológia

Špecializovaná ambulancia laserovej a korektívnej dermatológie SKINPOINT, Tehelná 24, 831 03 Bratislava, tel.: +421 2 442 51 839, mobil: +421 918 308 283