



TAKÉ SE VÁM V OBLIČEJI,  
V DEKOLTU ČI NA RUKOU  
ZE DNE NA DEN VYTVOŘILY  
NEVZHLEDNÉ PIGMENTOVÉ  
SKVRNY? CO JE ZPŮSOBILLO  
A JAK SE JICH ZBAVIT? ZEPTALI  
JSME SE ODBORNÍKA.

# pigmentovým skvrnám

## 1. Je možné se pigmentovým skvrnám vyhnout?

**Ne** Důvodem je jejich rozmanitý původ. Vyhneme-li se např. těm, za které mohou hormonální poruchy, některá onemocnění nebo kombinace slunečního záření s některými léky či látkami obsaženými v kosmetických přípravcích, mohou nás časem čekat alespoň ty stařecké.

## 2. Jsou pigmentové skvrny dědičné? Nebo problémy s pigmentem vůbec?

**Ano** Ale jen některé, často přítomné už při či krátce po narození, některé můžeme najít u někoho z příbuzenstva. Neseme si s sebou např. také dispozici ke vzniku pih. Dědičná je také ztráta pigmentu zvaná vitiligo.

## 3. Způsobují pigmentaci slunce, antikoncepce či špatně zvolená péče o pleť?

**Ano** Všechny tyto faktory jsou velice častou příčinou. Letité nadměrné vystavování se slunečnímu záření je jedním z hlavních původců např. stařeckých pigmentací. Sluneční záření reaguje i s některými léky, zejména s antikoncepcí, antibiotiky, kosmetikou. Půjdu-li se někteří z nás slunit např. ihned po razantním čištění pleti, mohou nám místa po čerstvě odloučených stroupkách rovněž ztmavnout.



## MUDr. Marta Moidlová

Od roku 2001 vede Klinikou LaserPlastic, kde optimálně skloubila belou estetickou a laserovou dermatologií s plastickou chirurgií. Má za sebou stáže v Rakousku, Francii, USA, Brazílii, Itálii, Monaku. Je členkou představenstva Společnosti pro využití

## 5. Míají na vznik pigmentových skvrn vliv hormony?

**Ano** Takové pigmentace se nazývají chloasma a melasma.

Jde o hyperpigmentace kombinující sluneční záření většinou s hormonálním vlivem. Ten může být pro organismus jako celek zcela nevýznamný či se jedná o krátkodobý výkyv (nepravidelnost v menstruaci, interrupce, těhotenství, hormonální antikoncepce. Vliv zde ale bohužel představuje i životní prostředí - přítomnost stopového množství ve stravě, znečištěné ovzduší apod. Proto je tento typ řazen (např. spolu s akné dospělých) mezi civilizační choroby a jejich výskyt roste geometrickou řadou na celém světě. Projeví se mapovitými světlé až tmavěji hnědými plochami nejčastěji na horním rtu (dojem knírku), mezi obočím a na lících kostech.

## 4. Lze skvrnám v obličeji, dekoltu, na rukou předejít?

**Ne** Dispozici a typ kůže totiž zatím ještě nezměníme. Čeká-li nás hormonální výkyv či některé onemocnění... nejsme schopni je ovlivnit. Jsme tedy odkázáni na důslednou ochranu před sluncem a správnou, někdy i poněkud náročnější, péči o pleť.

## 6. Tvoří se pigmentové skvrny v jakémkoliv věku?

**Ano** Opět záleží na tom, jaké. Vrozené skvrny se objevují už při narození či v dětství. Pigmentace známé jako stařecké se stupňují s přibývajícím věkem, u disponovaných je však nalézáme už ve velice mladém věku.

## 7. Dají se pigmentace potlačit běžnými bělicími kosmetickými produkty?

**Ano** Ale, jen některé, ty počínající, s granulární pigmentu uloženými v povrchových vrstvách kůže. Pro rezistentnější pigmentace však dermatolog doporučí razantnější léčbu.

## 8. Existuje více metod jak skvrny odstranit?

**Ano** Existuje mnoho různých depigmentačních roztoků, krémů, gelů či sér pro domácí ošetření. Dalšími možnostmi jsou chemický peeling prováděný některými specializovanými kosmetičkami, koncentrovanější forma prováděná lékařem, léčba nadměrným chladem pomocí tekutého dusíku či oxidu uhličitého, tzv. sněžení. A konečně moderní typy laserů, které buď cíleně rozbíjejí pigment v hloubce kůže či plošně odpařují kůži po jednotlivých vrstvách.

## 9. Rozhodnu-li se pro odstranění skvrn pomocí peelingu či laseru, musí bělení proběhnout v určitém ročním období?

**Ano** Zákroky je vhodné provádět od podzimu do jara. Je třeba vynechat léto či dobu s intenzivním slunečním svitem. Snad kromě některých typicky stařeckých projevů, které je pacient schopen si před sluncem důsledně ochránit. Po bělení pacienti musejí dodržet skutečně důslednou ochranu před slunečním zářením.

## 10. Je třeba o obličej či jinou bělenou partii po zákroku pečovat speciálními produkty?

**Ano** Doporučuji použít kromě ostatních protislunečných přípravků též tyčinku na rty s vysokým SPF, a to kromě rtů i na další inkriminované partie (na horní ret - pod nosem, mezi obočí, na lící kosti, po stranách krku - od uší na krk, na hřbety rukou a dekolt). Krém v tyčince lépe přilne, hůře se setře a obtížněji se odplaví potem a vodou. Tyto přípravky s co nejvyšším SPF je vhodné častěji natírat i u lidí s vyšším fototypem.

## 12. Vydrží "vybělení" skvrn dlouho?

**Ano** Při správné a dobré péči se např. stařeckých skvrn můžete zbavit navždy. Některé pigmentace např. hormonální vybělíme jen dočasně, nejsme totiž schopni odstranit příčinu jejich vzniku.

## Zjistěte si, co vaše skvrny způsobilo:

- Tvorbou melaninu - kožního pigmentu - se kůže chrání před škodlivými vlivy ultrafialového záření. Hyperpigmentace je zmnožení pigmentu. Poruchy melaninové pigmentace mohou být vrozené či získané (patří sem např. pihy).
- Zvýšenou tvorbu pigmentu způsobuje řada příčin: např. dědičné onemocnění střev - pigmentace se objevuje kolem rtů; žlučníkové kameny - pigmentace kolem očí.
- Pigmentace vznikají i po ozáření sluncem v kombinaci s léky, s parfémami, s kosmetikou (krémy, rostlinami). Pigmentací se může zhojit odřenina, škrábnutí, stopy po akné, poranění či jizva po operaci.

## 11. Liší se přípravky doporučené po bělení od těch "běžných" hodně?

**Ano** Běžné pečující přípravky musíte vynechat. Je třeba používat zklidňující hydratační mléka, gely a krémy a to až do úplného zhojení. Mezi jednotlivými zákroky (např. chempeelu) se často aplikují i speciální přípravky, které potencují a umocňují efekt (s kyselinou glykolovou apod.)

## 13. Vrátil se skvrny?

**Ano** Znovu se zpravidla objeví ty, u kterých nejsme schopni odstranit příčinu jejich vzniku.

## 14. Lze se po vybělení skvrn ještě někdy opalovat?

**Ano** Záleží na charakteru poruchy, pokud neumíme odstranit příčinu (např. u hormonálních), pak opalování není vhodné vůbec, a to i bez ohledu na bělení. Rozhodně se nesmíte opalovat v průběhu bělicího procesu: pigmentaci byste ještě podpořili.

## 15. Musím se po bělení navždy chránit speciálními produkty?

**Ano** Doporučujeme ještě vystupňovat zásady bezpečného opalování. Používejte vysoký ochranný faktor, opakovaně se natírejte silnou vrstvou (po 1 až 2 hod.) a vždy po zapocení, setření, koupání a 20 až 30 minut před sluněním.

## 16. Znamenají pigmentové skvrny nějaké větší nebezpečí?

**Ano** Některé se mohou stát tzv. prekancerózy, to znamená, že se z nich postupem let může vyvinout některý typ kožního nádoru. Odliší je zkušený dermatolog a doporučí vám způsob odstranění.