

Volně prodejné přípravky na citlivou pokožku

MUDr. Radana Dwayebová¹, Mgr. Stefan Gajdoš²

¹Koží oddělení Nemocnice Nový Jičín a.s., člen skupiny Agel

²Lékárna U Anděla strážce, Ostrava-Moravská Ostrava

Citlivá pokožka je obecný pojem, který je používán k popisu kůže se sníženou tolerancí k používání kosmetiky a výrobků pro osobní hygienickou péči. Článek popisuje v první části projevy, příčiny vzniku a způsoby terapie citlivé pokožky. Vzhledem k tomu, že pacienti často vyhledávají jako jednu z prvních voleb při řešení těchto potíží personál lékárny, shrnuje text ve druhé části článku vybrané volně prodejné dermatokosmetické přípravky určené pro citlivou pokožku, se kterými máme pozitivní zkušenosti.

Klíčová slova: citlivá pokožka, syndrom citlivé pokožky, volně prodejné dermatokosmetické přípravky.

Over-the-counter products for sensitive skin

Sensitive skin is a general term used to describe skin with reduced tolerance to the use of cosmetics and personal hygiene products. The article initially describes the manifestations, causes, and methods of treatment of sensitive skin. Given the fact that patients often seek the pharmacy staff as one of the first options in addressing this issue, the second part of the article summarizes selected over-the-counter dermocosmetic products intended for sensitive skin that we have a positive experience with.

Key words: sensitive skin, sensitive skin syndrome, over-the-counter dermocosmetic products.

Co je to citlivá pokožka?

Citlivá pokožka je poměrně častým příznakem, vyskytuje se u velké části pacientů s různým typem kožního onemocnění (např. atopický ekzém, psoriáza, rozacea, fotodermatitida, periorální dermatitida apod.), ale velmi často se vyskytuje samostatně. Lékařská literatura pak hovoří o tzv. syndromu citlivé pokožky (1). Jedná se o stav abnormální reaktivity kůže na různé zevní podněty různé intenzity a na zevně působící látky, které jsou jinak běžně pacienty tolerované (3, 7). Přecitlivělou pokožku má ve světě asi 55 % žen a 38 % mužů (1). Tento počet má stále stoupající tendenci. Klinicky subjektivní symptomy mohou být velmi intenzivní, liší se od jedince k jedinci, objektivní příznaky jsou velmi diskrétní nebo zcela chybí (7). Nástup potíží je obvykle rychlý, během několika minut, ale někdy nastupují i o několik hodin později. Včas neřešený problém může vést ke zhoršení

klinického stavu pokožky nebo k rozvoji řady kožních onemocnění (1).

Příčiny

Příčina rozvoje přecitlivělé pokožky je multifaktoriální a nejednotná, podílí se na ní celá řada faktorů vrozených (fototyp I a II, suchá kůže atopiků a kůže starých lidí) a faktorů zevního prostředí (3, 7). Mezi faktory zevního prostředí patří vliv životního prostředí (náhlé změny teplot, horko, chlad, vítr, sluneční záření, znečištění prostředí), faktory psychické (intenzivní emoce, stres, hněv, deprese, neurotické projevy apod.), vliv výživy (ostré, kořeněné potraviny, alkohol, káva, exotické ovoce), působení chemických látek přítomných v kosmetice, čistících přípravcích, v syntetických a nežehlivých tkaninách, ve vodě v plaveckých bazénech a nelze opomenout ani vliv častých zákroků korektivně dermatologických i plasticko-chi-

Tab. 1. Přehled látek vyvolávajících podráždění citlivé pokožky (3)

benzoová kyselina
bronopol
cetylalkohol
cetylstearylalkohol
chlormethylisothiazol
formaldehyd
glycerylsteárat
heřmánek
měsíček lékařský
kyselina mléčná
kyselina sorbová
kvartérní amoniové soli
laurylsulfát sodný
parabeny
perubalzám
polyethylenglykol
propolis
quartenium
sloučeniny kyseliny cinnamové
tea tree olej
urea

KORESPONDENČNÍ ADRESA AUTORA: MUDr. Radana Dwayebová, radana.dwayebova@nnj.agel.cz

Koží oddělení Nemocnice Nový Jičín, a.s., člen skupiny Agel

K Nemocnici 76, 741 01 Nový Jičín

Převzato z: Dermatol. praxi 2016; 10(3): 132–135

Tab. 2. Přehled vybraných produktů pro citlivou pokožku, se kterými máme v naší kožní ambulanci zkušenosti a jsou volně prodejně v lékárnách

La Roche-Posay
Toleriane ULTRA a ULTRA fluid 40 ml
Toleriane ULTRA oční 20 ml
Toleriane ULTRA noční 40 ml
Toleriane Riche 40 ml
Toleriane odličovací emulze 200 ml
Termální voda ve spreji La Roche 50 ml, 150 ml, 300 ml
Bioderma
Sensibio H ₂ O micelární voda 250 ml/ 500 ml
Sensibio mléko 250 ml
Sensibio Tolerance 40 ml
Sensibio Mask 75 ml
Sensibio Legere 40 ml
Sensibio Riche 40 ml
Sensibio oční 15 ml
Beiersdorf
Eucerin UltraSENSITIVE krém pro suchou pleť 50 ml
Eucerin UltraSENSITIVE krém pro normální a smíšenou pleť 50 ml
Eucerin čistící krémový gel 100 ml
Belupo
Belobaza krém 100 g, 400 g
Astellas Pharma
Lipobase Repair krém 8 g, 30 g

rurgických (dermabrazie, laserový resurfacing, facelift apod.) (7). Při časté expozici kůže výše uvedeným faktorům dochází k narušení kožní bariéry, snížení množství lipidních komponent, zvýšené transepidermální ztrátě vody a obnažení volných senzorkých zakončení v epidermis, a tím ke zvýšení citlivosti kůže na dráždivé podněty (1, 5).

Léčba

Péče o citlivou pokožku musí mít komplexní charakter (1, 3). Na počátku je nutné přerušení aplikace léčebných a kosmetických přípravků s obsahem dráždivých látek, zákaz plánovaných dermato-kosmetických a plasticko-chirurgických zákroků a ošetření. Pacient by měl být vyšetřen dermatologem, zda netrpí jiným kožním onemocněním. Dermatolog provede také rutinní epikutánní testy k vyloučení případné alergické reakce. V případech podezření na paraneoplastickou dermatózu je nutné i vyšetření interní, onkologické a endokrinologické. Neméně důležitá je změna životosprávy pacienta (vyvážená racionální strava, vyloučení ostrých, kořeněných jídel, alkoholu a kávy z jídelníčku, dostatečný příjem tekutin a přiměřená fyzická aktivita) a vyloučení či omezení vlivů životního prostředí, které mají negativní vliv na pokožku (viz výše) (7).

Pacientům doporučujeme produkty výrobců dermatokosmetiky, pomocí kterých lze citlivou pokožku navrátit zpět do rovnováhy, regulovat její citlivost. Tato dermatokosmetika je výrobcem označována za hypoalergenní. Tento termín znamená, že je méně pravděpodobné, že způsobí alergickou reakci, protože obsahuje pouze omezené množství složek, je bez konzervačních látek, parafinu, parfemace, bez alkoholu, emulgátorů a barviv. Tyto produkty jsou obohaceny dále o látky protizánětlivé, antioxidační, zmírňují pocity suchosti, napjaté kůže, svědění a poskytují pleti dlouhotrvající komfort. Pro ochranu obsahu výrobků před nečistotami a oxidací je použito balení s ochranou proti kontaminaci s duálními ventily (5).

Pro pacienty je důležité pomalé zavádění dermatokosmetiky. Doporučuje se provést u každého nového výrobku lokální test na kůži předloktí nebo spánku a zjistit, zda výrobek nevyvolá nežádoucí podráždění. Zavádění nových produktů by mělo být prováděno postupně, v intervalech minimálně 2 týdnů (5).

Stručná charakteristika přípravků od vybraných firem

Firma La Roche vyvinula pro citlivou pleť řadu Toleriane, která neobsahuje konzervanty, parabeny, alkohol, barviva, lanolin. Výrobky jsou nekomedogenní. Čistota je zajištěna díky ultra-hermetickému balení. Kombinují silně zklidňující látku neurosensin a termální vodu z La Roche-Posay, přirozeně uklidňující a zvláčňující (s minerály a stopovými prvky, např. selenem). V krému na oční okolí se nachází kombinace neurosensinu a niacinamidu a v nočním krému komplex neurosensinu, karnosinu a vitamínu E, který snižuje intenzitu erytému a zvyšuje komfort pokožky. Toleriane Riche navíc je obohacen o máslo z karité a Toleriane odličovací emulze o glycerin (4).

Výrobky firmy Bioderma pro citlivou pokožku, řada Sensibio, obsahují hlavně patent Toleridine posílený o přírodní komplex D.A.F. (Dermatologicae Advanced Formulation), spolu inhibují produkci prozánětlivých molekul a snižují reaktivitu citlivé kůže. Micelární pleťová voda pomocí esterů mastných kyselin (micely, podobné fosfolipidům buněčných membrán kůže) pomáhá při obnově hydrolipidického filmu pokožky. Do výrobku Sensibio mask, Sensibio Legere a Riche je navíc přidána i kyselina glycyrrhetinová, která má protizánětlivé účinky, snižuje intenzitu pnutí a pálení pokožky. Sensibio

Tolerance obsahuje patent Neurocontrol (komplex biomimetického tetrapeptidu a zklidňujících látek), snižuje tak přecitlivělost nervových vláken v pokožce. Je obohaceno ještě o látku bez alergizačního potenciálu sodium PCA (pyrrolidon karboxylát sodný). Tato látka posiluje kožní bariéru a hydrataci. Do očního krému kromě Toleridine patentu a komplexu D.A.F. je přidán kofein, který napomáhá snižování otoků, a kyselina hyaluronová k zabránění vzniku vrásek (6).

Firma Belupo nabízí k ochraně, regeneraci a hydrataci citlivé pokožky krém Belobaza. Tento krém je také bez parabenů, lanolinu, syntetických barviv i parfémů (2).

Firma Biersdorf vyrábí značku Eucerin, ve které má pro citlivou pokožku určeny výrobky Eucerin Sensitive krémy a krémový gel. Pomocí složky SymSitive snižují aktivaci citlivých nervových vláken v epidermis, a tím zvyšují práh citlivosti pokožky a poskytují jí okamžitý dlouhotrvající komfort. Pro ochranu obsahu výrobku před nečistotami a oxidací je použito balení s duálními ventily. V otvorech ventilů jsou sterilizační filtry, dávkovač má ultra pevně těsné zakončení. Obsahuje také velmi omezený počet složek pro menší riziko nežádoucí reakce kůže (5).

Firma Astellas nabízí krém Lipobase Repair pro citlivou středně až velmi suchou pokožku. Pomáhá obnovovat, chránit a udržovat správnou funkci kožní bariéry díky obsahu ceramidů, volných mastných kyselin, cholesterolu, nanočásticím parafinu a glycerolu. Krém má rychlé a dlouhotrvající účinky, nedráždí, neobsahuje barviva, konzervační látky ani parfém (8).

Závěr

Syndrom citlivé pokožky je v populaci velmi častý a má stoupající tendenci (3). Přístup v péči o pacienty s citlivou pokožkou musí být komplexní, zahrnující vyloučení lokálních dráždivých produktů, aplikaci vhodných dermatokosmetických výrobků, ale i změnu životosprávy (1). V současné době je na trhu velký sortiment volně prodejných přípravků určených pro citlivou pokožku. Pro pacienty je velmi těžké se v této nabídce orientovat. Proto by tito již při prvních příznacích měli navštívit dermatologa, který odborně zhodnotí stav jejich pokožky, vyloučí závažnější dermatózu a doporučí vhodnou léčbu a péči. Při výběru dermatokosmetiky by neměla být opomíjena spolupráce lékařů s odbornými farmaceuty.

LITERATURA

1. Hadar-Lev-Tov, Howard I Maibach, The Sensitive Skin Syndrome, Indian Journal Dermatology 2012; 57(6): 419–423.
2. <http://www.belupo.cz/produkt/15-belobaza>.
3. Martinásková J. Péče o podrážděnou a citlivou pokožku, Dermatol. praxi 2014; 8(3): 123–124.
4. <http://www.laroche-posay.cz/lecebne-pripravky/Toleriane/Intolerantn%C3%AD-ple%C5%A5-r368.aspx>.
5. <http://www.eucerin.cz/indikace/citliva-plet>.
6. <http://www.bioderma-cz.com/nase-produkty/sensibio>.
7. Pons-Guiraud A. Sensitive skin: a complex and multifactorial syndrome, 14.spt.2004journal of Cosmetic Dermatology, Journal of Cosmetic Dermatology, 2004; 3(3): 145–148.
8. <http://www.astellas.sk/images/produkty/Lipobase-repair-letak.pdf>.