

Przebarwienia – czym są i jak się ich pozbyć?

Przebarwienie jest to miejscowe i długotrwałe nagromadzenia nadmiaru barwnika, będące rezultatem samoobrony organizmu przed szkodliwymi bodźcami. Samo słońce nie powoduje trwałych przebarwień (z wyjątkiem starczych i piegów), jest jedynie „katalizatorem”, podczas gdy ich pierwotną przyczyną jest coś innego, np. hormony, leki lub urazy. Jak walczyć z tym uciążliwym problemem, radzi dr Marek Wasiluk, specjalista z warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium.

W skórze nie wystawianej na działanie szkodliwych czynników, nie ma przebarwień, natomiast pod wpływem działania promieni słonecznych pojawia się opalenizna (można ją nazwać przebarwieniem krótkotrwałym lub



przejściowym). Póki co nie wiadomo natomiast, dlaczego inne przebarwienia nie znikają tak, jak opalenizna. Przebarwienia to trudny i złożony problem do wyleczenia, między innymi dlatego, że nie ma jednego tylko typu przebarwień.

Rodzaje problemu

Przebarwienia można podzielić na kilka następujących typów:

1. pourazowe, powstające po zabiegach uszkadzających skórę (np. kosmetycznych i medycyny estetycznej – laserowych, mikrodermabrazji, pilingach – oraz zabiegach chirurgicznych);

2. posłoneczne, czyli starcze (tzw. soczewicowate), które powstają stopniowo, z wiekiem, wskutek regularnego oddziaływania słońca na skórę;
3. hormonalne, np. melasma, która powstaje u kobiet w ciąży lub pod wpływem hormonów czy antykoncepcji;
4. jako skutek uboczny niektórych chorób np. choroby Addisona;
5. po lekach (np. niektórych antybiotykach czy lekach psychotropowych).

Pamiętajmy, że cały czas mowa jest tutaj o przebarwieniach, a nie o znamionach barwnikowych, bo różnica jest zasadnicza. Tych drugich nie usuwa się metodami medycyny estetycznej, a chirurgicznie.

Jak powstają przebarwienia?

Barwnik odpowiedzialny za przebarwienia to melanina, która wytwarzana jest w naskórku przez melanocyty. Dr Marek Wasiluk z Triclinium tłumaczy ten problem następująco. – *Melanina może niejako wędrować w obrębie skóry, może być wydalona z komórek, przekazana innym komórkom, ale może też pozostać w naskórku lub przemieścić się do skóry właściwej. Może być więc położona płytko lub głęboko. Produkcja barwnika jest dynamicznym, ciągłym procesem, trwającym przez całe życie, nawet u niemowlęcia, które nigdy nie widziało słońca. W trakcie zabiegów na przebarwienia, idealnie usuwamy głównie barwnik, a prawie nie naruszamy produkujących go melanocytów (to nie byłoby wskazane ze względu na ryzyko powstania na skórze białych plam czyli odbarwień)* – mówi specjalista.

Chodzi wyłącznie o sprawienie, aby melanocyty produkowały tylko tyle barwnika, ile trzeba, ingeruje się więc w ten dynamiczny proces w taki sposób, aby zachować równowagę i poniekąd tylko przesunąć punkt tej równowagi. Problem w tym, że skóra niejako ma pamięć (nie do końca znany jest jej mechanizm). Co to oznacza? – *Lubi „pamiętać”, że gdzieś było więcej barwnika i dąży do przywrócenia pierwotnego stanu. Trzeba więc działać w taki sposób, aby „oduczyć” skórę nawyku przywracania barwnika. To powód, dla którego terapia związana z usuwaniem wielu typów przebarwień jest skomplikowana i długotrwała* – tłumaczy dr Marek Wasiluk.

Grunt to diagnoza

Podstawą leczenia jest dobra diagnoza, sprawdzenie nie tylko, gdzie przebarwienia są umiejscowione (co wcale nie jest takie proste, bo nawet specjalistyczne lampy nie są dość precyzyjne, no i mają zasadniczy brak – nie pokazują grubości przebarwienia), ale też, jak skóra reaguje na zabiegi. Warto też przeanalizować cały proces pojawiania się przebarwień u pacjenta, określić, kiedy się nasilają, jakie mają tendencje, itd. Bez tak wnikliwej wiedzy i przygotowania nie da się przebarwień skutecznie usunąć. Niestety, na ogół na podstawie oględzin nie da się określić, czy przebarwienie jest umiejscowione płytko czy głęboko. Choć naprawdę dobrzy specjaliści powinni dysponować takim doświadczeniem, że przy odpowiednim oświetleniu mogą z dużym prawdopodobieństwem określić, z jakim przebarwieniem mają do czynienia. Jednak nawet im może czasem brakować pewności, z jakim typem zmiany mają tak naprawdę do czynienia.

Łatwo więc zrozumieć, jak skomplikowane są przebarwienia i proces ich leczenia. Najprościej usunąć przebarwienia starcze oraz piegi. Wszystkie pozostałe są już bardziej skomplikowane, z tym że usuwanie przebarwień z twarzy jest generalnie trudniejsze niż z innych miejsc, takich jak dekolt, plecy czy dłonie, a przebarwień pozapalnych (po lekach, chorobach czy urazach) dodatkowo utrudnione, bez względu na miejsce ich występowania, co wynika z głębokości ich umiejscowienia. Płytkie przebarwienie pourazowe, np. od poparzenia wodą, samo zniknie po 3-6 miesiącach. Również przebarwienie w naskórku zazwyczaj zaniknie po jakimś czasie, ale położone na granicy naskórka i skóry właściwej już nie, tak samo jak w skórze właściwej.

Wiele metod leczenia

Nie ma jednej metody leczenia przebarwień, jednego narzędzia, ani też jednego uniwersalnego ustawienia sprzętu. Dostępne metody można podzielić na agresywne i nieagresywne. Wadą metod agresywnych jest to, że są dobre tylko na płytkie i proste przebarwienia, po zabiegu pacjent nie wygląda najlepiej, wątpliwa jest trwałość ich efektów, a także fakt, że same mogą powodować przebarwienia.

- **Laser bromkowo-miedziowy**

Bezkonkurencyjny, działa na przebarwienia każdego typu, zarówno łatwe, jak i trudne. To dzięki temu, że dysponuje dwiema długościami fali, emituje światło zielone (najlepiej pochłaniane przez komórki barwnikowe) i dodatkowo światło żółte (pochłaniane przez kolor czerwony, więc jest niezastąpiony przy przebarwieniach hormonalnych typu naczyniowego). W praktyce jest niezastąpiony przy melasmie. Daje też najmniejsze ryzyko nawrotów. – *Moim zdaniem jest to zdecydowanie numer jeden w leczeniu przebarwień* – podsumowuje specjalista Triclinium.

- **Pilingi**

Są wśród nich pilingi agresywne, np. cosmelan. Doświadczenia pacjentek wskazują, że jest on skuteczny, ale jedynie przy przebarwieniach płytkich. Na głębokie, hormonalne, polekowe czy pourazowe nie są one polecane. Terapia cosmelanem, podzielona zawsze na etap gabinetowy i etap kuracji domowej, trwa długo i jest uciążliwa. Wadą pilingów jest częste nawracanie przebarwienia, i jeśli po nawrocie leczyć je tą samą metodą, to efektywność znacznie spada, a już przy trzecim nawrocie metoda okazuje się bezsilna. Cosmelan może być skutecznie stosowany na płytkie, stabilne przebarwienia. Jeśli jednak ktoś się decyduje na zabieg cosmelanem, to po nawrocie przebarwienia powinien rozzejrzeć się już za inną metodą. Odradzaną przez specjalistów metodą jest kwas TCA. Kiedyś nie było innych metod na przebarwienia, więc można zrozumieć, dlaczego go stosowano. Jednak dziś stosowanie metody, w której ok. 30 proc. zabiegów powoduje powikłania w postaci nowych przebarwień lub odbarwień skóry, wydaje się zdecydowanie bezsensowne.

- **Laser Q-switch**

Jest to laser odpowiedni na przebarwienia postłoneczne w rodzaju piegów i plam starczych. Mimo więc, że będziemy jeszcze poniżej pisać o innych metodach na te najprostsze z przebarwień, to i tak laser Q-switch jest najlepszy – głęboko penetruje, daje najmniejsze powikłania (czyli np. najmniejsze ryzyko przebarwień pourazowych), jest najmniej bolesny i najlepiej się po nim goją uszkodzenia skóry (choć generalnie po wszystkich mocnych zabiegach ślad jest długo widoczny). Minusem tego lasera jest mała plamka zabiegowa, więc nie jest wygodny do usuwania rozległych plam. Umiejętnie stosowany wspomaga i

przyspiesza terapię przebarwień typu melasma. Q-switch jest też laserem z wyboru na przebarwienia pozapalne, tyle tylko, że stosuje się inny tryb leczenia niż przy przebarwieniach postłonecznych.

– Należy jedynie pamiętać, że w przypadku laserów typu Q-switch kluczem do sukcesu jest nie tylko odpowiednie jego stosowanie, ale też jakość używanego sprzętu. Dobrej jakości lasery Q-switch są drogie i dostępne w niewielu miejscach, a te o niższej cenie są technologicznie słabe i zamiast usunąć przebarwienia mogą wręcz spowodować ich nasilenie. Wynika to z faktu, że technologia Q-switch jest skomplikowana i przez to droga, wiele firm oszczędzając, produkuje słabszy sprzęt, w zamyśle dedykowany do usuwania tatuaży, nie przebarwień (choć i w przypadku tatuaży różnica w skuteczności i bezpieczeństwie pomiędzy dobrym a słabszym sprzętem jest znaczna) – przestrzega dr Marek Wasiluk.

- **IPL**

To dobra metoda, kiedy w grę wchodzi małe postłoneczne piegi, przebarwienia postłoneczne na dłoniach, plecach, biuście, klatce piersiowej, lub przebarwienia starcze. Jeśli jednak okaże się, że piegi zalegają głębiej, wówczas niestety będzie on nieskuteczny. Ze względu na dużą końcówkę, dzięki której zabieg wykonuje się szybciej i wygodniej niż np. laserem, stosuje się go w szczególności na dekolt i plecy. Na rynku można też spotkać urządzenia VPL i BBL, przedstawiane jako super nowości, ale są to zwykłe urządzenia IPL, tyle że w nowym, marketingowym ubraniu.

- **Laser frakcyjny**

Usuwa przebarwienia, bo... usuwa wszystko, jednak jego stosowanie z punktu widzenia etyki jest problematyczne, bo leczony nim pacjent zwykle wraca do gabinetu z kolejnymi przebarwieniami, często poważniejszymi. Owszem, można go stosować do usuwania przebarwień starczych na rękach, ale już na twarzy jest to zdecydowanie odradzane. Zresztą, nawet stosując tę metodę na dłonie, trzeba pamiętać o frakcyjności tego lasera, czyli o tym, że dziurkuje on skórę, a więc jednorazowo nie usuwa barwnika w całości, a tylko ok. 30%, czyli usuniemy maksymalnie 30% przebarwienia. Długoterminowo nie jest to dobra metoda, bo szczególnie przebarwienia hormonalne, pourazowe i po lekach wracają ze zdwojona siłą.

- **Lasery do depilacji**

Zdarza się, że niektóre gabinety informują, że usuwają przebarwienia tymi właśnie laserami. Nie polecamy korzystania z ich usług. W teorii jest to wprawdzie możliwe i rzeczywiście, w depilacji też chodzi o usunięcie barwnika, tyle że nie ze skóry, ale z mieszka włosowego, a przebarwienie w skórze ma zazwyczaj mniejsze zagęszczenie melaniny. Tymczasem laser do depilacji jest mniej selektywny, dlatego lasery wykorzystywane do usuwania włosów raczej nie są stosowane na przebarwienia. Można by je ewentualnie stosować, bardzo starannie dopasowując parametry, przy przebarwieniach pourazowych, które są głębokie, bo laser do depilacji działa głęboko.

- **Preparaty i kremy**

Mogą być stosowane, ale bardziej jako metody wspomagające. Najpopularniejszy jest hydrochinon, przy czym ten dopuszczalny do obrotu w UE ma stężenie 2%. – to trochę mało, aby osiągnąć dobry efekt, dlatego łączy się go retinolem. – *Trzeba przyznać, że połączone nawet dość mocno penetrują skórę, ale mimo wszystko ją podrażniają, więc istnieje ryzyko powstania przebarwień pozapalnych. Z kolei bardziej stężony hydrochinon nie potrzebuje wspomagaczy typu retinol, i jest skuteczny w usuwaniu przebarwień, ale niestety przy okazji zabija też komórki barwnikowe, więc w dłuższej perspektywie pojawia się powikłanie w postaci szarej skóry (ochronoza). Po prostu, jeśli zabijemy za dużo komórek barwnikowych, reszta nie będzie produkowała wystarczająco dużo barwnika, by utrzymać normalny kolor skóry, i skóra zszarzeje. To mankament, którego nie da się już usunąć* – przestrzega dr Marek Wasiluk

Najtrudniejsze przebarwienie

Usunięcie przebarwienia, a SKUTECZNE, czyli trwałe, jego usunięcie, to nie to samo. Zarówno rynek medycyny estetycznej jak i reklama manipulują informacją, wprowadzając potencjalnych pacjentów w błąd. Owszem, można bardzo szybko usunąć przebarwienie – skóra zejdzie razem z nim i po problemie, obiecany efekt jest. Tyle tylko, że po dwóch miesiącach wyjdzie w tym samym miejscu nowe. Gabinet będzie się reklamował, że jest skuteczny, i będzie to prawda. Tylko jaka to skuteczność w długotrwałej perspektywie? Żadna. O prawdziwej skuteczności można mówić wtedy, gdy pierwsze słońce nie wyindukuje

przebarwienia, a więc jeśli np. po pół roku przebarwienie nie wróci. Dopiero to będzie oznaczało, że terapia się powiodła. Trzeba oczywiście wziąć poprawkę na dodatkowe czynniki, bo jeśli jakiś czas po leczeniu pacjentka zajdzie w ciążę lub zacznie zażywać tabletki antykoncepcyjne, to z dużym prawdopodobieństwem mogą się pojawić nowe.

Jak już pisaliśmy, poza przebarwieniami posłonecznymi i bardzo płytkimi, każde inne jest skomplikowane do leczenia, szczególnie na twarzy, przy czym bardziej u kobiet, niż u mężczyzn. A zdecydowanie najwięcej problemów przysparza melazma. Po źle wykonanym zabiegu prawdopodobieństwo jej nawrotu w ciągu roku wynosi 70-80 proc.

W Triclinium statystyki są jednak odwrotne – ryzyko nawrotu po zabiegu wynosi 20-30 proc. – *Można oczywiście powiedzieć, że to ciągle dużo. Ale to zależy, jak na to spojrzeć. Zgoda, dla kogoś, kto pierwszy raz idzie z melazmą do gabinetu, ta statystyka może się wydawać zniechęcająca, ale dla osoby, która przeszła już przez wszystkie gabinety i nadal ma problem, daje to nadzieję na rozwiązanie go* – zapewnia dr Marek Wasiluk.

Usuwanie melazmy wymaga czasu, jeśli dążymy do uzyskania trwałego efektu. – *Na podstawie badań naukowych oraz własnych obserwacji wypracowaliśmy metodę jej usuwania, w której łączymy Q-switch (o odpowiednio dobranych parametrach, innych niż na przebarwienia pozapalne czy posłoneczne) i laser bromkowo-miedziowy* – kontynuuje specjalista Triclinium. – *Czasem pacjenci – ci którzy wiedzą, że na przebarwienia stosujemy laser bromkowo-miedziowy – dziwią się, że zaczynamy terapię od Q-switch'a, a dopiero potem wprowadzamy to podstawowe narzędzie, ale tak właśnie robimy. Skraca to czas terapii, jest to metoda opracowana w oparciu o obserwacje z wielu kolejnych zabiegów. Pacjenci po długich terapiach na przebarwienia rzadko do nas wracają. Czasem przyjdą z nowym, powstałym w innym miejscu, co z jednej strony potwierdza skuteczność wcześniejszej terapii, a z drugiej upewnia nas w przekonaniu, że nadal są narażeni na czynniki, działające negatywnie i wywołujące kolejne przebarwienia.*

Jak widać, przebarwienia to temat, o którym śmiało można by napisać obszerną książkę. To dlatego, jeśli już zmagamy się z takim defektem i pragniemy się go za wszelką

cenę pozbyć, warto najpierw poświęcić czas na znalezienie odpowiedniego specjalisty, w którego ręce ostatecznie się oddamy.