

NIE JE KYSELINA

VYPLNÍ VRÁSKY, ZMAŽE NIEKOĽKO ROKOV A DOKONCA AJ LIEČI. KYSELINA HYALURÓNOVÁ NIELEN HYDRATUJE, ALE DÁVA NÁDEJ AJ NA OMLADENIE. ČO VŠETKO NAOZAJ DOKÁŽE A KDE SÚ JEJ HRANICE?



MUDR. TATIANA HUDÁKOVÁ,
dermatovenerologička

Vyzeráme mlado a sviežo, pokiaľ jej máme dostatok. Kyselina hyalurónová je telu vlastné látka, ktorá sa však časom, ako mnohé iné veci, stráca. Prečo si ju musíme dopĺňať a prečo by sme na ňu nemali zabúdať, sme sa pýtali dermatovenerologičky, pani doktorky Tatiany Hudákovovej.

Hovorí sa o nej všade. Najskôr sa ťažko vyslovovala, dnes ju pozná skoro každý ako zázrak na omladenie. Čo vlastne dodáva pokožke? Je to len hydratácia?

Vyskytuje sa v našom tele v množstve pätnásť gramov. Z toho polovica je v koži. Okrem toho je súčasťou oka, slizníc, dýchacích ciest, vnútroklbových štrbín či pupočníkovej krvi. Dokáže pohltiť stonásobné množstvo tekutín, má vysokoelastické vlastnosti a dodáva pevnosť i pružnosť. Napomáha rýchlejšej regenerácii pleti, chráni pokožku pred vonkajším prostredím, zlepšuje farbu a vzhľad pleti vďaka hydratácii. Vekom sa jej množstvo v pleti stráca a práve to zodpovedá za stratu hydratácie, pevnosti a pružnosti spolu s úbytkom kolagénu.

Je to naozaj zázrak na redukcii vrások alebo?

Kyselina hyalurónová naozaj pomáha redukcii vrások až ich úplnému odstráneniu. Pri jej aplikácii do pokožky sa dostane priamo na miesto, kde je

potrebná, kde jej ubúda alebo kde chýba. Výsledok je viditeľný okamžite a ku konečnému efektu dochádza do dvoch týždňov od zákroku.

Kyselina hyalurónová sa predáva aj ako gél, sérum či tabletky, nápoje a výživové doplnky... Pôsobí v takejto podobe naozaj tak, ako by mala? Dostane sa napríklad aj z tabletky až do pokožky?

Na trhu je dostupná vo forme gélov, krémov, tabletiiek, roztokov či výživových doplnkov. Nie som farmakológ, aby som skutočne vedela oceniť jej význam pri orálnom užití. Lekári však nie sú jednotní s jej užívaním. Existuje skupina lekárov, ktorá súhlasí s jej využívaním v praxi a vidí zmysel v jej užívaní a potom je druhá skupina, ktorá tomuto efektu nedôveruje a trvá na závere, že telo si musí samotné vytvoriť vlastnú kyselinu hyalurónovú.

Hovorí sa, že nielen skrášľuje, ale je aj zdravá. Čo napríklad roztoky na kĺby? Ako pôsobí v takejto podobe? Ako inak ešte pomáha po zdravotnej stránke?

Veľmi vďačnou oblasťou medicíny okrem dermatológie a kozmetického priemyslu, kde sa využíva aplikácia kyseliny hyalurónovej najmä vo forme injekcií, je ortopédia, a to pri bolestiach kĺbov. Najčastejšie kolenné kĺby, kde podporuje tvorbu kĺbového maziva a zmierňuje tak bolesti. Využíva sa aj na hojenie rán, po chirurgických zákrokoch, v očnom lekárstve...

Najviac sa o nej hovorí v súvislosti s kozmetikou a omladením. Aká by mala byť v krémoch, aby účinkovala tak, ako očakávame?

Výrobky s obsahom kyseliny hyalurónovej sú na trhu veľmi obľúbene a lepšie predávajú. Vďaka hydratačným vlastnostiam bude určite vyhovovať

pacientom s citlivou či suchou pletou. Nemôžeme však od krému očakávať, že nám vrásky vyhladí. Môže však pomôcť pleti zhydratovať, ochrániť ju pred slnkom a zimou, či pred bakteriálnymi infekciami. Určite je účinnejšia vo forme séra ako vo forme krému. Ideálna je prípadne kombinácia séra s krémom. Na trhu je množstvo prípravkov, ktoré vám uľahčia a zabezpečia jej vpravenie do pokožky.

„Veľmi vďačnou oblasťou medicíny okrem dermatológie a kozmetického priemyslu, kde sa využíva aplikácia kyseliny hyalurónovej najmä vo forme injekcií, je ortopédia, a to pri bolestiach kĺbov.“

