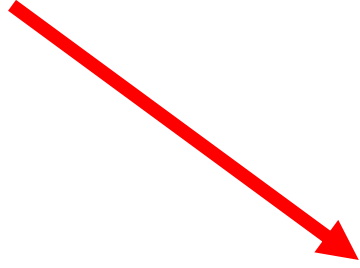


ECH 208 Açık Ders Notları

13. Hafta

YAŞLANMAYI ÖNLEYİCİ PREPARATLAR

DERİ YAŞLANMASI



Gerçek / Spontan / İntrensek Yaşlanma

Ekstresek / Foto Yaşlanma

Cilt yaşlanması tüm yaşam boyunca gözlenen değişiklikleri kapsar. Zamana bağlı bu değişikliklere iç ve dış streslere karşı cildimizin cevap verme yeteneğinde azalma ve genetik faktörler de eşlik eder.

Gerçek / Spontan / İntrensek Yaşlanma

- Zamanla meydana gelen yaşlanmadır.
- Bu yaşlanmada genetik faktörler (DNA hasarı),
- Metabolik faktörler (beslenme şekli, alkol/sigara kullanımı),
- Endokrin faktörler (hormonlar)

rol oynar

- Zamana bağlı kronolojik yaşlanmada deri kuru, soluk görünür ve ince kırışıklar oluşur.
- Deri kalınlığı azalır.
- Deride elastikiyet azalır.
- Derinin canlı epidermis ve dermis tabakaları arasındaki iletişim azalır, besin transferi azalır.
- Sonuçta deride yara iyileşmesinde de azalma gözlenir.

Ekstresek / Foto Yaşlanma

- Çevresel etkenlere bağlı yaşlanmadır.
- Özellikle ultraviyole (UV) ışınları deride yaşlanma nedenidir.
- UV ışını deride serbest radikal üretimini arttırır ve fotoyaşlanmaya neden olur.
- Fotoyaşlanma derinin UV ışınının zararlı etkisine verdiği yanıttır.
- Pigmentasyon bozuklukları, deri dokusunda kabalaşma, derin kırışıklıklar ve elastikiyet kaybı ile yara iyileşmesinde gecikme gözlenir.

Yaşlı deride meydana gelen en önemli değişiklikler;

Kırışiklık

Kuruluk

Elastikiyet kaybı

Leke oluşumu

- Yaşlanmayla beraber ciltte elastin, kolajen miktarları değişir.
- Bu nedenle deri esnekliği azalır, cildin yapısı değişir.
- Melanosit sayısındaki azalma sonucu cilt UV ışıktan daha zor korunur hale gelir.
- Ayrıca ciltte ter ve yağ salgılanması, D vitamini üretimi, DNA onarımı gibi fonksiyonlarda da azalma olur.

Deri yaşlanmasına karşı neler yapılmalıdır?

- 1) Çevresel etkenlere karşı önlem alınmalıdır.
- 2) Deriden nem kaybı önlenmelidir.
- 3) Deriye yeniden nem kazandırılmalıdır.
- 4) Hücrelere oksijen taşınması artırılmalıdır.
- 5) Deri üzerinde lipit film tabakası oluşturulmalıdır.
- 6) Bağ dokusu proteinleri takviye edilmelidir.

Yaşlanma izlerinin hafifletilmesi için;

Kısa vadeli çözümler: Dekoratif kozmetikler

Orta vadeli çözümler: Derinin nem içeriğini artırmak ve aktif kozmetikler (kozmesötikler) kullanmak

Uzun vadeli çözümler: Güneş filtreleri ve antioksidanlar (serbest radikal yakalayıcı maddeler) kullanmak

Kısa vadeli çözümler

Dekoratif kozmetikler

- Yüzeyel yapı bozuklukları, pigmentasyon bozuklukları giderilebilir.
- Cilt soyma ile kırışık görünümü hafifletilebilir.
- Fondotenler ve içerdiği düşük SPF ile 3-4 saat estetik görünüm sağlanabilir.
- Nemlendirici kullanımı ile gün içinde daha pürüzsüz cilt görünümü sağlanabilir.

Orta vadeli çözümler:

Kozmesötik kullanmak

- Yaşa bağlı olarak ciltte eksilen yapıtaşı aktifleri yerine koymak
- AHA, vitamin gibi içerikler ile kırışıklıkları azaltmak,
- Kozmetik dolgu maddeleri kullanmak

gibi ürünlerin düzenli kullanımı ile yaşlanma izleri bir dereceye kadar azaltılabilir.

Uzun vadeli çözümler:

Güneş filtreleri ve antioksidanlar kullanmak

- UV filtreleri ve E vitamini gibi serbest radikal tutucu maddeler fotoyaşlanmaya karşı kullanılabilir.
- Güneşten korunma amaçlı ürünler yüz ve vücut olmak üzere ikiye ayrılır.
- Yine güneşten uzak durmak önem taşır.
- Uzun vadede dengeli beslenme, sigara/alkol kullanmama ve cildi temiz ve nemli tutma da önemli parametrelerdir.

Deri yaşlanmasına karşı kullanılan kullanılan kozmesötikler

- Vitaminler
- Alfa hidroksi asitler (AHA)
- Antioksidanlar (Serbest radikal yakalayıcılar)
- UV filtreleri
- Peptit ve proteinler
- Bitkisel ajanlar
- Biyofaktörler
- Büyüme faktörleri

Vitaminler

Deri yaşlanması, kuruluk, pullanma ve kırışıklık gibi derideki dejeneratif değişikliklerde etkindirler.

* Kozmetik açıdan önemli vitaminler;

A vitamini

C vitamini

E vitamini

Pantenol (Provitamin B5)

Alfa Hidroksi Asitler (AHA)

- * Derinin soyulmasını sağlarlar (Peeling)
 - * Büyümeyi ve hücre farklılaşmasını teşvik ederek daha genç görünümlü bir deri sağlarlar
 - * Foto yaşlanmış deride iyileşme sağlarlar
 - * Kollajen yoğunluğunu artırarak, çizgilerin ve kırışıklıkların giderilmesini sağlarlar
 - * Nemlendirici özellikleri vardır, kuru derinin nem içeriğini artırır
- Glikolik asit
 - Malik asit
 - Tartarik asit
 - Laktik asit
 - Sitrik asit

Antioksidanlar (Serbest radikal yakalayıcılar)

- Toksik oksijen moleküllerini ve serbest radikalleri nötralize ederek vücut dokularındaki oksidatif stresi önleyen, hücre membranlarını ve deri elastikiyetini koruyan maddelerdir.

- E vitamini

- C vitamini

- Beta karoten

- Süperoksit dismutaz

- Glutatyon peroksidaz

- Koenzim Q 10

- Resveratrol

Peptit ve Proteinler

Dermis tabakasındaki bağ dokusu proteinlerinin tahribi sonucu, yaşlı deri elastikliğini kaybetmeye ve kırılmaya başlar.

- Kollajen
- Elastin
- Hiyaluronik asit

Büyüme faktörleri

Hücre çoğalmasını artırarak etki göstermektedirler.

UV filtreleri

Güneş ışınları ile ortaya çıkan deri hasarını engellemek için kullanılırlar.

Bitkisel ajanlar

- Aloe vera
- Ginkgo Biloba
- Ginseng
- Meyan kökü
- Yeşil çay

Biyofaktörler

- Hücre yenilenmesini ve çoğalmasını uyararak,
- Hücre hareketliliğini artıran,
- Doku onarıcı ve iyileştirici etki gösteren,
- Hücrelere oksijen taşınmasını artıran maddelerdir.

Böylece derinin daha genç ve sağlıklı görünmesini sağlarlar.

- **Fibronektin**
- **Kalikrein**