

ALOE VERA KONCEPT SLNECNEJ OCHRANY

Asi v 50% vzniká z pigmentových névov (materských znamienok), zvyšok na predtým zdravej koži. Za rizikové faktory vzniku melanómu sa okrem vplyvu UVR považuje svetlý fototyp kože, celkový počet znamienok, predchádzajúci výskyt melanómu alebo jeho výskyt v rodine, závažné a opakované spálenie kože hlavne v detskom veku, návšteva solárií. Čo by vás malo znepokojiť? Výskyt novej pigmentovej škvrny alebo „znamienka“, ktoré rýchlo mení svoj charakter, mokvá, svrbí alebo pobolieva. Nápomocným môže byť hodnotenie zmien podľa pravidla ABCDE (A-asymetry, asymetria, B-border, nepravidelný okraj, C-colour, nepravidelnosť sfarbenia, D-diameter, veľkosť nad 5 - 10 mm, E-elevation, rast nad povrch okolitej kože). Predčasné solárne – aktinické starnutie kože – tzv. photoaging, nie je urýchlené prirodzené starnutie a nie je len problémom kozmetickým. Vzniká pri opakovanom a dlhodobom vystavovaní sa účinkom UVR takmer výlučne na nechránených častiach kože, najčastejšie na tvári, krku alebo chrbtoch rúk kde sa objavujú hlboké vrásky, koža stráca pevnosť a pružnosť, je suchá, škvrnitá (starecké škvrny), nepravidelná s výskytom nádorov – nezhubných, zhubných alebo ich predstupňov. Dlhodobé následky – rakovina kože aj photoaging sú významne podmienené tvorbou a uvoľňovaním kyslíkových radikálov poškodzujúcich štruktúru kože a DNA kožných buniek.

Prirodzená ochrana kože, fototypy

Vrstva povrchovej rohovej vrstvy pokožky, hnedý kožný pigment, melanín, karotenoidné pigmenty (betakarotén) v podkožnom tuku a prítomnosť antioxidantných enzýmov v pokožke čiastočne chránia bunky kože a podkožia pred škodlivými účinkami UVR, táto prirodzená ochrana je ale nedostačujúca. V závislosti od tzv. fototypu sa u rôznych ľudí líši. Fototyp je daný prítomnosťou a rozložením melanínu v koži, tendenciou k spáleniu sa a schopnosti zhnednúť. Populácia sa rozdeľuje na 6 fototypov (tab. 1).



Tab. 1

FOTOTYP	REAKCIA KOŽE
I.	vždy sa spáli, nikdy nepigmentuje
II.	obvykle začervená, často sa spáli, pigmentuje len málo
III.	zriedka začervená a spáli sa, pigmentuje dobre
IV.	nikdy nezačervená, vždy silno pigmentuje
V.	Arabi, Mexičania
VI.	Černosi

Prevenca je nesporne najúčinnnejšia metóda ochrany pred nežiadúcimi účinkami UVR, preto je používanie ochranných prípravkov – fotoprotektív, sunscreenov, nevyhnutnosťou. Už pred 5000 rokmi bol v Egypte používaný ako ochrana odev tkaný z bavlny, vlny a ľanu, rozšírili sa odevy zakrývajúce celé telo, napr. u žien sári, u mužov tógy. Pozornosť bola venovaná krytiu hlavy – klobúky, turbany aj zakrytiu tváre – napr. Berberi v Severnej Afrike zakrývajú tvár modrým závojom. Celsus v 1. storočí p.n.l. odporúčal chrániť kožu olejom, tibeťania kombináciou dechtu a rastlín, guaynski indiáni zase rastlinnými extraktmi. Od 18. storočia sa stávajú modernými ľahké slnečníky kryjúce ala-

bastrovo bielu tvár dám, ktorá bola módna a vyjadrovala aj príslušnosť k „vyššej“ vrstve. Ako prvé sunscreens sa používali biele púdre. V r. 1889 Widmark experimentálne dokázal, že práve UV žiarenie spôsobuje začervenania – kožný erytém. Koncept „sun protection factor – SPF“ navrhol v 70-ich rokoch 20. storočia Schulze. Keďže sa v minulosti škodlivé účinky pripisovali len UVB žiareniu, pokrývali prvé sunscreens len túto oblasť ultrafialového žiarenia. Vo svetle dnešných poznatkov je však nevyhnutná ochrana v oboch oblastiach – UVB aj UVA.

Posledné výskumy jednoznačne dokazujú, že pravidelné používanie fotoprotektív ochraňuje kožu pred vznikom nádorov a predčasným starnutím. Podľa typu ochranného filtra sa delia na chemické – absorbéry (pohlcujú energiu žiarenia a ukladajú ju do chemických väzieb), fyzikálne – blokátory (odrážajú alebo rozptyľujú UVR) a prírodné oleje (napr. jojobový, Aloe Vera obsahuje oligosacharidy a polysacharidy, ktoré vykazujú imunoprotektívnu kapacitu

