

## VÍTE O SVÉ KŮŽI VŠE PODSTATNÉ?

### 1) FUNKCE

Kůže na povrchu lidského těla měří v případě dospělého člověka 1,6–1,8 m<sup>2</sup> a její hmotnost tvoří přibližně 7 % jeho celkové váhy. Tloušťka kůže, skládající se v hrubých rysech z pokožky, škály a podkoží, má sílu od 0,4 mm na očních víčkách, až po 4 mm na zádech. Kůže není pouhý obal lidského těla.

**Plní celou řadu důležitých funkcí:**

**Ochrana:** chrání organismus před teplotními změnami, před ztrátou tekutin i před vstupem mikroorganismů či nečistot.

**Vnímání:** smyslové buňky v kůži informují mozek o zranění i okolní teplotě.

**Termoregulace:** jedná se o výměnu tepla mezi organismem a okolím – kůže tedy slouží jako tepelná izolace.

**Skladování:** kůže se podílí na látkové výměně a uchovávání tuků, vody, minerálů a vitamínů.

**Vylučování:** mazové a potní žlázy vylučují z těla vodu, soli, tuky, oxid uhličitý a dusíkaté látky.

**Vstřebávání:** kůži pronikají do těla látky rozpustné v tucích a dýchací plyny.

### 2) VRSTVY

**Pokožka:** je zevní vrstva kůže, kterou tvoří několik vrstev kožních buněk. Neobsahuje cévy. Buňky se neustále dělí, množí, tlačí na povrch, rohovatí se a odumírají. Přibližně každé tři týdny dochází k obměně této vrstvy. Za lidský život vyprodukuje pokožka asi 20 kg mrtvých buněk.

**Škára:** střední vrstva kůže s bohatou sítí cév a nervů, která rozhoduje o pružnosti a pevnosti kůže.

**Podkoží:** nejhlubší vrstva kůže, která je tvořena řídkým vazivem a tukem. Izolační vrstva tuku je zásobárnou přebytků energie.

### 3) FÁZE HOJENÍ

Kůže obsahuje přídavné orgány (**kožní adnexa**): vlasy, nehty, chlupy, mazové, potní, pachové a mléčné žlázy.

Podle toho, jak je rána hluboká, dochází k poškození určité vrstvy kůže, na čemž závisí doba následného hojení.

**V první fázi** hojení rány dochází k rozvoji zánětu, pro který je charakteristický otok, bolest a zvýšená teplota v místě postižení. Následuje zástava krvácení, produkce tkáňového moku, nekróza tkáně a odstranění těchto buněk pomocí bílých krvinek. To vše trvá první 2–3 dny.

**V druhé fázi** hojení se tvoří nové krevní cévy a granulační tkáň postupně vyplňuje ránu. Vytváří se kolagenní vlákna a rána se při nekomplikovaném průběhu postupně začíná uzavírat. Nutné je udržet v ráně vlhké prostředí. Tato fáze trvá 7–8 dní.

**Třetí a poslední fáze** je epitelizační. Začíná probíhat na okrajích rány nebo na ostrůvcích uprostřed rány. Na granulační tkáň se vytváří buňky epitelu a uzavírají defekt. Vytváří se jizva, která zraje několik měsíců. Podle hloubky defektu jizva obsahuje či neobsahuje kožní adnexa.

Anatomii a funkci kůže zde uvádím proto, abychom věděli, jak se rány hojí, a co se v nich děje. Všechny tyto fáze zefektivňuje a pozitivně ovlivňuje **Spray první pomoci**, který ránu výrazně čistí, podporuje růst fibroblastů /kolagenní vlákna/ a novotvoření vlásečnic. Urychluje hojení a zkvalitňuje jizvu.

Výše uvedeným způsobem hojení probíhá ve většině nekomplikovaných **AKUTNÍCH RAN**.

Existují však také **CHRONICKÉ RÁNY**, které jsou daleko problematictější, a jejich hojení trvá výrazně déle. U chronických ran první fáze je čištění a odstranění nekrotické tkáně a složitější. Po vyčištění také probíhá dlouhodobá granulační fáze.

Poslední, epitelizační fáze (dojde k uzavření chronické rány), je v těchto případech považována za velmi úspěšnou.

K častým chronickým defektům patří **bércové vředy**. Jde o poškození kožního krytu do různé hloubky. Většina z nich je žilního původu – při žilní nedostatečnosti dochází k městnání krve v dolních končetinách a tím k přetlaku v tkáních a k poškození kožního krytu. Toto se projevuje zarudnutím okolí, defekty v kůži, vředováním a sekrecí tekutiny. Defekty mohou být drobné i velmi rozsáhlé. V tomto případě doporučujeme podporně podávat **Aloe Vera Sivera** (1,5 ml na 1 kg váhy) a místně **AV Spray první pomoci**, eventuálně **AV Koncentrát** (dlouhodobě a opakovaně). Nutné vytvořit „prostředí vlhké terapie“, tedy takové, v němž nebude rána zasychat.

Další chronickou ranou je tzv. **diabetická noha**, která vzniká coby komplikace cukrovky a neuropatie. Na základě arteriosklerózy dochází k zúžení velkých cév a k omezení cévního zásobování. Často bývá nutná operace. U cukrovky jsou nejvíce postiženy drobné cévy, na něž velmi dobře působí užívání Aloe Vera, místně pak **AV Spray první pomoci** a **AV Koncentrát**.

Třetí chronický a velmi obtížně řešitelný typ ran je **proleženina**. Vzniká v místě neustálého kontaktu s lůžkem. Tím je vyvíjen tlak na cévní zásobení a dochází k omezení výživy tkání. Je nebezpečná zvláště u nepohyblivých pacientů.

Vzniká poměrně rychle a kdekoli, nejčastěji v oblasti křížové a sedací kosti, nebo nad kostními výčnělky (kotníky, paty a trochantery).

V tomto případě je nutné odstranění příčiny, tedy tlaku na uvedenou oblast, polohováním pacienta. Velmi vhodné je dodržování prevence a zahájení léčby již v počínající fázi. Pomoci můžeme masáží a vtíráním **AV Spraye první pomoci** či **AV Koncentrátu** na postižená místa (několikrát denně). Tím můžeme vznik proleženin v inkriminované oblasti značně potlačit.

Pokračování na následující straně ►