

Kiegészítés a kültakaró témaköréhez – 2024

A bőr felszínén és hámrétegében élő baktériumok sokaságát nevezzük a bőr **baktériumflórájának**. Ezek a baktériumok gátolják a kórokozók elszaporodását, másrészt az immunrendszer aktiválásával is elősegítik fertőzések elleni védekezést.

A bőrünket egyszerűen vízzel tarthatjuk tisztán. A lúgos kémhatású szappan tisztító hatása zsíroló tulajdonságával magyarázható. Ugyanakkor a savas védőréteg – melyet a bőr felszínén, a faggyúban szimbiózisban élő baktériumok alakítanak ki - túlzott eltávolítása, semlegesítése szárazzá, sérülékennyé teheti bőrünket. Ilyenkor testápolókkal pótolhatjuk az elvesztett nedvesség egy részét is. Mosakodás után fontos az alapos törölközés, különösen a hajlatok felszárítása a gombás fertőzések megelőzése miatt.

A hajtat a szennyeződésektől, illetve a zsírosodástól függően kell mosni.

Anyajegy Változatos alakú és felszínű, a **környezetétől élesen eltérő** színű vagy felszínű bőrelváltozás. Lehet veleszületett vagy bármely életkorban kialakuló. **Maradandó** bőrelváltozás.

Tilos égetni, kaparni, vagy más módon irritálni. Semmilyen káros következménye nincs a békés anyajegy szakorvos által (akár esztétikai okból történő) eltávolításának.

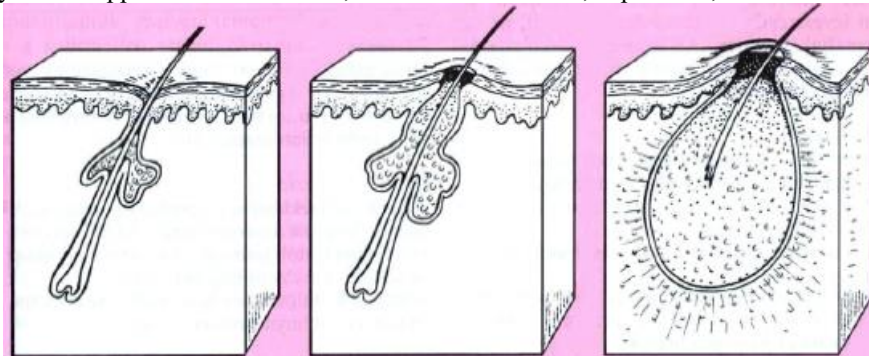
A festékes anyajegy rosszindulatú daganattá válhat. Az ismétlődő dörzsölésnek kitett helyekről kell orvosnak eltávolítania. Ha az anyajegy gyorsan változik: növekszik, megváltoztatja a formáját, kiemelkedőbbé válik, viszketni kezd illetve ha nedvezik azonnal orvoshoz kell fordulni, aki dönt az eltávolításáról.

Szemölcs A leggyakoribb vírusos bőrbetegség. Száraz szarutúltengés, felszíne érdes. Legtöbbször kézujjakon, kézháton, tenyéren, esetleg talpon jelentkezik. Gyakran magától elmúlik. Nem szabad megvárni, amíg elterjed, mert másokat is megfertőzhet. Eltávolítása: patikában kapható szemölcstörő szerrel, vagy orvos lekaparja, lézerrel leégeti.

(A szemölcset ún. humán papillomavírus okozza. Hagyományosan növényi nedvvel kezelik – vérehulló fecskefű tejnedve. Nem ritkák a nemi szervek területén elhelyezkedő szemölcsek sem, melyek nemi betegségnek számítanak. Tanácsos orvoshoz fordulni: ha kezelés ellenére nem múlik el, ha nagyon sok szemölcsünk van, ha a szemölcsek az arcon, a nemi szerveken vagy a végbélnyílás tájékán jelennek meg.)

Mitesszer A szőrtüsző nyílásainak eltömődése. Szürkésbarna pontocskák. A bőrt gőzöléssel felpuhítják és egyenként kinyomkodják a mitesszereket.

(Megelőzése gyakori szappanos mosakodással, arcszeszes letörléssel, napozással, kvarcolással lehetséges.)



szőrtüsző faggyúmirigyvel

mitesszer

pattanás

Pattanás Túltermelődő faggyú, elzáródott pórusok (mitesszer) miatti gyulladásos jelenség. Ha a sok faggyú nem jut ki a bőr felszínére (pl. mitesszer miatt), ebben baktériumok szaporodhatnak el, ami gyulladást okoz. Kozmetikus vagy orvos kezelje a pattanásokat, mert

szakszerűtlen beavatkozás csak ront a helyzeten, esetleg maradandó hegek alakulhatnak ki, s el is fertőződhet az adott terület! Napfény hatására csökkenek a pattanások.

(Serdülő korban a megnövekedett férfihormon [androgén] termelés miatt fokozódik a faggyúmirigyek működése. Androgén hormonok a lányoknál is termelődnek a mellékvesében. Súlyosabb esetben antibiotikumot is használnak a gyógyítására.)

Vízhólyag Erősebb mechanikai igénybevételre a hám és az irha elválik egymástól, a résbe szöveti nedv (nyirok) szívárog. Érdeemes sebfertőtlenítővel megtörölgetni a vízhólyagot, majd steril tűvel kiszúrni, végül bekötni.

(Vízhólyag elsősorban a láb, illetve a talp bőrén szokott kialakulni kényelmetlen, új cipő viselésekor, vagy hosszú túrák során. Tenyéren is létrejöhet például ásás vagy egyéb kerti munka, esetleg evezés után.)

Vérhólyag esetén az elszakadó hajszálerekből vér is kerül a szövetnedv közé. A sérülés begyógyulásáig védő szerepe van. (Leggyakrabban szerszámok miatti bőrbecsípődéskor alakul ki.)