

Titul: **tn.nova.cz**

## Kožní problémy řešte právě na podzim!

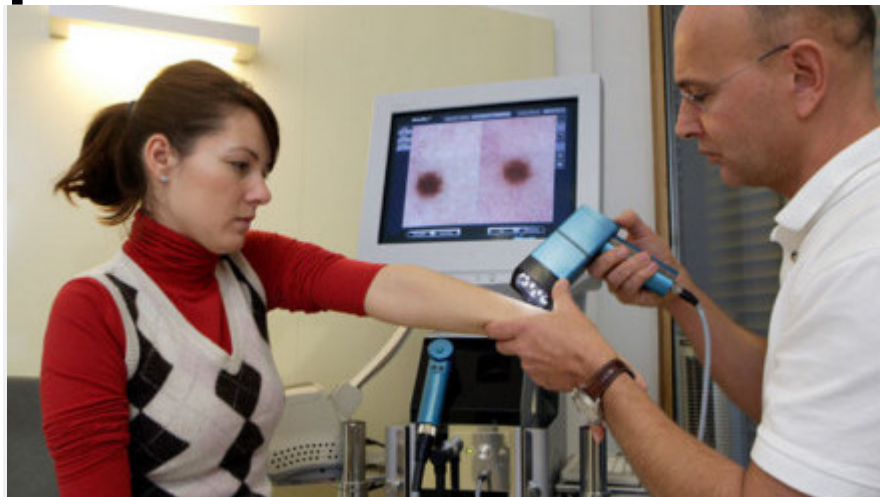


Foto: Profimedia

09.10. 00:02 | **Aktualizováno 09.10. 12:01** | [tn.cz/kat](http://tn.cz/kat)

### Udělejte si generální úklid povrchu vašeho těla...

Na podzim je správný čas proto, abychom si doslova nastavili zrcadlo pravdy a prohlédli svá tělíčka po letní sezóně poněkud podrobněji.

Je totiž ideální doba, kdy se objednat na kožní oddělení a nechat si udělat příslušná vyšetření kůže, která byla po celé léto namáhaná sluncem, chlorem nebo mořskou solí.

### V ON-LINE rozhovoru jste se ptali na kožní problémy dermatoložky prof. MUDr. Jany Hercogové, CSc.!

#### Nechte si vyšetřit znaménka!

Na podzim se příroda ukládá ke spánku a s ní se uklidňují i naše tělesné pochody. Znaménka a jiné kožní výrůstky se na podzim nemění tak rychle jako např. na jaře, kdy je vše v „rozpuku“, je proto méně nebezpečné do nich zasahovat.

#### Objednejte se na plastiku, pokud potřebujete!

Pokud si myslíte, že vaše problémy vyřeší plastická operace a že ji opravdu potřebujete, objednejte se právě nyní. Když ubývá slunečních paprsků, existuje menší riziko, že vám po operaci zůstanou patrné jizvy.

Nemusí se jednat jen o radikální chirurgické zákroky, ale i jakékoliv omlazující zákroky.



Foto: Profimedia

### **Pozor na lupénku!**

Na podzim ale projevy nemoci sílí. Většina pacientů s lupenkou dobře snáší v kombinaci s medikamentózní léčbou slunce. Léto je totiž pro pacienty s lupenkou klidovým obdobím, ale s příchodem podzimu se mohou příznaky lupenky objevit poprvé i u těch, kteří jí dosud netrpěli.

### **Pomoc! Padají mi vlasy!**

Na podzim padá nejen listí, ale ve větší míře i vlasy a je to zcela normální. Za jeden den průměrnému člověku vypadne až 80 vlasů.



Foto: Profimedia

Jestliže vám vlasy vypadávají víc, rozhodně se poradte s dermatologem. Může jít o následek stresu, nedostatku vitaminů nebo hormonálními změnami u žen (těhotenství, menopauza) nebo u mužů působení mužského hormonu testosteronu.

### **Krásný odstín kůže po celý rok!**

Lidé stále touží po bronzovém odstínu pleti, ačkoliv riziko melanomu kůže hrozí stále víc. Ruce si mnou především majitelé solárních studií. Solária mají spoustu zdravotních pozitiv: příznivě působí na lupenku, léčí deprese, vyhřívá nemocné klouby. Ale všeho s rozumem! Ve vysokých dávkách samozřejmě škodí – urychluje stárnutí pleti a přispívá ke vzniku kožních změn.



Foto: Profimedia

Rozumnou alternativou je používání samoopalovacích krémů. V tomto případě se ale doporučuje si raději připlatit za kvalitní značku, jinak skončíte s různě oranžovými skvrnami po těle. Po nanesení krému s nezapomeňte důkladně umýt ruce.