

Казахский Национальный Медицинский Университет  
им.С.Д.Асфендиярова

# СРС

Тема: Фолликулярный гиперкератоз



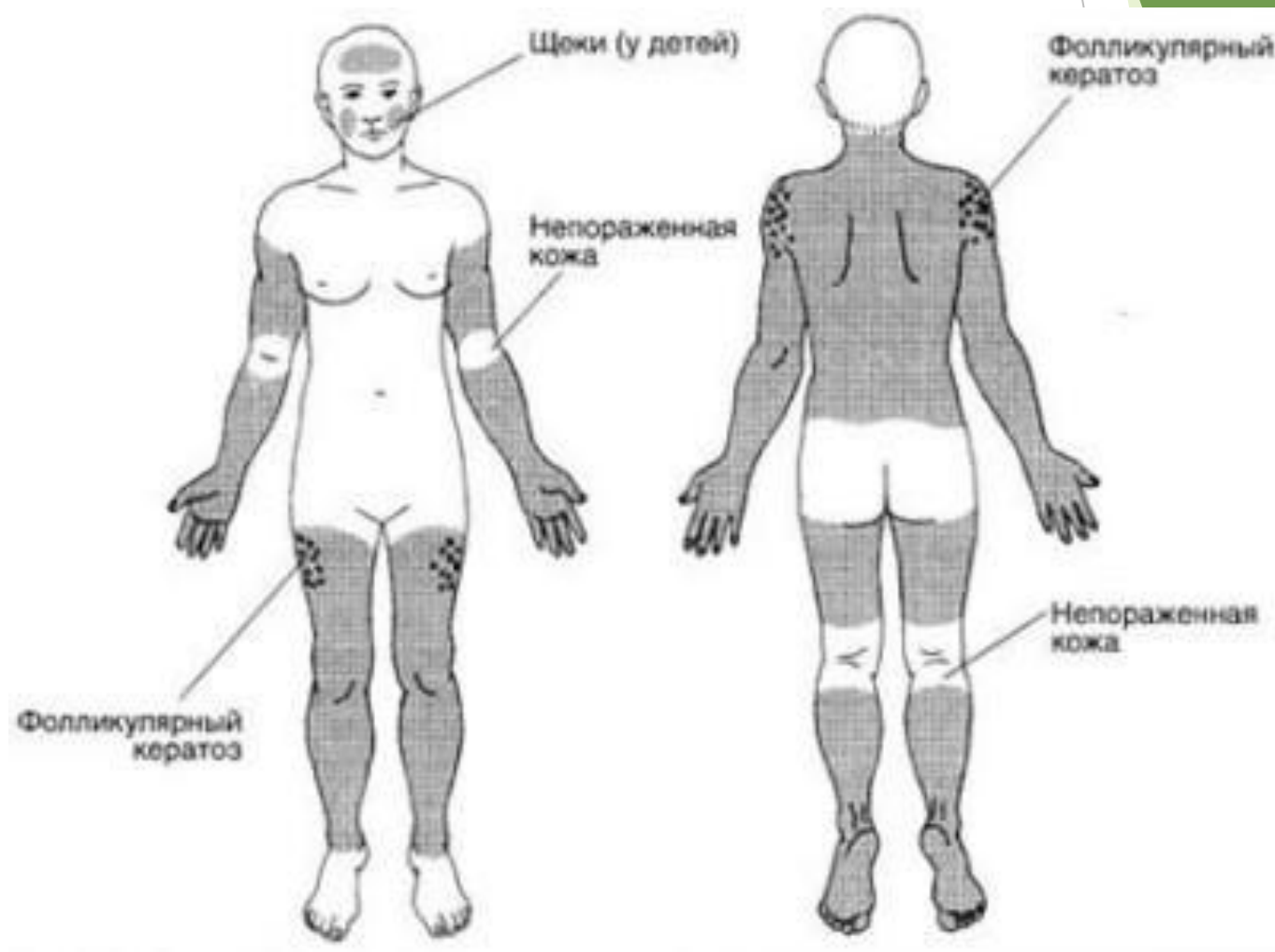
Выполнила :Касымова Наргиз  
Группа:737-01

# Фолликулярный гиперкератоз

- ▶ известен в народе как «гусиная кожа». Нездоровый вид кожи вызывается заболеванием эпидермиса. Ошибочно его сравнивают с воспалительным процессом кожного покрова, известного как прыщи. Гиперкератоз имеет внешнее сходство с целлюлитом, локализующимся на ягодицах и бедрах.



# Локализация фолликулярного гиперкератоза



- ▶ Типичными проявлениями этого кожного заболевания служат шероховатости на коже, ее загрубелость, маленького размера красноватые прыщи, сыпь. Словом, кожа становится „гусиной” почти по всей поверхности тела. Элементы высыпания при фолликулярном гиперкератозе всегда плотные и мелкие. Шиповидные узелки видны у основания волосяного фолликула. Вокруг них может формироваться красный ободок. Обычная локализация высыпания: на боковой и задней поверхности рук, на боковой и передней поверхности бедер, на ягодицах. Генерализированная форма фолликулярного гиперкератоза — это обширное поражение всего кожного покрова туловища и даже разгибательных зон конечностей.



- ▶ Причины возникновения Гиперкератоз возникает по разным причинам. Он может быть наследственным, но, чаще всего, заболевание провоцируется внешними факторами, такими как подсушивающие гели для душа или мыло. Сложнее всего лечатся проблемы кожи, связанные с недостатком в организме отдельной группы витаминов (А, D, С).

▶ Дефицит витаминов. При нехватке в организме человека витамина С состояние кожных покровов существенно ухудшается. А причина в том, что аскорбиновая кислота помогает вырабатывать коллаген, придающий эластичность нашим кровеносным сосудам. Если коллагена недостаточно, сосуды постепенно становятся хрупкими, разрушаются. Это может проявляться в виде кровоизлияний (красные небольшие точки, синяки). Дефицит витамина С – это появление морщин на коже, возникновение участков раздражения и шелушения. Если в организме не хватает ретинола (витамина А), то прекращается либо замедляется образование новых клеток на смену старых. Кожа при этом обретает дряблость, сухость, шероховатость. Волосные фолликулы не получают питания в полном объеме. На коже образуются отмершие зоны, не обновляющиеся новыми клетками, что и приводит к воспалениям. Витамин D в процессе поддержки здоровья кожи способствует очищению крови от токсинов. Он также предупреждает обильное размножение клеток эпидермиса. В итоге нехватка этих трех основных витаминов для кожи и приводит к развитию фолликулярного гиперкератоза.





- ▶ Гормональные лекарственные препараты. Признаки заболевания нередко проявляются и после назначенного курса гормональных препаратов либо контрацептивов. Это чаще случается у молодых женщин. Их клетки кожи скорее обновляются под действием гормональных лекарств. Это в значительной мере способствует развитию кератоза и появления „гусиной кожи”.



▶ Стрессы, неправильное питание. Нервные нагрузки по своей природе всегда отображаются на работе разных органов нашего тела. Они становятся и причиной дисбаланса работы кожного покрова, перерасхода витаминов группы В. В результате кожа обретает сухость, становится тусклой и морщинистой, с небольшими кератозными проявлениями. Прикосновения к ней неприятны. Диетологи уверены, что при остром течении фолликулярного кератоза имеет место несбалансированность питания, нарушающая внутренний баланс организма. Так, дисбактериоз желудочно-кишечного тракта приводит к дефициту витаминов группы В, сухости кожного покрова, сбоям в обновлении клеток эпидермиса.





- ▶ Диагностика Обычно диагноз „фолликулярный гиперкератоз” ставят дерматологи на основании визуального осмотра пациента и его кожных покровов. И при этом не нужна дополнительная лабораторная диагностика. На коже лица элементы гиперкератоза врач всегда отличит от акне и других временных аллергических высыпаний.

- ▶ Как лечить фолликулярный гиперкератоз и облегчить протекание заболевания
- ▶ Дерматологи утверждают, что полностью избавиться от фолликулярного гиперкератоза невозможно, болезнь носит хронический характер, можно лишь выполнять некоторые правила, чтобы не спровоцировать появление этого заболевания, уменьшить воспалительный процессы, облегчить её протекание и улучшить состояние кожи.



- ▶ Для начала нужно следить за своим питанием, при необходимости соблюдать диету и восстановить нормальную микрофлору кишечника. Употреблять в пищу продукты, богатые витаминами или употреблять покупные витамины.
- ▶ Пить достаточное количество чистой воды. Именно вода способствует правильному функционированию кожи.
- ▶ Восстановить правильную работу эндокринной системы.
- ▶ Ни в коем случае не пытаться выжимать узелки на коже, т. к. это травмирует её и способствует занесению инфекции. Следует избегать любых агрессивных способов механической чистки кожи.
- ▶ Следить за гигиеной и поддерживать кожу в чистом состоянии. Подобрать подходящие чистящие средства, которые не будут пересушивать кожу. В качестве средства глубокой чистки использовать пилинги с кислотами. Например, пилинги с фруктовыми кислотами, молочной или салициловой.
- ▶ Регулярно пользоваться лосьоном, кремом или молочком для тела с увлажняющим и питательным действием. Особенно после соприкосновения кожи с водой, т. е. после всевозможных банных процедур. Это поможет сохранить коже увлажнённость и предупредит появление чрезмерной сухости, шелушения и зуда.
- ▶ При фолликулярном гиперкератозе не рекомендуется загорать на солнце или в солярии. Хотя после принятия солнечных ванн состояние кожи немного улучшается, и она разглаживается, но также она теряет влагу, сохнет, становится тонкой и уязвимой, что может способствовать обострению заболевания.
- ▶ Носить удобную одежду, желательно из натуральных материалов, которая не трёт и не раздражает кожу тела.
- ▶ Посещение сауны и бани способствует распариванию кожи и облегчает деликатное очищение кожи от ороговевших частичек с помощью пилингов. Кожа заметно становится ровной, мягкой и приятной на ощупь, на некоторое время даже может уйти эффект гусиной кожи полностью.
- ▶ Салоны красоты предлагают процедуру водорослевого обертывания, которая не только избавляет от целлюлита и омолаживает кожу, но улучшает её состояние при фолликулярном гиперкератозе.
- ▶ Жёсткая и хлорированная вода плохо влияет на здоровье кожи. Естественно, что трудно бороться с таким явлением, как плохая вода из крана, но можно снизить её вред, если добавлять в ванну с водой отвары трав или молоко.
- ▶ Особенно внимательно относиться к состоянию кожи в осенне-зимний период, когда кожа наиболее уязвима и пересушена от холода, воздействия климатической техники и одежды

- ▶ Очень часто у женщин полностью исчезает заболевание с возрастом или после родов. Меняется гормональный фон женщины в этот период, что и приводит к излечению от фолликулярного гиперкератоза.
- ▶ В качестве дополнительного ухода за кожей и средством борьбы с гусиной кожей можно обратиться к народным средствам:
- ▶ ванна с морской солью поможет размягчить кожу и очистить поры и фолликулы от отмерших частичек. Можно использовать губку или мочалку из натуральных материалов;
- ▶ ванны с отваром ромашки;
- ▶ медовый массаж помогает не только уменьшить объёмы, но и очистить поры;
- ▶ при сильных покраснениях нужно смазывать поражённые участки тела соком чистотела, но сначала лучше провести на локтевом сгибе тест на аллергию;
- ▶ маски для кожи тела из кисломолочных продуктов;
- ▶ маски из сырого картофеля и алоэ. Делать такие процедуры довольно неудобно, поэтому сверху такую маску можно обернуть пищевой плёнкой и делать маску только в зонах с ярко выраженным гиперкератозом.

