

Мы все хотим, как можно дольше оставаться молодыми и красивыми, но, к сожалению, пренебрегаем простыми правилами, которые могут помочь нам сохранять здоровье всего организма на долгие годы.

О первых морщинках женщины беспокоятся уже после 25 лет, забывая, что именно вредные привычки и нездоровый образ жизни зачастую становятся причиной тусклой и обезвоженной кожи.

О дерматологических нарушениях, которые вызывает никотин рассказывает врач-дерматолог, заведующий дневным стационаром Волгоградского областного клинического кожно-венерологического диспансера Юлия Луценко

- никотин провоцирует гипоксию и скопление ядовитых веществ в организме, в результате кожа выглядит уставшей и потускневшей, становятся заметны процессы старения, в то время как любые процессы восстановления затормаживаются. И если происходит даже незначительное повреждение кожных покровов, заживление занимает дольше времени, чем обычно.

К тому же из-за избытка никотина в организме увеличивается общий уровень интоксикации, кожа выглядит пересушенной, с большим количеством закупоренных пор.

Но это еще не самое страшное, никотин провоцирует развитие заболеваний.

которые многие годы могут оставаться «невидимками» для курильщика – это патологии сердечной и дыхательной систем, сбои в работе почек, печени, ЖКТ. Правда, что курение – одна из причин «второго» подбородка?

- давайте попробуем разобраться. Никотин приводит к сужению капилляров.

Значит нарушается кровообращение. Не получая должного количества кислорода в коже происходит скопление мертвых коллагеновых волокон, а это уже признаки преждевременного старения. Мы получаем гравитационный птоз, при котором опускаются уголки губ, обвисают щеки, нижняя часть лица становится тяжелой и возникает ощущение второго подбородка.

Да, гравитационный птоз - это естественный процесс старения, но при неблагоприятных условиях, он может начать проявлять себя намного раньше.

Какие еще дерматологические нарушения «обеспечены» курильщикам?

- на самом деле их не так уж и мало - дерматит, васкулит, герпес на губах, акне, пигментация, экзема и даже псориаз.

Например, из-за накопления в кожных слоях гормона меланина, что провоцируется курением, появляется большое количество темных пятен. К тому же, никотин стимулирует воспалительные реакции, в следствие чего на коже появляется большое количество инверсных угрей, а воспаление и спазм кровеносных сосудов, причинами которых также может быть курение, нередко провоцирует васкулит.

Но есть и приятная новость. Как только никотин перестанет поступать в организм, через несколько месяцев в нем запустятся естественные процессы регенерации и внешний вид кожи заметно улучшится.

Источник:

<https://oblzdrav.volgograd.ru/current-activity/cooperation/news/537667/>