

Растяжки. Что делать?

Что такое растяжки?

Растяжки или стрии (медицинский термин) - это рубцы на коже, которые выглядят малопривлекательно, чем и обращают на себя внимание, заставляя пациентов и врачей искать пути решения данной проблемы. Появляются обычно растяжки на груди, животе, бедрах, руках, ягодицах а при некоторых проблемах – и на лице.

Возникают они из-за перерастяжения кожи в результате резкой смены массы тела. Иногда причиной их появления могут быть гормональные изменения – при этом кожа в некоторых местах становится слишком тонкой, сухой и малоэластичной. А где тонко – там и рвется. Внутренние разрывы кожи замещаются соединительной тканью, которая и называется растяжками.

По своей сути, растяжки - это рубцы. Сначала они красные или фиолетовые, со временем становятся белыми. Проще заметить, что процесс побледнения и истончения стрий протекает одинаково благополучно с использованием дорогой косметики, мототерапии, лазеротерапии и без таковых. Эти белые полоски не загорают, не лечатся и уродуют даже великолепные женские формы без следов целлюлита.

Дорогие читательницы, растяжки исчезнуть не могут! Любой добросовестный специалист знает, что появление растяжек - необратимое явление, результат нарушения процесса выработки кожей волокон эластина и коллагена.



Если они уже появились, тратить сумасшедшие деньги на чудесное избавление от них бессмысленно. Этого все равно не произойдет, и если вам кто-то обещает подобные чудеса, это значит, что вас скорее всего обманывают.

Растяжки сами по себе для здоровья не опасны, но если не беременность спровоцировала растяжки, необходимо обратиться к эндокринологу - возможны эндокринные заболевания.

Как избежать растяжек

Избежать растяжек всегда проще и дешевле, чем избавиться от них. О профилактике растяжек стоит подумать, если вы решили резко изменить массу тела или стать мамой.

Первое! Сбалансированная диета, достаточное поступление витаминов и минералов - способно а принципе улучшить состояние кожи.

Второе! Контрастный душ способен активизировать кровообращение и обменные процессы кожи.

Третье! Адекватное увлажнение и питание кожи. Ежедневно, регулярно, особенно после водных процедур. Если у вас есть возможность приобретать дорогую специализированную косметику - очень хорошо. Если нет - не отчаивайтесь. Обычный детский крем, несколько капель витамина Е и любимого ароматического масла (если нет аллергии) прекрасно питают и улучшают тургор кожи. Только не забывайте зоны декольте, бедра, ягодицы.

Если все же растяжки имеются и доставляют массу неприятных эмоций, то единственный способ борьбы с ними - это хирургический. При подтяжке груди та часть растяжек, которая находится на коже подлежащей удалению – уйдет. Те растяжки, которые останутся, станут менее заметными т.к. грудь будет плотнее и кожа натянется.

Растяжки на животе уходят с избытком кожи и жировой клетчатки при абдоминопластике. Эту операцию можно проводить только когда вы решили, что детей у вас достаточно.