



Alergia a kozmetika

A. Pons-Guiraud, M.D.

Paríž



UCB INŠTITÚT PRE ALERGIU

spojme naše sily proti alergii



Existuje mnoho druhov nežiaducich reakcií na kozmetiku.

- Koža neznáša žiaden druh kozmetiky: páli, je napnutá, bez viditeľných príznakov, občas s miernym začervenaním. Neprijemný pocit je prakticky trvalý: hovoríme o **citlivej reaktívnej koži**.
- Koža je červená, citlivá na dotyk, na niektorých miestach zvráskavená s tendenciou k ošupovaniu, ale nesvrbí: hovoríme o **podráždenej koži** v dôsledku nevhodne voleného kozmetického výrobku, nevhodného pre typ pleti, na ktorú bol aplikovaný.
- Koža je červená, na dotyk drsná, suchá alebo vlhká. Pretrváva veľmi intenzívne svrbenie: určite **alergická reakcia** na kozmetický výrobok.

Čo je „citlivá“ reaktívna koža?

- 62% žien tvrdí že má citlivú, dráždivo reagujúcu pleť na všetky kozmetické produkty ako aj na vodu.
- 32% mužov sa tiež sťažuje na kožné problémy.

Výskyt stáleho pocitu pálenia, napätia/ alebo trpnutia, bez prítomnosti svrbenia.

Vzhľad kože je prakticky normálny.

Postihnuté sú zväčša ženy, ktoré sú úzkostlivé, vystresované a ktoré majú suchú,

jemnú a čistú pleť. Postihnutí muži majú hrubú a mastnú, ale aj tak citlivú kožu.

Množstvo vonkajších faktorov podporuje alebo zhoršuje vznik tejto patológie:

- používanie mydiel a hygienických produktov, kozmetiky alebo opaľovacích krémov, ktoré nie sú vhodné pre typ pleti
- vplyv prostredia: chlad, teplo, slnko, znečistenie ovzdušia, náhle zmeny teploty
- životný štýl: korenie, afrodisiaka, alkohol, stres
- aplikácia chemických „depilačných“ produktov: peeling
- rôzne kozmetické zákroky: „derma-brázia“, laser, platická operácia.

V skutočnosti je to spojenie prechodných alebo trvalých faktorov, ktoré spúšťaajú vznik kožnej precitlivenosti.



Liečba citlivej kože.

- Používajte čo najmenej kozmetických výrobkov.
- Vyberajte si neparfumované, alebo veľmi málo parfumované výrobky špecificky určené pre „citlivú pleť“.
- Vylúčte mydlá. Uprednostnite čistiace umývacie prostriedky a spray s termálnou vodou. Jemne vysušte papierovou, nie bavlnenou utierkou.
- Zvoľte zvlhčujúce krémy, ktoré sa ľahko aplikujú a rozotierajú, alebo chladivé pleťové krémy, môžete aj masť s obsahom voskov, aj keď je masťnejšia. Ak pracujete v klimatizovanej miestnosti, neváhajte a aplikujte tieto krémy aj viac krát cez deň.
- Zvoľte neдрáždivé vlasové kozmetické výrobky (bez povrchovo aktívnych chemických látok).
- Vyhýbajte sa čistiacim maskám na tvár (najmä v prípade suchej pleti).
- Ak aplikácia kozmetického výrobku vyvoláva pocit pálenia, alebo napätia kože, okamžite prestaňte používať daný výrobok.
- Chráňte svoju pokožku pred náhlou zmenou teploty, slnečným žiarením, vetrom a priamym vplyvom tepla (otvorený oheň, radiátory).
- Spotrebu alkoholu znížte na minimum. Sledujte zvýšenie dráždivosti kože po konzumácii kávy, alebo rôznych druhov korenia.

Ako vznikne alergia na kozmetické výrobky?

Precitlivenosť nastáva pri opakovanom používaní výrobku na kožu. Môže vzniknúť rôznym spôsobom:

- najčastejšie **priamym kontaktom** (napr.: ekzém očných viečok po nanesení maskary)
- **reakciou na výrobok nanesený na „vzdialenosť“** (napr.: ekzém očných viečok na základe použitia kozmetického výrobku na inom mieste na tvári ako na očiach),
- po **dotyku rukou**: výrobok určený na používanie na iných častiach tela a nechtiac aplikovaný na tvár alebo na krk (napr.: lak na nechty zodpovedný za ekzém na krku),
- **prenášaním vzduchom**: alergén je prenášaný

vzduchom a príde do kontaktu s kožou (napr.: kvapky parfumu nastriekané inou osobou do tváre, rozprašovanie záchodovej vône),

- **kontakt s inou osobou**: reakcia na výrobok nosený inou osobou (napr.: ekzém na hrudníku spôsobený partnerovou farbou na vlasy),
- **pri expozícii na slnku**: v prítomnosti slnečného žiarenia sa molekuly, ktoré sú bežne dobre tolerované, stávajú „fotoalergénom“. Erupcia vyvolaná výrobkom sa vyskytuje len v oblasti vystavenej slnku (napr.: ekzém tváre a výstrihu spôsobený krémom na opaľovanie).

Alergická dermatitída vyvolaná kozmetikou sa môže prejaviť v rôznych formách:

Svrbenie: svrbenie v mieste a v okolí aplikácie kozmetického výrobku: prvý náznak alergie.

Erytém: najčastejšia reakcia. Je to začervenanie rôzneho rozsahu, bez zmeny povrchu alebo hrúbky kože, miznúce tlakom prstov.

Ekzematid: obvykle nazývané „šupinky“: sú to malé ružové ložiská pokryté značným množstvom jemných šupiniek umiestnených v limitovaných oblastiach tela, alebo sú roztrúsené po celom tele. Všeobecne nie sú veľmi svrbivé a nie sú prejavom precitlivenosti na kozmetický výrobok.

Ekzém: nie je iba jeden typ ekzému, existuje mnoho foriem ekzémov. Medzi akútnym a chronickým ekzémom sú početné prechodné formy, ktoré sa niekedy ťažko diagnostikujú.

- **akútny ekzém:** môže sa vyskytnúť po aplikácii kozmetického výrobku obsahujúceho molekulu nazývanú „alergén“, ktorá spustí imunologickú reakciu rejeckie. Po tretom alebo štvrtom nanesení výrobku sa môže objaviť svrbenie nasledované začervenaním kože, edémom, pľuzgiermi a mokvaním. Ak sa aplikovanie

škodlivého produktu preruší, na koži sa vytvorí chrasta, ktorá sa samo-voľne odlúpe, zanechávajúc novú, ružovú, jemnú, ale zdravú kožu. V prípade pokračovania aplikácie alergizujúceho výrobku sa ekzém stáva čoraz viac akútnym, mokrým, rozsiahlejším, s rozširovaním aj mimo miesta aplikácie. Diagnostika pôvodu ekzému sa stáva komplikovanejšou.

- **chronický ekzém:** na rozdiel od akútneho ekzému nikdy nemokvá, povrch kože je suchý, zhrubnutý a popraskaný. Ako pri všetkých druhoch ekzému, aj tento je veľmi svrbivý, škriabanie postihnutých častí kože má za následok zhrubnutie uvádzané ako „lichenifikácia“.



Žihľavka: môžeme ju prirovnať ku kožným prejavom, ktoré vznikajú po kontakte so žihľavou. Sú to červené, edematózne vyčnievajúce ložiská, rôznej veľkosti, najčastejšie v mieste aplikácie kozmetického prípravku. Prejavy sú lokalizované obyčajne v mieste aplikácie kozmetického výrobku, málokedy sú rozšírené po celom tele. Žihľavka je sprevádzaná intenzívnym svrbením. Môže zmiznúť spontánne v priebehu niekoľkých hodín, v prípade pokračujúcej aplikácie sa môže ďalej rozširovať. Žihľavka je kozmetickými výrobkami vyvolaná v oveľa menšom rozsahu ako ostatné typy alergických reakcií.

Pigmentácia: je charakterizovaná zmenou farby kože, ktorá stmavne. Rovnako sa môže vyskytnúť pigmentácia nechtovej dosky spôsobená aplikovaním rôznych kozmetických výrobkov.

V skutočnosti je potrebné vždy, v prípade prítomného svrbenia, myslieť na možnosť vznikajúcej alergie. V niektorých prípadoch klinické symptómy sú špecifické, obzvlášť v prípadoch postihnutia kože očných viečok, vlasatej časti hlavy, pier a rúk. Bez ohľadu na lokalizáciu, diferenciálna diagnóza medzi iritáciou a alergiou býva komplikovaná, pretože obidva druhy reakcií sa môžu vyskytovať súčasne.



IRITÁCIA a ALERGIA
sa často zamieňajú.
Je dôležité ich rozoznať,
lebo liečba a prognóza
pre tieto kožné reakcie
je úplne rozdielna.

Iritačná dermatitída, alergická dermatitída: Aké sú odlišnosti?

Čas vzniku:

Miesto erupcie:

Predispozícia:

Klinické symptómy:

Veľkosť erupcie:

Klinický priebeh:

Príčina:

Zodpovedné výrobky
a molekuly:

Najčastejšie postihnuté
oblasti:





Iritačná dermatitída:

Okamžite, alebo po niekoľkých aplikáciách

Obmedzené na oblasť kontaktu s výrobkom

Môže sa vyskytnúť u hocikoho

Trpnutie, napätosť, začervenanie, trhliny, pľuzgieriky; svrbenie minimálne alebo žiadne

Variabilná, podľa koncentrácie, doby pôsobenia a množstva aplikovaného výrobku

Obvykle rýchle a ľahké vyliečenie

Nesprávny výber výrobku, nevhodný pre typ pleti

Mydlá, šampóny, dezodoranty, pena na holenie, voňavky, kolínska voda a výrobky, ktoré sú mastné, výrobky proti starnutiu kože s AHA, a/alebo s kyselinou vitamínu A

Viečka+++ , ruky (zadná časť, alebo dľaň)++, podpažšie ++, genitálie +, krk +, pery +

Alergická dermatitída:

Po opakovaných kontaktoch výrobku s kožou, alebo ak sa výrobok po určitom čase začal znovu používať

Alergia sa často rozširuje aj mimo miesta aplikácie

Individuálna precitlivosť na výrobok

Začervenanie, edém, pľuzgieriky, trhliny na koži a silné svrbenie

Reakcia je možná aj pri malej a krátkodobej aplikácii výrobku

- Pomalé zotavenie
- Nutnosť celkového vyšetrenia
- Častý návrat alergie pri pretrvávajúcom kontakte s alergénom

Reakcia na látku, ktorá sa stala „alergénom“

Parfumsy, kolínska voda a parfumované výrobky +++, konzervačné látky ++, masťové základy (lanolín), farba na vlasy, odlakovače a iné výrobky na nechty krémy na opaľovanie, atď.

Viečka +++ , zvyšok tváre ++, krk ++, pery ++, vlasatá časť hlavy ++, ruky (chrbát) a bočné strany prstov +

Liečba podráždenej kože

Iritácia – podráždenie kože podporuje vznik alergie a preto by liečba mala byť čo najefektívnejšia.

Je potrebné:

- prerušiť používanie podozrivých kozmetických výrobkov. Ak sú postihnuté očné viečka, aplikácia všetkých kozmetických prípravkov musí byť prerušená,
- čistite pokožku s neutrálnymi roztokmi alebo termálnou vodou,
- osušte pokožku jemne preklepávaním (nie bavlnou),
- aplikujte krémy obsahujúce látky vhodné pre druh podráždenia: kondicionéry, výživné, liečivé, alebo ak je potrebné, tak ešte viac neutrálne: chladivé krémy, alebo masť s obsahom voskov,
- v prípade expozície slnečnému žiareniu aplikujte krémy obsahujúce minerálne filtre,
- vyhýbajte sa aplikácii krémov s obsahom kortizónu: takéto krémy neliečia podráždenie, oslabujú kožu a prinášajú len krátkodobú úľavu.

Takáto prechodná úľava má za následok opakované použitie kortizónu, ktorý na druhej strane spôsobí „závislosť“ a vznik tzv. „kortikosteroidnej dermatitídy“: koža je stenčená, zapálená, popreťkávaná veľkým množstvom drobných cievok, enormne citlivá a stáva sa zdrojom vazomotorických reakcií.





Liečba alergickej reakcie

Väčšinu takýchto reakcií je potrebné skonzultovať s praktickým lekárom alebo s dermatológom

- **Erupcia je typická pre alergiu, ale alergén je neznámy:**
Ak je problémom akútny ekzém, tak je aplikácia termálnej vody a krémov obsahujúcich hormóny na **limitované obdobie s postupným predlžovaním intervalov** dostačujúca na dosiahnutie vyliečenia. Na zmiernenie svrbenia sa niekedy pridávajú antihistaminiká. V prípade suchosti ložísk sa odporúča aplikovať masť a neutrálne substancie. Dôležitá je identifikácia vyvolávajúceho alergénu, lebo pri náhlom prerušení liečby sa klinické symptómy môžu vrátiť a výrazne zhoršiť. Identifikácia je obvykle možná epikutánnymi náplastovými testami.
- **Erupcia je asociovaná so známym produktom a/alebo molekulou, pre ktorú aplikovaný produkt nebol analyzovaný (napr. konzervačné látky a parfumy):**
Zloženie podozrivého výrobku je potrebné skontrolovať a vylúčiť prípadný výskyt identifikovaného alergénu v iných výrobkoch. Dôležité je sústavné vyhýbanie sa tejto molekule vo všetkých aplikovaných výrobkoch. Poučenie o výskyte alergénu uľahčuje voľbu vhodného produktu.

V žiadnom prípade nie je možná desenzibilizácia voči kontaktným alergénom obsiahnutým v kozmetických výrobkoch. Jediný účinný spôsob ako dosiahnuť vyliečenie je úplné a permanentné vynechanie alergénu.

Ako možno diagnózu alergie na kozmetický výrobok potvrdiť?

- **Po eliminácii možných vyvolávateľov kožných ochorení vyskytujúcich sa pred vznikom ochorenia (ekzém, psoriáza, seboroická dermatitída, atď.) nasleduje identifikácia formou „policajného výsluchu“:**
 - typy používaných výrobkov (starostlivosť o pleť, hygiena, vlasy, slnko),
 - spôsob a frekvencia používania,
 - časový postup prejavov a progresia ochorenia,
 - prípravky používané pri liečbe kožných prejavov (erupcií),
 - kozmetické výrobky používané pred a počas erupcie (AHA a kyselina vitamínu A),
 - iné výrobky – používané v domácnosti, profesionálne, v medicíne, prípravky používané pre osobnú, intímnu potrebu,
 - prípravky proti starnutiu kože (derma-brázia), alebo operačné zákroky.
- **Používaním rôznych kožných testov:**
 - **náplastové epikutánne testy** sú aplikované na kožu chrbta a zlepované po 48 hodinách. Používa sa štandardná - rutinná séria kontaktných alergénov, ktorá obsahuje látky najčastejšie používané v kozmetických výrobkoch, ako sú: parfumy, antiseptiká a iné látky prinesené pacientom,
 - **otvorený test** slúži na rozpoznanie okamžitej reakcie, pri podozrení že výrobok spúšťa prejavy žihľavky,
 - **opakované otvorené aplikačné testy:** malé množstvo podozrivého kozmetického výrobku je aplikované na predlaktie 2 až 3 krát denne až do vzniku reakcie (maximálne 3 týždne),
 - **obvyklý test:** aplikácia podozrivého kozmetického výrobku za normálnych podmienok.
- **Pokúsiť sa klinickým vyšetrením podľa vzhľadu lézii a podľa doby vzniku rozlíšiť medzi iritáciou a alergiou (viď tab. strana 7).**



Odporúčenia pre všetkých pacientov

Na zabránenie recidívy (návratu) iritácie

- Redukujte počet hygienických výrobkov, najmä vysoko parfumovaných.
- Požívajte čistiace prostriedky bez mydla, alebo ne–detergentné mydlá, ktoré neovplyvňujú hydrolipidovú vrstvu kože.
- Nepoužívajte koncentrované prostriedky, nemiešajte výrobky (tekuté mydlá, šampóny). Používajte riedenia odporúčané výrobcom.
- Používajte len výrobky s jasne vyznačenou indikáciou (hygienické výrobky, kozmetické výrobky). Opláchnite teplou vodou a jemne osušte.
- Uprednostnite prírodné textilné vlákna (bavlna, ľan, hodváb, vlna) pred syntetickými, ktoré zhoršujú iritáciu spôsobenú na základe antiperspiračných prostriedkov a deodorantov.

Čo je dôležité urobiť aby ste sa vyhli iritačnej alebo alergickej reakcii kože?

- Vyberajte výrobky zodpovedajúce typu pleti.
- Používajte výrobok správne a až po podrobnom prečítaní návodu. Týmto spôsobom sa dá väčšine iritačných(dráždivých) reakcií zabrániť.

Keď je alergia potvrdená epikutánnymi náplastovými testami:

- **Vyhňte sa kontaktu**
 - s vyvolávajúcím výrobkom
 - s látkou vyvolávajúcou reakciu (nie je vždy možné)
 - akémukoľvek spôsobu kontaktu: priamy, nepriamy, vzdušnou cestou
- **Konzultujte zoznam výrobkov, ktorým sa treba vyhnúť.**

- **Vyhľadajte v INCI nomenklatúre (International Nomenclature of Cosmetic ingredients – Medzinárodný zoznam kozmetických zložiek)** - udané na obale – názov substancií korešpondujúcich s pozitívne testovanými látkami.

V prípade zistenej alergie na niektoré látky alebo molekuly (vône, peruánsky balzám, para – fenylen-diamín) u dospievajúcich pacientov s pozitívnu anamnézou na alergické-atopické ochorenia (dýchacie, kožné) je vhodné vyhýbať sa tzv. nebezpečným profesiám (kaderník, kozmetik, oddelenie parfumérií atď.).

UCB INŠTITÚT PRE ALERGIU

Divízia UCB S.A., UCB Inštitút pre alergiu (IOA) je európskou nezávislou neziskovou organizáciou, ktorá vznikla v roku 1987 s cieľom bojovať proti alergii.

Ako odpoveď na epidemické šírenie alergie si UCB Inštitút pre alergiu kladie za cieľ sústrediť pozornosť verejnosti, autorít, pacientov i zdravotníckych profesionálov na alergiu ako na závažný zdravotný problém.

Pod vedením vedeckého poradného zboru, tvoreného významnými európskymi odborníkmi v oblasti alergií inicioval UCB inštitút pre alergiu rad akcií s cieľom informovať a poučiť o alergii, zlepšiť prevenciu, podporovať výskum, analyzovať súčasnú situáciu a definovať kľúčové aktivity pre ďalšie obdobie. UCB inštitút pre alergiu podporuje spoluprácu medzi organizáciami, zaoberajúcimi sa alergiou. UCB inštitút pre alergiu je aktívny v celej Európe prostredníctvom 19 národných sekcií a pôsobí tiež v Juhoafrickej republike.

Webová stránka Inštitútu (<http://www.theucbinstituteofallergy.com>) a centrálna členská knižnica poskytuje členom recentné informácie a publikácie o alergii. Pre laickú verejnosť a školy pripravil UCB Inštitút pre alergiu videoprogramy (napr. Alergia a šport, Voľba povolania atď.), výchovné hry a ďalší informačný materiál. UCB Inštitút pre alergiu organizuje vedecké stretnutia, sympóziá a konferencie, panelové diskusie a poskytuje granty pre mladých vedcov.

UCB Inštitút pre alergiu chce prispieť k predchádzaniu predpovede niektorých epidemiológov: „V priebehu 30 rokov môžu byť všetci alergikmi....

Pokiaľ nezačneme ihneď konať !„

DERMATOLÓGIA

UCB Institute of Allergy ďakuje za aktívnu spoluprácu:

A. PONS-GUIRAUD, M.D.,
Paríž

UCB Inštitút pre alergiu
Úprkova 4
811 04 Bratislava 1

<http://www.theinstituteofallergy.com>



UCB INŠTITÚT PRE ALERGIU

spojme naše sily proti alergii