

This is an electronic reprint of the original article. This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version: Poutanen, M. 2024. Ihana, kamala aurinko. SKY kosmetologi 72:2, 10-11.

× KOSMETIIKKA & RAAKA-AINEET

MARJO POUTANEN

Ihana, kamala AURINKO

Iho ikääntyy väistämättä. Merkittävin ihon ikääntymismuutoksia aiheuttava tekijä on auringon UV-säteily. Sen merkitys on 80 % kaikista ulkoisista tekijöistä. Suojautumalla auringon UV-säteilyltä voimme vähentää ikääntymismuutosten syntyä.

Auringon säteilystä 5 % on UV-säteilyä, josta 95 % on UVA- ja 5 % UVB-säteilyä. UV-säteily aiheuttaa ihosyöpiä ja ihon vanhenemismuutoksia, kroonisia muutoksia ihon rakenteessa ja toiminnassa. UVA-säteilylle altistumme tasaisesti ympäri vuoden, UVB-säteilyn teho vaihtelee vuodenajan mukaan. Otsonikerros absorboi osan UV-säteilystä, mihin vaikuttaa säteilyn aallonpituus; UVA ei käytännössä absorboitu ollenkaan.

UV-SÄTEILY vaikuttaa lukuisiin eri solutason mekanismeihin. UVA-säteily vastaa pitkän ajan

kuluessa syntyvistä ihovaurioista ja valovanheneemisesta. Se aikaansaa välittömän rusketuksen ja vaikuttaa ihon elastiinin ja kollageenin rakenteeseen.

UVB-säteilyn teho vaihtelee vuodenajan mukaan ja on voimakkaimmillaan kesäisin päiväsaikaan. UVB-säteily saa aikaan ihon punoituksen, palamisen ja viivästyneen ruskettumisen. Ruskettumisen suoja iholle on vähäinen; UV-altistus vaurioittaa ihoa jo ennen kuin se palaa.

UV-säteily aikaansaa hapettumisreaktioita ja reaktiivisten happiradikaalien (ROS) syntyä sekä matriksin metalloproteiinaasientsyymien (MMP) erittymistä. MMP:t hajottavat ihon rakenneproteiineja, kuten kollageenia.

Reaktiiviset happiradikaalit ovat hapestä muodostuneita yhdisteitä, joilla on pariton elektroni. Ne reagoivat helposti muiden molekyylien kans-

sa. UV-säteily lisää vapaiden happiradikaalien määrää ja saa aikaan tuhansia muutoksia DNA:ssa, geenien rakenteessa ja toiminnassa päivittäin.

ANTIOKSIDANTIT taistelevat aktiivisia happiradikaaleja vastaan. Primääriset antioksidantit neutraloivat happiradikaalit ennen kuin nämä ehtivät vahingoittaa soluja. Sekundääriset antioksidantit toimivat epäsuorasti esimerkiksi tukien primääristen antioksidanttien toimintaa.

Antioksidantteja saamme pääosin ravinnosta, mutta keho tuottaa niitä myös itse. Monet aurinkosuojatuotteetkin sisältävät antioksidantteja.

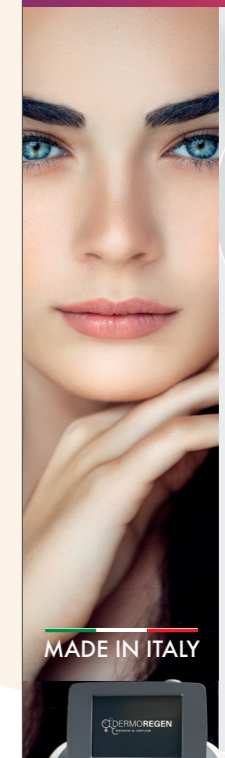
Antioksidantit auttavat ennaltaehkäisemään ja torjumaan UV-säteiden haittavaikutuksia. Esimerkiksi C-vitamiini vähentää tehokkaana antioksidanttina vapaiden radikaalien haittoja ja auttaa korjaamaan UV-säteilyn aiheuttamia vaurioita. Myös E-vitamiinia ja ubikinonia käytetään aurinkosuojatuotteissa antioksidanttivaikutuksensa vuoksi. Lisäksi antioksidantit parantavat aurinkosuojatuotteiden säilyvyyttä.

Antioksidanttien hyödylliset vaikutukset eivät kuitenkaan korvaa UV-suojatuotteiden antamaa suojaa, joten tehokkaan aurinkosuojatuotteen käyttö on tärkeää, tilanteen mukaan jopa ympäri vuoden.

- Lumi heijastaa 80 – 90 % UV-säteilystä, hiekka noin 20 % ja nurmikko noin 5 %.
- Pilvet pysäyttävät vain 30–60 % UV-säteilystä.
- Epidermis päästää läpi 4 kertaa enemmän UV-säteilyä vaaleaihoisilla kuin tummaihoisilla.
- Suurin osa UV-altistuksesta saadaan arjen toiminnoissa ja ympäri vuoden.

Tiesitkö, että?

Esteettiset kasvo- ja vartalohoidot



LAB
BIOSTIMULATING SYSTEM

Biostimuloivat hoitomenetelmät

Luotettavasti, turvallisesti ja nopeasti

MADE IN ITALY



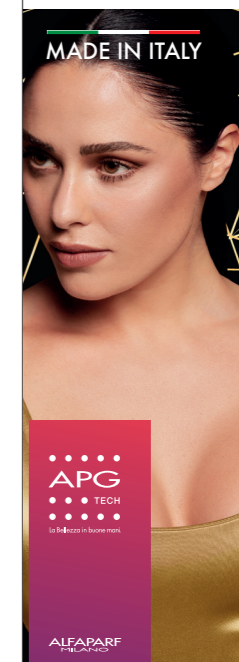
Dermoregen

Mikrohionta ja elektroporaatio

- Täytöt
- Tukikudosten vahvistaminen



UVA
GOLDEN APG
RADIOFREQUENCY



MADE IN ITALY

GOLDEN - radiotaajuuslaite

Merkittävän tehokas menetelmä

- Kiinteytys
- Liftaus



www.disar.fi
p. 09 425 78910

APG
TECH
In Beauty in Science

ALFAPARF