

Profesionálne posúdenie pleti: Diagnostické kritériá a metódy hodnotenia

Komplexný sprievodca pokročilými dermatologickými evaluačnými
technikami pre estetických profesionálov





Posúdenie mastnoty pleti

Pochopenie produkcie mazu

Mastná pleť, alebo seborrhea, sa vzťahuje na nadmernú produkciu mazu mazovými žľazami. Správne posúdenie zahŕňa vizuálnu kontrolu, hmatové posúdenie a špecializované diagnostické nástroje na určenie úrovne mazu a vzorcov distribúcie v jednotlivých zónach tváre.

Normálna pleť

Vyvážená produkcia mazu so zdravým leskom

Mastná pleť

Nadbytok mazu, rozšírené póry, lesk

Suchá pleť

Nedostatočná produkcia mazu, pocit pnutia, šupinaté

Tonus a turgor kože: Napätie a pružnosť

Turgor kože (Napätie)

Turgor kože odráža jej vnútorné napätie, ovplyvnené svalovým tonusom, podkožným tkanivom a hydratáciou. Vyšší turgor signalizuje zdravú, pevnú pleť, zatiaľ čo znížený môže naznačovať svalovú ochabnosť alebo stratu objemu.

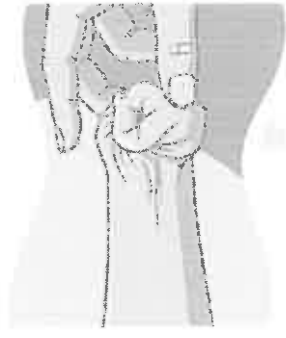
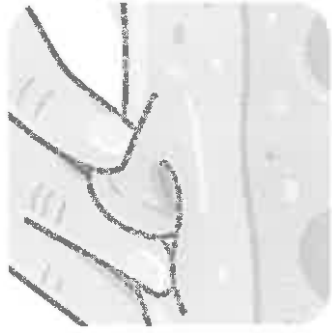
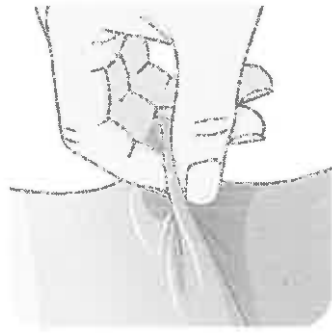
Tonus kože (Pružnosť)

Tonus je kľúčovým indikátorom hydratácie a elasticity kože, závisí od obsahu vody a kvality kolagénových a elastínových vlákien. Dobrý tonus znamená, že sa koža po stlačení rýchlo vráti do pôvodného stavu, zatiaľ čo znížený naznačuje dehydratáciu a stratu pružnosti.



Kompresno-rotáčny test: Posúdenie tonusu kože

Kompresno-rotáčny test je jednoduchá, ale účinná metóda na diagnostiku tonusu a turgoru kože. Spočíva v jemnom stlačení a miernom pootočení kožnej riasy medzi prstami a následnom pozorovaní rýchlosti jej návratu do pôvodného stavu. Táto technika poskytuje cenné informácie o hydratácii, elasticite a celkovej pevnosti pleti.



Normotónia

Pleť s optimálnym tonusom sa po uvoľnení prstov okamžite a plynulo vráti do pôvodnej polohy. Je pevná, pružná a vykazuje zdravú elasticitu, čo svedčí o dobrej hydratácii a kvalite kolagénových vlákien.

Hypotónia

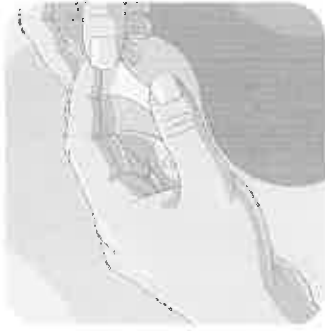
Koža vykazujúca hypotóniu sa po kompresii vracia pomalšie a neúplne. Môže zostať mierne pokrčená alebo jej návrat trvá dlhšie, čo naznačuje zníženú elasticitu a možnú dehydratáciu alebo počiatočné známky straty pevnosti.

Atónia

V prípade atónie kože je návrat do pôvodného stavu veľmi pomalý alebo takmer žiadny. Kožná riasa zostáva dlho viditeľná, čo je indikátorom výraznej straty elasticity, dehydratácie a ochabnutia kolagénových a elastínových vlákien, často spojeného so starnutím.

Test kožnej riasy: Posúdenie turgoru a hydratácie

Test kožnej riasy je jednoduchá a rýchla metóda na posúdenie turgoru a hydratácie kože. Spočíva v jemnom nadvíhnutí a stlačení kožnej riasy medzi palcom a ukazovákom, najčastejšie na chrbte ruky alebo predlaktí. Následne sa sleduje rýchlosť a úplnosť návratu kožnej riasy do pôvodného stavu. Táto technika pomáha identifikovať úroveň hydratácie a elasticitu pokožky, čo je kľúčové pre správnu diagnostiku typu pleti a výber vhodnej starostlivosti.



Normotónia

Kožná riasa sa po uvoľnení prstov okamžite a plynulo vráti do pôvodnej polohy. Indikuje optimálny turgor, dobrú hydratáciu a pružnosť kože.

Hypotónia

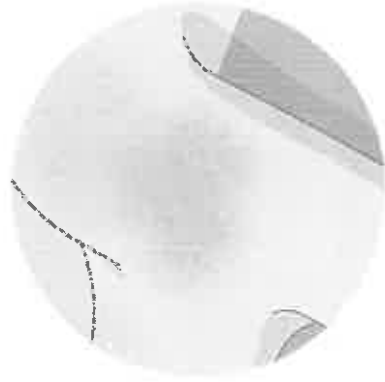
Koža sa po stlačení vracia pomalšie a neúplne, prípadne zostáva mierne pokrčená. Poukazuje na zníženú elasticitu a možnú dehydratáciu alebo prvé známky straty pevnosti.

Atónia

Návrat kožnej riasy do pôvodného stavu je veľmi pomalý alebo takmer žiadny, zostáva dlho viditeľná. Svedčí o výraznej strate elasticity, dehydratácii a ochabnutí kolagénových a elastínových vlákien, často spojené s pokročilým starnutím.

Fotoreaktivita kože: Reakcia na UV žiarenie

Fotoreaktivita kože je schopnosť pokožky reagovať na vystavenie ultrafialovému (UV) žiareniu, predovšetkým zo slnka. Táto reakcia je komplexný obranný mechanizmus, ktorý má za cieľ chrániť kožné bunky pred poškodením. Primárne sa prejavuje dvoma hlavnými spôsobmi: začervenaním a pigmentáciou.



Erytém (Začervenenie)

Erytém je bezprostredná zápalová reakcia kože na UV žiarenie, často známa ako spálenie slnkom. Prejavuje sa začervenaním, pocitom tepla a niekedy aj bolesťou alebo opuchom. Je výsledkom rozšírenia krvných ciev a zvýšeného prekrvenia v postihnutej oblasti, ako súčasť snahy tela o opravu poškodenia.



Pigmentácia (Opálenie)

Pigmentácia je oneskorená reakcia kože na UV žiarenie, prejavujúca sa stmavnutím pokožky. Je spôsobená zvýšenou produkciou melanínu, tmavého pigmentu, ktorý pôsobí ako prirodzený UV filter a chráni DNA kožných buniek pred ďalším poškodením. Tento proces vedie k vytvoreniu opálenia.

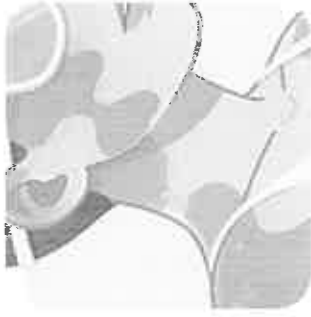
3 stupne fotoreaktivity kože

Reakcia kože na UV žiarenie prebieha v rôznych stupňoch, od okamžitého začervenania až po postupnú pigmentáciu. Pochopenie týchto troch stupňov je kľúčové pre správne posúdenie fototypu pleti a odporúčania vhodnej ochrany.



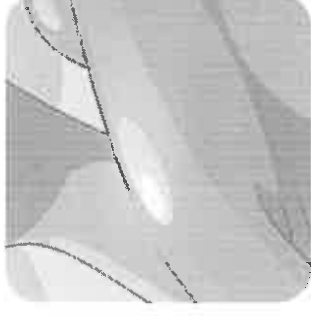
1. Erytém (Okamžitá reakcia)

Erytém, alebo začervenanie, je akútna zápalová reakcia kože na nadmerné vystavenie UV žiareniu. Je to bezprostredná odpoveď cievneho systému kože, prejavujúca sa rozšírením kapilár a zvýšeným prekrvením. Klinicky sa prejavuje ako sčervenanie, pocit tepla a niekedy aj bolesť. Nastupuje krátko po expozícii UV žiareniu a dosahuje maximum po niekoľkých hodinách. Tento stupeň fotoreaktivity zahŕňa len začervenanie bez následnej pigmentácie.



2. Erytém + Pigmentácia (Kombinovaná reakcia)

Pri tomto stupni fotoreaktivity kože reaguje na UV žiarenie kombináciou začervenania a následnej pigmentácie. Po počiatočnom erytéme, ktorý signalizuje poškodenie, sa objavuje postupné stmavnutie pokožky. Tento typ reakcie je charakteristický pre fototypy, ktoré sa opália, ale predtým sa ľahko spália, čo naznačuje potrebu opatrnosti pri vystavení slnku.



3. Pigmentácia (Oneskorená reakcia)

Pigmentácia, známa ako opálenie, je oneskorená obranná reakcia kože, ktorá sa objavuje 2-3 dni po expozícii UV žiareniu. Je spôsobená aktiváciou melanocytov a zvýšenou produkciou melanínu – tmavého pigmentu. Melanín pôsobí ako prirodzený filter, ktorý absorbuje UV žiarenie a chráni DNA kožných buniek pred poškodením. Tento stupeň fotoreaktivity zahŕňa opálenie bez predchádzajúceho začervenania, čo je typické pre fototypy odolné voči spáleniu.

Reaktivita kože: Odpoveď na podnety

Reaktivita kože označuje schopnosť pokožky reagovať na rôzne vnútorné a vonkajšie podnety, ako sú mechanické, tepelné, chemické alebo imunologické faktory. Táto reakcia môže byť individuálna a ovplyvnená genetikou, typom pleti a aktuálnym stavom pokožky. Pochopenie reaktivity je kľúčové pre správny výber kozmetických produktov a ošetroení.



Normergická reakcia

Predstavuje fyziologickú, primeranú odpoveď kože na podnet. Prejaví sa napríklad miernym a krátkodobým začervenaním, ktoré rýchlo odznie. Pokožka sa vie účinne brániť a regenerovať bez prehnaných alebo dlhotrvajúcich následkov.



Hypergická reakcia

Charakterizuje ju prehnaná a neprimeraná reakcia na inak neškodný podnet. Môže sa prejavíť intenzívnejším a dlhšie trvajúcim začervenaním, opuchom alebo svrbením, čo signalizuje zvýšenú citlivosť pokožky. Často súvisí s narušenou bariérovou funkciou kože.



Alergická reakcia

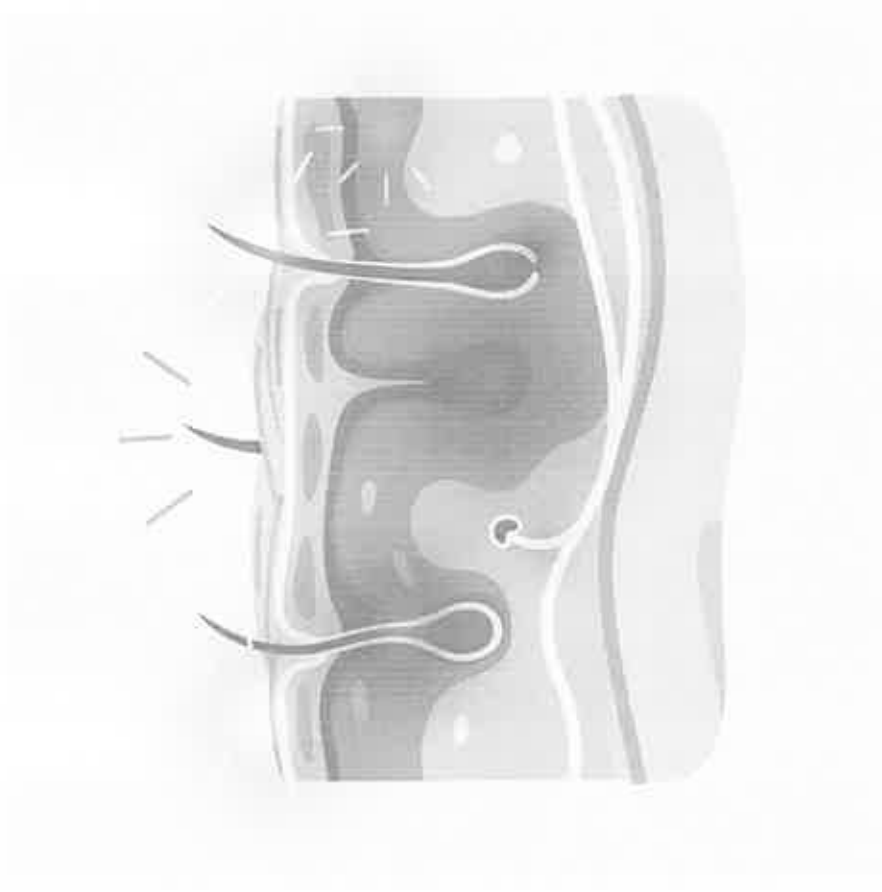
Je špecifická imunitná odpoveď na alergén. Na rozdiel od hypergickej reakcie ide o oneskorený, imunologicky sprostredkovaný proces, ktorý sa prejavuje svrbiacim exantémom, žihľavkou alebo kontaktnou dermatitídou. Môže mať rôznu intenzitu a vyžaduje identifikáciu a elimináciu alergénu.

Alergia vs. Hyperreaktivita: Rozdiel v pokožke

Hoci sa alergická a hyperreaktívna reakcia môžu javiť podobne, ich podstata a mechanizmus sú zásadne odlišné. Správne rozlíšenie je kľúčové pre diagnostiku, prevenciu a najmä pre bezpečné a účinné ošetrovanie pleti v kozmetickom salóne. Pochopenie týchto rozdielov pomáha predchádzať nežiaducim reakciám a chráni zdravie pokožky.



Alergická reakcia: viditeľné svrbenie a opuch



Hyperreaktívna reakcia: difúzne začervenanie a pálenie.

Porovnanie Alergie a Hyperreaktivity

Mechanizmus	Špecifická imunitná odpoveď na alergén (napr. konzervačné látky, parfumy).			Prehnaná reakcia na neškodné podnety (napr. teplota, tlak, trenie, zložky kozmetiky) bez zapojenia imunity.
Časovanie	Oneskorená (hodiny až dni) po kontakte s alergénom.	Okamžitá alebo rýchla (minúty) po kontakte s podnetom.		
Symptómy	Svrbiace pupence (žihľavka), exantém, pluzgier, opuch, kontaktná dermatitída.	Intenzívne a dlhotrvajúce začervenanie, pálenie, štipanie, pocit horúčavy, bez pupencov.		
Vhodnosť ošetrovania v salóne	Absolútne nevhodné. Vyžaduje lekársku diagnostiku a elimináciu alergénu. Riziko anafylaktického šoku.	S vysokou opatrnosťou. Vyžaduje hypoalergénne, upokojujúce produkty a šetrné, neinvazívne techniky.		

Tvar tváre: Krúč k personalizovanej estetike

Tvar tváre je určený kombináciou genetických faktorov, ako je štruktúra kostí, rozloženie tukových tkanív a vývoj svalov. Pochopenie vlastného tvaru tváre je kľúčové pre výber správneho účesu, okuliarov a techník líčenia, ktoré zvýraznia prirodzenú krásu a harmonizujú celkový vzhľad. Každý tvar má svoje jedinečné charakteristiky.



Oválny

Považovaný za ideálny tvar, vyznačuje sa vyváženými proporciami s mierne zaobleným čelom a bradou. Šírka je približne dve tretiny dĺžky.



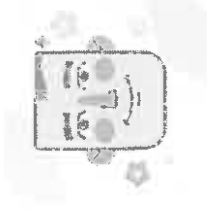
Okrúhly

Tvár je takmer rovnako dlhá ako široká, s jemnými krivkami a plnými lícami. Chýbajú jej ostré uhly a vyznačuje sa mäkkými kontúrami.



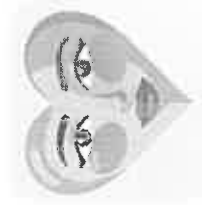
Štvorcový

Charakteristický silnou, hranatou čelustou a širokým čelom. Dĺžka a šírka tváre sú si blízke, čo jej dodáva symetrický a výrazný vzhľad.



Obdĺžnikový

Dlhšia a užšia ako štvorcová tvár, s rovnými stranami a výraznou čelustou aj čelom. Často pôsobí úzko a pretiahnuto.



Srdcovitý

Široké čelo a líčne kosti, ktoré sa zužujú k ostrej, špicatej brade. Niekedy sa objavuje aj výraznejšia brada alebo špička vlasov v tvare V.



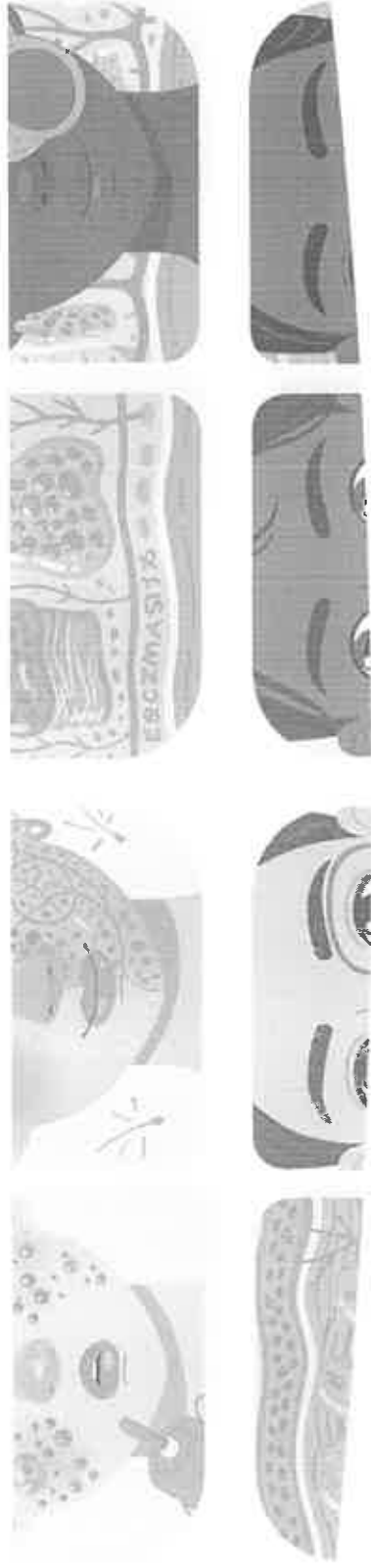
Trojuholníkový

Charakterizovaný úzkym čelom a spánkami, ktoré sa rozširujú smerom k širokej a silnej čelusti. Je to opak srdcovitého tvaru.



Diamantový

Najširšia časť tváre sú líčne kosti, zatiaľ čo čelo a čelust sú užšie a zúžené. Má výrazné, niekedy ostré rysy.

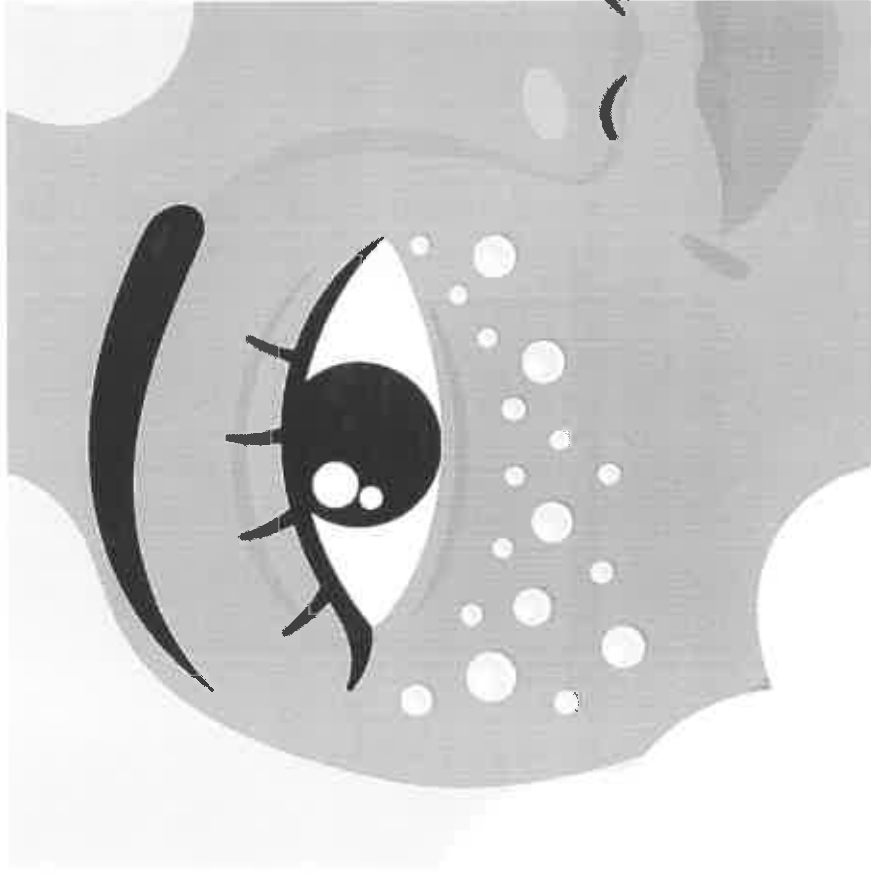


Odchýlky od normy kože: Úvod

Pochopenie odchýlok od normálneho stavu kože je kľúčové pre udržanie jej zdravia a krásy. Tieto odchýlky zahŕňajú širokú škálu stavov, od bežných podráždení až po chronické ochorenia. Rozpoznanie prvých príznakov a správne vyhodnotenie zmien na pokožke nám umožňuje efektívne reagovať a predchádzať závažnejším problémom. Táto sekcia predstaví základné typy kožných abnormalít a zdôrazní ich význam v estetickej starostlivosti.

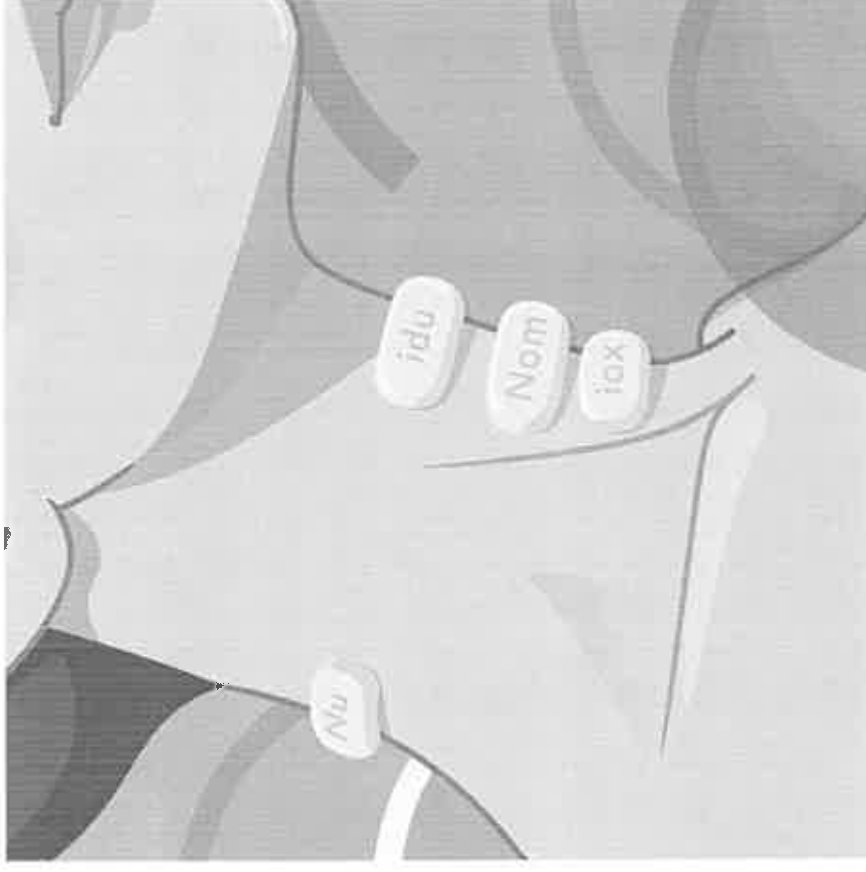
Mília a Fibrómy: Bežné kožné prejavy

Na pokožke sa prirodzene vyskytuje množstvo malých, neškodných zmien. Dve z najčastejších sú milie a fibrómy. Aj keď sú obe benigne, ich správne rozpoznanie je dôležité pre pochopenie ich povahy a pre rozhodnutie o prípadnom kozmetickom ošetrovaní.



Mília

Mília sú drobné, biele cysty, ktoré vznikajú, keď sa keratín (kožný proteín) uvoľní pod povrchom pokožky. Často sa objavujú v zhlukoch okolo očí, na čele a lícach, pripomínajúc malé perličky. Sú úplne neškodné a zvyčajne nespôsobujú žiadne problémy okrem estetického hľadiska. Môžu sa objaviť spontánne alebo po poškodení kože.

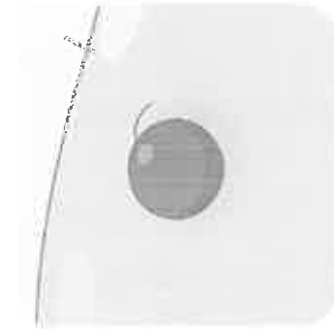


Fibrómy (Kožné výrastky)

Fibrómy, bežne nazývané kožné výrastky alebo "skin tags", sú malé, mäkké, kožou potiahnuté útvary, ktoré visia z pokožky. Môžu byť rôznej veľkosti a farby, od farby kože po tmavšiu. Najčastejšie sa vyskytujú na miestach trenia, ako je krk, podpažšie, pod prsiami alebo v oblasti slabín. Hoci sú benígne, môžu byť dráždivé, ak sa o ne niečo zachytí, alebo ak dôjde k ich podráždeniu.

Nevi (Znamienka): Typy a Dôležitosť Pozornosti

Nevi, bežne známe ako znamienka, sú zoskupenia pigmentových buniek (melanocytov) na koži. Sú buď vrodené, alebo sa vyvinú počas života. Väčšina je neškodná, ale je dôležité poznať ich typy a vedieť, kedy vyhľadať lekársku pomoc, pretože niektoré môžu signalizovať riziko melanómu.



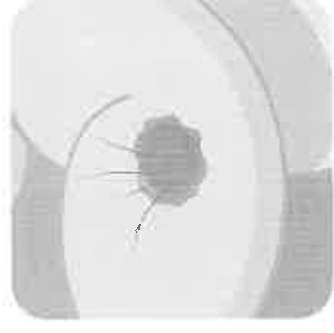
Obyčajné znamienko

Obvykle malé, okrúhle alebo oválne, s hladkým povrchom a jednotnou farbou (hnedá, čierna, ružová). Majú jasné ohraničenie a nemenia sa v čase. Sú najbežnejším typom.



Dysplastické znamienko

Väčšie ako bežné znamienka, s nepravidelným tvarom, neostrými okrajmi a nejednotnou farbou. Môžu byť ploché aj vyvýšené a predstavujú vyššie riziko premeny na melanóm.



Vrodené znamienko

Prítomné už pri narodení alebo sa objavia krátko po ňom. Ich veľkosť sa môže pohybovať od malých bodiek po rozsiahle plochy. Väčšie vrodené znamienka majú mierne zvýšené riziko melanómu.

Akékoľvek znamienko, ktoré mení veľkosť, tvar, farbu, má nepravidelné okraje, svrbí, krváca, alebo sa na ňom objavajú nové symptómy, by mal vyšetriť dermatológ. Pravidelná samokontrola a profesionálne vyšetrenia sú kľúčové pre včasnú detekciu a prevenciu.

Pigmentácie: Chloazma a Xantelazma

Pigmentové zmeny na koži sú bežné a môžu mať rôznu povahu. Dve z nich, chloazma a xantelazma, sú často spájané s hormonálnymi zmenami alebo metabolickými poruchami. Ich správne rozpoznanie je kľúčové pre diferenciálnu diagnostiku a výber vhodného ošetrovania.



Chloazma (Melazma)

Chloazma, známa aj ako melazma, je bežné kožné ochorenie charakterizované tmavými, nepravidelnými hyperpigmentovanými škvrnami. Tieto škvrny sa najčastejšie objavujú na tvári – na čele, lícach, hornej peru a brade. Často sa hovorí o "maske tehotenstva", keďže je bežná u tehotných žien (kvôli hormonálnym zmenám), ale môže postihovať aj mužov a ženy užívajúce hormonálnu antikoncepciu. Expozícia slnku a genetika sú tiež významnými faktormi.

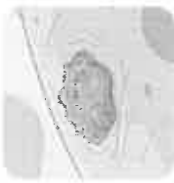


Xantelazma

Xantelazma sú žltkasté, mierne vyvýšené depozitá tukov, ktoré sa zvyčajne objavujú na alebo okolo očných viečok, najčastejšie v oblasti vnútorných kútikov očí. Sú to v podstate tukové usadeniny pod kožou, ktoré môžu naznačovať zvýšenú hladinu cholesterolu alebo iné poruchy metabolizmu lipídov v tele. Hoci sú benigne a nespôsobujú bolesť, môžu byť esteticky rušivé a je vhodné nechať si ich vyšetriť lekárom kvôli posúdeniu celkového zdravotného stavu.

Bradavice, Jazvy a Vredy: Rozpoznanie a Príčiny

Tieto tri bežné kožné prejavy – bradavice, jazvy a vredy – hoci sa líšia pôvodom a vzhľadom, sú dôležité pre pochopenie celkového zdravia pokožky. Ich správna identifikácia pomáha pri rozhodovaní o vhodnej starostlivosti a prípadnej liečbe.



Bradavice

Bradavice sú malé, hrubé výrastky na koži spôsobené infekciou ľudským papilomavírusom (HPV). Môžu sa objaviť kdekoľvek na tele, často na rukách a nohách, a vyznačujú sa drsným, zrnitým povrchom. Hoci sú zvyčajne neškodné, môžu byť nepríjemné alebo bolestivé.



Jazvy

Jazvy sú trvalé stopy na koži, ktoré vznikajú ako prirodzená súčasť procesu hojenia po poškodení, ako sú rany, popáleniny alebo chirurgické zákroky. Ich vzhľad sa líši v závislosti od hĺbky a typu poškodenia, môžu byť ploché, vyvýšené (keloidné, hypertrofoické) alebo vpadnuté.



Vredy

Vredy sú otvorené rany na povrchu kože alebo sliznic, ktoré sa ťažko hoja. Často sú spojené so zápalom a môžu byť spôsobené rôznymi faktormi, ako je tlak (preležaniny), infekcie, zlé prekrvenie alebo chronické ochorenia. Vyžadujú si starostlivú liečbu, aby sa predišlo komplikáciám.



Farba kože ako výslednica zložiek

Odtiene našej pokožky sú fascinujúcim výsledkom komplexnej súhry niekoľkých pigmentových a štrukturálnych komponentov. Pochopenie týchto základných zložiek nám pomáha nielen oceniť rozmanitosť ľudskej pleti, ale aj správne diagnostikovať a ošetrovať rôzne kožné stavy.



Červená: Krvné cievy

Prekrvenie pokožky hlboko ovplyvňuje jej červený odtieň. Cievna sieť, ktorá zásobuje kožu kyslíkom a živinami, dodáva pleti ružový až červenkastý nádych. Intenzita tohto sfarbenia závisí od hustoty ciev, ich priemeru a prietoku krvi.



Hnedá: Melanín

Melanín je kľúčový pigment produkovaný melanocyty, ktorý dodáva pokožke jej hnedý odtieň. Existujú dva hlavné typy: eumelanín (hnedo-čierny) a feomelanín (červeno-žltý). Množstvo a typ melanínu určujú tmavosť pleti a jej schopnosť reagovať na slnečné žiarenie.



Biela: Kolagén a štruktúra

Bielu zložku farby pleti tvoria kolagénové a elastínové vlákna v derme, ako aj tukové bunky v podkoží. Tieto štruktúry odrážajú svetlo a dodávajú pokožke jej svetlý základ a opaleskujúci efekt, najmä u osôb so svetlejšími fototypom.



Žltá: Karotén

Karotén je žltý pigment, ktorý sa nachádza v podkožnom tuku a epidermis. Hoci je prítomný vo všetkých typoch pleti, jeho koncentrácia môže byť ovplyvnená stravou bohatou na karotenoidy (napr. mrkva, tekvica). Prispieva k jemnému žltému podtónu pokožky.



Vrásky: Úvod a Príčiny

Vrásky sú prirodzenou súčasťou procesu starnutia, prejavujú sa ako jemné línie, záhyby a ryhy na koži. Zatiaľ čo sú nevyhnutné, ich intenzita a výskyt sú ovplyvnené kombináciou vnútorných a vonkajších faktorov. Pochopenie týchto príčin je kľúčové pre účinnú prevenciu a starostlivosť.



Prirodzené Starnutie

S vekom sa koža stáva tenšou, suchšou a menej elastickou. Produkcia kolagénu a elastínu, ktoré sú zodpovedné za pevnosť a pružnosť pokožky, sa znižuje, čo vedie k tvorbe vrások.



Pôsobenie Slnka

Nadmerné vystavenie UV žiareniu (fotoaging) je jednou z hlavných príčin predčasného starnutia pokožky. UV lúče poškodzujú kolagénové a elastínové vlákna, čo vedie k hlbokým vráskam a strate elasticity.



Mimika Tváre

Opakované pohyby svalov tváre pri smiechu, mračení alebo žmúrení vytvárajú mimické vrásky. Spočiatku sú viditeľné len pri pohybe, časom sa však môžu stať trvalými.

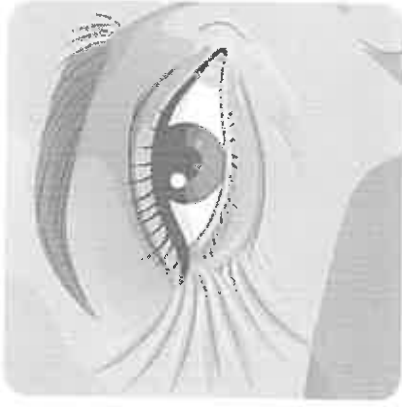


Úbytok Kolagénu a Elastínu

Tieto proteíny sú stavebnými kameňmi kože, zabezpečujú jej štruktúru a pružnosť. Ich prirodzený úbytok, spolu s vplyvom voľných radikálov, vedie k ochabnutiu pokožky a vzniku vrások.

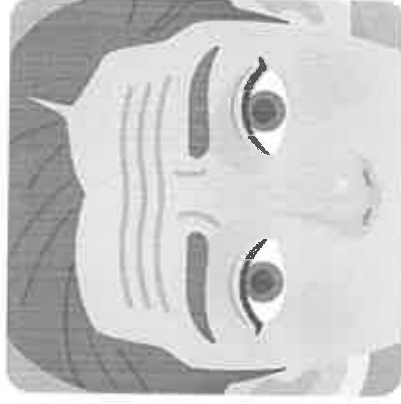
Mimické Vrásky: Dynamické Línie

Mimické vrásky sú dynamické línie, ktoré vznikajú opakovanými pohybmi svalov tváre, ako je smiech, mračenie alebo žmúrenie. Sú to prvé viditeľné známky starnutia, ktoré sa s vekom prehĺbujú a stávajú sa trvalými. Pochopenie ich vzniku je kľúčové pre cieľenú starostlivosť.



Vrásky okolo očí (Crow's Feet)

Tieto jemné línie sa objavujú v kútikoch očí a sú spôsobené opakovaným žmúrením a smiechom. Sú jedny z prvých vrások, ktoré sa na tvári prejavia.



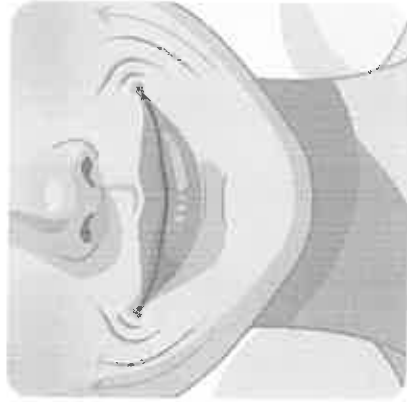
Vrásky na čele (Forehead Lines)

Horizontálne vrásky na čele vznikajú pri zdvíhaní obočia a vyjadrovaní prekvapenia. Ich intenzita závisí od aktivity svalov a elasticity pokožky.



Vrásky medzi obočím (Frown Lines)

Vertikálne vrásky, známe aj ako glabélna línia, vznikajú pri mračení a koncentrácii. Ich prítomnosť môže tvári dodávať prísny alebo unavený výraz.

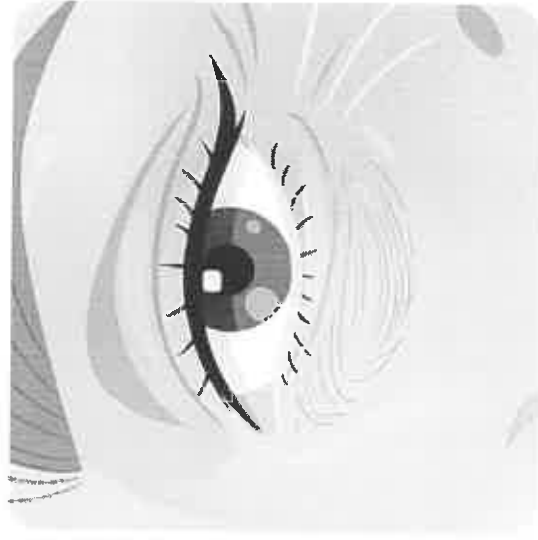


Vrásky okolo úst (Smile & Marionette Lines)

Vrásky okolo úst zahŕňajú nasolabiálne ryhy (úsmevné línie) a marionetové línie, ktoré sa tiahnu od kútikov úst smerom nadol, vznikajúce častým úsmevom a pohybmi úst.

Starecké Vrásky: Statické Línie Starnutia

Statické, alebo starecké vrásky, sú trvalé línie, ktoré zostávajú viditeľné aj v pokoji. Sú primárne výsledkom prirodzeného procesu starnutia, straty kolagénu a elastínu, a celkovej zmeny štruktúry pokožky. Pochopenie ich rôznych typov pomáha pri výbere najvhodnejších stratégií starostlivosti.



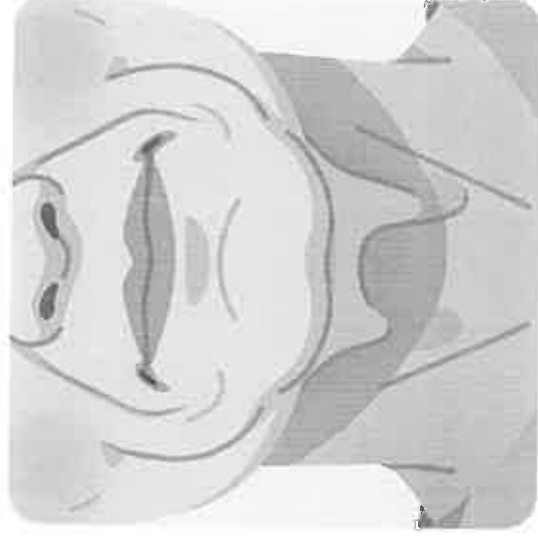
Jemné Línie

Jemné línie sú povrchové vrásky, ktoré sa objavujú ako prvé známky starnutia. Sú často spôsobené dehydratáciou, úbytkom kolagénu a poškodením UV žiarením. Sú zvyčajne nenápadné a objavujú sa v oblastiach s tenšou pokožkou, ako sú okolie očí a úst.



Hlboké Vrásky

Hlboké vrásky sú výraznejšie a trvalejšie záhyby v pokožke. Vznikajú prehĺbovaním jemných línii a sú dôsledkom rozsiahlejšej straty kolagénu, elastínu a podkožného tuku. Často sú viditeľné na čele, medzi obočím a okolo úst.



Gravitačné Vrásky

Gravitačné vrásky, alebo tiež poklesnuté vrásky, sú spôsobené pôsobením gravitácie na pokožku, ktorá stratila svoju pružnosť a pevnosť. Vznikajú v dôsledku ochabnutia kolagénových a elastínových vlákien, čo vedie k poklesu kontúr tváre, tvorbe "syslov" a vrások na krku.

Genotyp kože: Fitzpatrickova škála

Fitzpatrickova škála je široko používaný systém klasifikácie typu pleti na základe jej reakcie na slnečné žiarenie. Pomáha nám pochopiť, ako sa pokožka spáli alebo opáli, a je kľúčová pri určovaní rizika poškodenia slnkom, ako aj pri výbere vhodnej UV ochrany a kozmetických ošetrovaní. Rozlišuje šesť fototypov.



Typ I: Veľmi svetlá plet'

Vždy sa extrémne ľahko spáli, nikdy sa neopáli. Často má svetlú plet, pehy, svetlé oči (modré, zelené) a svetlé vlasy (nyšavé, blond).



Typ II: Svetlá plet'

Zvyčajne sa spáli, opáli sa len minimálne a s ťažkosťami. Má svetlú plet, svetlé oči a blond alebo svetlohnedé vlasy.



Typ III: Stredne svetlá plet'

Niekedy sa spáli, ale postupne sa opáli do svetlohnedého odtieňa. Typická je pre ňu stredne svetlá plet, hnedé oči a hnedé vlasy.



Typ IV: Olivová plet'

Zriedka sa spáli, ľahko sa opáli do stredne hnedého odtieňa. Má olivovú plet, tmavé oči a tmavé vlasy. Spálenie je neobvyklé.



Typ V: Hnedá plet'

Veľmi zriedka sa spáli, ľahko sa opáli do tmavohnedého odtieňa. Charakteristická je pre ňu hnedá plet, tmavé oči a čierne vlasy.



Typ VI: Tmavohnedá/Čierna plet'

Nikdy sa nespáli, vždy sa opáli do veľmi tmavého odtieňa. Má tmavohnedú až čiernu plet, veľmi tmavé oči a čierne vlasy. Je prirodzene chránená pred slnkom.

Záver: Komplexné posúdenie pleti

Komplexné posúdenie pleti je základným kameňom úspešnej starostlivosti. Pre profesionálnych estetikiek nie je len formalitou, ale nevyhnutnosťou pre stanovenie správnej diagnózy a návrh skutočne efektívneho ošetrovania. Dôkladná analýza pleti, vrátane jej genotypu, stavu hydratácie, elasticity a prítomnosti vrások, umožňuje prispôbiť prístup a dosiahnuť optimálne výsledky. Len s precíznou diagnózou môžeme garantovať spokojnosť klientov a dlhodobé zdravie pokožky.

