



Iwona Nolbert
Dyrektor ds. Szkoleń DelaWell
www.delawell.pl

Chory na cukrzycę w gabinecie kosmetycznym

Co to jest cukrzyca (jakiego narządu dotyczy, rodzaje)

Cukrzyca należy do chorób metabolicznych. Jest to stan chorobowy i charakteryzuje się zaburzeniami wydzielania insuliny lub jej nieprawidłowym działaniem. W wyniku niedoboru insuliny występują głębokie zaburzenia w przemianie węglowodanowej, tłuszczowej, białkowej, wodno-elektrolitowej i równowadze kwasowo-zasadowej. Objawem jest podwyższony poziom glukozy we krwi (Hiperglikemia). Insulina jest hormonem wytwarzanym przez komórki beta wysp trzustki i bierze ona udział

we wszystkich procesach przemiany materii w organizmie człowieka. Jest odpowiedzialna za obniżenie poziomu cukru we krwi. Bodźcem do produkcji insuliny jest zwiększenie stężenia glukozy we krwi po posiłku. Dzięki wpływowi insuliny zwiększa się transport glukozy do wnętrza komórek, co obniża poziom glukozy we krwi.

Wyróżniamy różne typy cukrzycy np.:

- cukrzyca typu I (insulinozależna) dotyczy dzieci i ludzi młodych, powodem jest niszczenie wysp trzustkowych produkujących hormon insulinę przez własny układ odpornościowy,

- cukrzyca typu II (insulino niezależna) dotyczy ludzi starszych najczęściej z nadciśnieniem tętniczym czy otyłych. Cukrzycę tę wywołuje nie brak insuliny, lecz jej nieprawidłowe działanie tzw. oporność na działanie insuliny. Wyróżniamy również cukrzycę ciężarnych, wtórną czy MODY.

W każdym typie cukrzycy dochodzi do problemów skórnych.

Zależność objawów skórnych od poziomu cukru we krwi (podwyższony poziom cukru we krwi)

Problemy skórne pojawiają się najczęściej u osób z tzw. niewyrównaną cukrzycą. Dochodzi tutaj do zmiennej i niestabilizowanej wartości poziomu cukru we krwi. Zmiany zwyrodnieniowe dotyczą takich naczyń jak żyły, tętnice i naczynia włosowate prowadząc do złego odżywienia skóry. Wahania poziomu cukru sprzyjają również zakażeniom grzybiczym i drożdżakowym skóry.

W cukrzycy typu I najczęściej spotykana dolegliwością są małe wylewy podskórne na podudziach tworzące charakterystyczne przebarwienia tzw. brązowe plamy. U młodych osób na skutek złego ukrwienia skóry występuje tzw. rumieniec cukrzycowy np. na czole, policzkach, podudziach i stopach skóra jest żywo zaczerwieniona. Inne objawy to nadmierne owłosienie czy w przypadku cukrzycy

Cechy skóry diabetyka

U chorych na cukrzycę mogą pojawić się dolegliwości ze strony skóry. Objawy te mogą mieć związek z istniejącą chorobą ale też mogą być powikłaniem angiopatii cukrzycowej lub neuropatii czy insulinoterapii. Objawy mogą również występować pod postacią współistniejących zakażeń bakteryjnych czy grzybiczych. Do najczęściej spotykanych zmian skórnych w przebiegu cukrzycy zaliczamy: zakażenia bakteryjne np. czyraczność, zakażenia grzybicze, nadmierna suchość skóry związana z zaburzeniami w funkcjonowaniu gruczołów potowych (spowodowana zmianami naczyniowymi, a także dotyczy ona zmian we włóknach nerwowych) w przebiegu powikłań cukrzycowych jak angiopatie i neuropatie cukrzycowe. Innymi objawami skórnymi w przebiegu cukrzycy mogą być zmiany pęcherzowe, rumień cukrzycowy pojawiający się na czole, policzkach, udach a także stopach i dłoniach, obrzęk stwardniały skóry. W trakcie insulinoterapii w miejscu podawania insuliny mogą pojawić się takie zmiany jak: zanik tkanki tłuszczowej lub odkładanie tkanki tłuszczowej. Zmiany te coraz rzadziej występują ze względu na stosowanie coraz bardziej oczyszczonych insulin.

typu I odbarwienie skóry o charakterze vitilligo inaczej bielactwo nabyte.

Nadwrażliwość skóry u diabetyka

Podwyższony poziom cukru we krwi powoduje wcześniej już wspomniane angiopatie cukrzycowe naczyń krwionośnych powodując jej niedożywienia, suchość i ścięnięcia. Stan taki powoduje, że skóra jest mało odporna na zranienia, skaleczenia, otarcia czy wszelkiego rodzaju zakażenia. Należy tu wspomnieć, że dochodzi również do zmian w zakończeniach nerwowych (neuropatie) co prowadzi do zaburzeń czucia np. na wysoką i niską temperaturę, ucisk, ból. Dlatego podczas zabiegu pedicure czy manicure należy zachować dużą ostrożność gdyż można spowodować zranienia których pacjent nie będzie czuł w trakcie wykonywania zabiegu. Powikłaniem takiego postępowania mogą być trudno gojące się owrzodzenia.

Zakażenia grzybicze

Głównym powodem rozwoju zakażeń grzybiczych jest niewyrównana cukrzyca. Różny poziom cukru powoduje zmiany w fizjologicznej florze bakteryjnej skóry i ułatwia rozwój drobnoustrojów. W takich warunkach najczęściej rozwijają się dermatofity i zakażenia grzybami drożdżopodobnymi (najczęściej izolowanym patogenem jest *Candida albicans*). Ogniska objawiają się w postaci wyprzeń drożdżakowych, które lokalizują się w fałdach skórnych, w przestrzeniach międzypalcowych i zgięciach stawowych. Objawy to zmiany rumieniowo-wysiękowe, złuszczające. Na obwodzie tych zmian znajdują się wykwitły grudkowe i pęcherzowe. Często tym zmianom towarzyszy swędzenie i pieczenie. W przebiegu cukrzycy często dochodzi także do zakażeń wałów paznokciowych co objawia się zaczerwienieniem, bolesnością. Zakażenie może dotyczyć także paznokci gdzie objawami mogą być np. zmiany w zabarwieniu płytki paznokcia, oddzielenie płytki od łożyska.

Objawy zakażeń grzybiczych powinny być zawsze leczone przez lekarza, który pobierze materiał do badania aby określić rodzaj grzyba i zastosuje właściwe lecze-

nie. Aby efekty leczenia były zadawające musimy pamiętać o właściwej pielęgnacji skóry, a także o wizytach u lekarza diabetologa.

Zasady obowiązujące podczas zabiegów w gabinecie kosmetycznym (manicure i pedicure)

W gabinecie kosmetycznym należy surowo przestrzegać zasad aseptyki i antyseptyki. Używać jednorazowego sprzętu, rękawic, jałowych gazików, preparatów dezynfekcyjnych o szerokim spektrum działania. Narzędzia wielokrotnego użycia poddawać dezynfekcji i sterylizacji. Wykonując zabiegi u chorych z cukrzycą należy zachować szczególną ostrożność, aby nie spowodować zranienia, ponieważ może dojść do poważnych powikłań tj. zakażenia, silnego krwawienia, trudno gojących się ran, bólu. Na skutek takich powikłań może dojść do objawów ogólnoustrojowych jak podwyższona temperatura, infekcja czy też miejscowych np.

amputacja palucha na skutek martwicy (w przypadku niewłaściwego przeprowadzenia zabiegu pedicure).

Bardzo ważny jest wywiad przeprowadzony przez kosmetyczkę przed zabiegiem oraz dokładne obejrzenie np. rąk czy stóp. W przypadku, kiedy zauważymy takie zmiany jak pęknięcia naskórka, sączące zmiany zapalne, rany czy owrzodzenia nie wykonujemy zabiegu. Informujemy pacjenta, że zabieg będzie możliwy do wykonania dopiero po wyleczeniu tych zmian przez lekarza.

Nieleczona neuropatia cukrzycowa prowadzi do powstania tzw. stopy cukrzycowej. Objawy to drętwienie i utrata czucia, wrażliwość na dotyk, piekący i kłujący ból, kolor sinawy co świadczy o niedotlenieniu, brak odczucia bólu co jest bardzo niebezpieczne podczas zabiegów pedicure ponieważ tracimy kontrolę podczas wykonywania zabiegu i możemy łatwo uszkodzić tkankę. Bardzo ważne jest, aby przy parafinoterapii zwrócić uwagę na temperaturę parafiny



ponieważ może dojść do oparzeń skóry z powodu zaburzeń czucia. Dlatego ważne jest, aby zabiegi były wykonywane przez specjalistyczne gabinety kosmetyczne lub pedicure.

Jak postępować w przypadku skaleczenia?

W przypadku skaleczenia należy zawsze zdezynfekować ranę 3% wodą utlenioną lub innym preparatem przeznaczonym do dezynfekcji skóry i błon śluzowych. Następnie ranę zabezpieczyć jałowym suchym gazikiem i poinformować klienta o konieczności wizyty u lekarza. Należy pamiętać, że nawet najmniejsze skaleczenie u chorego na cukrzycę pacjenta może skończyć się powikłaniem.

Czym kierować się przy wyborze kosmetyków dla diabetyków?

Dla diabetyków już istnieją specjalne linie dermo kosmetyczne, które pielęgnują

skórę suchą, wrażliwą oraz działają profilaktycznie.

Wybierając linię kosmetyczną do pielęgnacji skóry dla diabetyka należy szczególnie uwagę zwrócić na substancje ochronne, p/grzybicze, antybakteryjne. Ważne dla skóry suchej, łuszczącej są substancje zmiękczające, nawilżające i regenerujące.

Godne uwagi są kosmetyki z zawartością mocznika, które nie tylko zmiękczają skórę, ale też nawilżają. Na rynku pojawiły się również kosmetyki na bazie naturalnych składników takich jak miód, który działa antybakteryjnie i przeciwgrzybiczo. Natomiast takie składniki jak masło shea, makadamia, olej jojoba, masło mango złagodzą swędzenie, pieczenie i łuszczenie skóry u klienta cierpiącego na cukrzycę. Poza tym specyfiki te silnie nawilżają i natłuszczają skórę tworząc ochronny film zapobiegający wyparowaniu wody z naskórka. Skutecznie zabezpieczają skórę przed zakażeniami.

Zalecenia do pielęgnacji domowej dla chorego na cukrzycę

Diabetycy muszą bardzo troskliwie dbać o skórę gdyż jest ona narażona na wiele niebezpieczeństw. Bardzo ważna jest codzienna higiena całego ciała. Do pielęgnacji należy stosować kosmetyki dla skóry suchej, wrażliwej i bez środków zapachowych gdyż one często powodują podrażnienia skóry. Do kąpieli stóp zalecamy specjalistyczne płyny o działaniu antybakteryjnym, przeciwgrzybiczym i p/zapalnym. Po kąpieli należy pamiętać o dokładnym osuszeniu przestrzeni międzypalcowych u stóp czy dłoni. Nie należy mocno wycierać skóry ponieważ może spowodować mikrourazy. Zaleca się przesypywanie talkiem miejsc narażonych na otarcia (pachy, pachwiny itp.) Celem pielęgnacji jest niedopuszczenie do powstania stanów zapalnych skóry poprzez stosowanie specjalistycznych kremów ochronnych a ponadto odbudowę osłabionej skóry. Należy zawsze pamiętać, że cukrzyca jest chorobą całego organizmu. ■

Mistrzostwa w Specjalistycznej Pielęgnacji Stóp o „Złoty Frez” 2011 już za nami!



Laureaci wraz z Jury



1 miejsce: Katarzyna Lechocka

Po raz kolejny podczas targów BEAUTY FORUM w Warszawie specjaliści zajmujący się pielęgnacją stóp walczyli o „Złoty Frez”. Organizatorem Mistrzostw w Specjalistycznej Pielęgnacji Stóp była tradycyjnie firma Miralex. Do udziału w Mistrzostwach zgłosiło się prawie 50 osób, na co dzień zajmujące się specjalistyczną pielęgnacją stóp. Do półfinału w Warszawie zakwalifikowanych zostało 9 osób z całej Polski. Każda z tych osób miała godzinę na wykonanie specjalistycznej pielęgnacji stóp. Jury, pod przewodnictwem dr Mirosławy Gałęckiej, oceniało przygotowanie modelu do zabiegu, elementy zachowania higieny, dobór narzędzi oraz frezów, a także końcowy efekt zabiegu. Zdaniem dr Gałęckiej, z roku na rok poziom zawodników jest coraz wyższy. Zawody to nie tylko rywalizacja, to również możliwość podpatrzenia innych oraz uzyskania wskazówek dotyczących podwyższenia jakości wykonywanych zabiegów.

Do niedzielnego finału awansowało 3 (troje) zawodników; w grupie tej był też mężczyzna. Konkurencją, która decydowała o zwycięstwie była korekcja wrastających paznokci za pomocą klamer B/S QUICK. Główną nagrodę: frezarkę Gerlach Luna, szafkę oraz zestaw kosmetyków, wygrała Katarzyna Lechocka z Jeleniej Góry.



2 miejsce: Bożena Szymańska-Kucharczyk



3 miejsce: Marcin Kuczkowski

Drugie miejsce zajęła Bożena Szymańska-Kucharczyk z Warszawy. Na najniższym stopniu stanął Marcin Kuczkowski z miejscowości Toszek, który pielęgnacją stóp zajmuje się niecały rok.