

FAKTA

TYPY KŮŽE



TYP I

Označení: keltský typ (2%)

Popis: kůže velmi světlá, pihy hojné, vlasy červenavé nebo blond, oči modré - šedé

Působení slunečního úpalu: vždy

Zhnědnutí: žádné

Reakce pokožky na ozáření sluncem: vysoké riziko spálení, kůže zčervená, nikdy neopalovat na slunci ani v soláriu



TYP II

Označení: evropan se světlou kůží (12%)

Popis: kůže světlá, pihy vzácně, vlasy blond až hnědé, oči modré, zelené, šedé, hnědé

Působení slunečního úpalu: téměř vždy

Zhnědnutí: sotva až mírně

Reakce pokožky na ozáření sluncem: vysoké riziko spálení – téměř vždy, zhnědnutí pokožky velmi mírné



TYP III

Označení: evropan s tmavou kůží (78%)

Popis: kůže světlá až světle hnědá, pihy žádné, vlasy tmavé blond až hnědé, oči šedé, hnědé

Působení slunečního úpalu: vzácně až mírně

Zhnědnutí: progresivně

Reakce pokožky na ozáření sluncem: střední riziko spálení, progresivní opálení



TYP IV

Označení: evropan s tmavou kůží (8%)

Popis: kůže světle hnědá nebo olivová, pihy žádné, vlasy tmavě hnědé, oči tmavé

Působení slunečního úpalu: sotva

Zhnědnutí: rychle a hluboko

Reakce pokožky na ozáření sluncem: spálení zřídka, opaluje se rychle a do hloubky



TYP V

Označení: severoafrický typ

Popis: tmavě hnědá, pihy žádné, vlasy tmavé, oči tmavé

Působení slunečního úpalu: velmi vzácně

Zhnědnutí: velmi rychle a hluboko

Reakce pokožky na ozáření sluncem: velmi vzácně se spálí, opaluje se velmi rychle a do hloubky, tento typ pokožky má vlastní přírodní obranný mechanismus



TYP VI

Označení: jihoafrický typ

Popis: velmi tmavá, pihy žádné, vlasy černé, oči tmavé, černé

Působení slunečního úpalu: velmi vzácně

Zhnědnutí: vždy se vyskytuje

Reakce pokožky na ozáření sluncem:

STAVBA KŮŽE

JAK FUNGUJE PROCES ZHNĚDNUTÍ?

Abychom mohli porozumět procesu zhnědnutí, musíme znát stavbu naší kůže. I když to zní překvapivě – kůže je největším orgánem těla. Je nejdůležitějším kontaktním místem člověka k jeho životnímu prostředí. Kůže nás chrání nejen před vnějšími vlivy, ale plní také četné funkce v látkové výměně.

ŠKÁRA (CORIUM)

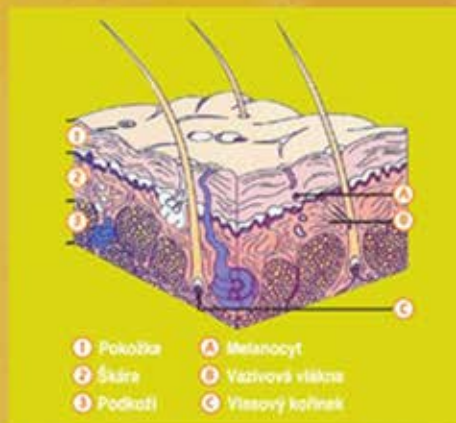
Kompaktní vazivová tkáň je ve střední oblasti dermis a skládá se z elastinu (2%) a kolagenových vláken (98 %). Přímo pod epidermis jsou cévy, které transportují kyslík a produkty látkové výměny. Navíc má horní dermis četné nervy, jejichž prostřednictvím se vnímají podněty při dotyku, svědění, bolesti, teple a chladu.

PODKOŽÍ

Podkoží se skládá převážně z tukových buněk, které jsou obklopené volnou vazivovou tkání. Tato vrstva kůže slouží jako ochrana proti teplu a chladu, polštář a zásobárna živin.

EPIDERMIS SE SKLÁDÁ ZE ČTYŘ VRSTEV:

1. Rohová pokožka se skládá z odumřelých buněk.
2. Ve vrstvě ostnitých a zrnitých buněk začínají mezibuněčná vlákna rohovatět.
3. Bazální vrstva. Zde se tvoří nepřetržitě nové buňky.
4. Pigmentové buňky (melanocyty) jsou v bazální vrstvě buněk.



JAK SE KŮŽE OPALUJE

Naše přirozená barva kůže je dána množstvím melaninu v kůži. Existence a množství melaninu je u všech lidí závislá na genetických předpokladech. Když je naše pokožka vystavena UV záření, začínají melancyty - buňky nacházející se hluboko v naší kůži - vytvářet více melaninu.

Během následujícího zhnědnutí vystupuje melanin na povrch kůže a vytváří opálení.

UV záření způsobuje kromě jiného i zesílení vnější vrstvy kůže, čímž si naše tělo vytváří přirozenou ochranu před UV zářením a před spálením kůže.

Lidé na UV záření reagují různě. Snědá pokožka produkuje melanin rychleji. Pokožka velmi světlých lidí obsahuje melaninu velmi málo, dokonce když je tato pokožka vystavena UV záření, neprodukuje žádný melanin. Proto se tito lidé s typem kůže I neopálí ani na slunci ani v soláriu.

Jestliže přirozený opalovací proces proběhne příliš rychle, vede to ke spálení kůže. Naše pokožka má pro tyto případy vlastní regenerační mechanismus, ale pokud dojde ke spálení pokožky často, může se tento mechanismus vyčerpat a může dojít k nevratnému poškození pokožky.

PROCES OPALOVÁNÍ

PROCES ZHNĚDNUTÍ

Nyní UV záření je odpovědné za proces zhnědnutí kůže. Dopadá-li světlo na naše tělo, přijímá kůže paprsky UV-A a UV-B, které podle vlnové délky pronikají do různé hloubky. Krátkovlnné světlo UV-B způsobí v horní oblasti (pokožka/epidermis) fotochemické reakce, dlouhovlnné záření UV-A působí naopak v hlubších vrstvách (škára/dermis). UV-B světlo stimuluje melanocyty k ochraně před V-zářením ke zvýšení produkce melaninu než normálně.

Melanin vzniká oxidací aminokyseliny tyrozinu v melanozómech pigmentových buněk. Přes delší nervové podněty (dendrity) rozdělují melanocyty zrnka pigmentu (melanozómy) zbylým buňkám (keratinocyty) epidermis, které se ve tvaru ochranného krytu ukládají nad buněčná jádra. Tento proces se označuje jako melanogeneze.

Teprve souhrou záření UV-B a UV-A – tvorba pigmentu a tmavnutí pigmentu se dociluje dlouhodobě přetrvávající krásné kosmetické zhnědnutí bez spálení kůže.

MED

Návštěva solária je čas potřebný k dosažení MED (minimální erytémové dávky). MED je taková dávka UV-záření, která nezpůsobí začervenání a spálení kůže. Doba opalování závisí na typu solária, typu kůže návštěvníka a stupni jeho opálení.