***Лопнувший сосуд: методы устранения последствий***

Т:

D:

Раздел:

Здоровый румянец на щеках в юном возрасте часто говорит о расположенных близко к коже капиллярах. Со временем, вследствие различных причин, такое положение сосудов грозит им частым повреждением – появлением на лице красных звездочек, сеточек. Причины возникновения такого явления бывают как генетические, так и приобретенные со временем.

Повреждение сосудов (капилляров) довольно распространенное явление в любом возрасте и может проявляться на различных частях тела. В косметологии существует несколько **методов устранения последствий лопнувшего сосуда (капилляра)**.

Но, чтобы избавиться от проблемы, одних методов устранения будет недостаточно. Необходимо изменить свой образ жизни, рацион питания, способы ухода за кожей лица и тела. Комплексный подход поможет избавиться от этой неприятности на долгое время.

*Причины повреждения сосудов*

Предпосылками к повреждению сосудов являются:

* Чувствительная кожа, сосуды которой располагаются близко к ее поверхности и, тем самым, более подвержены негативному влиянию внешних раздражителей.
* Резкие скачки температур: теплый воздух расширяет сосуды, а холодный их сужает. Тонкие стенки капилляров не выдерживают такой нагрузки, поэтому растягиваются и лопаются.
* Недостаток увлажнения кожи: отопительная система в помещениях, постоянная работа за компьютером пересушивают воздух.
* Заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем приводят к ослаблению сосудов.
* Злоупотребление алкоголем, курение и другие вредные привычки негативно влияют на состояние сосудов.
* Лишний вес приводит к нагрузке на сосудистую систему, а появление холестериновых бляшек мешает нормальной циркуляции крови.
* Беременность и роды являются существенной нагрузкой не только на сосудистую систему, но и на работу всех органов.
* Неправильный уход за кожей лица, плохо подобранная косметика, нахождение на солнце без нанесения средств специальной защиты и т.д.
* Нарушения работы пищеварительной системы, гормональные нарушения, стрессы также могут привести к образованию сосудистой сеточки.

*Процедуры по устранению последствий*

Для эффективной борьбы с повреждениями необходимо не только убрать лопнувшие сосуды, но и укреплять их для предупреждения образования «звездочек» в будущем.

Существуют несколько методов удаления сосудистой сетки:

1. **Электрокоагуляция** – удаление сосудистой сетки с помощью электрического тока. Во время процедуры происходит коагуляция поврежденного сосуда, но одновременно может повредиться и окружающая здоровая ткань. После операции могут появиться пигментные пятна или рубцы.
2. **Лазерное удаление лопнувшего сосуда**. Луч лазера нагревает поврежденный капилляр и под воздействием высокой температуры происходит склеивание его стенок. Этот метод позволяет избирательно исправлять повреждения, не влияя на здоровые ткани, не вызывает рубцов, ожогов, пигментации.
3. **AFT-технология** – является новинкой, не имеющий аналогов среди уже известных методов. В основе воздействия лежит импульсный свет высокой интенсивности и плотности. Этот метод является абсолютно безопасным для окружающих сосуд тканей.
4. **Неодимовый лазер**. Комплексное удаление сосудистой сетки лазером и AFT-технологией. Эффективно применение даже в самых сложных случаях, на любых участках лица и при повреждении крупных сосудов. Неодимовый лазер избирательно воздействует на крупные сосуды, AFT – на более мелкие капилляры.
5. **Лечебная косметика**. Эффективна при небольших проявлениях сосудистой сеточки, а также в комплексе с более радикальными методами. В ее основе лежит благоприятное действие арома масел: розмарина, мяты, лемонграсса. Их можно добавлять в ежедневные кремы или использовать готовые сосудосуживающие препараты.

*Профилактика повреждения сосудов*

После устранения последствий лопнувшего капилляра, а также при наличии факторов риска, необходимо придерживаться некоторых профилактических мер:

* Правильный уход за кожей лица. Необходимо отказаться от грубых скрабов, пилингов, не использовать косметические средства, содержащие мед, ментол, спирт, алоэ. Следует использовать косметику для чувствительной кожи, не стоит забывать о солнцезащитных средствах и умываться теплой водой.
* Не увлекаться соленой, жирной, острой пищей, алкоголем, напитками, содержащими кофеин.
* Следует использовать средства для стимулирования выработки коллагена: кремы, маски на основе масла виноградных косточек, экстрактов мимозы, черники, мирта. Для повышения выработки коллагена помогут такие процедуры как фотоомоложение, термаж, коллагеновые маски.
* Принимать витамины (после консультации врача): витамин Р снижает ломкость капилляров, витамин К укрепляет их стенки, витамин С тонизирует сосуды, а также участвует в выработке коллагена.

Всегда нужно помнить о том, что легче предупредить проблему, чем пытаться от нее избавиться. Если пришлось однажды удалить сосудистую сеточку, стоит задуматься о своем образе жизни и внимательнее относиться к своей коже.