Растяжки и стрии, как и целлюлит, являются в основном женской проблемой. Выглядят они крайне неэстетично – от тонких белых полос до широких синеватого или фиолетового оттенка. Растяжки и стрии – это результат истончения клеток верхнего слоя кожи, по сути, это микроразрывы, вызванные недостатком коллагена в определенной области – на животе, бедрах, груди, руках, ногах и даже спине. В различные периоды жизни кожа подвергается изменениям, возникшим растяжкам противостоять сложно, но возможно их визуально уменьшить до почти невидимых.

**Причины появления растяжек и стрий**

Появление на коже растяжек и стрий может быть следствием различных факторов:

* резкое изменение веса (либо быстрый набор веса, либо его быстрый сброс);
* беременность (при росте плода живот мамочки растет, кожа на нем истончается, растяжки и стрии могут появиться как во время беременности, так и уже после родов);
* гормональные сбои в организме (могут быть вызваны различными заболеваниями эндокринной системы, часто это связано с ожирением);
* неправильное питание (нерегулярные приемы пищи, бедная витаминами и микроэлементами еда, а также вредные продукты с высоким содержанием жиров оказывают пагубное влияние на организм, что отражается на коже).

Малозначительными причинами возникновения растяжек могут послужить неправильно назначенное медикаментозное лечение или чрезмерные физические нагрузки.

**Как избавиться от растяжек и стрий?**

Полностью удалить с кожи растяжки и стрии современным технологиям пока не под силу, они могут только убрать оттенок и сделать их менее заметными.

Для профилактики возникновения растяжек нужно использовать увлажняющие крема, содержащие коллаген. Избавление от уже возникших изменений кожного покрова включает в себя целый комплекс мер: начиная домашними методами (скрабирование, самомассаж, медовые обертывания, ванны с солью и маслами) и заканчивая хирургическим вмешательством.

Оптимальным и наиболее эффективным средством борьбы с растяжками является аппаратная медицина. Наибольшее доверие женщин завоевала озонотерапия, сравнительно недорогая процедура, осуществляется путем инъекционного введения озона в проблемные участки кожи. Спустя пару сеансов растяжки бледнеют и истончаются.

После аппаратного лечения рекомендуется использовать шлифовку Rose de Mer или по-другому коралловый пилинг. Его применение омолаживает кожу, делает ее более упругой и эластичной.