

Aldring og agemangament

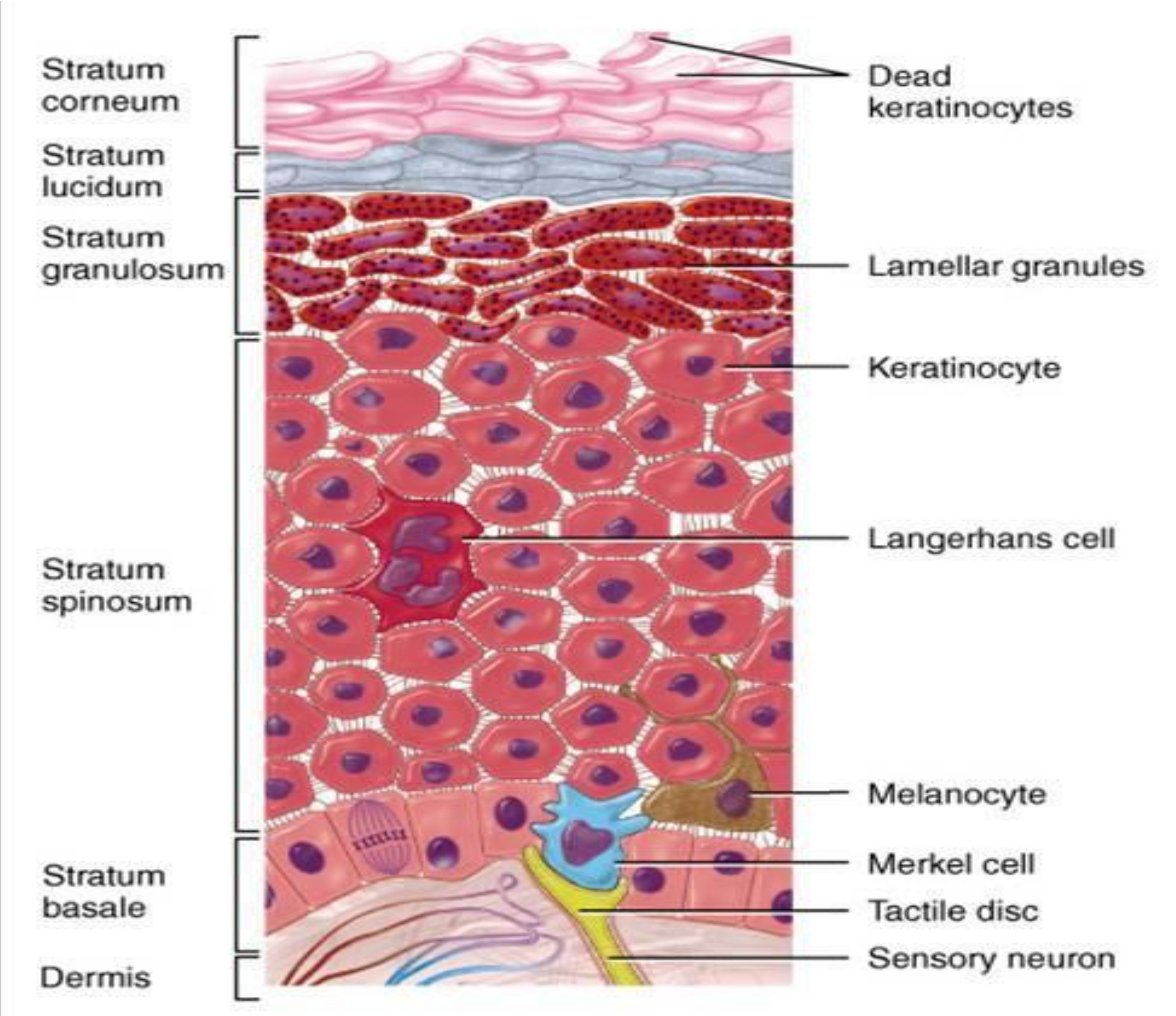


Mål for presentasjonen

- Du skal vite forskjellen på intrinsic og extrinsic aldring
- Du skal vite hva som kjennetegner en aldret hud
- Du skal vite hva som fysiologisk skjer i huden når vi eldes
- Du skal kjenne til Glogau`s skala

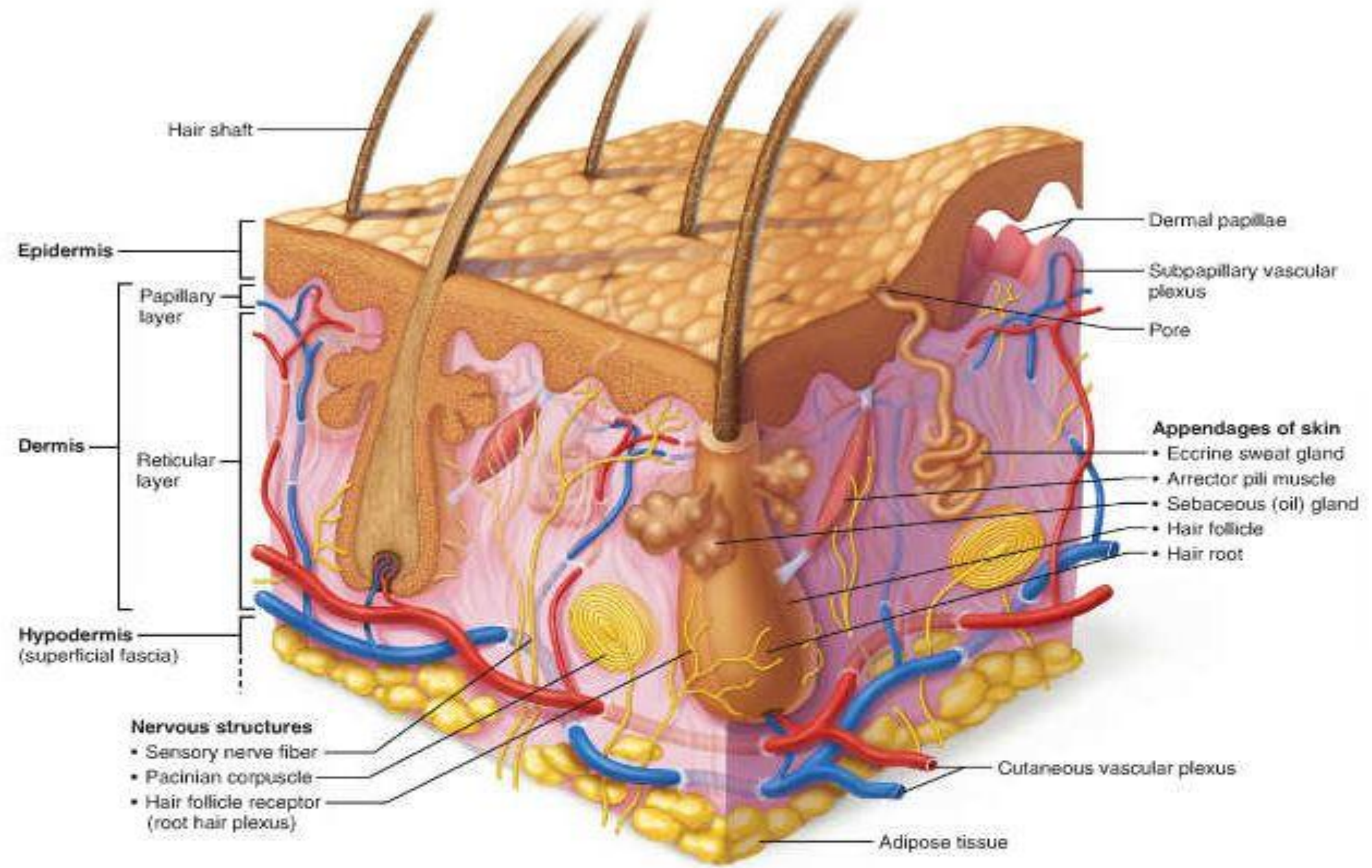
<https://www.youtube.com/watch?v=EjaNjzX0l40>

Epidermis



- Hva er og hvor finner vi NMF?
- Hva er og hvor finner vi melanocytten?
- Hvilken rolle spiller basalmembranen?
- Hvor finner vi langerhansceller?
- Hva er en merkelcelle?
- Hvor mange dager tar en hudsyklus?

Dermis



- Hvilke lag deles dermis inn i?
- Hva er GAGs?
- Hva produserer fibroblasten?
- Hva er kollagen og elastin bygget opp av?



Hva kjennetegner en aldret hud?

- Linjer og mangel på elastitet
- «Sagging»
- Pigmenteringer
- Cuperose
- Økt hårvekst kan forekomme
- Mindre glød



Mimiske vs. statiske linjer

- Linjer når ansiktet er i bevegelse



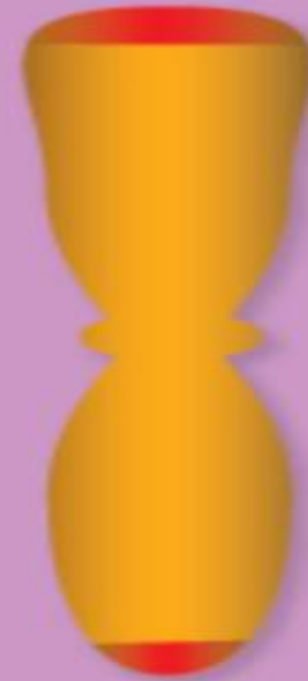
- Linjer når ansiktet er i ro



SOME FACTORS IN AGING

Telomere Shortening

chromosomes lose telomeres over time



Chronological Age

risk factors increase over time



Oxidative Stress

oxidants damage DNA, proteins and lipids



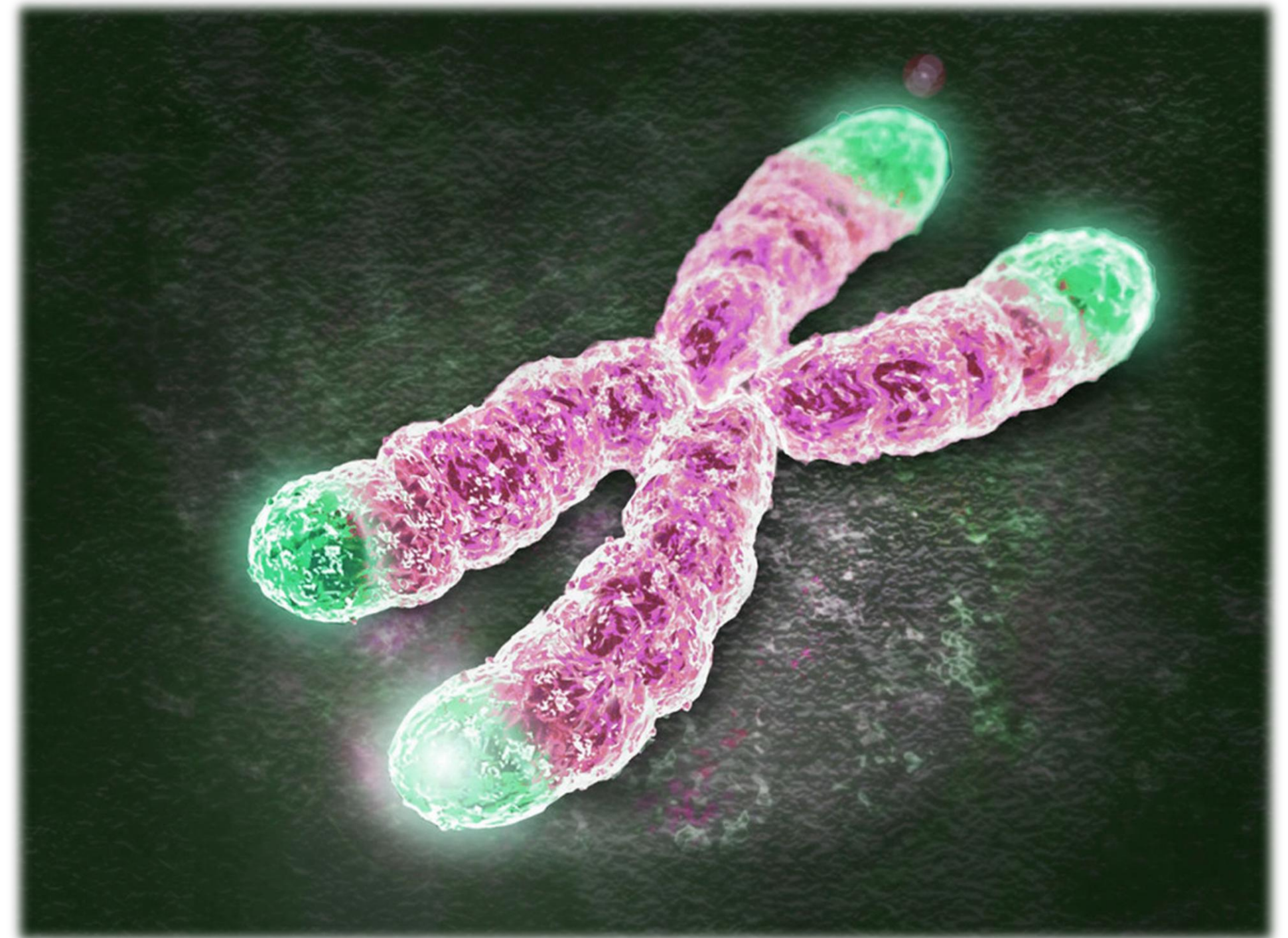
Glycation

glucose sugar binds to and inhibits DNA, proteins and lipids



Telomerer

- Små strukturer i enden av kromosomene
- Beskytter kromosomendingene og dermed DNAet vårt
- Blir kortere for hver celledeling

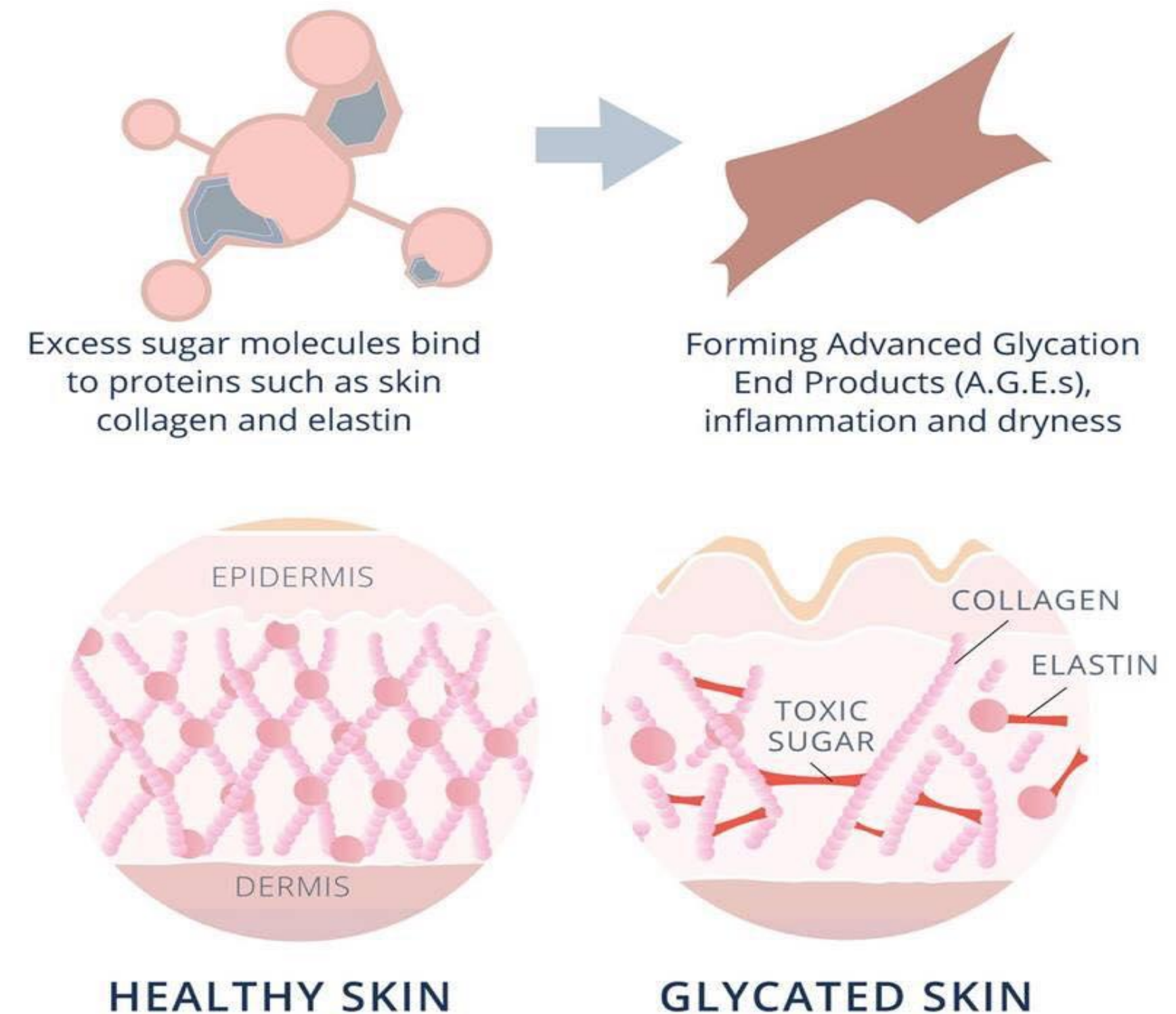


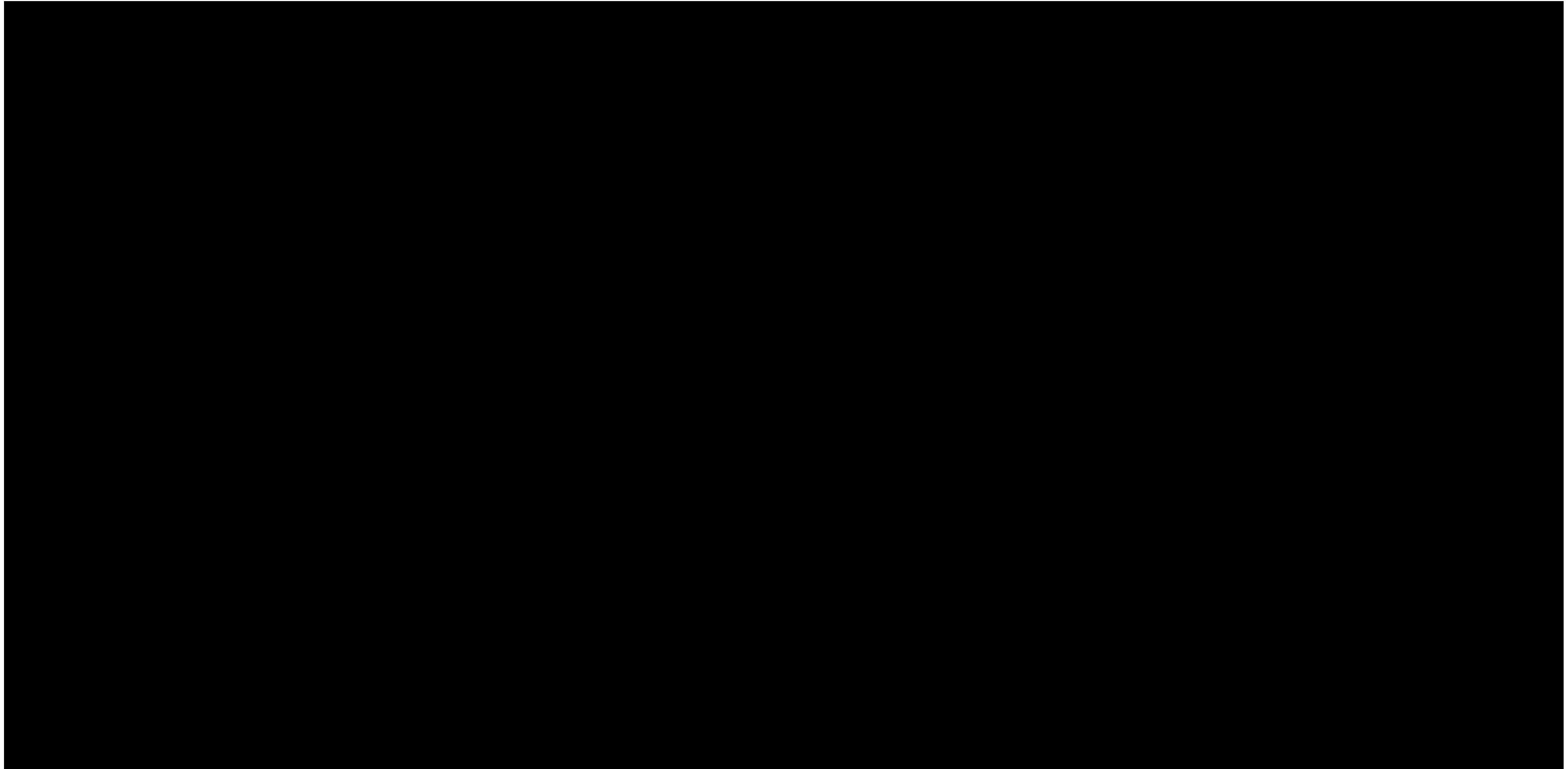
(Pugliese, s. 245)

Glykasjon

- Når det er overskudd av blodsukker eller blodsukkeret øker raskt og suktermolekylene angriper hudens kollagen og elastin
- Det dannes så AGES:
advanced glycation end products som svekker hudens reisverk
- AGEs blir sett på som fremmedlegemer og det dannes inflammasjon i huden

How does **sugar AGE** your skin?



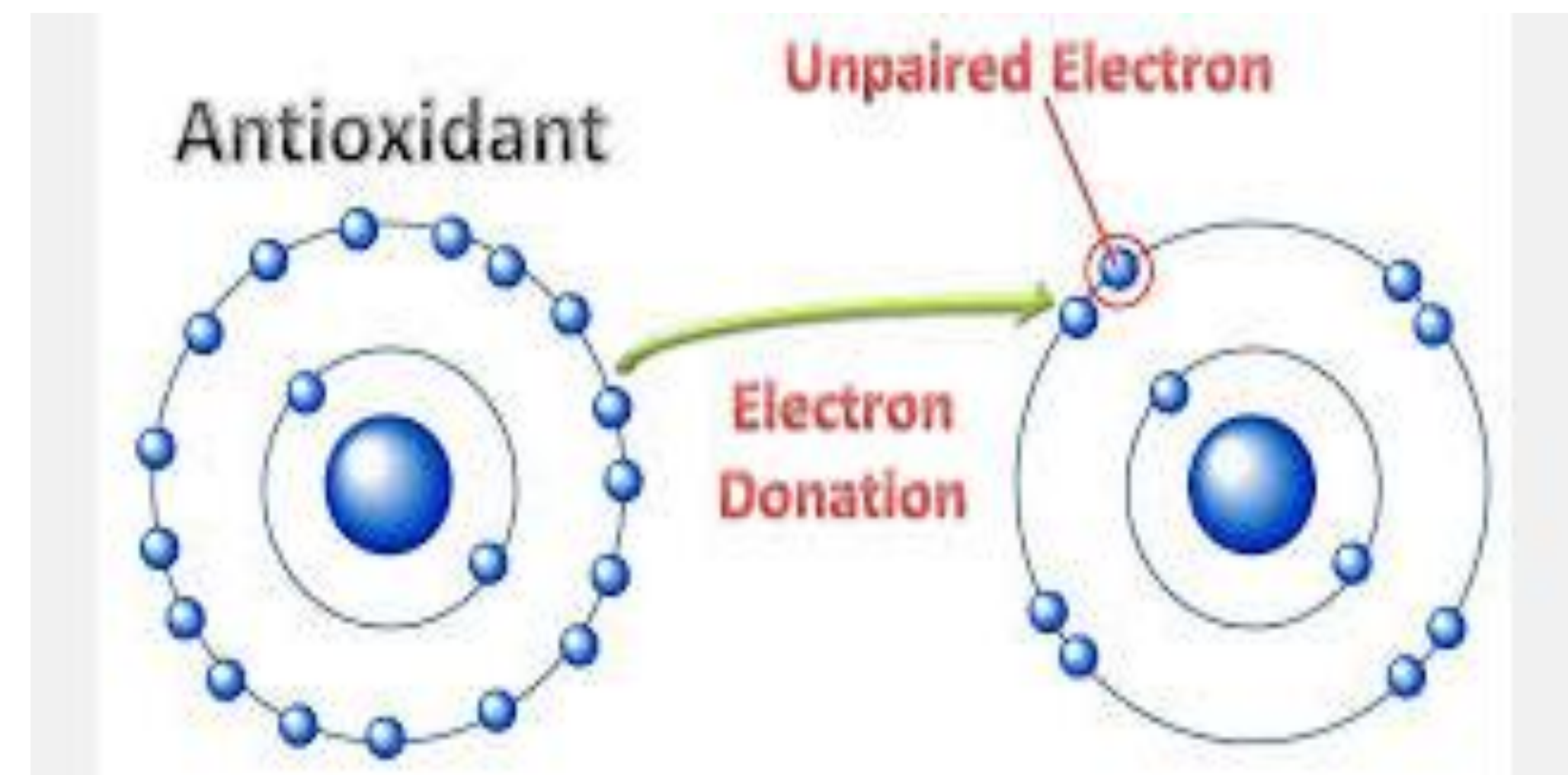


Frie oksygenradikaler

- ROS (reactive O₂ spaces)
- Atomer med uparede elektroner i ytterste skall
- Dannes i mitokondriene
- Dannes ved inflammasjon i kroppen
- Ustabile elektroner
- Gjør skade på cellemembranen og DNA

<https://www.youtube.com/watch?v=KCF6prDSrHE>

(Langøen, s. 27 og 28, Pugliese, s. 245)



Extrinsic aging

- Miljø påvirkning
- Linjer
- Hyper- og hypopigmenterte lesjoner
- Hypersensitivitet
- Teleangiectasier
- Keratoser

(Langøen, s. 87)

Intrinsic aging

- Genetisk bestemt
- Epidermal og dermal artofi



Østrogenets påvirkning på hud

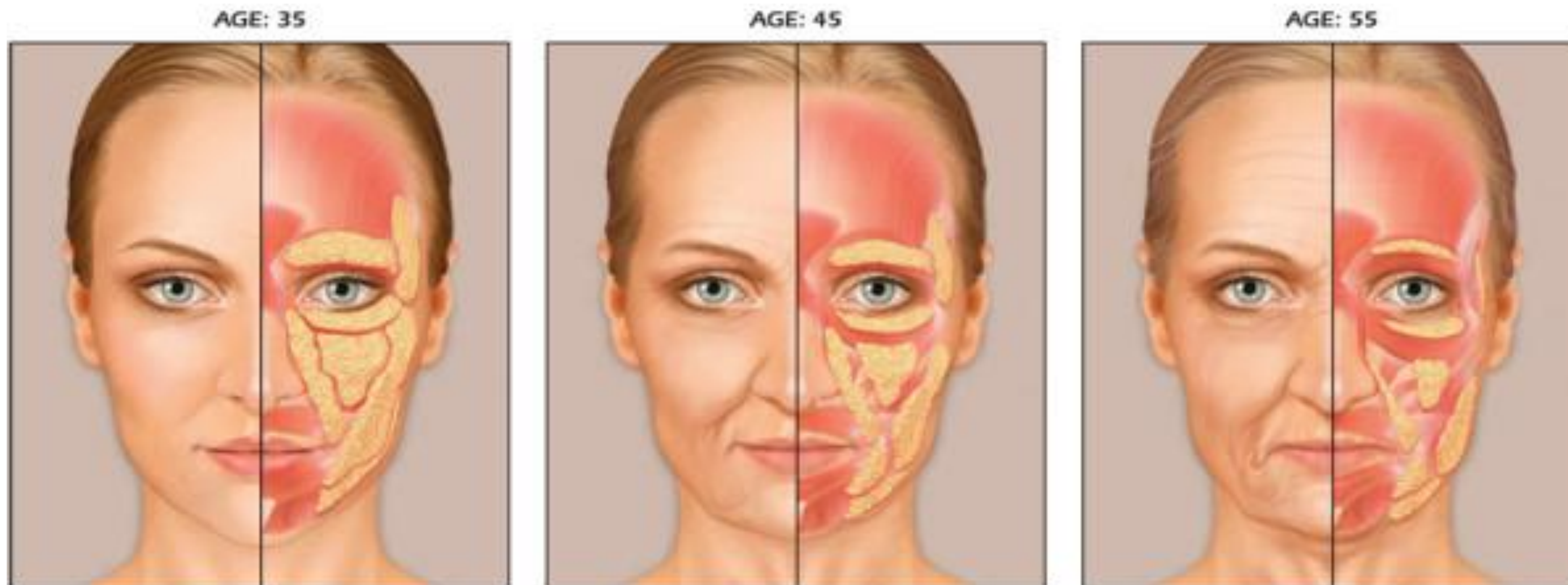
- Øker fibroblastenes aktivitet – reseptorer
- Øker produksjonen av hyaluronsyre (GAGs)
- Øker mitosen
- Holder talgkjertlene små og dermed lav talgproduksjon
- Anti inflammatorisk





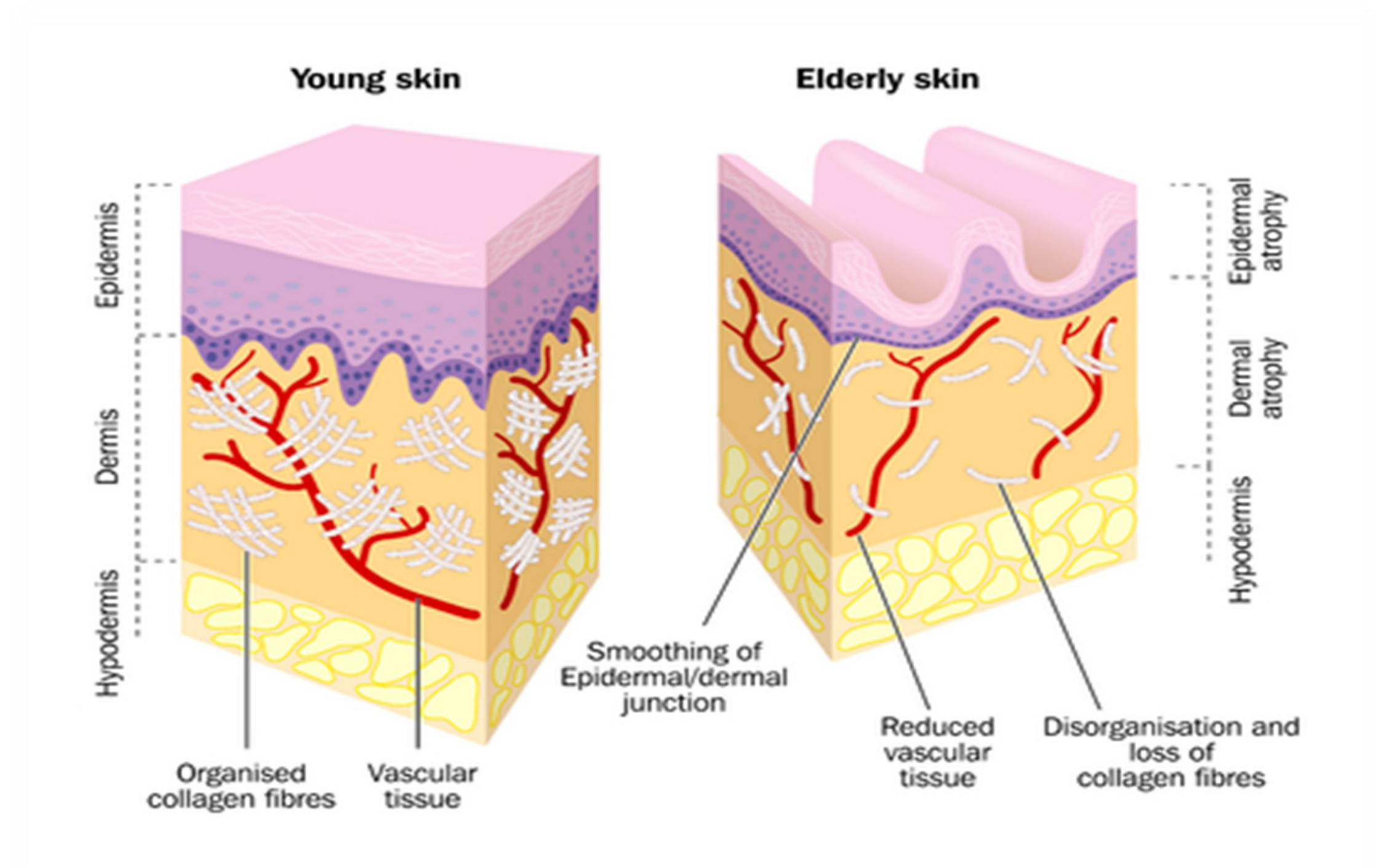
Hva skjer i subcutis?

- Underhuds fettendrer struktur og blir mindre fast
- Fettet “siger” grunnet tyngdekraften



Hva skjer i dermis?

- Atrofi av vev
- Ineffektive og færre fibroblaster
- Mindre GAGs
- Dårligere sirkulasjon
- Basalmembranen flates ut
- Kontakten mellom epidermis og dermis avtar
(ankerproteiner)
- Skjøre og mindre beskyttede kapillærer



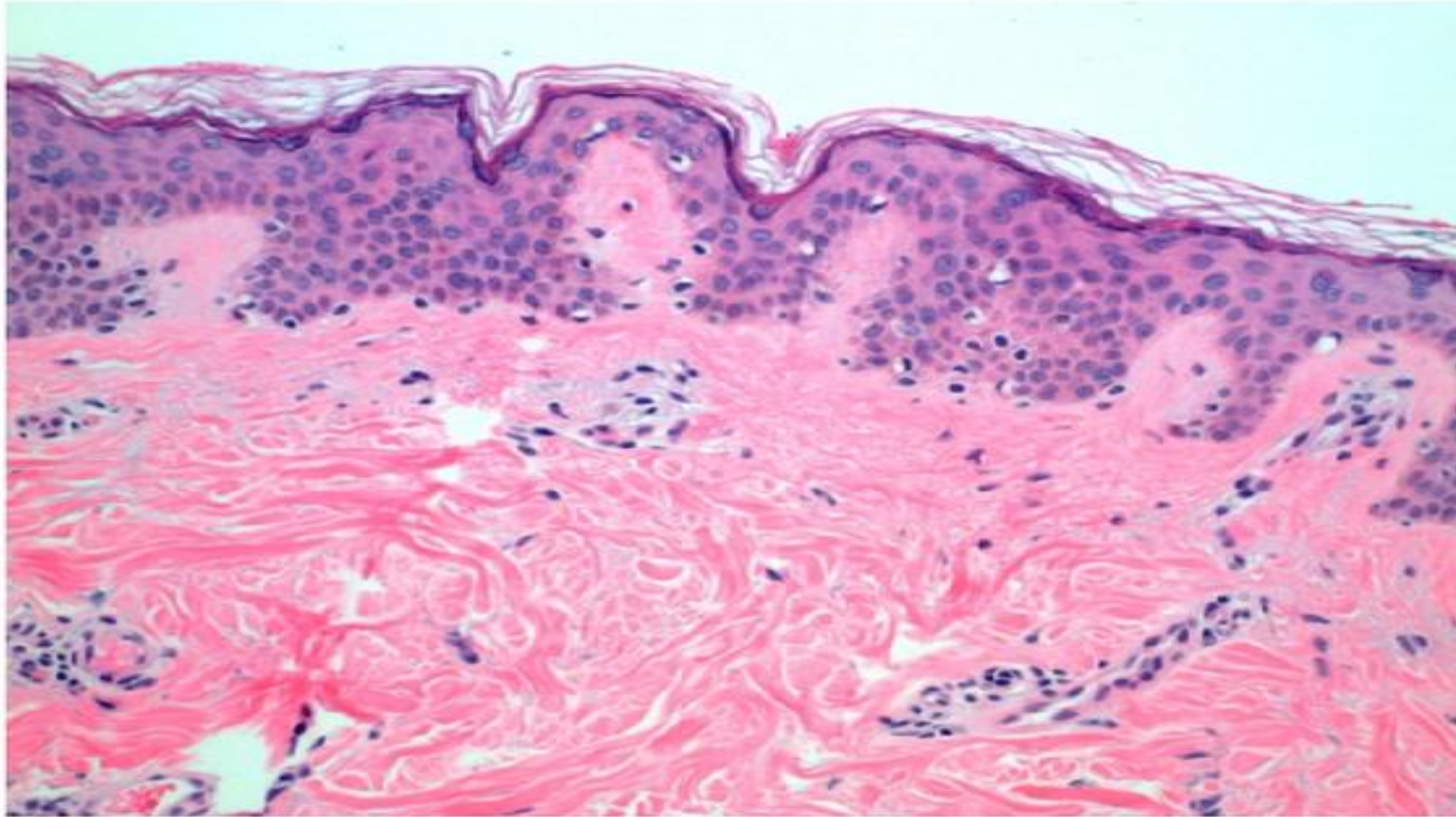
MMPs

- Matrix metalloproteinase
- Kollagenase
- Elastinase
- Hyaluronidase
- Øker ved UV eksponering, inflammasjon og ROS.



Hva skjer i epidermis?

- Senere mitose = senere turnover
- Færre melanocytter
- Ujevn spredning av melanin
- Færre langerhansceller
- Keratinocytter endrer form – kortete og fetere
- Høyere TEWL
- Lavere NMF



Glogau`s skala

GROUP	CLASSIFICATION	TYPICAL AGE	DESCRIPTION	SKIN CHARACTERISTICS
I	Mild	28-35	No Wrinkles	Early photo aging: mild pigment changes, no keratosis, minimal wrinkles, minimal or no makeup
II	Moderate	35-50	Wrinkles in Motion	Early to moderate photo aging; early brown spots visible, keratosis palpable but not visible, parallel smile lines begin to appear, wears some foundation
III	Advanced	50-65	Wrinkles at Rest	Advanced photo aging: obvious discoloration, visible capillaries, visible keratosis, wears heavier foundation
IV	Severe	60 & up	Only Wrinkles	Severe photo aging: yellow/grey skin color, prior skin malignancies, wrinkles throughout - no normal skin, cannot wear make-up because it cracks and cakes



(Pugliese, s.204)

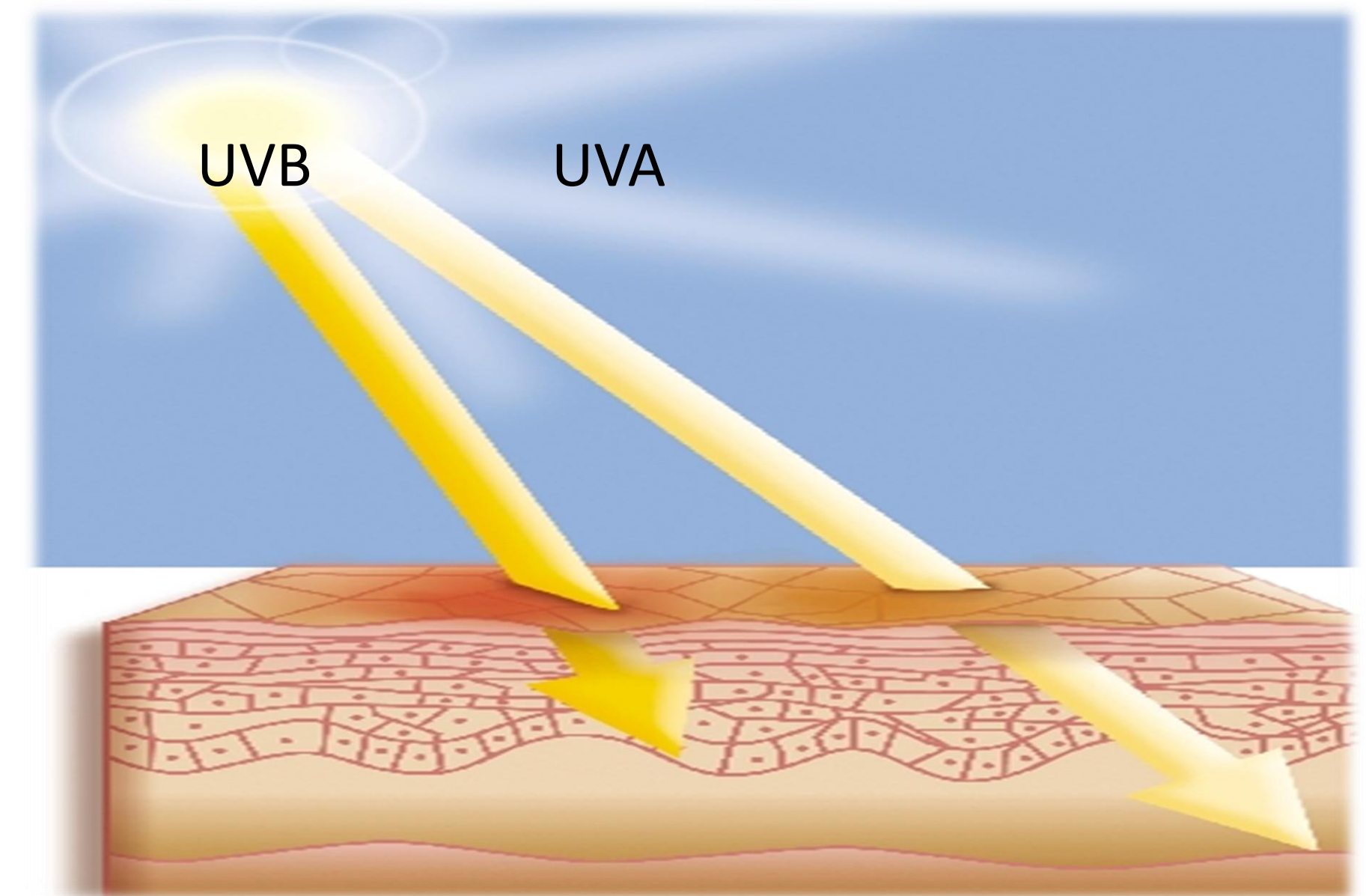


Hva påvirker aldringen av huden?



Solen

- Øker aktiviteten av MMPs
- Påvirker fibroblastcellene
- Gjør kapillærene skjøre
- Demper immunforsvaret (langerhansceller)
- Skader cellenes DNA
- Øker tykkelsen på Str. corneum
- Gir frie radikaler
- Mutasjon (hudkreft)



Hva påvirker huden?

- Koffein
- Medisiner
- Kosthold
- Vann
- Røyk / snus
- Stress
- Miljø
- Sykdom
- Livsstil
- Mimikk

Stress



Hudtykkelse



Referanser

- Advanced Professional Skin Care, Pugliese
- Dr. Karim Sayed





senzzie

akademiet

senzzie
akademiet

Takk for
meg