

nazdravje

Čaj za prebavo

Zeliščni čaji pospešujejo metabolizem in izboljšujejo prebavo, ker dvigajo tudi energijo, si le privoščite skodelico, naj bo mlačna. Metin osveži organizem, blaži želodčne težave, krče, odličen je proti napihnjenosti, proti tej si pomagamo s kamiličnim čajem, blaži tudi zgago. Ingverjev pospešuje delovanje prebave, blaži slabost, na želodec blagodejno vpliva tudi čaj iz komarčka.



Melanom je nevaren rak

Opazujmo in nadzorujmo kožo, da bomo pravočasno opazili morebiti nevarne spremembe; če jih opazimo, jih pokažimo dermatologu in poskrbimo za zaščito pred soncem

Z dermatoskopijo dermatolog prepoznava kožne spremembe.
FOTO: GULIVER/GETTY IMAGES



Bazalnocelični in ploščatocelični karcinom se pokažeta kot krasta, rana ali razjeda, lahko tudi kot vozlič ali zadebeljeni predel kože, ki nenehno raste.



Vse tri najpogostejše vrste kožnega raka so povezane z UV-sevanjem, zato se je treba zaščititi.
FOTO: GULIVER/GETTY IMAGES



Dermatoskopija pomeni izjemen napredek v prepoznavanju znamenj oziroma benignih in malignih kožnih sprememb, pravi Vesna Tlaker, dr. med., specialistka dermatologije z Inštituta za dermatologijo v Ljubljani.

Dermatologija je medicinska podspecialnost, ki odkriva, proučuje in zdravi tumorje oziroma rakave bolezni kože. Najpogostejše vrste kožnega raka so bazalnocelični karcinom, ploščatocelični karcinom in melanom. Medtem ko imata bazalnocelični in ploščatocelični karcinom večinoma dobro napoved, pa je melanom zelo nevaren

rak. Sprva raste počasi in je odlično ozdravljiv s preprosto operacijo. Če zamudimo to zgodnjo fazo, pa je nevaren in velikokrat smrten tumor, opozori specialistka dermatovenerologije **Vesna Tlaker**, dr. med., z Inštituta za dermatologijo v Ljubljani. Koža je edini organ, ki ga lahko nenehno opazujemo in nadzorujemo in sami lahko veliko naredimo za svoje zdravje. Potrebna je tudi zaščita pred soncem, saj so vse tri najpogostejše vrste

kožnega raka povezane z UV-sevanjem.

Iz znamenja ali na novo Kako prepoznamo nevarna kožna znamenja, kot je melanom, in kako ukrepati? »Skoraj vsak človek ima po koži vsaj nekaj rjavih, črnih ali rdečkastih lis ali bunčic, ki jim pogovorno pravimo znamenja. Strokovno jih ločujemo na zelo številne vrste in podvrste. Znamenja rastejo in se spreminjajo počasi. Večinoma se rodimo

brez njih. V otroštvu se počasi pojavljajo temne pike, ki počasi prerastejo v manjše lise ali bunčice. Ta kožna znamenja po navadi rastejo vsa s podobno hitrostjo in šele iz leta v leto vidimo kakšno spremembo,« razlaga dermatovenerologinja. Melanom, nevaren kožni rak, lahko nastane iz znamenja, večinoma pa se pojavi na novo, pojasni. Videti je drugače in se tudi obnaša drugače kot vsa druga znamenja: je več različnih odtenkov rjave, modrikaste, sivkaste, črne, lahko tudi rožnate barve, nepravilnih robov, asimetrične zgradbe, predvsem pa raste hitro, kar iz meseca v mesec vidimo, da sprememba napreduje in se povečuje. Redko srbi, za krvavi pa pozno, tako da ta znaka nista zanesljiva spremljevalca. Bazalnocelični in ploščatocelični karcinom se pokažeta kot krasta, rana ali razjeda, lahko tudi kot vozlič ali zadebeljeni predel kože, ki nenehno raste. Če kakršno koli podobno spremembo opazimo, jo je treba takoj pokazati dermatologu.

otoskopu, s katerim nam zdravnik pregleda ušesa. Optični del dermatoskopa postavimo na kožo, ki jo prej navlažimo, na primer z vodo ali razkužilom. Nato skozenj pregledujemo osvetljeno in povečano površino kože. Plast tekočine med lečo in kožo izboljša preglednost v globino – podobno, kot če opazujemo jezersko dno s kopnega ali s potapljaško masko. »Dermatoskopija pomeni izjemen napredek v prepoznavanju znamenj oziroma benignih in malignih kožnih sprememb pa tudi nekaterih vnetnih kožnih bolezni. Računalniško podprta dermatoskopija pomeni, da dermatoskopsko sliko shranimo v računalniški program za poznejšo primerjavo. Programska oprema pa nam omogoča tudi različne analize vzorcev in napredovanja kožnih sprememb, kar izboljša natančnost diagnostike.«

Kaposijev sarkom

Kaposijev sarkom je redek maligni tumor, ki se kaže z vijoličastimi lisami in bunčicami na koži, v bezgavkah ali drugje. Povzročila ga je humani herpesvirus 8, ki nima nobene zveze s herpesom na ustnicah. Praviloma je kaposijev sarkom povezan z zelo oslABLJENO imunostjo, zlasti aidsom in imunsko zavoro po presaditvi organov. Poteka lahko počasi ali hitro in ga je mogoče zdraviti z operacijo, kemoterapijo ali biološkimi zdravili.

Prepoznavanje sprememb Dermatoskopija in računalniško podprta dermatoskopija sta diagnostični metodi, ki dermatologu pomagata pri prepoznavanju kožnih sprememb. Dermatoskop je naprava, na videz podobna

JENNIFER YOUNG
As Unique as You
Edinstvena, kot vi

Olja za nego telesa Defiant Beauty

Olje za srbečo kožo – olja ognjiča, mareličnih jedrc in sladkega mandljevca celijo in pomirjajo razdraženo in srbečo kožo.

Olje za gladko kožo – formulirano za nego brazgotin, razdraženo kožo. Dobrodejni ognjič v kombinaciji z eteričnimi olji nerolija, sandalovine in mandarine ustvarja čudovit, vendar diskreten vonj.

Izdelki so na voljo v spletni trgovini
www.trgovina-medisanus.si.

MediSanus

Več informacij o izdelkih lahko dobite na spletni strani
www.BeautyDespiteCancer.co.uk ali
www.medisanus.com in na tel. št. 01 320 08 09.

