

Smog szkodzi także twojej skórze!

26 grudnia 2018

Jak wskazują liczne badania i raporty, m.in. raport Europejskiej Agencji Środowiska (EEA), Polska znajduje się w niechlubnej czołówce krajów, jeśli chodzi o stopień zanieczyszczenia smogiem. Z kolei raport WHO z 2016 jasno pokazuje, że z 50 najbardziej zanieczyszczonych miast w UE aż... 33 znajdują się w Polsce! Wiemy już, jak poważnym zagrożeniem jest smog, jakie choroby wywołuje oraz nasileniu jakich schorzeń sprzyja. Wciąż jednak niewiele mówi się o tym, jak niekorzystny wpływ ma on na wygląd i kondycję skóry... Warto przybliżyć ten temat!

Czym jest smog?

Choć świadomość społeczna w tym zakresie jest coraz większa, wciąż należy edukować i przypominać. Sama nazwa „smog” wywodzi się z połączenia angielskich słów smoke (dym) oraz fog (mgła). Nazewnictwo to jest bardzo trafne, bowiem rzeczywiście smog jest zjawiskiem, które powstaje wskutek wymieszania się dymu oraz spalin z mgłą.

Kiedy powstaje smog?

Możemy wyróżnić dwa rodzaje smogu – typu londyńskiego oraz typu Los Angeles (tzw. smog fotochemiczny). Pierwszy z wymienionych występuje w strefie klimatu umiarkowanego, w miesiącach jesiennych i zimowych, w Polsce obserwowany jest średnio od września nawet do marca-kwietnia, czyli w sezonie grzewczym. Z kolei smog typu Los Angeles jest widoczny szczególnie w strefach subtropikalnych i największe jego stężenie można obserwować w miesiącach letnich.

Jak smog oddziałuje na organizm?

Na temat szkodliwości smogu można pisać wiele, bez końca mnożąc przykłady. Natomiast w dużym skrócie związki chemiczne zawarte w smogu (takie jak m.in. pyły zawieszone, tlenki węgla i azotu, dwutlenek siarki, itp.) atakują układ krążenia oraz układ oddechowy, przyczyniając się m.in. do rozwoju astmy, niewydolności oddechowej, zwiększają ryzyko POChP i raka płuc, a także innych nowotworów.

Smog zagraża człowiekowi nie tylko w sposób bezpośredni, w trakcie wdychania go. Na obszarach objętych smogiem zanieczyszczeniu może ulec także gleba uprawna. Liczne badania pokazują, że stężenia kancerogennych (rakotwórczych) wielopierścieniowych wodorowęglanów aromatycznych są zdecydowanie wyższe niż na innych obszarach.

Jak smog oddziałuje na skórę?

Skóra jest największym narządem powłoki wspólnej, czyli powłoki ciała. Jedną z jej podstawowych funkcji jest ochrona przez niesprzyjającymi czynnikami zewnętrznymi. Jeśli jednak sama zostanie uszkodzona, nie będzie mogła właściwie spełniać swojej roli. Wówczas stanowi wrota dla chorobotwórczych drobnoustrojów i zanieczyszczeń, które bez trudu przenikają do organizmu i sieją w nim spustoszenie.

W sezonie jesiennym i zimowym na negatywne działanie smogu szczególnie narażona jest nieosłonięta skóra twarzy. To właśnie na niej najszybciej i gołym okiem można dostrzec oznaki destrukcyjnej działalności smogu. U mieszkańców silnie zanieczyszczonych miast skóra jest bardziej podatna na proces starzenia się, staje się szarawa, pozbawiona blasku, szybciej tworzą się na niej zmarszczki. Ponadto smog przyczynia się do rozmaitych zaburzeń w jej obrębie, wywołując egzemy, trądzik, alergie skórne. Oczywiście wszystko to nie dzieje się z dnia na dzień, ale negatywny wpływ smogu na skórę jest faktem!

Jak chronić skórę przed smogiem?

Idealnym rozwiązaniem byłoby rzecz jasna wyeliminowanie smogu poprzez zaprzestanie zanieczyszczania środowiska. Zanim jednak na obszarach szczególnie zagrożonych wdrożone zostaną odpowiednie działania i jakość powietrza ulegnie znaczącej poprawie, minie wiele czasu. Nasza skóra wymaga zaś ochrony tu i teraz. Jak ją zapewnić? Odpowiedź jest prosta –kosmetyki antysmogowe!

Czym są kosmetyki anti-pollution? Jest to specjalna linia produktów, której zadaniem jest tworzenie bariery ochronnej przed szkodliwym działaniem smogu i innych zanieczyszczeń. Przykładem preparatu anti-pollution jest krem-maską na noc Slow Age od Vichy. Specjalna formuła tego rodzaju kosmetyków dotlenia i regeneruje skórę, czyniąc ją gładszą, bardziej nawilżoną i pełną blasku.

Kosmetyki antysmogowe powinny być „anti-pollution” nie tylko z nazwy. Aby tak się stało, muszą cechować się specjalnie dobranym składem, w którym nie może zabraknąć takich składników jak np. naturalny bifidus, który wzmacnia barierę ochronną skóry, a także bajkalina o właściwościach antyoksydacyjnych i podobnie działający rosweratrol.

Ze smogiem można i trzeba walczyć! Należy mieć świadomość ogromnego zagrożenia, jakim jest to nienaturalne zjawisko atmosferyczne i każdego dnia wykonywać choćby najmniejsze gesty w celu ochrony środowiska, by zwiększyć szanse przyszłych pokoleń na możliwość oddychania czystym powietrzem!

Źródło: Sekrety-Zdrowia.org

Bibliografia

1. „Jak smog wpływa na organizm człowieka?”, <https://www.mp.pl/pacjent/pulmonologia/aktualnosci/132277,jak-smog-wplywa-na-organizm-czlowieka>, data dostępu: 08.12.2018

2. „Smog w Europie zabija, Polska w czołówce”,
<https://www.mp.pl/pacjent/pulmonologia/aktualnosci/133246,smog-w-europie-zabija-polska-w-czolowce>, data dostępu: 08.12.2018