

# Морщины всех мастей: разновидность и причины их возникновения

---

К сожалению, мы все знакомы с таким явлением, как морщины. Их наличие зависит от ряда факторов: **ультрафиолетовое излучение**, гены, **гормоны**, а с течением времени, потери жировой ткани, птоз. Морщины являются первым признаком старения кожи. Они **появляются уже в 25 лет** (а у кого-то и раньше) и с течением времени их количество только увеличивается. Но почему? Рассказывает **врач-дерматокосметолог со стажем более 20 лет – Наталья Норенкова!**

За каждой морщинкой своя история - боль, страсть, любовь... Можно оставить свою неповторимую жизнь на всеобщее обозрение, а можно выбрать только лучшие главы из этого неповторимого романа... Все лишнее подлежит ликвидации.

Морщины лица детально описаны и научно систематизированы:

- **Динамические морщины** – самые быстрые в своем проявлении, являются результатом движений лицевых мышц. Чаще всего их можно увидеть на лбу, в области глаз и уголках губ.
- **Гравитационные** – причины их возникновения - постепенное старение кожи и действие силы тяжести. Это глубокие борозды, которые появляются, когда кожа теряет свою эластичность и упругость. Чаще всего они образуются вокруг век, вокруг шеи и щек.
- **Статические** - которые, увы, уже видны в покое. Они покрывают собой все лицо в силу естественного старения кожи.



Существуют профессиональные исследовательские системы и шкалы выраженности лицевых морщин - например пятибальная шкала выраженности носогубных складок ВНГС (Nasolabial Fold Severity Scale, NLFSS) или шкала оценки выраженности носослезной борозды Hirmant (TTRS), шкала дефицита объема тканей средней трети лица (ДОСТЛ) и т.д.

Если в теплое место положить яблоко, еще какое-то время его шкурка будет гладкой. Однако, когда вода из него испарится, фрукт покроется "сеточкой", которая отчасти напоминает зрелую кожу. Если в случае с яблоками причиной расслабления кожи - это потеря воды, то в случае морщин на лице процесс является более сложным и зависит от различных факторов.

Основные причины возникновения морщин - так называемые "враги молодости" - известны, описаны и изучены. Никаких секретов - генетическая предрасположенность к ранним морщинам, неконтролируемая гипермимика, свободные радикалы, гликация коллагена, гормональный дисбаланс, анемия, тотальное нарушение микроциркуляции и трофики (питания) тканей, легкомысленное пренебрежение защитой от солнечных лучей, неконтролируемые диеты, незнание основ грамотного домашнего ухода, экологические вредные воздействия (так называемый синдром "урбанистической кожи") и еще множество других причин.

Современный тренд в обществе - выглядеть как можно более молодым, ухоженным, успешным и здоровым! Поэтому в медицине появился актуальный современный раздел - превентивная эстетическая медицина. Т.е. лечебные манипуляции и наружный косметический уход, направленные на предотвращение появления морщин и возрастных изменений лица и тела. Значительно правильнее и дальновиднее будет не допускать появления морщин, контролировать их глубину и визуальную выраженность! Для этих "красивых" целей нужен комплекс усилий- врачебная консультация, коррекция глубины с помощью гиалуроновой кислоты, упражнения по системе **фэйс-фитнеса** , грамотное использование в домашнем уходе высокоактивных сывороток, бустеров, кремов и масок с инновационными молекулами молодости, усиление антиоксидантной и инсоляционной защиты кожных покровов изнутри (БАДы) и снаружи, нормализация питания, психики и режима дня! Всем здоровья и красоты!

**Ксения Константинова**, [iledebeaute.ru](http://iledebeaute.ru)