Как стать «белоснежкой», или Какие существуют средства отбеливания кожи?

В наше время можно подумать, что единственный оттенок кожи, к которому стремится большая часть населения – цвет загара разных оттенков: от золотистого до цвета темного шоколада. Ни предупреждения врачей о преждевременном старении кожи, ни высыпание родинок и пигментных пятен, ни, в конце концов, потраченное впустую драгоценное сегодня время – ничто не мешает современному человеку загорать на солнышке или в солярии.

Но так ли это на самом деле? Сегодня многие люди, кто из личных побуждений, а кто из чувства протеста, пытаются, наоборот, сделать свою кожу светлее. Да и что делать с высыпавшими веснушками и пигментными пятнами? Времена белоснежек прошли и не вернуться? Как бы не так! Времена меняются, а быстротечная мода – тем более. Кто-то просто бережет кожу от солнца, а кто-то использует мягкие или же радикальные средства для отбеливания кожи.

В целом процесс отбеливания кожи состоит из трёх этапов:

- 1) отшелушивания рогового слоя;
- 2) уменьшения продукции меланина (специфическая депигментирующая терапия);
- 3) использования средств от загара с высоким SPF (показатель UV-фильтрации) и разнообразные средства экранирования.

Рассмотрим самые распространенные из этих средств. Мы не будем приводить устаревшие методы с использованием ртути, 20% салицилового спирта и фенола. Они были эффективными, но «варварскими» по отношению к коже. Существуют несколько средств в зависимости от цели применения: *лечения болезни кожи, избавления от пигментных пятен*
или
легкого осветления кожи

Для *лечения болезней и радикального изменения цвета кожи* используются препараты, содержащие **гидрохинон** – наиболее действенный «отбеливатель» кожи, но он же и вреднее всего, поэтому необходима его четкая дозировка. Гидрохинон действует подавляюще на все клетки

кожи, но клетки, вырабатывающие пигмент (меланоциты), более восприимчивы к нему, поэтому можно подобрать такую дозировку, при которой остальным клеткам он не принесет вреда.

Существуют также **кислоты** – койевая, аскорбиновая и азелаиновая, которые не столь токсичны, но могут вызывать аллергические реакции, поэтому требуют предварительной проверки на небольшом участке чувствительной кожи. Это наиболее распространенные кислоты, существуют и другие.

Арбутин – гликозилированный гидрохинон – средство, не столь действенное, как гидрохинон, но зато более безопасное. Оно не считается токсичным, применяется для *избавления от пигментных пятен*

Также можно отметить такие вещества, применяемые в практике, как **ретиноиды, глабридин, метиловый эфир гидрохинона** и т.д. Все эти отбеливающие вещества, как правило, используются в сочетании в различных косметических средствах.

Кроме того, на практике применяются такие косметические операции, как **химический пилинг, лазерная шлифовка, жидкий азот и дермабразия**

И наконец, наверное, самое безопасное средство – **растительные препараты**. Они хороши для

легкого осветления кожи

. Издревле люди использовали их для придания коже естественной белизны. Конечно, по эффективности они уступают остальным, но здесь каждый выбирает для себя сам, что ему важнее.

Растение, содержащее наибольшую концентрацию арбутина (22%), – это бадан. Далее за ним следует толокнянка, которая помимо отбеливающего эффекта, также обладает вяжущим, антисептическим, регенерирующим и антиоксидантным действием.

Стоит отметить такие растения, как солодка, одуванчик лекарственный, петрушка огородная, куманика, водяная лилия, эрика сизая, огурец, лимон, липа, и многие др. Их довольно много, но все они отличаются по эффекту. К самым эффективным всё-таки относят **бадан, толокнянку, солодку**. Растительные средства не предназначены для решения таких серьезных проблем, как мелазма, лентиго и других. Они также могут вызывать аллергические реакции.

Все перечисленные средства, как правило, являются компонентами кремов, мазей, гелей и других средств наружного применения. Перед применением следует провести тест на аллергическую реакцию. Это можно сделать, например, нанеся на верхнюю часть руки немного крема и оставив на 15 минут. Если на обработанном участке кожи появилось раздражение, покраснение или другие не свойственные нормальному состоянию кожи признаки, ни в коем случае не применяйте это средство. Если всё в порядке, далее следуйте инструкции по применению данного средства.

В целом, интенсивное отбеливание кожи (особенно при серьезных заболеваниях) – процесс очень тонкий, требующий строгого контроля врача-специалиста. Отнеситесь к этому вопросу со всей серьезностью, узнайте о нём больше – и результат не заставит себя ждать.

Автор - **Александра Афанасьева**

[Источник](#)