

Forrás: <http://www.kremesenzepazelet.hu/a-test-mint-borton/>

KRÉMESEN SZÉP AZ ÉLET

A TEST MINT BÖRTÖN

Írta: Odil, Kategória: személyes

Október elsején, a **Magyar Dermatológiai Társulat** sajtóreggelijén vettem részt, ahol Krizsó Szilvia szakemberekkel beszélgetett a bőrbetegekkel és a szépséghibákkal szembeni intoleranciáról, illetve megismerhettük az **Urticaria Világnapja** alkalmából készített „Test mint börtön” kutatás eredményeit.



A kerekasztal-beszélgetés résztvevői sorrendben: **Szellő István**, **Krizsó Szilvia**, **Prof. Dr. Bata-Csörgő Zsuzsanna** (elnök, Magyar Dermatológiai Társulat), **Sipos Sándor** (HR-tanácsadó, shapeHR), **Dr. Belső Nóra** (pszichiáter főorvos), középen pedig **Cserhádi Tamara** (szépségkirálynő, a kampány arca)



A bőrbetegekkel vállalt szolidaritást a Miss Word Hungary 2012 címet viselő **Cserhádi Tamara**, amikor egy társadalmi kampány keretében teljesen élethű, a krónikus urticariára jellemző kiütésekkel maszkírozták el. *„Hat órán keresztül tartott a folyamat, és csak a végén kaptam tükröt a kezembe. Sokkolt a látvány, és kizárólag arra tudtam gondolni, hogy azonnal szabadítsanak meg a kiütéseimtől. El se tudom képzelni,*

hogyan lehet egy ilyen betegséggel évekig együtt élni, hiszen itt nem csupán a külsőről van szó. Ez a bőrprobléma, a betegséggel járó folyamatos viszketés és a társadalmi reakciók miatt a belsőt is felemészti.” – nyilatkozta a szépségkirálynő, aki az Urticaria Világnapja alkalmából segített felhívni a figyelmet a bőrbetegek nehéz helyzetére. [ITT](#) megnézhetitek a werk videót és a [KÉSZ](#) kampányfilmet.

Először a csalánkiütésről (urticaria) röviden: A csalánkiütés kínzó viszketéssel és égő érzéssel járó, látványos bőrtüneteket, és gyakran az arcon vagy más testtájékon megjelenő duzzanatokat okoz. Krónikus esetben éveken, évtizedeken át fennáll a betegség, aminek az esetek kétharmadában alapos vizsgálatok után sem sikerül tisztázni kiváltó okát. A betegség kétszer annyi nőt érint, mint férfit, és bármikor lecsaphat, ugyanakkor egyáltalán nem fertőz.

A krónikus urticaria alvászavarokért és lelki problémákért is felelős: a betegek a feltűnő bőrtünetek miatt sokszor nem mernek kilépni az utcára, vagy néha egyszerűen nem tudnak, például a lábon jelentkező tünetek miatt. Sokan arra kényszerülnek, hogy rendszeresen betegszabadságot vegyenek ki: előfordul, hogy az érintettek húsz napnál is tovább maradnak távol munkahelyükről, így akár a betegségük miatt a munkájuk is veszélybe kerülhet. – ez a rész itt nagyon fontos, aki valaha szenvedett már bőrbetegségben (vagy bármi másban) tudja, hogy a lelki megpróbáltatások gyakran sokkal rosszabbak mint maga a betegség, és ezen bizony a környezet sokat ronthat, de akár javíthat is.



„Fontos, hogy a jól ismert bőrbetegségek mellett minél többet tudomást szerezzenek a súlyos krónikus urticariáról, ami kevésbé gyakori, mint az ekcéma, de így is több száz ember életét keseríti meg Magyarországon. A betegek úgy érzik magukat, mintha naponta száz szúnyogcsípést kellene elviselniük, és sokszor az otthonukat sem hagyják el a kínzóan viszkető kiütések miatt, amelyek nem ritkán az arcon megjelenő duzzanatokkal párosulnak. Nem fertőznek, mégis szégyellik magukat a folyamatos vakarózás, a feltűnő tünetek és az emberek reakciói miatt” – mutatja be az új világnapnak apropót adó bőrbetegséget, **Prof. Dr. Bata-Csörgő Zsuzsanna** a Magyar Dermatológiai Társulat elnöke.

Bár a felmérések alapján a lakosság 37%-a már érintettként is szembesült a bőrbetegségek okozta nehézségekkel, a magyarok döntő többsége úgy gondolja, hogy a siker záloga bizony a vonzó külső, hiszen egy bőrbetegség megnehezíti a párkeresést, karrierépítést, de még a társadalmi életet is. A beszélgetés során elhangzott egy kulcsmondat, amivel sajnós mélyen egyet kell hogy értsek, számok ide vagy oda, Magyarországon a másság elfogadása finoman fogalmazva is gyerekcipőben jár. Legyen szó bőrbetegségről, fogyatékkal élőkről (fizikai, szellemi egyaránt), nemi, faji, vallási hovatartozásról, az intoleranciával nap mint nap találkozunk. Sajnós a téma kimeríthetetlen, biztosra veszem, hogy mindenkinek van legalább egy olyan története ami a megkülönböztetésről, esetleges kirekesztésről szól. Nekem van, nem is egy, de beszéljenek most a számok, érdemes elgondolkozni az eredményeken.

“Szépségfüggő társadalomban élünk: a magyarok 83%-a szerint csak vonzó külsővel lehet igazán érvényesülni, és ennél is többen vannak azok, akik kirekesztők a bőrbetegekkel szemben – derült ki az első Urticaria Világnap alkalmából közzétett reprezentatív kutatásból.”

Test mint börtön

Szépségfüggő társadalomban élünk



A magyarok **83%**-a szerint csak vonzó külsővel lehet igazán érvényesülni

A társadalom mindössze **15%**-a toleráns a bőrbetegekkel szemben



A lakosság **37%**-a szenvedett már bőrbetegségben

59%-ot zavar, ha valakin kiütéseket lát, és az illető vakarózik.



46% kerül az érintkezést a bőrbetegségben szenvedőkkel a fertőzésveszélytől tartva



53% megbámulja őket, különösen a **nők**, akik az átlagosnál nagyobb arányban reagálnak feltűnően.

A nők fele szerint egyenesen vágyólok, ha valakinek bőrbetegsége van

A férfiak toleránsabbak:



csak **32%**-uk vonzalma csökkenne egy feltűnő kiütés miatt.

Minden tizedik magyarral szakítottak már azért, mert előnytelenül változott meg a külseje például egy makacs bőrbetegség miatt.



Tízből kilenc embert zavarna, a válaszadók **40%**-ának pedig a vonzalma is csökkenne, ha a partnere arcán csúnya kiütéseket látna.



A gyakori távolmaradás miatt az állását is elveszítheti egy bőrbeteg



Minden tizedik megkérdézzel előfordult már, hogy beteget jelentett vagy hosszabb ideig nem ment dolgozni átmeneti szépséghiba vagy súlyosabb bőrbetegség miatt.



Az érintettek **10%**-a több mint húsz napig maradt távol a munkahelyétől.



A bőrbetegek **9%**-a az állását is elvesztette a hiányzások miatt, és nagyjából ugyanennyien figyelmeztetésben részesültek.



A bőrbetegek **17%**-a volt már szóbeli vagy fizikai bántalmazás áldozata bőrbetegsége miatt.

Vannak ritka és alattomos bőrbetegségek

bőrherpesz(3%)
ekcéma(16%)
bőrdaganat(2%)
csalánkiütés(15%)
láz hólyag(2%)
pikkelysömör(3%)
rozácea(2%)
bőrgomba(7%)



A **2014. október 1-én** első alkalommal megrendezett **Úrticaria Világnap** célja, hogy felhívja a figyelmet a krónikus urticariában szenvedők rendkívül hátrányos helyzetére. A kezdeményezéshez számos európai ország, köztük Magyarország is csatlakozott.

Megdöbbenő? Sajnos nem az, személyes véleményem szerint a mai társadalmunkban egyébként is nagyon nehéz érvényesülni, a helyzetet pedig tovább nehezíti egy látványos betegség vagy sérülés. A beszélgetés is nehezen korlátozódott a bőrbetegségek nehézségeire, hiszen beszélhetnénk akár a kerekesszékekkel élőkről vagy a Down-szindrómáról. Volt-e konklúzió? Nem. Valójában egy sokkal nagyobb és szélesebb kört érintő problémáról beszélünk, amit csak társadalmilag lehet(ne) megoldani, de annyi bizonyos, hogy a kommunikáció sokat segíthet. Valószínűleg mindenkinek ismerős a szituáció, amikor a beteg (koncentráljunk a bőrbetegségre) úgy tesz mintha nem lenne rajta semmi, a másik fél pedig szemérmesen nem veszi észre, vagy egyszerűen csak kerüli a szemkontaktust. Sokan félnek a fertőzéstől is, na meg úgy általában az ismeretlentől, éppen ezért kell beszélni róla. Igenis nevezzük nevén a dolgot! Közösségben, munkahelyen mindig Te tudod meg utoljára hogy mindenki rólad beszél, mert sokkal egyszerűbb sugdolózni ahelyett, hogy „mi történt Veled?“, „jól vagy?“, „tudok segíteni valamiben?“. Ugyanez fordított esetben is, magyarázkodás nélkül el lehet, sőt, kell mondani, hogy mi a helyzet, mert enélkül csak kitalációk születnek és az senkinek sem jó.

Hogyan sminkeljük, ha csalánkiütésünk van? – Galambos Eszter tanácsai

A csalánkiütés más bőrhibákhoz hasonlóan olyan testtájakon is jelentkezhet, mint az arc vagy a kezek. Ha szeretnénk gyorsan elfedni az esztétikai problémát, van megoldás: professzionális, drogériás és gyógyszerári sminkszerek közül választhatunk. Az első és legfontosabb lépés a kiváltó okok azonosítása, ezért nagyon fontos, hogy az első utunk a bőrgyógyászhoz vezessen. A kiütések sokfélék lehetnek, de a legáltalánosabb tüneteket az alábbiak szerint lehet kategorizálni.

Ha a kiütéses terület krónikusan kiszáradt, repedezett: Ilyen esetben a legfontosabb teendők a bőr nedvességtartalmának, textúrájának visszaállítása – még a sminkelés megkezdése előtt. Ezt megtehetjük gyógyszerári kenőcsökkel vagy hidratáló krémekkel is, viszont mindenképpen kérjük ki előtte orvos vagy bőrgyógyász véleményét. Ha a bőr textúrája nagyban eltér a normálistól, akkor igyekezzünk ellenállni a kísértésnek, és ne tegyünk rá a szükségesnél több alapozót vagy korrektort, ez ugyanis csak még jobban kiemeli majd a problémát. Ebben az esetben a kevesebb mindig több!

Ha a bőr kipirosodott: Talán ezt a verziót a legegyszerűbb sminkkel elfedni, hiszen csak színkorrekcióra van szükség. A bőrön a pirosas árnyalatokat a zöld „ellensúlyozza”, tehát az üzletek polcain is az ilyen színű korrektort kell keresnünk. Ezt kizárólag a piros bőrfelületen alkalmazzuk, majd ujjbeggyel ütögessük be. Először csak kis mennyiséget rakjunk fel és inkább rétegezzük, amíg szükséges. Ezután a bőrünk színével megegyező alapozót vagy korrektort vigyünk fel a területre, végül pedig színtelen púderrel fixáljuk! Ha ez hosszadalmasnak tűnik, keressünk olyan teljes fedésű alapozót, ami egy lépésben képes elfedni a piros részeket. Egy dologra ügyeljünk: ennél a változatnál valószínű, hogy az alapozásunk „maszk” hatást kelt és elveszti a természetes textúráját.

Ha a bőrön hólyagok találhatóak: Tudnunk kell, hogy a smink nem mindenható csodaszer, és a legjobb alapozó is csak színben képes korrigálni, a térbeli elváltozásokat sajnos nem lehet teljesen elrejtteni vele. Ha kis göbök, hólyagok, duzzanatok találhatóak a bőrön, akkor a legtöbb, amit tehetünk, hogy egy szilikon bázisú sminkalapot (vagy más néven primert) hidratálás után, de még az alapozó előtt felviszünk a problémás területre. Ezek a termékek némileg képesek javítani a bőr textúráján, simábbá teszik a felületét, de valószínűleg teljesen nem fogják megoldani a problémát. Az ilyen esetekben különösen nagy jelentősége van annak, hogy megtaláljuk a kiváltó okokat.

Ma már innovatívabb technológiák is léteznek: „Az airbrush például egy olyan sminkeszköz, amivel teljesen egyenletesen lehet elfedni a szépség- és bőrhibákat. A hagyományos eljárásokkal ellentétben makulátlan és retusált hatású, mégis teljesen életszerű és természetes bőrfelületeket hozhatunk létre. Olyan mintha új, egészséges bőrt fújnánk fel az érintett testrészekre.” – tette hozzá Petrilla Orsi airbrush szakértő.

Összességében tehát egy nagyon érdekes beszélgetés volt, sokkal több ilyenre lenne szükség. Örülök, hogy ott lehettem és természetesen mint mindig, most is várom a személyes tapasztalataitokat, véleményeket a témában!