

Hair & Nail Aging

Saç ve Tırnak Yaşlanması

Meltem ÖNDER^a

^aDermatoloji AD,
Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi,
ANKARA

Yazışma Adresi/Correspondence:
Meltem ÖNDER
Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi,
Dermatoloji AD, ANKARA
monder@gazi.edu.tr

ÖZET Saç ve tırnak deri ekleridir. Deri ve ekleri koruma, absorpsiyon, termoregulasyon, duyu algılanması, bazı maddelerin depolanması ve immunolojik fonksiyonlardan sorumludur. Yaş ile birlikte hem deride hem de deri eklerinde yapısal değişiklikler ortaya çıkar. Kıl ile ilgili değişiklikler başta saç beyazlaması, saçlı deri kıllarında azalma veya istenmeyen bölgelerde kıllarda hipertrikoz şeklinde görülebilir. Kıl follikülleri etrafındaki vasküler yapılar giderek küçülerek kıllarda atrofi ve fibrosiz gelişir. Programlanmış yaşlanmada DNA inhibisyonu söz konusudur. Telomerler kısalmır. Oysa sağlıklı saçta anagen evrede telomeraz aktivitesi kıl kökünde çok yüksektir. Yaş ile birlikte saçta telomeraz aktivitesinde belirgin değişiklikler olmaktadır. Çevresel faktörler de yaşlanma üzerine etkilidir. Oksidatif stres dokuda serbest radikalleri açığa çıkararak yaşlanmayı hızlandırmaktadır. Yaşlanma ile protein yıkımı artar bu durum saçlar üzerine olumsuz etki yapmaktadır. Saçların beyazlamasında genetik faktörler kadar metabolik faktörler ile de ilgilidir. Yaş ile birlikte melanosit kaybı gösterilmiştir. Beyaz saçta bakır miktarında azalma bildirilmektedir. Post menopozal kadınlarda özellikle osteoporoz ile birlikte saç ağarması ilişkili bulunmuştur. Saçların seyrekleşmesi ile yüzdeki kırışıklıkların artması arasında belirgin ilişki bilinmektedir. Erkek tipi saç dökülmesi yaşla birlikte her iki cinste artar. Post menopozal bazı kadınlarda frontal fibrozing alopesi türü görülebilir. Saçla ilgili değişiklikler genetik faktörlerle ilişkili olabilir ancak solaryum ultraviyole gibi ışıklardan koruma, asit alkali ürünlerden kaçınma saç yaşlanmasını geciktirebilir. Saç vitaminleri, topikal uygulanan saç preparatlarının saç azalması sorununa ancak kısmen yardımcı olabilir. Yaş ile birlikte tırnaklarda da belirgin değişiklikler görülebilir. Tırnaklarda başta renk, şekil kalınlık ve yüzey değişiklikleri olabilir. Tırnak değişiklikleri eşlik eden diyabet, vasküler problemler veya mantar enfeksiyonlarına bağlı olabilir. Yine yaşlılık döneminde kullanılan ilaçların yan etkisi olarak tırnaklarda renk şekil değişimi gelişebilir. Onikogrifozis olarak adlandırılan ayak büyük başparmağının subungual hiperkeratozu ve lateral büyümesi ile karakterli tabloda anormal tırnak kalınlaşmasından dolayı tırnak çok zor kesilir. Yaşlılarda sık görülen bir tablodur. Tırnakla ilgili problemlerde ayrıntılı anamnez ve ayırıcı tanı yapılmalıdır. Altta yatan diyabet immunosupresyon durumu vasküler bozukluk iyi araştırılmalıdır. Cerrahi tedaviler ancak dolaşımın uygun olduğu yaşlı hastalara önerilebilir. Çoğunlukla üreli preparatlarla tırnak inceltilmesi tercih edilmelidir. Tırnakta inceleme ve ayrılma olan yaşlı olgulara ise topikal tırnak güçlendiriciler ve biotin içeren oral preparatlar önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Tırnak, saç, yaşlanma

Türkiye Klinikleri J Med Sci 2009;29(Suppl):S39

KAYNAKLAR

1. Uğsal Ü. Saçta yaşlanma ile meydana gelen değişiklikler. T Klin Kozmetol 2002;3:63-65
2. Cerimele D. Physiological changes in ageing skin. Br J Dermatol 1990;122:13-20
3. Cohen PR. Geriatric nail disorders. Diagnosis, treatment. J am Acad Dermatol 1992;26:521
4. Finlay O. Footwear treatment in the elderly care. Physiotherapy 1986;72:172-4.
5. Önder M. Deri yaşlanmasına etki eden faktörler. T Klin Kozmetol 1998;1:17-20.