

СУХІСТЬ ШКІРИ — КОСМЕТИЧНИЙ НЕДОЛІК ЧИ СИМПТОМ?

Дащук А. М., Добржанська Є. І.

Харківський національний медичний університет

Ксероз (суха шкіра) — це дерматологічний термін, що означає аномальну сухість шкіри, яка виникає внаслідок втрати вологи та ліпідів у верхньому шарі епідермісу. Шкіра стає грубою, тьмяною, може лущитися, тріскатися та викликати неприємний свербіж [1].

Суха шкіра не є дрібницею, оскільки може бути симптомом системних або дерматологічних захворювань, таких як atopічний дерматит, екзема, псоріаз, іхтіоз, цукровий діабет, порушення функції щитоподібної залози, хронічні хвороби печінки та нирок, а також побічна дія деяких лікарських засобів [1].

Ксероз пов'язаний із порушенням захисного бар'єра шкіри. У такому стані шкіра втрачає здатність утримувати вологу й ефективно протистояти зовнішнім подразникам. Це може призводити до запалення, свербіжу та приєднання інфекцій [2].

На розвиток сухості шкіри впливають вік та фактори зовнішнього середовища. З віком знижується природне вироблення шкірного сала. Додаткові фактори ризику включають часте миття з милом, сухе повітря, недостатнє споживання рідини та дефіцит жирів у раціоні [3].

Діагностика ксерозу включає клінічний огляд шкіри, збирання анамнезу, а за потреби — дерматоскопію або консультацію суміжних

спеціалістів. Важливо враховувати, що ксероз часто супроводжує хронічні дерматози.

Лікування сухої шкіри не обмежується лише зволоженням. До засобів першої лінії належать хумектанти, такі як гліцерин, гіалуронова кислота та сечовина, які притягують вологу до шкіри [3]. Емоменти, до яких належать рослинні олії, керамідоподібні ліпіди та жирні спирти, сприяють відновленню ліпідного бар'єра [4]. Оклютанти, такі як вазелін, ланолін та силікони, допомагають утримати вологу на поверхні шкіри [4].

Особливу увагу заслуговує сечовина, яка вважається «золотим стандартом» у лікуванні ксерозу. Вона ефективно зволожує шкіру, зменшує свербіж, чинить кератолітичну дію та покращує проникнення інших активних компонентів [3; 6].

Для профілактики сухості шкіри рекомендовано уникати використання гарячої води та агресивних миючих засобів, особливо тих, що містять SLS [2; 4]. Важливо застосовувати емоменти одразу після витирання шкіри, протягом перших 2–5 хвилин [4]. Доцільно зволожувати повітря в приміщенні та дотримуватись достатнього рівня гідратації організму [3; 5].

У підсумку, суха шкіра є не лише естетичною проблемою, але й важливим клінічним симптомом. Ігнорування ксерозу може призводити до ускладнень та значного погіршення якості життя. За появи перших ознак сухості слід звернутися до лікаря-дерматолога.

Список літератури

1. Gold MH, Bhatia AC, Zeichner JA. Promoting a healthy skin barrier using skin care in people with mature skin xerosis. *J Drugs Dermatol.* 2024;23(3):234–239.

2. Kirsner RS, Davis MR, Eaglstein WH. Improvement of chronic venous insufficiency–related leg xerosis and dermatitis with ceramide-containing cleansers and moisturizers. *J Drugs Dermatol*. 2024;23(1):45–50.
3. Pan M, Wang W, Celleno L. Topical urea in skincare: A review. *Dermatol Ther*. 2021;11(1):21–32. doi:10.1007/s13555-020-00454-1
4. Springer A, Bauer T, Lehmann P. Long-term efficacy and tolerability of an emollient containing glycerol and paraffin for moderate-to-severe uremic xerosis. *Dermatol Ther*. 2024;14(2):133–144. doi:10.1007/s13555-024-00987-w
5. Sudheer A, Gill HS, Patel DS. Understanding the healthcare professionals’ perspective on the management of diabetic dry skin and the role of urea-based topical application. *Int J Res Dermatol*. 2024;10(2):112–118. doi:10.18203/issn.2455-4529.IntJResDermatol20240813
6. Smith J, Liu H. 10 % urea cream in senile xerosis: Clinical and instrumental evaluation. *J Geriatr Dermatol*. 2023;5(3):95–101.
7. Thompson A, Reyes M. The prevalence and interventions of xerosis cutis among older adults: A systematic review and meta-analysis. *Int J Dermatol*. 2023;62(11):1357–1365. doi:10.1111/ijd.16872
8. Health.com Editors. What’s the purpose of urea in skincare products? Health.com. March 4, 2025. <https://www.health.com/urea-in-skincare> (accessed June 30, 2025).