

## PIGMENDILAIKUDE EEMALDAMINE

Pigmendilaik on nahas asetsevate melanotsüütrakkkude häire, mis avaldub nahal pruunikate laikudena. Sagedamini tekivad need nahapinnale, mis puutuvad kõige rohkem kokku päikesekiirgusega – nägu, kael ja labakäed. Esilekutsuvaks teguriks võivad olla ka hormonaalsed muutused ning pigmentatsiooni teke võib olla ka geneetilise eelsoodumusega.

### Protseduur

Pigmendilaikude eemaldamine on laserravi protseduur, mille eesmärgiks on hävitada pigmendi kogumikke, mille tulemusena paraneb pigmentatsioon ja naha ühtlane jume. Protseduuri teostamiseks kasutatakse naha laserravi seadet: Universal IPL valgusravi ehk intsensiivset pulseerivat valgust.

Fotolaseri kiir toimib konkreetsetl pigmendirakkudes sisalduvale melaniinile, kahjustamata ümbritsevat nahka. Kiire mõjul toimub rakkude sees pigmendi kohene väga lühiajaline kuumenemine, mille tagajärjel pigment hävitatakse selektiivselt ja nahk muutub heledamaks. Pigmendilaikude eemaldamise protseduuri kestus sõltub pigmentatsiooni eripäradest, värvusest, pigmendilaikude vanusest, asukohast ja hulgast ning patsiendi vanusest.

Protseduur kestab 30 minutit, protseduuri teostatakse 2-6 korda kuuajalise intervalliga ja tavaliselt on vajalik teostada 2-6 seanssi.

### Vajalik konsulteerida nahaarstiga

Laserprotseduuri määrab raviarst, vajalik on eelnev nahaarsti konsultatsioon.

### Näidustused:

- ✦ epidermise healoomuline kahjustus (päikesekahjustusest tekkinud pigmentatsioon, hüperpigmentatsioon, melasma)

### Vastunäidustused:

- ✦ päevitatud nahk (päikese käes viibimine või kunstlik päevitus) 3-4 nädalat enne ravi, päikese põletus;
- ✦ onkoloogilised haigused (sh anamneesis), vähieelsed seisundid ravipiirkondades;
- ✦ antibiootikumravi ajal protseduuri ei teostata, viimasest ravimi võtmisest peab olema möödunud 3-4 nädalat;
- ✦ rasedus, imetamine;
- ✦ aktiivsed infektsioonid;
- ✦ autoimmuunhaigused (luupus, sklerodermia);
- ✦ põletikulised nahahaigused, mis ei ole loetletud näidustusena;
- ✦ herpesviirus, lahtised haavad või marrastused;
- ✦ kroonilised naha seen-, viirus- või bakteriaalsed haigused;
- ✦ epilepsia, diabeet, südamepuudulikkus;
- ✦ alla kuue kuu vanad tätoveeringud raud- või titaanoksiidiga töödeldavas piirkonnas;
- ✦ nahaimplantaadid, keloidarmid;
- ✦ düsplastilised neevused;
- ✦ Fitzpatrick VI nahatüüp.

### Protseduuri eelselt:

- ✦ 2-4 nädalat enne protseduuri vältida aktiivse päikese käes viibimist (ka solaarium) - hüperpigmentatsiooni tekke oht;
- ✦ kuu enne ja pärast protseduuri ei tohi kasutada isepuunistuvaid ja alkoholi sisaldavaid tooteid;

- ✦ protseduurile tulla ilma meigita, puhastatud ja niisutatud nahaga;
- ✦ ravipiirkond tuleb eelnevalt raseerida;
- ✦ 21 päeva enne protseduuri lõpetada Retinooli vms aktiivainet sisaldavate toodete kasutamine. Kui nahk on protseduurist taastunud, võib kasutamist jätkata;
- ✦ isotretinoiini sisaldavate ravimite tarvitamisest peab olema möödunud vähemalt 6 kuud;
- ✦ alkoholi tarbimine ei ole soovitatav vähemalt üks päev enne protseduuri ja samal päeval.

#### **Protseduuri järgselt:**

- ✦ töödeldavat piirkonda ei tohi masseerida ja hõõruda, oluline on naha niisutamine;
- ✦ õhetustunde vähendamiseks võib nahal hoida jahutavat kompressi, naha taastamiseks ja rahustamiseks võib kasutada nahka taastavat kreemi;
- ✦ meikida võib 3-4 päeva pärast protseduuri;
- ✦ vältida keemilist nahahooldust (koorimine) kuni nahk on taastunud;
- ✦ vältida saunas ja kuumas vannis käimist vähemalt 2 nädalat pärast laserravi;
- ✦ alkohol ei ole soovitatav vähemalt 1 päev pärast protseduuri ja samal päeval;
- ✦ intensiivset treeningut vältida 2-7 päeva pärast laserravi;
- ✦ hoiduda otsese päiksekiirguse eest ja kasutada vähemalt SPF 30+ päikesekaitse kreemi (suviti kasutada iga 2 tunni järel);
- ✦ külmemate ilmadega kasutada rasvasemat talvist näokreemi;
- ✦ hoiduda näo õhetamist tekitavatest toitudest (vürtsikad, E621 sisaldavad, jt).

#### **Võimalikud tüsistused:**

- ✦ ravipiirkonnas võib esineda kerge turse, punetuse süvenemine, villikeste teke ja naha õhetus, mis kaob paari tunni kuni 7 päevaga;
- ✦ harvadel juhtudel tekivad verevalumid ja nahastruktuuride muutus;
- ✦ hüperpigmentatsioon, mis püsib kuni 14 päeva peale protseduuri;
- ✦ võib tekkida koorik või vesivill, mis paraneb 5-10 päeva jooksul;
- ✦ armistumine ravitud piirkonnas;
- ✦ nahasügelus, põletus.

Tegemist on **tasulise teenusega**, teenuse hinnaga on võimalik tutvuda [www.ph.ee](http://www.ph.ee)

Koostatud: Taastusravi osakond, Naha- ja suguhaiguste üksus 2025