



Türk Dermatoloji Derneği Hasta Bilgilendirme Broşürü

Geriyatrik Hastalarda Deri Bakımı ve Deri Hastalıkları



Neden ileri yaş hastalarda deri bakımı önemlidir?

Geriyatrik yaş grubunda, yani 65 yaş üstü kişilerde, deri yaşlanmasına bağlı olarak derinin özellikleri farklılık gösterir. Farklı dermatolojik hastalıklar ön plana çıkar. Aynı zamanda sistemik hastalıklar ve yaşlanmanın etkisiyle 'kırılganlık' artar. Bu nedenle bu hastalarda ayrı bir deri bakım planına ihtiyaç duyulmaktadır ve tedavilerin dikkatle hastanın kırılganlığının da değerlendirilerek planlanması gerekir.

İlerleyen yaşta deri bakımı nasıl olmalı?

Derimiz yaşlandıkça düzleşir ve kollajen azalması sonucu kolayca kuruma, morarma veya yaralanma eğilimindedir. Derimiz yaşlandıkça nemini kaybeder. Günlük olarak özellikle banyo sonrası henüz deri nemini kaybetmemişken kuru cilde uygun nemlendirici kremlerin kullanılması önerilir. Nemlendiriciler günde en az bir defa uygulanmalıdır. Banyoda kullanılan temizleyicilerin hassas ciltler için uygun olması önerilir. İlerleyen yaşla, ayak tabanları ve topuklarda kalınlaşma, kuruma, çatlama oluşabilir, tırnaklar kabalaşır kalınlaşabilir. Ayak tırnaklarının düz olacak şekilde uzamadan düzenli olarak kesilmesi önerilir. Güneşten korunmak her yaşta olduğu gibi bu yaşlarda da önemlidir. Bu yaş grubunda, normal güneşten korunma önlemlerine ek olarak, saç kaybı olan kişilerin düzenli şapka takması deri kanseri gelişmesini önlemek açısından önerilmektedir.

Geriyatrik hastalarda deride neler görülebilir?

Derideki benler ve lekeler: İleri yaşta yıllardır maruz kalınan güneş hasarının etkisi ile deri kanserleri daha sıklıkla ortaya çıkabilir. Bu yaşlarda iyi huylu, yaşlanma ile ilişkili deri lekeleri veya kabarıklık lezyonları da ortaya çıkabilir.



Yüzde malign melanom ve skuamöz hücreli karsinom bir arada

Ancak hangi lezyonların endişe verici olduğunu anlamak için dermatoloji muayenesi gerekmektedir. Özellikle yüz ve kafa derisi gibi güneşe maruz kalan bölgelerde uzun süredir iyileşmeyen, kanayan, son zamanlarda şekil veya renk değişikliği olan, kaşınan, üzeri kabuklanan her türlü deri lezyonu aksi ispat edilene kadar deri kanseri olabilir. Ancak deri kanserinin vücudun her yerinde ortaya çıkabileceği unutulmamalıdır. Yeni ortaya çıkan benlerin, genişleyen kahverengi lezyonların mutlaka muayene edilmesi gerekir.

Dermatologlar ayrıntılı muayene ve lezyonların büyütülerek incelenmesine olanak tanıyan dermoskopik inceleme ile endişe veren ve iyi huylu olan lezyonları belirleyecektir.

Bazı durumlarda tanının kesinleştirilmesi için deri biyopsi alınması önerilebilir. Bu yüzden en kısa sürede dermatoloji uzmanına başvurmalısınız! Tanı konulduktan sonra tercih edilecek tedavi, kanserin ve sizin kişisel özelliklerinize göre belirlenmektedir. O bölgenin cerrahi olarak çıkartılması, kriyoterapi, elektrokoterizasyon ve krem tedavileri tercih edilebilecek seçenekler arasındadır.

Kaşıntı: İleri yaşta kaşıntının en sık sebebi deri kuruluğudur. 65 yaş üstü kişilerde altta yatan bir sebep bulunamayan kaşıntılara 'senil' yani yaşa bağlı kaşıntı denilmektedir. Kaşıntının birçok sebebi olabilir. Kansızlık, alerji, guatr ve kanser gibi birçok iç hastalığına bağlı kaşıntılar görülebilir. Gece artan kaşıntı ve ailede kaşınan insanların varlığında uyuz hastalığından şüphelenilir. Kullanmakta olduğunuz ilaçlar da kaşıntı sebebi olabilir. Bu nedenle doktorunuz size kaşıntı ile ilişkili olan sorular sorup gerektiğinde kan tetkiklerini yapacaktır. Gluten hassasiyetiyle seyreden Duhring hastalığı ya da ileri yaşta sık görülen büllöz pemfigoid gibi hastalıklar tanıda düşünülüyorsa deri biyopsisi yapılması gerekebilir. Kaşıntı sebebine göre doktorunuz hastalığınıza uygun bir tedavi planı yapacaktır. Kaşıntı belirtileri şiddetliyse alerji hapları önerilebilir. Ancak yaşlılıkta zaten uykuya meyil durumu oluşabileceği için, uyku yapmayan alerji haplarının kullanımı önerilir. Uyuz hastalığı tanısı aldıysanız, doktorunuzun önereceği krem veya hap tedavilerinin tüm aile bireyleriyle birlikte eş zamanlı yapılması ve önerilen hijyen kurallarına uyulması önemlidir.

Yaşlılarda sık görülen enfeksiyonlar: Yaşlılarda bağışıklık sistemi de tüm diğer organlar gibi yaşlanır ve derinin incelik bariyer görevini eskisi kadar iyi yapamaması ile enfeksiyonlara eğilim artar.



Karın bölgesi, kasık ve uylukta
mantar enfeksiyonu

1-Mantar hastalıkları: Yaşlılarda deri ve tırnak bakımı güçleştiği için, ihmal edilmiş tırnak bakımına bağlı şiddetli tırnak ve ayak mantarları gözlenebilir. Mantar gelişen kişiler, evde bulunan kortizonlu kremleri sıklıkla eş dost tavsiyesi ile kullanmaktadır. Bu durum mantar enfeksiyonunun şiddetlenmesine sebep olur. Özellikle ayak tırnak mantarı tedavisi en az 3 ay süreli olup, bu süre içerisinde ilaç yazdırmanız gerekebilir. Haplar dışında, tırnak cilaları ve ayak mantarı için kremler reçete edilebilir. Mantar enfeksiyonlarının tekrarlamaması için ıslak ayakları iyice kurulamak, namaz kılınıyorsa mesh almak, tırnakları düzenli kısa kesmek, pamuklu çoraplar giymek ve mantarın tekrar ayakkabı veya terliklerden vücuda gelmesini önlemek için dermatoloğunuzdan uygun reçeteli ürünler almak gerekebilir.



Ayak üzerinde selülit
enfeksiyonu, tırnakta
mantar enfeksiyonu

2-Bakteriyel Enfeksiyonlar: Çıban tarzı iltihaplı büyük sivilceler, bazen özellikle bacak veya yüzde kızarıklık şeklinde ağrılı sellülit ve yılançık enfeksiyonları gözlenebilir. Uygun tedavi edilmeyen mantar enfeksiyonları selülitte neden olabilir. Bu enfeksiyonların acil tedavileri gerekip, damardan güçlü antibiyotik ve pansuman tedavileri başlanması gerekir. Uygun tedavileri yapılmazsa tekrarlayan sellülit, yılançık, fil hastalığı oluşma riski bulunmaktadır.

Türk Dermatoloji Derneği Hasta Bilgilendirme Broşürü



Omuz çevresinde zona lezyonları

3- Zona: İleri yaşta bağışıklık sisteminin zayıflaması sonucu zona hastalığı geçirme sıklığı artar ve grup yapan ağrılı kızarıklık ve su dolu kesecikler gözlenebilir. Bu durumun yaşanmaması için dermatoloğunuza danışıp, zona aşısı önerisi alabilirsiniz. Zona ağrısı, 6 ay-1 yıl arası devam edebilir. Bu ağrıya yönelik ağrı kesici ajanlar reçete edilebilir. Zona için 65 yaş üstü kişilere, özellikle bağışıklık sistemini baskılayan ilaç kullananlara, zona aşısı yapılması önerilir.



Ağız bölgesinde
 liken planus hastalığı

Ağız yaraları: İleri yaşta protez kullanımı ve sağlıklı diş yapıları nedeniyle ağızda ağrılı yaralar oluşabilir. İleri yaşta beslenme sorunu nedeniyle vitamin eksikliğine, alta yatan bazı sistemik ve dermatolojik hastalıklara ve kullandığınız bazı ilaçlara bağlı yaralar meydana gelebilir. Bunun için alta yatan nedenin tedavisi ve iyileştirici ağız bakımı kremleri ve ağız bakımı dermatoloğunuz tarafından önerilebilir.

Genital bölge sorunları: Yaşlılarda genital bölgede, özellikle erkeklerde skrotal bölgelerde, ağrılı damarsal benler, kadınlarda vajinal bölgede yanma ve akıntı gözlenebilir. Siğil benzeri HPV virüsü ilişkili tümörler, bazen deri kanseri belirtisi olabilir. Bu lezyonların dermatoloji uzmanı tarafından incelenmesi gerekmektedir. Bazen biyopsi alınması, tedavi amaçlı lezyonların cerrahi olarak tamamen çıkarılması, dondurma (kriyoterapi) ya da yakma (elektrokoter) gibi işlemlerin yapılması önerilebilir.

Saç değişiklikleri: Yaşlanmayla saçlarda grileşme, saç dökülmesi gözlenebilir. Saçlarda dökülme incelmeye nedeniyle oluşabileceği gibi, erkek tipi dökülme erkeklerde saçın ön ve tepe kısmında, kadınlarda ise tepe kısmında gözlenebilir. Son zamanlarda yoğun saç dökülmesi yaşıyorsanız dermatoloğunuz bu konuda tetkikler isteyebilir. Tedavi amaçlı bazı spreyler, haplar, mezoterapi ve PRP (trombositten zengin plazma) gibi kozmetik girişimler önerebilir.

Türk Dermatoloji Derneği Hasta Bilgilendirme Broşürü



2- Tırnak değişiklikleri: Yaşlanmayla el ve ayak tırnaklarında mantar hastalığı, dolama tarzı enfeksiyonlar, batık tırnak problemi gözlenebilir. Doktorunuz batık tırnak nedeniyle bazı durumlarda cerrahi girişim önerebilir. Tırnak yatağınızdaki aniden ortaya çıkan koyu renk lekelenmeler deri kanseri öncüsü olabilir ve büyütülerek dermoskopik inceleme sonrası doktorunuz tarafından tanı koydurucu biyopsi alma işlemi önerilebilir.

Varisler ve staz dermatiti: Yerçekimi nedeniyle veya kullanılan ilaçlarla ilişkili varisler bazen ağrı yapabilir. Dermatoloji uzmanı tarafından ultrason inceleme önerilerek, damarların durumu, kapakçık problemi olup olmaması açısından inceleme önerilebilir. Yüzeysel varislerde damar lazeri tedavileri etkili olabilirken, şiddetli olgularda hap tedavileri ve kalp damar cerrahisi uygulamaları yapılabilir. Dolaşım bozukluğu olan kişilerde bacaklarda deride renk değişiklikleri ve egzema görülebilmektedir.

Şeker hastalığında deri sorunları: Şeker hastalığı (diyabetes mellitus) ileri yaşta daha sık görülmektedir. Şeker hastalığına ve bu nedenle kullandığınız ilaçlara bağlı deride yara, kızarıklık, kaşıntı gibi döküntüler gözlenebilir. Bacak yarası, yüzde kızarıklıklar, terleme problemleri, mantar hastalıkları, iltihaplı sivilce ve çıbanlar şeker hastalığında sık gözlenebilir. Bu deri hastalıklarının ilerlemeden ve komplikasyona yol açmadan erken tedavisi için dermatoloğunuza başvurmanız önemlidir. Eğer şeker hastalığınız varsa uygun yumuşak ve rahat ayakkabıların giyilmesi, ayaklara düzenli nemlendirici uygulanması, parmak aralarının ve tabanın günlük hasta tarafından değerlendirilmesi, tırnakların kesimine dikkat edilmesi, ayakkabı veya terlik giyilmeden önce içerisinin -taş gibi sert maddelerin batmasının önlenmesi açısından- günlük kontrolü önerilir.



Kullanılan ilaçların derideki yan etkileri: İleri yaşta sık kullanılan bazı ilaçlar, deride çeşitli bulgulara yol açabilir. Kan sulandırıcı ilaçlara bağlı morarmalar, bağışıklık baskılayıcı ilaçlara bağlı ağız yaraları, kaşıntılı döküntüler, deride enfeksiyonlar, kolesterol düşürücü ve idrar söktürücü haptara bağlı deri kuruluğu, kaşıntı, kemoterapilere bağlı saç dökülmesi, ağız yaraları, parmaklarda dolama, zona hastalığı, iltihaplı sivilceler olabilir. Mutlaka kullandığınız ilaç listesini dermatoloğunuza iletin ve özellikle döküntüyle paralel başlanan ilaçlarınızı vurgulayın. Gerekirse ilaç değişikliği yapılması gerekebilir.



Türk Dermatoloji Derneği Hasta Bilgilendirme Broşürü

İleri yaşta kozmetik işlemler yapılabilir mi?

İleri yaşta da dermatologlar tarafından kozmetik işlemler yaptırabilirsiniz. Bu amaçla; botulinum toksini, dolgu, mezoterapi, PRP, kimyasal peeling, lazer, radyofrekans gibi işlemler mutlaka bir dermatolog tarafından uygulanmalıdır. İşlem öncesi aldığımız ilaçlar ve gıda takviyelerini doktorunuza söylemeniz ve komplikasyonları önlemek için işlem sonrası doktorunuzun önerilerine uymanız gerekir. Yaşlanma karşıtı kozmetik takviyeler (vitamin, mineral, kollajen ürünleri) doktorunuz tarafından önerilebilir. Güneşten koruyucu kremler, nemlendirici ve A vitamini içeren hafif soyucu kremler, güneşe karşı geniş siperli şapka, şemsiye, güneş gözlüğü kullanımı da deri hasarını azaltmaya yardımcı olur.

