

چرا زنان زودتر پیر می‌شوند؟

شاید شما هم مردانی را بشناسید که با وجود افزایش سن، به نظر می‌رسد که پوستشان تغییر خاصی نمی‌کند یا انگار جوان‌تر هم می‌شود!

به گزارش سایت خبری پرسون، اما چرا چنین چیزی را در میان زنان مشاهده نمی‌کنیم؟ به گفته متخصصان پوست و مو، این مساله تا حدود زیادی به هورمون‌های درون بدن ما برمی‌گردد. گیرنده‌های خاصی هم برای استروژن روی سلول‌های پوستی وجود دارند که بر سلامتی و جلوه‌های ظاهری پوست تاثیر می‌گذارند.

در ادامه با تفاوت‌های کلیدی و مهمی آشنا می‌شویم که روند پیری پوست را در میان زنان و مردان متفاوت می‌کنند.

۱. زنان پوست نازک‌تری دارند

پوست زنان به دلیل تفاوت‌های هورمونی و زیست‌شناختی، اساساً روند پیری متفاوتی نسبت به پوست مردان دارد. پوست زنان ذاتاً نازک‌تر است، قابلیت ارتجاعی یا کشسانی کمتری دارد و در نتیجه بیشتر در معرض ابتلا به چین‌وچروک‌های پوستی و افتادگی پوست قرار می‌گیرد.

علاوه بر اینها، تماس با نور خورشید و عوامل مربوط به سبک زندگی می‌توانند پیری پوست زنان را سریع‌تر کنند، زیرا پوست زنان نسبت به پرتوهای فرابنفش خورشیدی حساس‌تر است.

پوست دست زنان هم معمولاً نشانه‌های پیری را سریع‌تر نمایان می‌کند زیرا کاهش حجم چربی زیرپوستی در این ناحیه از بدن زنان سریع‌تر و زودتر اتفاق می‌افتد. همین مساله باعث می‌شود که رگ‌ها و تاندون‌های دست زنان بیشتر در معرض دید دیگران قرار بگیرد، درحالی که چنین چیزی را کمتر در میان مردان می‌بینیم.

۲. آبرسانی به پوست مردان با کیفیت بهتری انجام می‌شود

مطالعات نشان داده‌اند که علاوه بر بیشتر بودن ضخامت پوست در میان مردان، سطح آبرسانی به پوست آنان هم ذاتاً با کیفیت بهتری انجام می‌گیرد، درحالی که تبخیر رطوبت پوست، کاهش سبوم طبیعی پوست و تغییرات رنگدانه‌ای پوست هم در میان مردان کمتر اتفاق می‌افتد.

با این حال، pH پوست زنان بیشتر از پوست مردان است. محققان می‌گویند که پوست مردان نه تنها در ناحیه صورت از پوست زنان ضخیم‌تر است، بلکه پوست گردن و ناحیه میانی بدنشان هم ضخامت بیشتری دارد.

امروزه می‌دانیم که آبرسانی مداوم به پوست تا چه اندازه در جلوگیری از پیری پوست اهمیت دارد. بنابراین با توجه به اینکه آبرسانی طبیعی و ذاتی در پوست مردان با کیفیت بهتری انجام می‌شود، پوست مردان هم روندهای پیری را به صورت متفاوتی نسبت به پوست زنان تجربه می‌کند.

۳. یائسگی پیامدهای مختلفی برای پوست زنان دارد

وقتی که استروژن رو به کاهش می‌رود، کلاژن پوست زنان هم با سرعت بیشتری تخریب می‌شود. همین روند است که پوست زنان را نازک‌تر می‌کند، درحالی که کشسانی و استحکام پوست آنان را هم ضعیف‌تر می‌سازد.

محققان می‌گویند که در ۵ سال اولیه پس از یائسگی، حدود ۳۰ درصد از کلاژن پوستی زنان از بین می‌رود. خشکی پوست در دوران یائسگی هم روندهای پیری پوست را سریع‌تر می‌سازد. به همین دلیل هم زنان باید به طور مداوم از مرطوب‌کننده‌های باکیفیت استفاده کنند و در دوره‌های سنی مختلف حتماً به رعایت این اصل مهم توجه داشته باشند.

گذشته از اینها، غدد سباسه یا چربی‌ساز هم به طور ذاتی در بدن زنان کمتر از بدن مردان است و در نتیجه زنان برای حفظ رطوبت پوست خودشان به برنامه‌ریزی بهتر و تلاش بیشتری نیاز دارند.

منبع: بهداشت نیوز