

## Frågor & Svar om hud

### Är det vanligt med torr hud?

De flesta vuxna har någon typ av problem med torr hud. Man kan vanligtvis säga att problem med torr hud är vanligt hos äldre personer och ovanligt hos väldigt unga. Man kan dessutom vara torr på vissa delar och fet på andra, vilket är ganska vanligt i ansiktet. Huden blir ofta torrare på vintern när luftfuktigheten är låg både inne- och utomhus.

### Är torr hud känsligare än normal hud?

Nej, inte nödvändigtvis. Känslighet kan förekomma hos alla hudtyper. Däremot är känslig hud oftast torr till följd av brist på fuktighetsbindande ämnen eller fetter.

### Vad händer med huden när man blir äldre?

Hud som åldras blir skrynkelig, oelastisk och torr. Den naturliga förekomsten av fuktighetsbindande komponenter i huden minskar. Funktionen hos svett- och talgkörtlar avtar, vilket medför en förändring av fettbalansen på hudytan och en ytterligare försämring av fuktbalansen. Läderhudens fibrer förändras med tunnare och mindre elastisk hud som följd. Fettagretet i underhuden minskar och gör huden ömtåligare för slag och stötar. Hudens läkande förmåga avtar samtidigt som känsligheten mot infektioner ökar.

### Är det möjligt att skjuta upp hudens åldrande?

Man kan inte göra något åt naturligt åldrande men man kan förebygga för tidigt åldrande. Uttorkning påskyndar åldrandet. För mycket sol har samma effekt. Man kan emellertid bibehålla bra hudegenskaper genom att behålla hudens fuktbalans, leva sunt samt sola med måtta.