LAZER EPİLASYON

LAZER NEDİR?

Lazer, güçlendirilmiş ışık demeti üreten optik cihazlara verilen isimdir. Geliştirilen yeni teknolojiler ve uygulama tecrübelerinin artması sayesinde gün geçtikçe tıbbın birçok alanında kullanımı artmaktadır. Göz hastalıkları ve kadın hastalıklarının tedavisinde sıklıkla kullanılan lazer, dermatolojide de damarsal kökenli hastalıklar, leke tedavisi, cilt gençleştirme ve epilasyon gibi birçok alanda uygulanmaktadır.

Dermatolojide lazer kullanım alanları:

1. Damarsal hastalıkların tedavisi: Damarlardan köken alan doğumsal ya da edinsel lekeler ve kabarıklıklar (hemanjiyom, Porto şarabı lekesi gibi), yüz ve bacaklarda sıklıkla ortaya çıkan kılcal damar genişlemelerinin tedavisinde Nd-Yag, KTP, Q-anahtarlı Nd-Yag, Argon, Pulse Dye ve Diod lazerler başarıyla kullanılmaktadır.

2. Kahverenkli lekelerin tedavisi: Uzun süre fazla miktarda güneşe ışığına maruz kalma sonucunda sıklıkla yüz ve el üstlerinde ortaya çıkan güneş lekeleri, hamilelik döneminde ortaya çıkan ya da doğum kontrol hapları, hormonal bozukluklarla tetiklenen kloasma/melazma ya da "gebelik sisi" adı verilen yüzde ortaya çıkan kahverenkli lekeler, doğumsal olan veya çocukluk döneminde ortaya çıkan göz çevresi ve alına yerleşen morumsu kahverenkli benlerin (Ota nevüs) tedavisinde lazer kullanılabilmektedir. Ayrıca, istenmeyen dövmelerin ortadan kaldırılmasında da lazer tek tedavi seçeneğidir. Leke tedavilerinde IPL, Q-anahtarlı Nd-Yag, Q-anahtarlı Ruby, Q-anahtarlı Aleksandrite lazerler kullanılabilmektedir.

3. Lazer ile soymadan ("nonablatif") cilt gençleştirme: Yüz bölgesindeki ince çizgiler ve kırışıklıkları azaltmak, deri yüzeyinde küçük çukurlara yol açan sivilce izlerini yüzeyelleştirmek, derinin gerginliğini ve canlılığını arttırmak amacıyla yapılmaktadır. Bu uygulamada, lazer derinin üst kısmını koruyarak daha aşağı tabakalarda ısıya bağlı

hasarlanma yaratıp, deride yara iyileşmesi ve tamir mekanizmalarını uyarmaktadır. Bunun sonucunda da yeni kollajen yapımı gerçekleşmektedir. Bu amaçla kullanılan lazerler; Nd-Yag, Fraksiyonel Erbiyum Glass lazer'dir

4. Lazer ile soyarak ("ablatif") cilt gençleştirme: Yüz bölgesindeki derin kırışıklıklar ve izlerin tedavisinde ise lazer ışınları derinin üst kısmını ince bir şekilde soyarak yeni kollajen lif yapımını uyarmaktadır. Bu amaçla, CO2 lazer ve Er-YAG lazer kullanılmaktadır.

5. Diğer hastalıkların tedavisinde lazer: Human papilloma virüsünün yol açtığı siğillerin ve tırnak mantarının tedavisinde de, klasik tedavi yöntemleriyle sonuç alınamadığı zaman lazer tedavisi denenebilmektedir.

6. Lazer epilasyon: Dermatolojide lazer en çok istenmeyen tüylerin ortadan kaldırılması yani epilasyon amacıyla kullanılmaktadır.

LAZER EPİLASYON

Vücuttaki istenmeyen tüyler gerek kadın gerekse de erkekleri en çok uğraştıran cilt bakımı problemlerinin başında gelmektedir. Bunlardan kurtulmak için kullanılan ağda, jilet, traş/epilasyon makineleri gibi yöntemler kalıcı bir çözüm sunmadığı için hem zaman kaybına yol açmakta, hem de kimi zaman cildinin tahriş olmasına, mikrop kapmasına ve kıl batıklarına neden olmaktadır.

Günümüzde lazer en sık epilasyon amacıyla kullanılmaktadır. Vücudun herhangi bir bölgesindeki istenmeyen tüy/kıllardan kurtulmanın en kalıcı ve pratik yoludur. Bu uygulama sırasında kıl köklerinde bulunan renk pigmenti melanin lazer enerjisini soğurmakta ve bunu ısı enerjisine dönüştürerek kıl kökünü yakıp, tahrip etmektedir.

Lazer epilasyonda başlıca 3 tür lazer kullanılmaktadır;

1. Alexandrite Lazer: 755nm dalga boyunda lazer ışığı üretir. Bu tip lazer ile hızlı biçimde kıllar tahrip edildiğinden seans süresi kısadır, genel olarak daha ağrısızdır ve açık tenli kişilerde özellikle tercih edilmektedir.

2. **Diode Lazer:** 810nm dalga boyunda lazer ışığı üretir. İnce tüylerde de uygulanabilir olması bir avantajdır.

3. Nd-Yag Lazer: 1064nm dalga boyunda lazer ışığı üretir. Koyu tenli kişilerde diğer lazerlere göre yanık riski daha az olduğu için kullanımı daha güvenlidir.

Lazer epilasyon çok koyu tenliler dışında hemen tüm cilt tiplerindeki kişilere uygulanabilmektedir. Uygulama öncesi, her hastanın uzman bir dermatolog tarafından muayene edilmesi gereklidir. Muayene sırasında önce hastanın tıbbi geçmişini değerlendirmelidir. Tanı konmuş hastalıkları ve düzenli kullandığı ilaçlar sorgulanmalıdır. Kadın hastalarda adet düzensizliği, yüz ve/veya gövdede akne (sivilce) varlığı, obesite, insülin direnci vs olması durumunda altta yatan hormonal bir bozukluk olasılığını değerlendirmek gerekmektedir. Bunun için uygun görülen hastalarda gerekli kan tetkikleri (yumurtalık ve böbreküstü bezi hormonları) ve görüntüleme yöntemleri (abdominopelvik ultrason gibi) uygulanmalıdır. Sonrasında da gerekli görülen hastalar hormon hastalıkları (endokrinoloji) ve/veya kadın hastalıkları doktorlarıyla birlikte yeniden değerlendirilebilir.

Epilasyon için başvuran kişilerde herhangi bir cilt hastalığının varlığı da sorgulanmalıdır. Örneğin sedef hastalığı (psoriasis) veya ala hastalığı (vitiligo) varlığında hastalık aktif dönemdeyse lazer epilasyon yapılması uygun olmaz. Uçuk benzeri deride viral enfeksiyon veya diğer bir bakteriyel, mantar enfeksiyonu varlığında, deri bütünlüğü bozulduğu için o bölgelere işlem yapılması ancak bu hastalıklar tedavi edildikten sonra mümkün olabilir.

Daha sonra doktor tarafından hastanın deri tipi, kıl kalınlığı, rengi ve yoğunluğu değerlendirilir. Hastanın beklentileri de öğrenildikten sonra, lazer epilasyonun o hastaya uygunluğu, tedavi başarısı ve olası yan etkileri hakkında hasta bilgilendirilir. Hastanın deri tipi ve kıl analizine göre uygun lazer cihazına, verilecek ışının dozuna ve kaç seans uygulanacağına karar verilir.

Uygulanan bölgeye göre değişmekle birlikte genel olarak lazer epilasyonun seansları kısa sürmektedir. Seans aralıkları ve toplam seans sayısı da yine uygulanan bölgeye göre değişiklik göstermektedir.

Uygulama bölgesi, kılların rengi, yoğunluğu ve kalınlığı, kişisel özellikler (cilt tipi, hormonal bozukluklar, daha önce uygulanmış olan tedaviler gibi) ile ilişkili olarak tedaviye alınan cevap değişkenlik gösterebilir. Koltuk altı ve genital bölgede ortalama 4-6 seans yeterli olurken, gövde, kol ve bacak için ortalama 6-8 seans, yüz için 8-12 seansta tedaviye yanıt alınır.

Lazer ışığının hedefi kıl kökü çevresinde bulunan melanin üreten renk hücreleridir. Bu nedenle epilasyonun başarısı kılın rengi ile doğru orantılıdır. Beyaz kıllarda pigment olmadığı için lazer epilasyon hiç etkili olmayıp, ince tüylerde de başarı şansı düşüktür.

Uygulanan doz ve uygulama seans sayıları kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Tedavi sonunda bazılarında tama yakın başarı sağlanırken diğerlerinde kısmi iyileşme görülebilmektedir. Bu durum tedavi öncesinde her zaman öngörülememektedir. Bazı tüyler tamamen yok olurken, diğerlerinde sadece incelme ve renkte açılma elde edilebilir. Seanslar tamamlandıktan sonra kıl/tüylerin bir bölümünün tekrar çıkma olasılığı nadir de olsa vardır. Bu durum, özellikle altta yatan hormonal bozukluğu (polikistik over sendromu gibi) olan hastalarda görülmektedir.

İşlem yapılan alana göre değişmekle birlikte uygulama sırasında hafif veya orta şiddetli ağrı hissedilebilmektedir. Birçok lazer sisteminde ağrıyı azaltmak için soğuk hava püskürtme sistemi bulunmaktadır. Gerekli durumlarda lokal anestetik kremler de kullanılabilir.

Lazer epilasyonun gebelik döneminde yapılmaması gerektiğini gösteren tıbbi bir kanıt olmamasına rağmen, ağrı ve strese neden olması nedeniyle uygulamanın doğum sonrasına bırakılması daha doğrudur.

Lazer epilasyon konunun uzmanları tarafınca uygulandığı zaman tedavi başarısı yüksek ve güvenilir bir yöntemdir. Uygulanan bölgelerde uzun süre kıl/tüy çıkmamakta ve düzenli yapılan seanslar sonrasında tüylerde kalıcı azalma veya tamamen yok olma elde edilebilmektedir. Lazer ışını radyasyon içermez ve kanser yapıcı etkisi yoktur.

Diğer epilasyon yöntemleri ile maliyet açısından karşılaştırıldığında uzun vadede çok daha ekonomiktir. Batık kılların tedavisinde de oldukça başarılı olan lazer epilasyon günümüzdeki en uzun süreli kalıcı epilasyon sağlayan yöntemidir.

LAZER UYGULAMA ÖNCESİNDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

1. Güneş ışığı veya solariuma bağlı olarak bronzlaşmış deride yanık riski bulunmaktadır, hem de tedaviye yanıt iyi olmamaktadır. Bu nedenle, son 1 ay içinde bronzlaşmış hastalara ten rengi normale dönene kadar lazer uygulanması tavsiye edilmez.

2. Lazer uygulanacak bölgeyi tahriş edecek işlemler (sıcak suyla banyo yapmak, bu bölgeyi ovalamak, keselemek, “peeling” gibi deriyi soyucu işlemler uygulamak vs.) seans öncesi son 2-3 gün içinde yapılmamalıdır. Ayrıca, işlem öncesi ve sonrasında uygulama bölgesine parfüm ve deodorant gibi kozmetiklerin kullanması tavsiye edilmez.

3. Lazer uygulaması öncesinde tüy/kılların son 1 ay içinde ağda/sir ağda gibi bir yöntemle kökünden alınmamış olması tercih edilmektedir. Uygulamadan 3 gün önce jiletle ya da 2 gün önce traş makinasıyla bölgenin traş edilmesi önerilmektedir.

4. Epilasyon yapılacak bölgede herhangi bir deri hastalığı ya da enfeksiyon bulgusu olmamalıdır.

5. Uygulama bölgesinde "ben"ler varsa, bunların üzeri işlem öncesinde uygun şekilde kapatılmalıdır.

LAZER EPİLASYON SONRASI GELİŞEBİLEN YAN ETKİLER

Lazer epilasyon uygulaması sonrasında yan etki gelişme riski çok azdır.

1. İşlemden hemen sonra uygulama alanında kıl diplerinde atım yapılan bölgelerde kısa süreli kızarıklık ve/veya bölgesel kabarıklık (ödem) oluşması sık görülen ve beklenen bir durumdur.
2. Uygulama bölgesinde bazen küçük noktasal yaralar ve kabuklanma görülebilmektedir. Nadiren deride yanık ve su toplaması da olabilir. Özellikle bacaklarda nadir de olsa morarma (çürük) oluşabilir.
3. İşlem sonrasında deride kahverenkli ya da beyaz renkli izler kalma riski vardır. Ancak, zaman içinde sıklıkla deri normal rengini geri kazanmaktadır. İz kalma riskini en aza indirmek için, işlem sonrası deri güneşe maruz bırakılmamalı ve mutlaka güneşten koruyucu kremler kullanılmalıdır.
4. Uçuk (herpes simpleks enfeksiyonu) çıkarma öyküsü olan kişilerde, o bölgelere lazer uygulanması sonrası uçuk çıkması tetiklenebilmektedir. İşlem sırasında uçuk varsa, yayılma olmaktadır. Bu nedenle, aktif enfeksiyon varlığında uygulama yapılmamalıdır.
5. İnce tüylerin bulunduğu yüz, kolların üst kısmı ve sırtta nadiren zıt bir etkiyle epilasyon sonrası tüylerde uzama, kalınlaşma ve yayılma olabilmektedir. Bu yan etkinin nedeni tam olarak bilinmemektedir.
6. Lazer ışığının kişinin gözüne gelmesi zararlıdır, körlükle sonuçlanabilir. Bu nedenle, işlem sırasında hem uygulayan hem de uygulanan kişiye özel lazer gözlüğü mutlaka takılmalıdır.

Sayılan yan etkilerden herhangi birinin ortaya çıkması durumunda, kişinin uzman bir dermatolog tarafından görülüp tedavi edilmesi gereklidir.

UYGULAMA SONRASINDA DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR

Uygulama sonrası ve seans aralıkları boyunca leke kalma riskini en aza indirmek için işlem yapılan alanlar güneşten korunmalıdır. Bunun için, mecbur kalmadıkça kızgın güneşe çıkılmamalı, koruyucu giysiler giyinilmeli (şapka, uzun kollu üstler, pantolon gibi) ve yüksek koruma faktörlü (SPF 50+) güneşten koruyucu kremler dışarı çıkmadan 30 dakika önce kalın tabaka halinde işlem bölgesine sürülmelidir. Yine de, lazer epilasyon yaz aylarında yapılmamalı, sonbahar ve kış ayları tercih edilmelidir.

SON SÖZ

Hem kadın hem de erkeklerde istenmeyen tüyler, kozmetik sorunun yanı sıra kıl kökü iltihaplarına ve batıklara yol açabilmekte, kişinin hayat kalitesini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Lazer epilasyon, uzman doktor kontrolünde yapıldığı zaman etkili ve emniyetli bir uygulamadır. Öte yandan, uygulamanın etkisi kişinin yaşına, cinsiyetine, deri tipine (ten rengi), kıl/tüy rengine ve kalınlığına, uygulama bölgesine, kullanılan lazerin türüne ve kullanılan ışın dozlarına göre değişkenlik gösterebilmektedir. Güzellik merkezleri ve kuaför salonlarında, doktor gözetimi olmaksızın uygulanması doğru olmadığı gibi yasal da değildir.

Uzm. Dr. Ayşe TUNÇER VURAL

Prof. Dr. A. Tülin GÜLEÇ



