

ΤΟΥ ΣΑΡΑΝΤΗ ΛΙΒΑΔΑ

Ενδοκρινολόγος, Μονάδα Ενδοκρινολογίας,
Νοσοκομείο Metropolitan

Τατουάζ και piercing

σε άτομα με σακχαρώδη διαβήτη

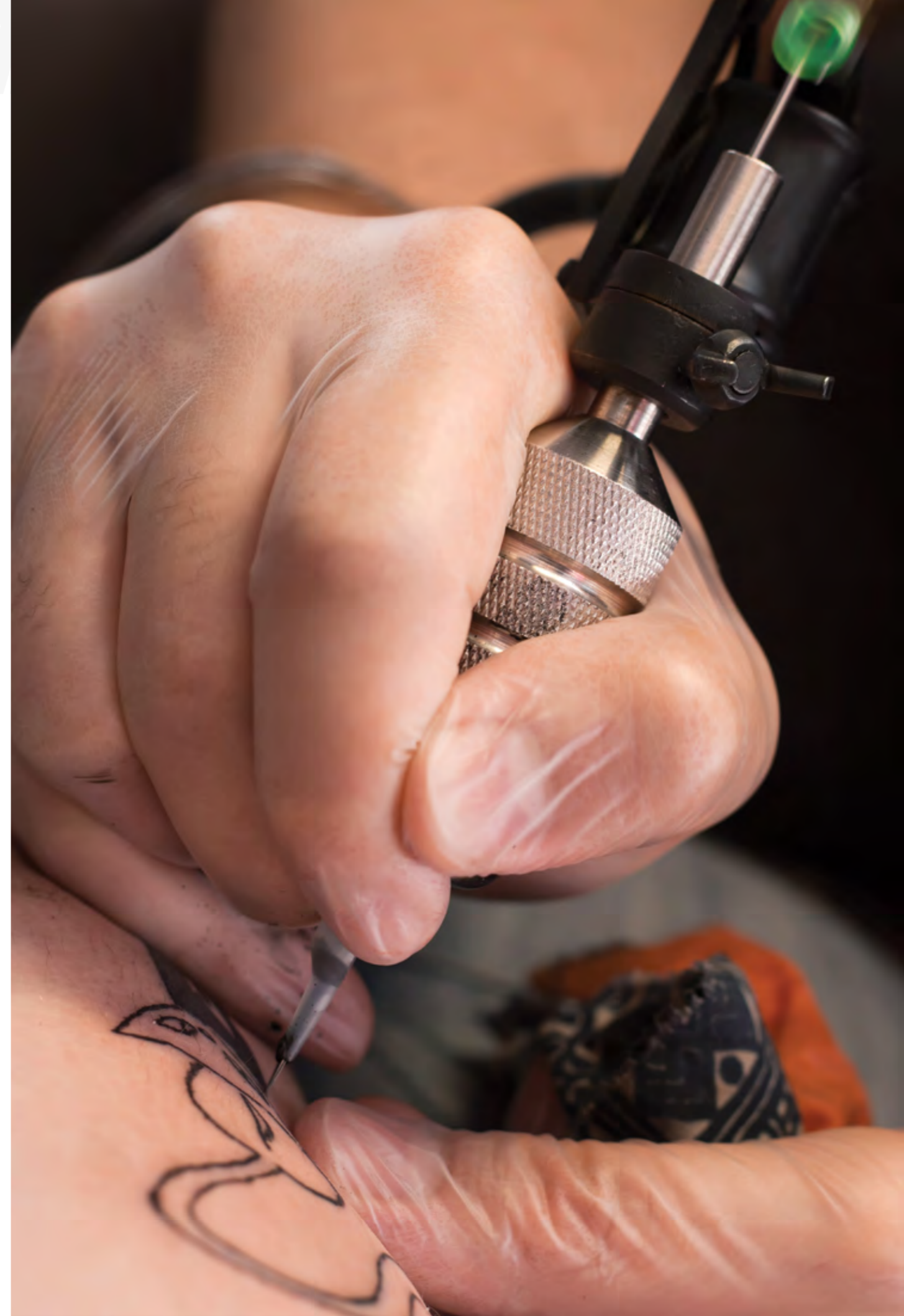
Η διακοσμητική διάστιξη, ή αλλιώς τατουάζ, είναι μια πανάρχαια πρακτική που συναντάται σε διάφορα μέρη του κόσμου και σε πολλές ιστορικές περιόδους. Σήμερα, παραμένει η δημοφιλέστερη τεχνική διακόσμησης του ανθρώπινου σώματος παγκοσμίως, ίσως γιατί θεωρείται όμορφο, μοντέρνο, "cool". Το ποσοστό των ατόμων που φέρουν τατουάζ είναι πολύ μεγάλο στον αναπτυγμένο κόσμο. Χαρακτηριστικά δε, το 24% των Αμερικανών, το 12% των Άγγλων και το 9% των Γερμανών φέρουν στο σώμα τους κάποιο τατουάζ.

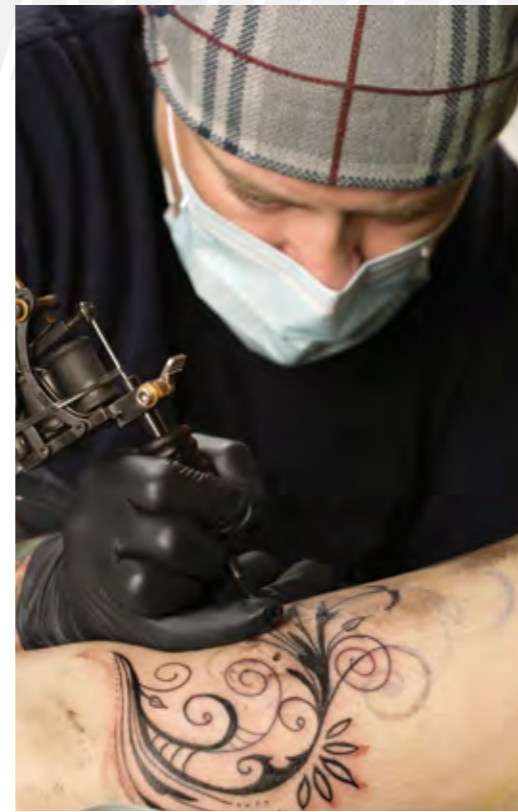
Αν κάποιος πάσχει από διαβήτη, η δημιουργία τατουάζ δεν αντενδείκνυται, αλλά έχει σημαντικό ρίσκο. Μια ειδική κατηγορία είναι τα ιατρικά τατουάζ. Κάποιοι ασθενείς, συνήθως τύπου 1, φέρουν σχέδια που δηλώνουν την πάθηση τους. Αυτή η επιλογή μπορεί να αποβεί σωτήρια σε περίπτωση που χάσουν τις αισθήσεις τους και επιπλέον ευαισθητοποιεί την κοινωνία για το διαβήτη.

Για να αποφευχθεί ο κίνδυνος λοίμωξης κατά τη διενέργεια ενός τατουάζ πρέπει ο ασθενής να έχει καλή ρύθμιση. Όταν κάποιος κάνει τατουάζ, το δέρμα του τρυπιέται από 50 έως 3.000 φορές το λεπτό. Το δέρμα προστατεύει τον οργανισμό από μολύνσεις, κατά συνέπεια, αν το σάκχαρο δεν είναι καλά ρυθμισμένο, αυξάνεται ο κίνδυνος επιμόλυνσης. Ως εκ τούτου, δεν ενδείκνυται η διενέργεια

τατουάζ αν η γλυκοζυλιωμένη αιμοσφαιρίνη (HbA1c) ξεπερνά το 9%, αλλά θεωρείται ασφαλές αν η HbA1c είναι μικρότερη του 8%.

Γενικά, θα πρέπει τα επίπεδα γλυκόζης στο αίμα να αξιολογούνται πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη διενέργεια του τατουάζ, επειδή η διαδικασία του τατουάζ είναι χρονοβόρα, επίμονη και αγχωτική, ειδικότερα αν πρόκειται για μεγάλο και σύνθετο σχέδιο. Οι τιμές όμως του σακχάρου πρέπει να επιστρέψουν σε φυσιολογικά επίπεδα την επόμενη μέρα. Σκόπιμο είναι να φάτε κάτι μια ώρα πριν, για να μειωθούν οι πιθανότητες για υπογλυκαιμία, λιποθυμία και τάση για έμετο και να συνοδεύεστε από κάποιον που γνωρίζει τι πρέπει να κάνει σε περίπτωση υπογλυκαιμίας. Μεγάλη σημασία έχει επίσης το σημείο στο οποίο θα γίνει το τατουάζ και κάποιες περιοχές του σώματος πρέπει να αποφεύγονται. Αυτές είναι οι περιοχές με κακή κυκλοφορία αίματος, όπως οι γλουτοί, οι γάμπες και τα μετατόρια, αλλά και όλη τα σημεία που γίνονται ενέσεις ινσουλίνης (χέρια, κοιλιά, μηροί) γιατί χρειάζονται περισσότερο χρόνο για να επουλωθούν. Επίσης, χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή, και καλύτερα να αποφεύγονται, τα τατουάζ αν ο ασθενής πάσχει από νευροπάθεια, γιατί μπορεί να καθυστερήσει σημαντικά η επουλώση. Τέλος, σε περιπτώσεις αλλεργίας στις βαφές, καλό θα ήταν να αποφευχθεί το τατουάζ.





Παρακάτω ακολουθούν κάποιες απλές πρακτικές συμβουλές για την επιλογή του studio που θα γίνει ένα τατουάζ:

- ▶ Βεβαιωθείτε ότι το στούντιο τατουάζ έχει άδεια και εφαρμόζει τις πρακτικές υγιεινής και ασφάλειας – ελέγξτε τη φήμη του.
- ▶ Βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιεί νέα βελόνα αποκλειστικά για εσάς, αποστειρώνει τα εργαλεία μεταξύ των πελατών και χρησιμοποιεί αποστειρωμένα κουτιά αποθήκευσης βελόνων.
- ▶ Βεβαιωθείτε πως το άτομο που σας κάνει τατουάζ έχει πλύνει τα χέρια του, χρησιμοποιεί καθαρά γάντια, καθαρίζει την περιοχή που θα τρυπηθεί, χρησιμοποιεί ξυραφάκι μιας χρήσης, καλύπτει το τατουάζ αφού τελειώσει και σας παρέχει οδηγίες για την μετέπειτα παρακολούθηση.
- ▶ Ορισμένοι καλλιτέχνες δεν εκτελούν τατουάζ σε διαβητικούς χωρίς βεβαίωση γιατρού. Γι' αυτό ροι-

Για να αποφευχθεί ο κίνδυνος λοίμωξης κατά τη διενέργεια ενός τατουάζ πρέπει ο ασθενής να έχει καλή ρύθμιση.

πόν, επισκεφθείτε τον γιατρό σας κατά το στάδιο του σχεδιασμού και βεβαιωθείτε πως είναι ασφαλές να μπειτε στη διαδικασία.

Αν κάποιος ασθενής αποφασίσει να αποκτήσει ένα τατουάζ πρέπει να το σκεφτούν καλά πριν το κάνουν, καθώς το 50% των ανθρώπων που φέρουν τατουάζ έχουν μετανιώσει και το 30% θέλουν να το αφαιρέσουν. Πλην όμως, η αφαίρεση ενός τατουάζ είναι επώδυνη, κοστοβόρα και το δέρμα δεν επανέρχεται στην αρχική κατάσταση αφήνοντας σημάδια και ουλές. Η διακοσμητική διάτρηση, το piercing, είναι μία πανάρχαια τεχνική με επικρατούσες τις διατρήσεις των αυτιών και της μύτης. Στις ΗΠΑ, το 83% του πληθυσμού έχει piercing στα αυτιά. Τα τελευταία χρόνια είναι διαδεδομένο και σε άλλες περιοχές του σώματος. Χαρακτηριστικά, σε μελέτη του 2012 σε προπτυχιακούς φοιτητές πανεπιστημίου στις ΗΠΑ, το 16% των γυναικών και το 4% των ανδρών έφεραν piercing στη γλώσσα.

| ΠΕΡΙΟΧΗ | ΧΡΟΝΟΣ ΕΠΟΥΛΩΣΗΣ | ΠΙΘΑΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ |
|----------------|------------------|---|
| Ομφαλός | 4 - 12 μήνες | |
| Ρουθούνι | 2 - 4 μήνες | Η απολύμανση πριν από τη διάτρηση και η καθαριότητα μετά διάτρηση μπορεί να είναι δύσκολη λόγω του υγρού βλεννογόνου στην εσωτερική επιφάνεια της μύτης |
| Γλώσσα | 4 εβδομάδες | Κίνδυνος τρώσης μεγάλων αιμοφόρων αγγείων – νεύρων. Δυσκολία στην κατάποση του φαγητού |
| Χείλη | 2 - 3 μήνες | Σε όλα τα κοσμήματα στο στόμα υπάρχει πιθανότητα σχηματισμού οδοντικής πλάκας. Συνιστάται ενδελεχής παρακολούθηση και συχνό πλύσιμο δοντιών. |
| Αυτί (λοβός) | 6 - 8 εβδομάδες | |
| Θηλή | 3 - 6 μήνες | |
| Αυτί (χόνδρος) | 4 - 12 μήνες | |
| Φρύδι | 6 - 8 εβδομάδες | Κίνδυνος βλάβης των νεύρων κάτω από το φρύδι |

Το piercing, όπως και το τατουάζ, δεν απαγορεύεται στο διαβητικό, θέλει όμως κι αυτό προσοχή και καλή ρύθμιση του σακχάρου. Με κακή ρύθμιση αυξάνεται ο χρόνος επούλωσης. Στον πίνακα 1 αναγράφονται ο χρόνος επούλωσης και οι συνηθέστερες επιπλοκές ανά σημείο διάτρησης. Επιπλέον, τα υψηλά επίπεδα γλυκόζης σχετίζονται με αυξημένο κίνδυνο ανάπτυξης λοίμωξης. Η μόλυνση σημαίνει παρατεταμένη ερυθρότητα και οίδημα, αίσθηση θερμότητας, πόνο, δερματικές βλάβες και, κυρίως, περαιτέρω επιδείνωση της υπεργλυκαιμίας. Για να αποφεύγονται οι μολύνσεις, ιδιαίτερη σημασία έχουν και οι κανόνες καθαριότητας. Βεβαιωθείτε πως τα χέρια του ατόμου που κάνει το piercing είναι καθαρά, φοράει καθαρά γάντια, καθαρίζει την περιοχή που

θα τρυπηθεί, χρησιμοποιεί ξυραφάκι μιας χρήσης, αποστειρωμένες βελόνες, δεν χρησιμοποιεί «πιστόλι» και σας δίνει οδηγίες για την μετέπειτα παρακολούθηση.

Δεν πρέπει να γίνεται piercing σε άτομα που κάνουν εύκολα ουλές, ειδικά αν σχηματίζουν χηλοειδή. Τέλος, επειδή πολλοί άνθρωποι είναι αλλεργικοί στο νικέλιο, υλικό που υπάρχει σε πολλά σκουλαρίκια, σκόσιμο είναι να προτιμώνται κοσμήματα από ασήμι, χρυσό και τιτάνιο.

Εν κατακλείδι, τόσο τα τατουάζ όσο και τα piercing δεν απαγορεύονται σε άτομα με σακχαρώδη διαβήτη. Χρειάζεται όμως ιδιαίτερη προσοχή, γιατί αν δεν ακολουθούνται οι κανόνες υγιεινής και το άτομο με σακχαρώδη διαβήτη είναι αρρυθμιστος είναι πιθανό να αναπτυχθούν επιπλοκές. ⚠

Βιβλιογραφία

1. Charlton J, Adamson KA, Strachan MWJ, McKnight J. Body piercing: a dangerous practice in type 1 diabetes? Pract. Diab. Int. May 2006 Vol. 23 No. 4, 166 - 8.
2. Mayers LB, Judelson DA, Moriarty BW, et al. Prevalence of Body Art (Body Piercing and Tattooing) in University Undergraduates and Incidence of Medical Complications. Mayo Clin. Proc. 2002; 77: 29 - 34.
3. Whittle JG, Lamden KH. Lip and tongue piercing: experiences and views of general dental practitioners in South Lancashire. Prim Dent Care 2004; 11(3): 92 - 96.
4. Smith RA, Wang J, Sidal T. Complications and implications of body piercing in the head and neck. Gen Otolaryngology 2002; 10(3): 199 - 205.
5. King L. Impaired wound healing in patients with diabetes. Nursing Standard 2001; 15(38): 39 - 45.
6. Μαυρίδου Κα., Μπασούκας Ιδ. Τατουάζ: Από το κοινωνικό περιθώριο στη γονιδιακή Ιατρική. Αρχεία Ελληνικής Ιατρικής 2011, 28(5):583 - 595.
7. www.Diabetes.co.uk