31 Ιανουαρίου 2014

Μύθος ότι οι λευκές κηλίδες στα νύχια δείχνουν έλλειψη ασβεστίου

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Σημάδια κάποιου παλαιότερου τραύματος, υποδεικνύουν οι λευκές κηλίδες που εμφανίζονται συχνά στα νύχια, σύμφωνα με μελέτη της Αμερικανικής Ακαδημίας δερματολογίας, η οποία καταρρίπτει το μύθο που σχετίζεται με την έλλειψη ασβεστίου.

«Η ανεπάρκεια του ασβεστίου δεν προκαλεί λευκές κηλίδες στα νύχια, μία κατάσταση που ακολουθείται από ανεπάρκεια ψευδαργύρου», αναφέρουν οι μελετητές, καταλήγοντας ότι αυτό είναι ένας από τους πιο κοινούς μύθους.

Η αλήθεια είναι ότι τα λευκά σημεία είναι συνηθισμένα, αβλαβή και δεν δείχνουν καμία συγκεκριμένη ανεπάρκεια βιταμίνης. Το πιο πιθανό είναι να πρόκειται για σημάδια κάποιου παλαιότερου τραύματος στην επιφάνεια του νυχιού που βρίσκεται κάτω από την επιδερμίδα και κάτω από το δέρμα.

Ωστόσο, η εμφάνιση των νυχιών αποκαλύπτουν άλλα προβλήματα υγείας. Για παράδειγμα, μία δυσχρωμία, σχεδόν μπλε χρώματος, σημαίνει ασθένεια των πνευμόνων.

Τα νύχια με τριχοειδή στοιχεία στα πετσάκια υποδεικνύουν κάποιο αυτοάνοσο νόσημα. Τα κίτρινα, λευκά ή κλιμακωτά νύχια μερικές φορές υποθάλπουν πολύ σοβαρές ή ακόμη και απειλητικές για τη ζωή ασθένειες, που μπορούν να διαγνωστούν με μια απλή εξέταση στις άκρες των δακτύλων σας.

Έτσι αν δείτε κάτι ασυνήθιστο, όπως ένα σκούρο καφέ μπάλωμα στην επιδερμίδα σας, που συνοδεύεται μάλιστα από καφέ ράβδωση σε όλη την επιφάνεια του νυχιού (μελάνωμα), καλό θα ήταν να απευθυνθείτε σε έναν δερματολόγο για βοήθεια, συμβουλεύουν οι ειδικοί.

Πηγή:govastileto.gr