

ODOS BŪKLIŲ IR JOS PRIEŽIŪROS SĄSAJOS SU GYVENIMO KOKYBE

Urtė Adelė Kerpytė¹, Laura Nedzinskienė², Renata Giliun³

¹Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas

²Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Biomedicinos mokslų instituto Anatomijos, histologijos ir antropologijos katedra

³Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų instituto Slaugos katedra

SANTRAUKA

Tyrimo **tikslas** – nustatyti odos būklių paplitimą, odos priežiūros ypatumus bei išsiaiškinti jų sąsajas su gyvenimo kokybe.

Medžiaga ir metodai. Tyrimo metu vykdyta anoniminė apklausa, kurią sudarė 65 klausimai, duomenys analizuoti SPSS statistine programa. Tyrimo dalyvavo 378 asmenys, kurių amžiaus vidurkis buvo 31 m. $\pm$ 11,99 m.

Rezultatai. Nustatyta, jog daugiau nei pusė (56,9 proc.) asmenų turi mišrią odą su sausomis ir riebiomis zonomis. Penktadalio (20,6 proc.) asmenų oda yra jautri, o ketvirtadalis (26,3 proc.) dalyvių turi spuogų. Didžioji dauguma (82,8 proc.) respondentų naudoja daugiau nei 1 odos priežiūros produktą kasdien, didžioji dalis (75,1 proc.) respondentų gyvena didmiestyje ir daugiau nei pusė (55,6 proc.) yra įgiję aukštąjį išsilavinimą. Moterys linkusios prižiūrėti odą labiau nei vyrai, daugiau jų naudoja odos priežiūros priemones. Populiariausios odos priežiūros priemonės – drėkinamasis veido kremas (85,19 proc.) ir veido prausiklis (69,84 proc.). Aknę turintys asmenys statistiškai reikšmingai dažniau jautėsi nervingi ir įsitempę per pastarąjį mėnesį, palyginti su neturinčiais spuogų ($p = 0,033$). Mūsų tyrimo dalyvių odos būklė turėjo nedidelę įtaką tiriamųjų gyvenimo kokybei (DLQI – $2,46 \pm 4,14$).

Išvada. Labai svarbu visuomenę mokyti odos higienos, aiškinti žalingų veiksnių poveikį odai, supažindinti su jų prevencija, suteikti daugiau žinių apie odos priežiūros priemones.

Reikšminiai žodžiai: oda, odos priežiūra, aknė, odos būklė, gyvenimo kokybė.

ĮVADAS

2022 m. publikuoto tyrimo duomenimis, Europoje 43,35 proc. suaugusiųjų turėjo bent vieną dermatologinę ligą ar būklę (1). Paplitimas yra didelis, nes bet kokią odos sutrikimą gali turėti nuo 21 proc. iki 87 proc. gyventojų (2). Odos būklė – nuo tokių problemų kaip spuogai ir sausumas iki sunkesnių ligų, tokių kaip autoimuninės odos ligos ir odos vėžys – vargina didelę dalį žmonių visame pasaulyje (1). Jos pasireiškia įvairiais simptomais, pavyzdžiui, uždegimu, niežuliu, deginimu, bėrimais, spuogais, pigmentacijos pokyčiais bei kitais padariniais. Be fiziologinių funkcijų, odos išvaizda ir būklė daro didelę įtaką žmogaus gyvenimo kokybei, nes turi įtakos pasitikėjimui savimi, socialiniams santykiams ir bendrai asmens savijautai (3). Dėl matomo daugelio odos ligų ar būklių pobūdžio asmenys gali būti stigma-

tizuojami ir diskriminuojami, o tai dar labiau padidina emocinę naštą sergantiesiems. Pavyzdžiui, aknė gali sukelti gėdos jausmą, žemą savivertę ir socialinę izoliaciją, paveikti įvairius kasdienio gyvenimo aspektus, įskaitant darbą, santykius ir laisvalaikį (4).

Asmenys, reaguodami į savo odos poveikį gyvenimo kokybei, naudoja įvairias odos priežiūros priemones, kuriomis siekia suvaldyti simptomus, pagerinti odos išvaizdą ar užkirsti kelią būsimoms problemoms. Į tai dažniausiai įeina odos valymas, drėkinimas, apsauginio kremo nuo

Adresas susirašinėti: Laura Nedzinskienė
Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas
M. K. Čiurlionio g. 21/27, 03101 Vilnius
El. p. laura.nedzinskiene@mf.vu.lt

saulės naudojimas ir, kai kuriais atvejais, gydymas vietiniais ar sisteminiais vaistais. Tinkama odos priežiūra ne tik padeda spręsti fizinius odos sveikatos aspektus, bet ir prisideda prie psichologinės gerovės, nes skatina rūpinimąsi savimi. Šiais laikais odos priežiūros produktų industrija plečiasi ir vis daugiau žmonių pradeda rūpintis savo oda bei domėtis odos priežiūros priemonėmis (5). Atsižvelgiant į odos tipų įvairovę ir jų dinamiškumą labai svarbu nustatyti odos tipą – pagal jį oda dažniausiai skirstoma į riebią, sausą, mišrią ir jautrią [6, 7].

Atliekant odos priežiūros rutiną yra svarbu naudoti apsauginį kremą nuo saulės, nes oda yra veikiamą kenksmingų ultravioletinių spindulių, kurie pažeidžia odą ir gali skatinti išsivystyti odos vėžį [8, 9]. Nacionalinio vėžio instituto 2021 m. duomenimis, Lietuvoje kasmet nustatoma apie 200 naujų susirgimų melanoma [10], iš jų du trečdaliai diagnozuojami moterims, vienas trečdalis – vyrams.

Visapusiškas supratimas, kaip odos būklė ir jos priežiūra veikia asmens gyvenimo kokybę, gali padėti kurti holistinius gydymo metodus, kurie gerintų ne tik fizinę, bet ir psichologinę asmens savijautą. Todėl buvo iškeltas tyrimo **tikslas** – nustatyti odos būklių paplitimą, odos priežiūros ypatumus bei išsiaiškinti jų sąsajas su gyvenimo kokybe.

MEDŽIAGA IR METODAI

Anoniminė savanoriška apklausa buvo vykdoma 2023 m. sausio–gruodžio mėn. internetu. Klausimyną sudarė 65 klausimai, pagal kuriuos buvo vertinami sociodemografiniai (lytis, amžius, gyvenamoji vieta, šeiminė padėtis, išsilavinimo lygis, užimtumas) ir gyvensenos (rūkymas, miegas, fizinis aktyvumas, vandens ir alkoholio vartojimas, nuovargis, patiriamas stresas) ypatumai. Taip pat buvo klausiama apie odos būklę, esamus apgamus, kreipimąsi į gydytoją, odos priežiūrą ir apsaugą bei pateikti dermatologinio gyvenimo kokybės indekso (angl. *Dermatology Life Quality Index*, DLQI) klausimyno klausimai. DLQI yra pirmasis gydytojams dermatologams skirtas gyvenimo kokybės klausimynas. Jį sudaro 10 klausimų, kuriais vertinamas pacientų suvokimas, kaip odos ligos ar būklės veikė įvairius su sveikata susijusius gyvenimo kokybės aspektus per pastarąją savaitę (11). Pildant klausimyną galima pasirinkti tik vieną atsakymą, už kiekvieną pasirinktą atsakymą skiriamas balas, paibaigoje suskaičiuojama balų suma ir nustatoma, kokią

įtaką per pastarąją savaitę žmogaus odos būklė turėjo jo gyvenimo kokybei. Pildantieji turi pasirinkti vieną iš išvardytų atsakymų: „labai daug“ (3 balai), „daug“ (2 balai), „nedaug“ (1 balai), „visai ne / netaikoma“ (0 balų). Didžiausia galima balų suma yra 30, mažiausia – 0 (1 lentelė).

1 lentelė. DLQI vertinimas [11, 12]

Balų suma	Vertinimas
0–1	Nėra jokios įtakos paciento gyvenimo kokybei
2–5	Nedidelė įtaka paciento gyvenimo kokybei
6–10	Vidutinė įtaka paciento gyvenimo kokybei
11–20	Didelė įtaka paciento gyvenimo kokybei
21–30	Labai didelė įtaka paciento gyvenimo kokybei

Dalyvavimas apklausoje buvo savanoriškas, kiekvienas respondentas pažymėjo, jog sutinka dalyvauti tyrime, o gauti anketos duomenys buvo anoniminiai ir laikyti konfidencialiais. Tyrimo dalyvavo 378 asmenys, kurių amžius siekė nuo 18 m. iki 71 m., vidurkis – 31 m. $\pm$ 11,99 m. Tyrimo daugiausia dalyvavo 23 metų asmenų, jie sudarė apie penktadalį (19,0 proc.) visų apklaustųjų. Tris ketvirtadalius (74,1 proc.) respondentų sudarė moterys, 25,9 proc. – vyrai. Didžioji dalis (89,9 proc.) respondentų nurodė gyvenantys didmiestyje, kita dalis (10 proc.) miestelyje ar kaime. Aukštąjį universitetinį išsilavinimą nurodė įgiję daugiau nei pusę respondentų (67,2 proc.), penktadalį (21,4 proc.) – vidurinį, o dešimtadalį (11,4 proc.) – aukštąjį neuniversitetinį. Anketos duomenys buvo analizuojami SPSS (angl. *Statistical Package for Social Sciences*) v26.00 statistine programa. Atliekant analizę taikyti aprašomosios statistikos metodai: apskaičiuoti veiksmų dažniai, dažniausiai pasikartojančios (Moda), didžiausios (Max) ir mažiausios (Min) reikšmės, vidurkiai, standartinis nuokrypis (SD). Statistinėms hipotezėms tikrinti naudotas reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$.

REZULTATAI

Vertinant veido odą apibūdinančius teiginius nustatyta, jog dažniausias (56,9 proc.) pasirinktas atsakymas – „turiu mišrią odą su sausomis ir riebiomis vietomis“, apie trečdalis dalyvių (26,3 proc.) nurodė, kad turi spuogų. Kas penktas dalyvis (20,6 proc.) turi raudonį ir jo oda yra jautri. Kad turi normalią arba brandžią odą, nurodė tik

2,6 proc. respondentų. Penktadalis (20,6 proc.) respondentų nurodė, kad jų oda yra jautri. Statistiškai reikšmingai daugiau moterų nei vyrų turi jautrią odą ($p < 0,001$). Statistiškai reikšmingai daugiau jautrią odą turinčių vyrų (71,4 proc.) nei moterų (28,2 proc.) dažniau susiduria su sunkumais užmigti ($p = 0,019$). Pastebėta, kad rūko 43,6 proc. jautrią odą turinčių respondentų ir 34,4 proc. nejautrią odą turinčių respondentų. Statistiškai reikšmingai daugiau jautrią odą turinčių vyrų

(44,9 proc.) nei moterų (33,2 proc.) rūko ($p = 0,038$). Statistiškai reikšmingai daugiau jautrią odą turinčių (93,6 proc.) nei nejautrią odą turinčių (80,7 proc.) respondentų vartoja alkoholį ($p = 0,006$). Vertinant respondentų fizinį aktyvumą nustatyta, kad mažiau nei pusė (43,7 proc.) moterų ir 42,9 proc. vyrų sportuoja kasdien ir reguliariai. 64,8 proc. moterų kasdien išgeria 1–2 l vandens, o mažiau nei pusė (42,8 proc.) vyrų – 1 l per dieną (2 lentelė).

2 lentelė. Respondentų, turinčių jautrią odą, pasiskirstymas pagal lytį bei gyvensenos veiksnius

Gyvensenos veiksniai	Lytis				p reikšmingumo lygmuo (angl. <i>p-value</i>)
	Moterys		Vyrų		
	Abs. sk. (n)	Proc.	Abs. sk. (n)	Proc.	
Sunkumai užmigti	20	28,2	5	71,4	0,019
Rūkymas	30	42,3	4	57,1	0,448
Alkoholio vartojimas	66	93	7	100	0,468
Reguliarus sportas	31	43,7	3	42,9	0,505
Vandens vartojimas per dieną					
< 1 l	18	25,4	3	42,8	0,134
1–2 l	46	64,8	2	28,6	0,134
3–4 l	7	9,9	2	28,6	0,134

Į klausimą, kuriose kūno vietose vargina odos problemos, daugiau nei trečdalis (36,2 proc.) respondentų atsakė, kad probleminė oda yra daugiau nei vienoje kūno vietoje. Daugiau nei pusė (59,5 proc.) respondentų skundžiasi veido odos problemomis. Vertinant, ar respondentai naudoja odos priežiūros priemones, didžioji dalis (91,0 proc.) teigė, kad naudoja. Odos priežiūros priemonės naudoja statistiškai reikšmingai daugiau moterų (97,90 proc.) nei vyrų (71,40 proc.) ($p < 0,001$). Nustatyta, jog statistiškai reikšmingai daugiau moterų (95,7 proc.) nei vyrų (45,90 proc.) naudoja daugiau nei 1 odos priežiūros priemonę kasdien ($p < 0,001$). Mažiau nei dešimtadalis (8,7 proc.) respondentų nenaudoja jokių odos priežiūros produktų, o 8,5 proc. asmenų naudoja tik 1 odos priežiūros priemonę. Vertinant, kokias priemones dažniausiai renka respondentai, pastebėta, kad dauguma (85,19 proc.) tyrimo dalyvių naudoja drėkinamąjį veido kremą, daugiau nei pusė – veido prausiklį (69,84 proc.), kūno kremą (58,99 proc.), makiažo valiklį (54,23 proc.). Trečias pagal dažnumą naudojamas produktas tarp moterų – makia-

žo valiklis (72,5 proc.), o vyrų – kūno kremas (31,6 proc.). Penktadalis (20,4 proc.) moterų kasdien naudoja makiažo valiklį, veido prausiklį, veido toniką, veido serumą, drėkinamąjį veido kremą ir kūno kremą. Apie trečdalis (28,6 proc.) vyrų nenaudoja nieko, o 14,3 proc. vyrų kasdien naudoja veido prausiklį ir drėkinamąjį veido kremą. Vertinant respondentų apsauginio kremo nuo saulės su SPF naudojimą veidui ar kūnui kasdien nustatyta, kad daugiau nei trys ketvirtadaliai (76,20 proc.) jį naudoja. Statistiškai reikšmingai daugiau moterų (83,20 proc.) nei vyrų (56,10 proc.) naudoja priemones su SPF ($p < 0,001$). 46,5 proc. aknę turinčių respondentų yra vieniši, t. y. neturi partnerio (-ės), palyginti su neturinčiaisiais aknės ($p < 0,001$). Dauguma (90,9 proc.) tiriamųjų, kurie nurodė turintys aknę, naudoja odos priežiūros priemones, o 80,8 proc. naudoja apsauginį kremą nuo saulės. Mažiau nei pusė (41,4 proc.) aknę turinčių asmenų rūko, tačiau šis skirtumas nėra statistiškai reikšmingas lyginant su kita grupe ($p = 0,222$). Alkoholį vartoja dauguma (83,8 proc.) aknę turinčių respondentų, 63,6 proc. šių respondentų per dieną išgeria 1–2 l

vandens. Nustatyta, jog daugiau nei pusė (50,5 proc.) aknę turinčių respondentų reguliariai nesportuoja, beveik du trečdaliai (60,6 proc.) jų neturi sunkumų užmigti. 60,6 proc. asmenų, turinčių aknę, stresą patiria bent kartą per dieną, o daugiau nei trečdalis (31,3 proc.) asmenų stresą patiria bent kartą per savaitę. Statistiškai reikšmingai ($p = 0,033$) dažniau asmenys (46,5 proc.), turintys aknę, buvo nervingi, palyginti su neturinčiais spuogų tiriamaisiais (32,4 proc.).

Tyrimo rezultatai parodė, kad DLQI balai pasiskirstė nuo 0 iki 29, vidurkis $2,46 \pm 4,14$ balo: tarp moterų $2,58 \pm 4,23$ balo, tarp vyrų $2,12 \pm 3,90$ balo. Daugiau nei pusei (57,9 proc.) respondentų odos būklė nedarė jokios įtakos gyvenimo kokybei per pastarąją savaitę. Nedidelį poveikį gyvenimo kokybei jautė apie trečdalis (29,7 proc.), vidutinį poveikį jautė 7,9 proc. respondentų. Didelį ir labai didelį poveikį gyvenimo kokybei dėl odos būklės jautė 4,5 proc. asmenų. Didžiausias DLQI balų vidurkis nustatytas apibendrinant atsakymus į klausimą, susijusį su odos skausmingumu, opėjimu, niežėjimu ir dilgėjimu – vidurkis 0,48 balo. Statistiškai reikšmingai dažniau moterys (5 proc.) nei vyrai (0,3 proc.) per pastarąją savaitę dėl savo odos jautė gėdą, varžėsi ar drovėjosi (stipriai ir labai stipriai) ($p = 0,035$). Šio klausimo atsakymų balo vidurkis yra antras pagal didumą – 0,47 balo.

REZULTATŲ APTARIMAS

2022 m. Saudo Arabijoje atlikto tyrimo metu buvo vertinamas odos priežiūros priemonių naudojimas ir nustatyta, kad tai statistiškai reikšmingai susiję su lytimi, nes odos priežiūros priemonės dažniau naudojo moterys nei vyrai (atitinkamai 74,7 proc. ir 46,6 proc., $p < 0,001$) [12]. Mūsų atlikto tyrimo rezultatai panašūs – moterys statistiškai reikšmingai dažniau nei vyrai naudoja odos priežiūros priemones ($p < 0,001$). Saudo Arabijoje atliktame tyrime beveik du trečdaliai (68,3 proc.) respondentų nurodė naudojančius odos priežiūros priemones [13]. Mūsų atlikto tyrimo duomenimis, devyni iš dešimt (91 proc.) asmenų naudoja odos priežiūros produktus. 2021 m. Nigerijoje atlikto tyrimo metu buvo apklausiamos moterys ($n = 110$) apie jų veido priežiūrą ir nustatyta, kad mažiau nei pusė (40,9 proc.) iš jų odos priežiūros priemones naudojo kasdien, dažniausiai (51,1 proc.) – veido prausiklį, 46,7 proc. – veido toniką, 40,0 proc. – apsauginį kremą nuo saulės, o 37,8 proc. – drėkinamąjį veido kremą [14].

2022 m. Saudo Arabijoje atlikto tyrimo metu nustatyta, jog daugiau nei pusė (68,3 proc.) dalyvių naudoja odos priežiūros priemones, iš kurių dažniausiai buvo naudojamas veido prausiklis (82,3 proc.), drėkinamasis veido kremas (81,4 proc.) ir kūno kremas (80,0 proc.) [13]. Mūsų tyrimo duomenys skiriasi nuo Nigerijoje atlikto tyrimo, tačiau yra panašūs į Saudo Arabijos tyrime gautus rezultatus. Mūsų atliktas tyrimas parodė, kad dažniausiai yra naudojamas drėkinamasis veido kremas (85,19 proc.), veido prausiklis (69,84 proc.), kūno kremas (58,99 proc.). Galima teigti, jog Nigerijoje žmonės mažiau linkę rūpintis savo odos būkle, palyginti su Saudo Arabijos ar mūsų šalies žmonėmis, tai gali būti paaiškinama ir ekonominiu šalies išsivystymu bei galimybe įsigyti odos priežiūros produktų. Tačiau šie lyginami trijų skirtingų šalių tyrimų duomenys rodo, kad nepriklausomai nuo šalies yra tam tikri produktai, kuriuos asmenys renka dažniausiai, tai veido prausiklis ir drėkinamasis veido kremas. 2022 m. Saudo Arabijoje atlikto tyrimo metu 38 proc. respondentų nurodė, kad nenaudoja apsauginio kremo nuo saulės [13]. Mūsų atlikto tyrimo rezultatai parodė, kad beveik ketvirtadalis (23,8 proc.) respondentų nenaudoja apsauginio kremo nuo saulės. Šie rezultatai įdomūs tuo, kad šalyje, kur saulės daugiau ir ji kaitresnė bei intensyvesnė, daugiau asmenų nenaudoja apsauginio kremo nuo saulės, nors, kita vertus, pietiečių oda labiau prisitaikiusi prie UV. 2022 m. JAV publikuotame moksliniame straipsnyje teigiama, kad 2014–2018 m. pagal amžių pakoreguotas sergamumas melanoma 100 000 gyventojų buvo nustatytas 26,0 baltųjų, 5,8 Amerikos indėnų / Aliaskos čiabuvių, 4,6 ispanakalbių, 1,3 azijiečių / Ramiojo vandenyno salų gyventojų ir 1,0 juodaodžių [15]. Galima daryti prielaidą, kad tamsesnės odos asmenys rečiau serga melanoma nei turintys šviesų odos atspalvį ir dėl to rečiau naudoja apsauginį kremą nuo saulės. 2020 m. penkiose skirtingose šalyse buvo atliktas didelės apimties ($n = 10\,743$) tyrimas, kurio metu apie pusė (48,2 proc.) respondentų nurodė turintys jautrią odą. Nustatyta, kad jautrią odą dažniausiai turi moterys [16]. Mūsų tyrimo skaičiai yra mažesni – daugiau nei penktadalis (20,6 proc.) respondentų turi jautrią odą, iš jų 91 proc. moterys. To paties 2020 m. tyrimo duomenimis, apie miego sutrikimus pranešė dauguma (77,2 proc.) asmenų, iš kurių 51,77 proc. nurodė, kad turi jautrią odą [16]. 2014 m. Danijoje atliktame tyrime buvo tiriami asmenys ($n = 212$), sergantys supūliavusiu hidradenitu

(*acne inversa*). Studijos metu nustatyta, jog dauguma (92,2 proc.) tiriamųjų buvo rūkantys. Šio tyrimo duomenys rodo, kad rūkymas gali prisidėti prie besitęsiančio uždegimo ir mažesnio atsako į paskirtą gydymą [17]. Mūsų tyrimo metu buvo gauti mažesni skaičiai – mažiau nei pusė (41,4 proc.) aknę turinčių respondentų rūko, tačiau šis skirtumas nebuvo statistiškai reikšmingas tarp aknės neturinčių asmenų ($p = 0,222$). 2021 m. Indijoje atliktame tyrime dalyvavo jauni, sveiki 18–25 metų amžiaus asmenys ($n = 1\,392$, 40 proc. moterų, 60 proc. vyrų), kurie 2017–2020 m. lankėsi dermatologijos įstaigoje, norėdami gauti konsultaciją dėl aknės. Tyrimo tikslas buvo nustatyti aknės poveikį gyvenimo kokybei, pasitelkiant klausimynus DLQI ir CADI (angl. *Cardiff acne disability index*). Vidutinis nustatytas DLQI balas buvo 4,50 (intervalas 0–30), o vidutinė CADI vertė buvo 3,60 (intervalas 0–15). Tiek DLQI, tiek CADI balai buvo gerokai aukštesni tarp moterų nei tarp vyrų. Didžiausias balų vidurkis buvo nustatytas įvertinus atsakymus į klausimą, susijusį su gėdos jausmu ir drovėjimusi (1,44 balo), mažesnę balų sumą (1,35 balo) surinko klausimas, kuriuo vertinamas poveikis socialinei ar laisvalaikio veiklai. Tiriamųjų moterų šių dviejų klausimų vidutiniai balai buvo aukštesni nei tiriamųjų vyrų [18]. Mūsų tyrimo rezultatai yra panašūs, moterų (2,58 balo) surinktas bendras viduti-

nis DLQI balas buvo didesnis nei vyrų (2,12 balo). Mūsų tyrimo rezultatai sutampa su kitų autorių atliktų tyrimų rezultatais – didžiausias DLQI balų vidurkis nustatytas taip pat vertinant atsakymus į klausimą apie drovėjimąsi, gėdos jausmą ar savęs varžymą dėl odos būklės (0,47 balo), statistiškai reikšmingai ($p < 0,05$) dažniau tai jautė moterys (5 proc.) nei vyrai (0,3 proc.). Vadinasi, galima teigti, jog odos būklė daro didesnę įtaką moterų gyvenimo kokybei nei vyrų, o žmonės daugelyje šalių jaučia gėdą bei drovisi savo pažeistos odos.

APIBENDRINIMAS

Įvertinus užsienio šalių mokslininkų atliktus tyrimų duomenis ir mūsų tyrimo rezultatus galima teigti, kad odos problemos / būklės yra plačiai paplitusios skirtingose populiacijose, tik požiūris į problemas gali skirtis, priklausomai nuo geografinės šalies padėties, kultūros bei tradicijų ir socialinių santykių. Tačiau visi tyrimai rodo, kad odos nepageidaujamos būklės gali sukelti psichosocialinių problemų kiekvieno asmens asmeniniame gyvenime. Todėl labai svarbu mokyti visuomenę odos higienos, aiškinti žalingų veiksnių poveikį odai, supažindinti su jų prevencija, suteikti daugiau žinių apie odos priežiūros priemones.

Straipsnis gautas 2025-06-13, priimtas 2025-08-04

Literatūra

1. Richard MA, Paul C, Nijsten T, Gisondi P, Salavastru C, Taieb C, et al. Prevalence of most common skin diseases in Europe: a population-based study. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2022;36(7):1088–96. DOI: 10.1111/jdv.18050
2. Sandelemente G, Burgos C, Nova J, Hernández F, González C, Reyes MI, et al. The impact of skin diseases on quality of life: A multicenter study. *Actas Dermo-Sifiliográficas Engl Ed*. 2017;108(3):244–52. DOI: 10.1016/j.ad.2016.11.008
3. Hassanin AM, Ismail NN, el Guindi A, Sowailam HA. The emotional burden of chronic skin disease dominates physical factors among women, adversely affecting quality of life and sexual function. *J Psychosom Res*. 2018;115:53–7. DOI: 10.1016/j.jpsychores.2018.10.011
4. Tan J, Beissert S, Cook-Bolden F, Chavda R, Harper J, Hebert A, et al. Evaluation of Psychological Wellbeing and Social Impact of Combined Facial and Truncal Acne: a Multi-national, Mixed-Methods Study. *Dermatol Ther*. 2022;12(8):1847–58. DOI: 10.1007/s13555-022-00768-0
5. Mangal S, Ray M, Saha S, Paul S, Maji HS. Perception regarding selection and use of skincare products and the impact of advertisement: a questionnaire-based randomized survey. *Egypt Pharm J*. 2021;20(3):173. DOI: 10.4103/epj.epj_20_21
6. Understanding and Treating Various Skin Types: The Baumann Skin Type Indicator – ClinicalKey: <https://www.clinicalkey.com>
7. Zhen Chang NY, Verbov J. *Dermatology. A Handbook_for medical students and junior doctors*. 2020.
8. Amici JM, Cogrel O, Jourdan M, Raimbault C, Canchy L, Kerob D, et al. Expert recommendations on supportive skin care for non-surgical and surgical procedures. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2023;37(53):16–33. DOI: 10.1111/jdv.18855
9. Baumann LS, Berson DS, Cook-Bolden FE, Goldberg DJ, Goldwasser JH. Highlights From A Dermatology Summit.
10. Melanoma – Nacionalinis vėžio institutas: <https://www.nvi.lt/melanoma/>
11. Cardiff University. Dermatology Life Quality Index: <https://www.cardiff.ac.uk/medicine/resources/quality-of-life-questionnaires/dermatology-life-quality-index>
12. Lideikaitė A, Malevič A, Gancevičienė R. Pacientų, sergančių akne, gyvenimo kokybės vertinimas. *Visuomenės sveikata*. 2018 Apr 3;28(1):5–9.
13. Alsharif SH, Alqahtani SH, Alqarehi RM, et al. Knowledge, Attitudes, and Practices Regarding Skin Care in Saudi Arabia: A Cross-Sectional, Survey-Based Study. *Cureus*. 2022; DOI: 10.7759/cureus.32490
14. Egbi OG, Kasia B. Prevalence, determinants and perception of use of skin lightening products among female medical undergraduates in Nigeria. *Skin Health Dis*. 2021;1(3):e46. DOI: 10.1002/ski.2.46
15. Tsai J, Chien AL. Photoprotection for Skin of Color. *Am J Clin Dermatol*. 2022;23(2):195–205. DOI: 10.1007/s40257-021-00670-z
16. Misery L, Morisset S, Séité S, Brenaut E, Fichoux AS, Fluhr JW, et al. Relationship between sensitive skin and sleep disorders, fatigue, dust, sweating, food, tobacco consumption or female hormonal changes: Results from a worldwide survey of 10 743 individuals. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2021;35(6):1371–6. DOI: 10.1111/jdv.17162
17. Kromann CB, Deckers IE, Esmann S, Boer J, Prens EP, Jemec GBE. Risk factors, clinical course and long-term prognosis in hidradenitis suppurativa: a cross-sectional study. *Br J Dermatol*. 2014;171(4):819–24. DOI: 10.1111/bjd.13090
18. Singh IP, Poonia K, Bajaj K. Quality of life in young adults with acne: Results of a cross-sectional study. *J Cosmet Dermatol*. 2021;20(12):4017–23. DOI: 10.1111/jocd.14540

ASSOCIATIONS OF SKIN CONDITIONS AND SKINCARE WITH QUALITY OF LIFE

Urtė Adelė Kerpytė¹, Laura Nedzinskienė², Renata Giliun³

¹Faculty of Medicine, Vilnius University,

²Department of Anatomy, Histology and Anthropology, Faculty of Medicine, Vilnius University

³Department of Nursing, Faculty of Medicine, Vilnius University

SUMMARY

This study **aims** to assess the prevalence of skin conditions, skincare, and their impact on quality of life.

Methods. A questionnaire consisting of 65 questions was anonymously distributed and analysed using the SPSS statistical software. The study involved 378 participants, with an average age of 31 years.

Results. Findings revealed that over half (56.9%) had combination skin, while a fifth (20.6%) reported sensitive skin, and a quarter (26.3%) experienced acne. The majority (82.8%) of respondents used multiple skincare products daily, primarily residing in urban areas (75.1%) and possessing higher education (55.6%). Women tended to take better care of their skin than men, as evidenced by their higher usage of skincare products. Moisturizing facial cream (85.19%) and facial cleanser (69.84%) emerged as the most popular skincare choices. Individuals with acne statistically felt more nervous and tense com-

pared to those without acne ($p = 0.033$). The impact of skin condition on participants' quality of life was relatively minor, reflected by a DLQI score of 2.46 ± 4.14 . It is very important to educate the public on skin hygiene, to explain the effects of harmful factors on the skin and how to prevent them, and to raise awareness of skin care products.

Key words: Skin, Skin Types, Skincare, Quality of Life

Correspondence to Laura Nedzinskienė
Vilnius University Faculty of Medicine
M. K. Čiurlionio str. 21/27
LT-03101 Vilnius, Lithuania
E-mail: laura.nedzinskiene@mf.vu.lt

Received 13 June 2025, accepted 4 August 2025