

## Hogyan alakul ki a pattanás?

A pattanás - orvosi nyelven akne - a szőrtüszők és a faggyúmirigyek krónikus gyulladással járó betegsége, mely leginkább az arcon és a felsőtesten változatos klinikai képpel jelenik meg.

Kialakulásukban szerepe van az androgen hormon hatására történő fokozott faggyútermelésnek, a szőrtüsző kóros elszarusodásának. Mindezek a faggyúmirigy kivezető csöveinek elzáródásához, a faggyú felhalmozódásához vezetnek. Ez a millió kedvez a baktériumok (*P.acnes*) elszaporodásának, melyek gyulladással járó folyamatokat, ill. különböző immunreakciókat indítanak el. Következményük: fekete tetejű vagy fehér mitesszerek, piros, gyulladt pattanások, ill. kezeletlen esetekben súlyosabb szövődmények fellépése.

## Milyen életkorban alakul ki a betegség?

### Serdülőkorba léptem, tele pattanással! Segítsenek! Mit tehetek?

Igen, a serdülőkor természetes velejárója, szinte mindenki találkozik vele, igaz, eltérő mértékben. A pubertáskori pattanás a felnőtté válással együtt járó hormonális változások miatt következik be. A lányoknál általában 12-13 éves korban kezdődik, fiúknál 1-2 évvel később.

Ha sok pattanás jelenik meg arcon, esetleg háton, vállon, mellkason, és ezek a pattanások nagyobbak, mint 2-3 mm, esetleg csomókká válnak, heget hagynak maguk után, akkor már súlyos akne betegségről beszélünk.

A betegség még az enyhébb formájában is érzelmi stresszel, lelki teherrel járhat a fiataloknál, súlyosabb esetekben az életminőség romlásához, szociális izolációhoz vezethet, nem ritkán depressziót is okozhat.

### 30 évesen a sok pattanással úgy nézek ki, mint egy tinédzser! Van erre megoldás?

Egyre gyakrabban lehet találkozni a felnőttkori pattanással, mely különbözik a serdülőkoritól (általában enyhébb megjelenésű, de nehezebben kezelhető). Főleg a fiatal nőket érinti 25-35 év körül. Elsősorban az arc alsó részén az ajak alatti területen, az áll vonalában jelentkeznek a tünetek. Ilyenkor hormonális betegségek (pl.: PCOS, androgén túltermelés), bizonyos gyógyszerek állhatnak a háttérben, vagy az életmódban, helytelen bőrtisztítási szokások közt keresendő az ok.

## Hogyan kezelhető az akne?

Az akne kezelés lényege a

- faggyútermelés csökkentése,
- a hámsejtek megújulásának gyorsítása,
- a bakteriális fertőzés visszaszorítása, külön-külön vagy együtt.

### Teendők:

- A pattanások otthoni kezelésére kaphatóak *arclimosók, tonikok*.
- Fontos napi rendszerességgel az arc alapos tisztítása. A lúgos szappanok fokozzák a faggyúmirigyek működését, ezért inkább az *enyhén savas vegyhatású szerek* használata javasolt!
- A kozmetikumokból az olajmentes, vízbázisú, *nem komedogén, nem akneképző* feliratú termékeket kell választani!

A vény nélkül kapható arclimosók általában enyhék, benzoil-peroxidot, ként, szalicilsavat vagy tejsavat tartalmaznak. Ezek a készítmények igen hasznosak lehetnek az igen **enyhe aknés** megbetegedés kezelésében.

## Mikor forduljunk orvoshoz?

Ha a fent említett lokális szerek alkalmazása mellett az Ön esetében **nem észlelhető a javulás**, érdemes **bőrgyógyászhoz fordulnia** egy komplexebb, hatékonyabb bőrápoló kezelés céljából.

A lokális faggyúoldó, hámlasztó hatású készítmények kiegészíthetők antibiotikum tartalmú (vényköteles) krémekkel, lemosókkal, melyek elpusztítják a fölös mennyiségben jelen levő baktériumokat.

**Közepes és súlyosabb** - külső kezelésre nem reagáló - **aknéra** belsőleg *antibiotikum* tartalmú gyógyszerek adhatóak (2-3 hónapig) akkor, ha a gyulladással járó tünetek dominálnak.

Kiterjedt, hegesedéssel is járó tüneteknél viszont *isotretinoin* hatóanyag tartalmú gyógyszerre van szükség. Ez egy A-vitamin származék, mely fényérzékenyítő hatású, ezért elsősorban ősztől tavaszig terjedő periódusban szokták javasolni, nőknél fogamzásgátló készítmény mellett.

Gyakran az ilyen jellegű készítmények *kombinációjával* lehet csak hatékonyan kezelni az aknés bőrt. Általában négy-nyolc hét után várható javulás, de előfordulhat a kezdeti időszakban a bőr átmeneti állapotromlása is.

