Акне

|  |
| --- |
| Акне (угревая сыпь) причиняет мучительные переживания не только подросткам, она может появиться и в более зрелом возрасте в силу ряда негативных факторов или как следствие перенесенных болезней организма. Безусловно, решение о лечении акне принимает человек, которого беспокоит (или не очень беспокоит) это заболевание.  При прогрессировании болезни сыпь впоследствии может оставлять рубцовые изменения. Самостоятельное лечение акне может привести к неблагоприятным результатам, поэтому необходимо обращаться к врачам. Средства для лечения этого заболевания существуют, наверное, столько, сколько люди заботятся о своей красоте. И все же: лечить или не лечить акне? И чем лечить? Принятие решения осложняется из-за того, что некоторые средства для лечения этого распространенного заболевания могут привести человека к самоубийству.  Самостоятельное лечение акне может привести к неблагоприятным результатам, поэтому необходимо обращаться к врачам. Акне – это заболевание, связанное с нарушением работы сальных желез. Обычно ограничивается кожей лица, верхней части спины и груди.  Образование угрей, начинается примерно за 2-3 недели до появления на поверхности кожи. В глубине каждой поры (или волосяного фолликула), сальные железы вырабатывают кожное сало которое сохраняет кожу влажной и эластичной. Кожа постоянно обновляется, старые клетки умирают. Иногда, пора закупоривается и образуется пробка или комедон. Так как сальные железы продолжают вырабатывать кожное сало, начинается размножение бактерий, постоянно живущих на поверхности кожи и в волосяных фолликулах. Начинается воспаление ведущее к образованию угревой сыпи. Папуло-пустулезные, флегмонозные, конглобатные угри оставляют после себя рубцовые изменения, которые достаточно трудно поддаются лечению (дермабразия, химический пилинг, лазерная шлифовка кожи). Различные виды угрей являются стадиями угревой болезни, поэтому появление каждой последующей стадии вполне закономерно, однако требует определенных условий. Папулезные угри переходят не всегда в конглобатные, но когда переходят, то разочаровывают их обладателя. В любом случае, даже при комедонах имеет смысл начинать лечение. Можно ли выдавливать угри? Выдавливать угри нельзя. В случае угрей, сопровождающихся присоединением инфекции, выдавливание приводит, во-первых, к дальнейшему прогрессированию угревой болезни, во-вторых, попаданию микробов в кровоток. Так как, кровеносные сосуды лица тесно связаны с сосудами головного мозга любые травматические манипуляции с гнойными образованиями кожи, располагающимися выше верхней губы, могут приводить к серьезным последствиям, в том числе и смерти. Какие средства применяются в лечении акне?  Многие ошибочно считают, что образование угрей связано с неправильным питанием и что лечение угревой болезни нужно производить комплексно в сочетании с правильной диетой и препаратами. В зависимости от распространенности акне, вида угрей применяются наружные и внутренние средства. К наружным средствам относят: бензоилпероксид , третиноин , азелаиновая кислота . Антибиотики назначаются внутрь. Также антибиотики могут применяться наружно. Существуют комбинированные препараты, содержащие антибиотик и средство для уменьшения деятельности сальных желез . Также при лечении акне используются очищающие средства, химический пилинг. В лечении последствий акне используется микродермабразия, химический пилинг, лазерная шлифовка кожи. Что преследует лечение? Лечение угрей предполагает подавление повышенного выделения кожного сала, устранение фолликулярного кератоза (избыточное деление клеток в устьях сальных желез), подавление бактериальной флоры, уменьшение воспаления. Зависит ли лечение от степени тяжести? Да зависит. Существует три основные степени тяжести акне. Легкая степень предполагает наличие комедонов без признаков воспаления. При легкой степени на коже отмечается не более 10 папуло-пустулезных элементов. При средней тяжести акне отмечается 10-40 папуло-пустулезных элементов. При тяжелой форме акне на коже более 40 папуло-пустулезных элементов, отмечаются конглобатные, флегмонозные, абсцедирующие угри. Легкая степень требует только назначения одного препарата для наружной терапии. При среднетяжелой и тяжелой форме необходима не только наружная терапия, но и лечение препаратами внутрь. При тяжелых формах назначается изотретиноин, являющийся наиболее эффективным средством против угрей. Как долго лечить акне? В среднем эффекта от наружной терапии можно ожидать не ранее чем через 3 месяца после начала лечения. Длительность антибактериальной терапии составляет не менее одного месяца. При уменьшении высыпаний проводится поддерживающая терапия. Для того, чтобы лечение угрей было эффективным, необходимо прежде всего соблюдать правильный режим и следовать этому режиму каждый день. — Питание. Сбалансированый рацион, свежие продукты и употребление большого количества воды, могут помочь Вашей коже бороться с новыми воспалениями. — Чистка лица. Аккуратно мойте лицо два раза в день для удаления излишков кожного сала, бактерий и мертвых клеток кожи. — Защита. Необходимо пользоваться солнцезащитным кремом SPF 15 каждый день, даже если на улице облачная погода. Избегайте избытка солнечного излучения. — Сон. Хороший сон (7-8 часов) положительно влияет на внешний вид а так же на иммунную систему. — Упражнения. Вашей коже необходим приток крови и кислорода в крови, поэтому регулярные физические упражнения так же положительно влияют на лечение прыщей. — Предотвращение. Необходимо не пользоваться косметикой вообще или сократить ее применение до минимума. Косметика — засоряет поры. Перед тем как применять профилактическое средство от угрей, необходимо удалить всю косметику. Следует пользоваться очищающими лосьонами не содержащими щелочь, спирт и прочие раздражающие — химические ингредиенты. — Отдых. Когда возрастают физические нагрузки, сальные железы начинают вырабатывать большее количество кожного сала, поэтому регулярный отдых необходим. |