



Trądzik to nie fanaberia estetyków, ale poważna choroba przewlekła
Z lek. med. Aleksandrą Szczepańską,
dermatologiem i wenerologiem,
rozmawia Aneta Gieroń

Aneta Gieroń: Trądzik, zdawać by się mogło, jest problemem osób bardzo młodych. Ale od jakiegoś czasu coraz więcej dorosłych mężczyzn i kobiet z przerażeniem zauważa, że to, co było ich zmorą w młodości, z nie mniejszą siłą wraca w dorosłym życiu.

Lek. med. Aleksandra Szczepańska: Statystycznie, najczęściej trądzik zaczyna się w okresie pokwitania, czyli w wieku około 11-15 lat, gdy rozpoczyna się proces dojrzewania i gdy zaczynają działać hormony odpowiedzialne za pracę gruczołów wydzielających łój. Trądzik zwykle mija w okolicach 23. urodzin, ale często zdarza się, że trwa znacznie dłużej, a bywa, że i do końca życia. W trądziku występuje wielopostaciowość zmian skórnych, od niezapalnych zaskórników do zapalnych: krost, grudek, cyst i ropni.

Bywa też, że będąc nastolatkami mamy ładną cerę, a w wieku dorosłym nagle dopadają nas pryszcze.

Może się tak zdarzyć, z tej prostej przyczyny, że czynników powstawania trądziku jest wiele. Najczęściej jest to czynnik genetyczny. Jeśli rodzice mają trądzik, jest wielce prawdopodobne, że ich dzieci też mogą mieć z nim kłopoty. Kolejnym czynnikiem wywołującym powstawanie trądziku są hormony. Ich poziom zmienia się w ciągu naszego życia i bywa, że trądzik w zależności od wieku pacjenta przybiera mniej lub bardziej agresywną postać. Może się zdarzyć, że mając lat 18 nie cierpimy z powodu

zmian na naszej skórze, ale już przy 30. urodzinach możemy mieć bardzo poważne kłopoty z trądzikiem, co związane jest z naszą gospodarką hormonalną.

Innym czynnikiem mogącym nasilać trądzik, jest niewłaściwa dieta, która zawiera pokarmy o wysokim indeksie glikemicznym. Białe pieczywo, słodczyce, czekolada, ziemniaki, biały ryż, słodkie napoje nasilają wydzielanie łoju i prowadzą do zmian trądzikowych. U niektórych pacjentów zmiana diety może powodować złagodzenie zmian skórnych. Również bardzo ważnym czynnikiem nasilającym trądzik jest stres.

Nie bez znaczenia są również kosmetyki, jakie stosujemy w dorosłym życiu. Zwykle są to kremy przeciwzmarszczkowe, pudry, których stosowanie prowadzi do zamknięcia ujścia gruczołów łojowych i do powstawania tzw. trądziku kosmetycznego.

Można przypuszczać, że spora grupa 30-, 40-latków w gabinetach dermatologów, to pochodna naszego stylu życia, pełnego stresu, pośpiechu i fast-foodów?

To złożony problem. Ja w swoim gabinecie odnotowuję to zjawisko, ale nie wiem, czy nie wynika ono z faktu, że jeszcze kilkanaście lat temu dużo mniejsza była dostępność do lekarza dermatologa, a i sami pacjenci lekceważyli te problemy zdrowotne, które nie zagrażały ich życiu. Być może obecnie wszyscy dłużej żyjemy i bardziej troszczymy się o swój wygląd oraz dobrą kondycję fizyczną i psychiczną do końca życia. Na pewno też jeszcze kilka dekad temu takie czynniki jak: stres, kosmetyki blokujące ujścia gruczołów łojowych oraz jedzenie, miały dużo mniejsze znaczenie w nasilaniu się objawów trądziku, niż obecnie.

Nie zmienia to jednak faktu, że trądzik jest chorobą, którą należy leczyć. Mimo, iż bywa to niekiedy uznawane za fanaberię przewrażliwionych pacjentów.

Trądzik jest poważną chorobą, która nieleczona często prowadzi do blizn i przebarwień, a bywa, że powoduje u pacjenta dramatyczne obniżenie poczucia własnej wartości i

depresję. Trądzik jest też najczęstszą przyczyną wizyt pacjentów u dermatologa. Jego leczenie jest różne w zależności od stopnia nasilenia trądziku.

Niekiedy u pacjentów panuje przeświadczenie, że trądzik leczy się u kosmetyczki. Otóż nie, wizyty u kosmetyczki mogą wspomóc leczenie dermatologiczne, ale nie są wystarczające, by trądzik skutecznie wyleczyć.

Jak skutecznie, raz na zawsze, można pozbyć się trądziku?

Wszystko zależy od tego, jak bardzo nasilone są zmiany trądzikowe oraz od wieku pacjenta. U bardzo młodej, nastoletniej osoby, u której przypuszczam, że trądzik skończy się za 3-4 lata, stosuje się leczenie zewnętrzne i jeśli jest potrzeba, leczenie doustne antybiotykami. To ma pomóc przejść pacjentowi trudny okres w jego życiu i nie dopuścić do powstawania blizn.

Jeśli w gabinecie pojawia się pacjent z bardzo trudnym trądzikiem i już widać, że powstają blizny, lekarz nie może czekać, aż trądzik minie, ale konieczne jest zaproponowanie odpowiednio silnego i skutecznego leczenia. Takim lekiem jest pochodna kwasu witaminy A - izotretinoina doustna. Stosowanie tego leku przynosi świetne efekty, ale ma ono pewne ograniczenia. Jeśli decydujemy się na jego stosowanie, konieczna jest ścisła współpraca pomiędzy pacjentem i lekarzem, a zaufanie i odpowiedzialność obu stron są czynnikami niezbędnymi, by leczenie w ogóle się odbyło, przyniosło zaplanowany skutek i było bezpieczne.

Jeśli do gabinetu przychodzi pacjent mający około 30 lat i trudny trądzik, to raczej mała jest szansa, że choroba minie. Zwykle konieczne jest leczenie zewnętrzne i antybiotykami doustnymi. Jeśli to nie skutkuje, pozostaje wspomniana wcześniej izotretinoina.

Ale ta wymaga dużej ostrożności. Czego musimy być świadomi?

Izotretinoina stosowana przez kobiety w wieku rozrodczym wymaga od nich stosowania podwójnej antykoncepcji w czasie brania leku i miesiąc po skończeniu kuracji, która trwa od kilku miesięcy do nawet jednego roku. Chodzi tu o bezpieczeństwo nienarodzonych dzieci, które przy przyjmowaniu leku przez kobiety w okresie ewentualnej ciąży, mogłyby się urodzić z bardzo poważnymi wadami rozwojowymi. Lek ten wpływa też na czynność wątroby, na gospodarkę tłuszczową, właściwie na cały organizm. Z tego też powodu dermatolog zleca systematyczne badania, a pacjent musi je skrupulatnie wykonywać. Na początku leczenia izotretinoiną, w przypadku ciężkich trądzików może też dojść do znacznego nasilenia się objawów. Jeśli się tak zdarzy, niekiedy trzeba włączyć dodatkowe leki.

Jak długo trwa leczenie trądziku?

Trądzik uważany jest za chorobę przewlekłą. Jego leczenie trwa kilka lub kilkanaście lat, ale bywa, że i całe życie.

Nasza skóra może się przyzwyczać do preparatów stosowanych zewnętrznie, a te stają się w końcu nieskuteczne?

Są preparaty, które zawierają antybiotyki zewnętrzne i tych nie należy stosować zbyt długo, a jedynie cyklicznie w chwilach nasilenia się choroby. Są też preparaty, które nie zawierają antybiotyków zewnętrznych, ale pochodne kwasu witaminy A, nadtlenek benzoilu, albo kwas azelainowy, do których skóra nigdy się nie przyzwyczaja i które zawsze działają z taką samą siłą. One są skuteczne i bezpieczne dla pacjenta.

Leczenie trądziku polega między innymi na niedopuszczeniu do powstawania blizn i innych zmian skórnych, ale co można zrobić, jeśli te zmiany już są?

U pacjenta, który nie ma już trądziku, ale pozostały na twarzy szpecące blizny, można stosować peelingi, mikrodermabrazje i lasery. Do najcięższych blizn stosuje się lasery frakcyjne. Są one skuteczne, przebudowują skórę, ale są też dla pacjenta w pewien

sposób kłopotliwe - okres gojenia się skóry po zabiegu laserowym wynosi około tygodnia. W tym czasie pacjent ma ograniczoną aktywność zawodową i towarzyską.

SAGIER
GRUPA

ul. Cegielniana 18c/3
35-310 Rzeszów
tel./fax.: 17 862 22 21
NIP: 813-354-90-02
www.sagier.pl

VIP
BIZNES & STYL

www.vipbiznesistyl.pl
fb.com/vipbiznesistyl

 **BIZNESiSTYL.pl**

www.biznesistyl.pl
fb.com/biznesistyl