

Akne

Birkaç alan dışında vücudumuz yaygın olarak kıllarla kaplıdır. Kılların bazıları ancak fark edilebilir derecede ve yumuşaktır. Kıl deri içindeki kıl folikülleri tarafından keratin olarak adlandırılan kimyasal bir bileşikten oluşur. Kıl foliküllerinin etrafında yer alan küçük bezler sebum olarak adlandırılan yağlı bir ürün üretirler. Bu bezler yağ bezi olarak adlandırılır. Sebum açılan folikülün içinden deri yüzeyine sızar.

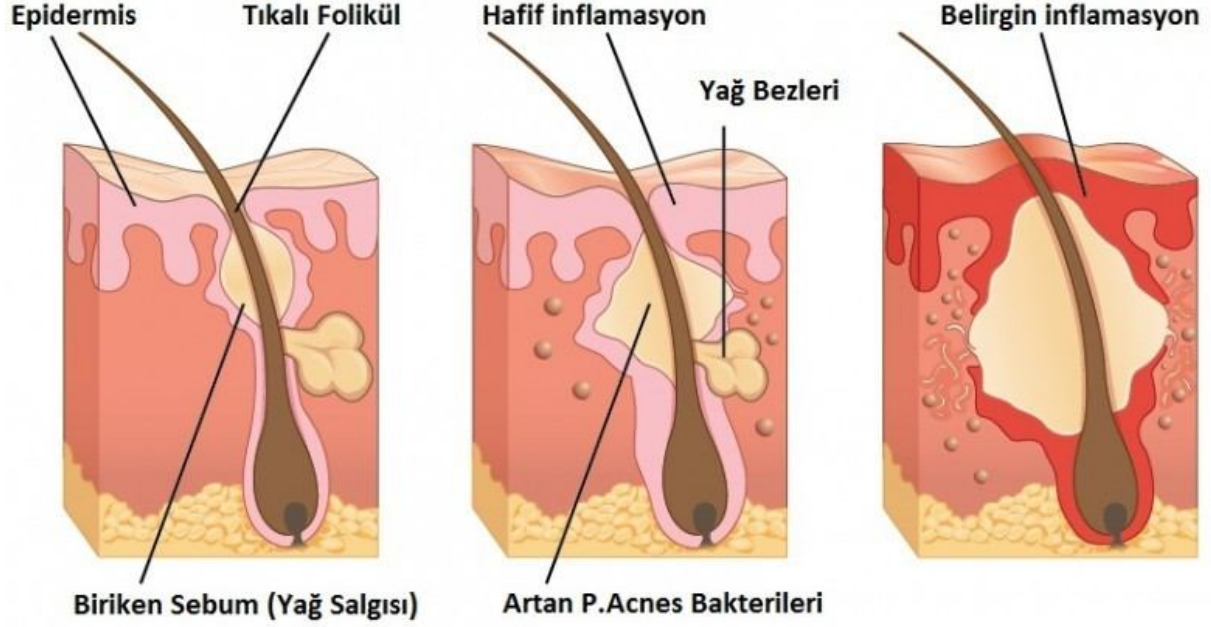


Akne, cildimizin gözeneklerinin üzerinde yerleşen, kırmızı renkte, ciltten kabarıklık olarak görülen, zaman zaman içi iltihaplı olabilen sivilcedir. Genellikle yüzde, daha sonra sırtta, omuz başlarında ve göğüs V bölgesinde görülür. Buna benzer görünümde her sivilce akne değildir. Bazen folikülit denilen kıl dönmeleri de akne gibi görünebilir.

Sivilce olarak da adlandırılan akne, lezyonlar ve tıkanan gözenekler sonucunda derinin yağlı bezlerinin düzensizleşmesidir. Akne lezyonları çoğunlukla yüzde, sırtta, göğüste ve omuzlarda ortaya çıkar.



Sebum kıl folikülünün içinden geçemediği zaman akne oluşur. Folikülün astar hücreleri ,sebumfolikülün içinden geçemediği için tıkanan foliküllerle birlikte dökülür ve kümelenir. Sebum ve hücrelerin karışımı, tıkalı hücreler içinde bakterilerin büyümesine neden olur. Bu bakteriler, iltihaba yol açabilen enzimleri ve kimyasalları üretir. Tıkanmış bir folikül, içeriğini uzun süre tutamadığında patlar ve sebum, deri hücreleri ve bakteriler cildinize dökülür.



İnsanlar her yaşta sivilce çıkarır ama bu en çok ergenlik dönemindeki gençlerde görülür. Neredeyse ergenlik çağındakilerin ve 12-24 yaş arası yetişkin gençlerin %85inde akne gelişir.

Neler sebep olur?

Temel faktör yüksek hormon seviyeleridir. Androjen olarak adlandırılan erkek cinsiyet hormonları, erkek ve kız çocuklarında ergenlik döneminde artış gösterir. Fazla androjen yağ bezlerinin büyümesine öncülük eder ki bu da daha fazla sebum üretimi demektir.

Bir başka faktör kalıtım, yani genlerdir. Sivilce gelişimine eğilim aileden miras olabilir. Örneğin; okul çağındaki çocuklarla yapılan çalışmalar akne olan çocuklarda aile öyküsünün var olduğunu göstermektedir.



Birkaç faktör akneyi daha kötü yapabilir. Kadınlardaki hormon seviyesi menstrual döngünün başlangıcından 2-7 gün öncesinde aknenin kötüleşmesine sebep olabilir. Gebeliğe bağlı hormonal değişiklikler aknenin kötüleşmesine sebep olabilir. Ayrıca kadınlar doğum kontrol haplarını kullanmaya başladıklarında ya da bıraktıklarında oluşan hormonal değişiklikler de aknenin alevlenmesine sebep olabilir. Stres, özellikle ağır yada uzamış duygusal gerginlik de ayrıca akneyi daha kötü yapabilir.

Belli ilaçlar akne sebebi olarak bilinir. Bunların içindekiler;

- a. Androjenler: erkeklik hormonları
- b. Lityum: bipolar bozukluklar için kullanılır.
- c. Barbitüratlar: nöbetleri kontrol için kullanılır.

Yağlı makyaj yapmak folikül hücrelerini değiştirebilir ve onları birlikte yapıştırabilir. Yüzü sıkıştırmak yada ovalamak, baskı uygulayan bisiklet kaskları, sırt çantaları yada sıkı yakalar, çevresel iritanlar (örneğin; yüksek nem ve çevre kirliliği), lekelerin sıkıştırılması yada didiklenmesi akneyi daha da kötüleştirebilir. Akne çikolata yemeye, yağlı yiyecek tüketmeye ve kirli deriye bağlı değildir.

Belirtileri

Akne sebebi doku zedelenmeleri olan komedonlar bakteri ve yağ ile tıkanmış kıl foliküllerinin genişlemesidir. Komedon sıklıkla mikrokomedon olarak da adlandırılır. Çünkü çıplak gözle görülemez. Eğer komedon deri altında kalırsa kapalı komedonyada beyaz nokta olarak adlandırılır. Beyaz nokta genellikle derinin yüzeyinde küçük beyazımsı yumrular olarak görülür. Deri yüzeyine ulaşan ve açılan bir komedon siyah nokta olarak adlandırılır. Siyah lekeler kir nedeniyle değildir. Beyaz ve siyah noktalar deride uzun bir süre için kalabilir.

Akne lezyonlarının diğer türleri;

a. Papüller: dokunmaya karşı hassas olabilen küçük, pembe yumrular halinde olan iltihaplı lezyonlar

b. Püstüller: iltihaplı, tabanı kırmızı olabilen irin dolu lezyonlar

c. Nodüller: deri içinde derin yerleşmiş katı, ağrılı ve büyük lezyonlar

d. Kistler: skar ve ağrıya sebep olabilen derin, iltihaplı, irin dolu lezyonlar

Tedavi

Dermatologlar cilt düzensizlikleri ve hastalıkları üzerinde uzmanlaşmış olan doktorlardır. Akne genellikle dermatologlar tarafından tedavi edilir. Akne tedavisinin amacı skar dokusu oluşumundan korumaktır. Ayrıca akne tedavisinde aknenin neden olduğu sıkıntıları minimize etmek ve lezyonların sayısını azaltmak amaçlanır. Dermatologlar akne tedavisi için sıklıkla ilaç kullanır. Akne ilaçları foliküldeki hücre yığınlarını, yağ üretimini, bakterileri ve iltihabı azaltır.

Aknenin ağırlık derecesine bağlı olarak doktor topikalyada oral ilaç reçete edebilir. Topikal ilacı deriye sürmek anlamına gelir ve oral demek ağızdan almaktır. Bazen doktorlar birden fazla topikal ilaç ya da hem topikal hem de oral ilaçları birlikte reçete edebilir.

Akne için bazı yaygın reçetesiz topikal ilaçlar şunlardır:

- Benzoilperoksid
- Salisilik asit
- Sülfür
- Sülfür ve resorsinol

Akne için bazı yaygın reçeteli topikal ilaçlar:

- Benzoilperoksid
- Klindamisin
- Eritromisin
- Tetrasiklin
- Tretinoin (Retin-A®, Avita®)

Reçeteli ilaçlar reçetesiz ilaçlardan farklıdır. Çünkü reçeteli ilaçlar bakterilerin büyümesini engelleyen antibiyotikleri ve diğer kimyasalları içerirler. Bazı hastalarda akne ilaçları deri irritasyonları, yanık ya da kızarıklık gibi yan etkilere neden olur. Yan etkiler genellikle ilaç bir süre kullanıldıktan sonra geçer. Ağır yan etkiler doktora rapor edilmelidir.

Deride fark edilen düzelme ilaca başladıktan 4-8 hafta sonra görülebilir. Diğer ilaçlarla düzeltilemeyen ağır akneler için ise isotretinoin gerekir. İso

genellikle 16-20 hafta boyunca günde 1 ya da 2 kez oral olarak kullanılan bir ilaçtır. Çok pahalıdır ve ağır yan etkileri de olabilir. Bazı yan etkileri şunlardır :

- Kaşıntı
- Burun kanaması
- Kas ağrıları
- Işığa duyarlılık
- Kuru ağız, burun ve deri
- Azalmış gece görüşü
- Gebelikte isotretinoin kullanımına bağlı doğumsal defektler

Yan etkiler ilaç bırakıldığında geçer. Ağır yan etkilerden korunmak için hasta tedavi öncesi ve sonrası monitorize edilmelidir. Bu genellikle kan örnekleri alınmasını da içerir. Kadınlar isotretinoin kullanmadan 1 ay önce, kullanırken ve 1 ay sonrası için doğum kontrol yöntemi uygulamak zorundadır.

Akne için diğer tedaviler;

- Hormon tedavisi
- Düşük doz kortikosteroidler
- Anti-androjen ilaçlar
- Dermatologlar tarafından komedonların kaldırılması
- Lezyonların içine steroid enjekte edilmesi
- Cilde peeling uygulanması
- Skar dokusunu küçültmek için estetik cerrahi

Cilt Bakımı nasıl olmalıdır?

Akneli insanlar ciltlerini sabah ve akşam 1 kez yumuşak bir arındırıcı maddeyle nazikçe yıkamalıdır. Akneli alanlar ovalanırsa akne kötüleşebilir. Ağır egzersizler

sonra cilt yıkanmalıdır. Yüz çene altından saç çizgisine kadar yıkanmış olmalıdır. Sert ovalama yapılmamalıdır. Cilt yıkandıktan sonra iyice durulanmalıdır. Saçlar yağlıysa her gün yıkanabilir.

Cilde çok sık dokunulmamalıdır. Lekeleri sıkan insanlarda skar gelişme riski vardır.

Akneli erkekler elektrikli tıraş makinelerinin güvenli olup olmadığını araştırmalıdır. Eğer tıraş bıçağı kullanılacaksa bıçağı keskin olmalı ve sakallar tıraş kremi uygulamadan önce su ve sabunla yumuşatılmış olmalıdır.

Bronzlaşmaktan kaçınılmalıdır. Bronzlaşmış bir ten lekeleri saklasa da faydaları geçicidir. Güneş deriye zarar verebilir, yaşlanmayı hızlandırabilir ve cilt kanserine sebep olabilir. Ayrıca akne tedavisi için kullanılan birçok ilaç ciltte daha hızlı yanıklara sebep olabilir.

Kozmetikleri seçerken dikkatli olunmalıdır. Akne ilaçları alırken kozmetiklerin değiştirilmesi gerekli olabilir. Fondöten, allık, göz farı, nemlendiriciler gibi tüm kozmetikler yağlı olabilir.

Özellikle topikal tirozoin ve benzoilperoksid kullanımı sırasında, tedavinin ilk birkaç haftası boyunca fondöten uygulaması zorunlu olabilir,

Nemlendirici içeren dudak ürünleri küçük, açık veya kaplı komedonların oluşmasına sebebiyet verebilir.

Saç çizgisi boyunca deriye uygulanan saç ürünleri yanmaya ve sızlamaya sebep olabilir. “Non-comodogenic” etiketli ürünler kullanılmaya özen gösterilmelidir. “Non-comodogenic” lekelerin oluşumunu desteklemeyen ürün anlamına gelir.

Kaynakça:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/tutorials/acne/dm019104.pdf>

<http://www.bilgiustam.com/akne-nedir-olusumu-sebepleri-ve-tedavi-secenekleri/>

EPIGENETİK ÇÖZÜM: AKNE (SİVİLCE)



Bu ürün majistral bir ilaçtır.

Uygulama teknikleri

- 1- **Günde bir defa yatmadan 1 saat önce tüm yüze ince bir tabaka** halinde sürülmelidir.
- 2- Jel kullanılmadan önce **cilt normal sıcaklıktaki su ile** sabun kullanılmadan yıkanacak ve ardından kurulacaktır.
- 3- Sivilce oluşumunu engellediğinden sadece sivilce olan yere sürülmesi yeterli değildir. **Göz çukuru hariç tüm yüze ve vücuttaki sivilceli alanlara uygulanabilir.**
- 4- Günlük bakım jeli olarak **ergenlik döneminde kullanılması tavsiye edilir.** Etkisi kullanıldığı sürece devam eder.

Uyarılar ve Önlemler

- 1- **Tahriş olmuş cilde** (çatlamış cilt, güneşte yanmış cilt, aşırı kurumuş cilt, makyaj yapılmış ve iyice temizlenmemiş cilt) **sürülmemelidir.**
- 2- Banyo ve duş alımından **en az 2 saat sonra kullanılmalıdır.**
- 3- Kullanım süresince; **Cips, çekirdek, asitli içeceklerin vb. kullanılması** oluşacak olumlu etkiyi olumsuz yönde etkileyeceğinden **kesinlikle kaçınılmalıdır.**
- 4- Özellikle **ilk 28 günde** bu ürünlerin ve yoğun yağ içeren yiyeceklerin tüketilmesinden kaçınılması daha hızlı bir etki oluşumunu sağlayacaktır.
- 5- İçerdiği doğal maddelerden birine karşı **allerji görüldüğü takdirde** kullanım kesilmeli, normal sıcaklıktaki suyla cilt bolca yıkanılmalıdır. Hemen hekiminize müracaat edilmesi uygundur.

6- Bal arı st, propolis vb. arı rnlerine kar allerjisi olanların rn kullanması kesinlikle uygun değildir.

AKNE (SVLCE) PROBLEMNZ VARSA 0 312 241 77 00NUMARALI

TELEFONDAN LTFEN RANDEVU ALINIZ.

SZLER 'EPGENETK SAęLIK ZMLER' NE BEKLYORUZ.