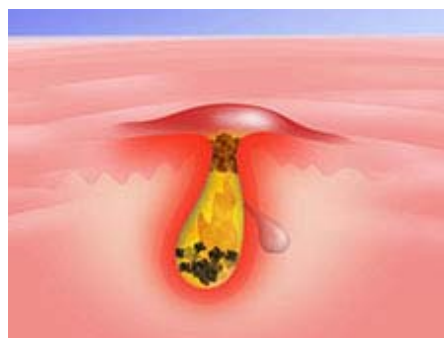


Bemutatjuk az aknét

Bemutatjuk az aknét

A bőr gyulladásszerű betegsége, amelyet a bőr pórusainak eltömődése következtében kialakuló felületes bőrelváltozások jellemeznek. Az akné a bőr faggyúmirigyeinek rendellenessége, ami a pórusok eltömődését és a pattanásoknak vagy mitesszereknek nevezett bőrelváltozások megjelenését eredményezi.

Az akné általában az arcon, a nyakon, a mellkason és a vállakon jelentkezik. Bár az akné nem jelent komoly fenyegetést az egészségre, súlyos formája torzulások, maradandó hegek kialakulásához vezethet, amelyek igen zavaróak az elváltozásban szenvedők számára.



Az Akné kialakulásának okai

Az akné kialakulásának pontos oka nem ismert, de az orvosok úgy gondolják, hogy kialakulása számos egymással kapcsolatban levő tényező eredménye. Egyik fontos tényező az emelkedő hormon szint. Az androgéneknek nevezett hormonok (férfi nemi hormonok) szintje a pubertás alatt mind a fiúkban, mind pedig a lányokban megemelkedik, és ez a faggyúmirigyeket megnagyobbodásra és több faggyú termelésére serkenti. Egy másik faktor az örökletesség vagy genetika. A kutatók úgy gondolják, hogy az akné kialakulásának hajlama a szülőktől örökölhető. Kutatások kimutatták, hogy az elváltozás például sok aknéban szenvedő iskoláskorú fiú családjában is megtalálható.

Az elváltozás általában pubertáskorban kezdődik, és sok évig fennállhat, serdülőkorú fiúknál a leggyakoribb, de mindkét nemben, minden életkorban előfordulhat.

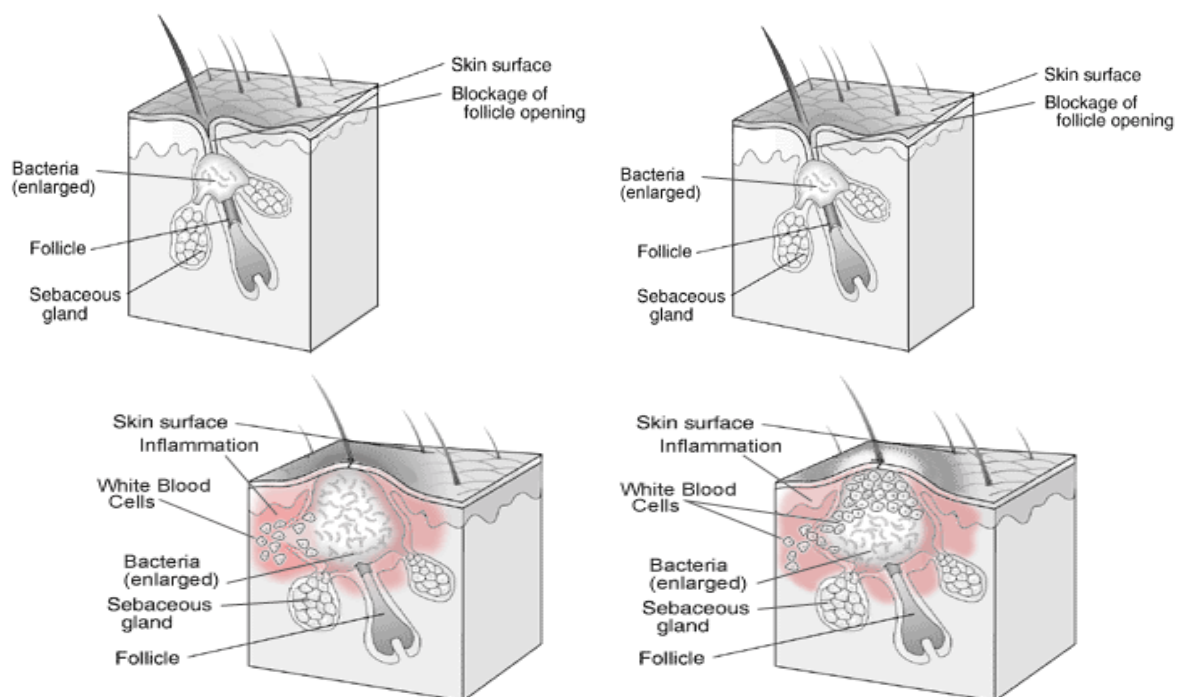
Az akné kialakulásának legvalószínűbb okai a bőr faggyúmirigyeit serkentő hormonális változások. Egyéb hormonális változások, mint amilyeneket a menstruációs ciklus, a terhesség, a fogamzásgátló tabletták használata vagy stressz kialakíthat, súlyosbíthatják az aknét.

Akné akkor keletkezik, amikor a bőr szőrtüszőiben a faggyúmirigyek eltömődnek, mert a kiválasztás gyorsabb annál, mint ahogyan a faggyú és a hámsejtek el tudják hagyni a tüszőt. A dugó a tüsző kidudorodását okozza (**fehér komedó**) és a dugó teteje megfeketedhet (**fekete komedó**). Amennyiben a dugó a tüsző falát megrepeszti, a faggyú, az elhalt hámsejtek és a normál esetben a bőr felületén található baktériumok bejutnak a bőrbe és pusztulának (**pattanásként** is ismert) nevezett kis,gyulladásos területeket hoznak létre.

Amennyiben ezek a gyulladásos területek a bőr mélyebb rétegeiben helyezkednek el, megnagyobbodva cisztákat alkothatnak. Faggyú ciszta alakul ki akkor, amikor a faggyúmirigy folytatja a faggyútermelést. A tüsző falának megrepedése helyett a tüsző folyamatosan növekszik és a bőr felszíne alatt puha, rugalmas csomót (**cisztát**) alkot. A ciszta általában nem fájdalmas és nem színeződik el, kivéve, ha felülfertőződik.

Az akné rendszerint az arcon és a vállakon jelenik meg, de áterjedhet a törzsre, a karokra és a lábakra is. Az arcra kerülő piszok és olaj súlyosbíthatja az elváltozást. Más tényezők, melyek növelik az akné kialakulásának kockázatát: hormonális változások, szélsőséges időjárási viszonyok, stressz, zsíros bőr; endokrin zavarok, bizonyos daganatok és bizonyos gyógyszerek használata (pl. kortizon, tesztoszteron, ösztrogén, stb.). Az akné nem fertőző. Az akné hajlam a 30-as éveken keresztül a korai 40-es évekig is fennállhat.

Hogyan alakul ki az akné?



Az orvosok az aknét a szőrtüsző-faggyúmirigy egységek betegségeként írják le. A szőrtüsző-faggyúmirigy egységek egy faggyúmirigyből és egy szőrszálból állnak a hozzá kapcsolódó csatornával együtt, amit tüszőnek neveznek (lásd az ábrát).

Ezek az egységek legnagyobb számban az arcon, a hát felső részén és a mellkason - az akné megjelenésére leginkább hajlamos testtájakon - találhatóak és itt is a legnagyobbak. A faggyúmirigyek egy zsíros anyagot termelnek, amit **sebumnak** hívnak, és ami normál esetben a tüszőnyíláson keresztül a bőr felszínére ürül. Úgy tartják, hogy az akné a tüsző belső falában bekövetkezett változás eredménye, ami akadályozza a faggyú áthaladását. Ismeretlen okok miatt a tüsző belső falának sejtjei túl gyorsan válnak le és összetapadnak. Az összetapadt sejtek eltömik a tüsző nyílását, így a faggyú nem juthat ki a bőr felszínére. A zsiradék és a sejtek keveréke arra kényszeríti a rendes körülmények között a bőr felszínén élő *Propionibacterium acnes*-nek (*P. acnes*) nevezett baktériumokat, hogy az eltömődött tüszőben szaporodjanak. Ezek a baktériumok olyan kémiai anyagokat és enzimeket termelnek, amelyek gyulladást okozhatnak. (A gyulladás a szövetek betegségekre vagy sérülésekre adott jellegzetes válasza, amit 4 tünet jellemez: duzzanat, vörösség, melegség és fájdalom.)

Egy idő után az eltömődött tüsző szétreped és mindent a környező bőrbe ürít - faggyút, összetapadt hámsejteket és baktériumokat is. Az elváltozások vagy pattanások kialakulása a bőr irritáltságának következménye. Az alapvető akné elváltozást **komedónak** nevezzük, ami egyszerűen egy megnagyobbodott szőrtüsző, amit zsír és baktériumok tömnek el. Ezeket az elváltozásokat gyakran mikrokomedókként emlegetik, mert szabad szemmel nem láthatók. Ha az eltömődött tüsző vagy komedó a bőr felszíne alatt marad, zárt vagy fehér komedónak nevezzük. A fehér komedók általában fehéres kiemelkedésként jelentkeznek a bőr felületén. Azt a komedót, amelyik eléri a bőr felszínét és kinyílik, fekete komedónak nevezzük, mert feketének látszik a bőr felszínén. Ez a fekete elszíneződés nem a piszoknak köszönhető. Mindkét elváltozás hosszú ideig fennállhat a bőrben.

A betegség típusai

Az akné általában két típusba sorolják, e szerint megkülönböztetünk papulo-pusztuláris és noduláris akné. A leggyakoribb típus a **papulo-pusztuláris akné**, amelyik komedók és pusztulák vagy papulák kombinációja (lásd a fotót). Más szavakkal, ez a típus gyulladós és nem gyulladós elváltozásokat is mutat.



Az "**acne vulgaris**" egy másik elnevezés, amellyel gyakran utalnak az egyszerű, hétköznapi aknéra.



A papulo-pusztuláris akné egyes eseteinek súlyosságát a komedók papulákhoz és pusztulákhoz viszonyított aránya határozza meg. Minél több a papula és a pusztula a komedókhöz viszonyítva, az akné annál súlyosabb.

A **noduláris akné** sokkal súlyosabb, mint a papulo-pusztuláris. Erre a típusra csomók megjelenése jellemző. Ezek az elváltozások igen torzítóak és fájdalmasak lehetnek. Amint azt korábban említettük, a maradandó hegek kialakulásának valószínűsége a nodulo-cisztás akné esetén legnagyobb. Az alábbi fotó a súlyos nodulo-cisztás akné egy tipikus esetét mutatja be (fotó).



Végül, a ritka, de igen súlyos gyulladásos akné formát **acne conglobatanak** nevezzük, melyet a fotó mutat be. A gyulladás mellett bakteriális fertőződés lehet jelen. Ez az akné típus elsősorban a háton, a faron és a mellkason alakul ki. Kezelése igen nehéz és néha sebészi megoldást igényel.



Lehetséges szövődmények és megelőzésük

- Ciszta
- Bőr tályog
- Maradandó hegek az arcon, testen
- Keloidok
- Pigment elváltozások
- Pszichológiai károsodás az önértékelésben, a magabiztosságban, a személyiségben és a társas életben

Keresse fel orvosát, ha a szövődmények tünetei jelentkeznek, illetve az akné súlyos és erőteljesen romlik! Keresse fel orvosát, ha új tünetek jelentkeznek ideértve a nagy vagy fájdalmas cisztákat is!

Kockázatok, hiedelmek

Számos tényező járulhat hozzá az akné kialakulásához vagy súlyosbíthatja azt. A lányok és felnőtt nők változó hormonszintje az akné fellángolását okozhatja a menstruációs ciklus kezdete előtti 2-7 napban. A terhességhez kapcsolódó hormonális változások vagy a fogamzásgátló tabletták szedésének elkezdése, illetve abbahagyása szintén okozhat aknét. A stressz, különösen a súlyos vagy az elhúzódó érzelmi feszültség súlyosbíthatja az elváltozást. Emellett bizonyos gyógyszerek, ideértve az androgéneket, a lítiumot és a barbiturátokat, ismertén aknét okoznak.

A zsíros kozmetikumok megváltoztathatják a tüszők sejtjeit és összetapaszthatják azokat. A bőr dörzsöléséből, vagy az azon való támaszkodásból eredő súrlódás, illetve a biciklis védősisakok, hátizsákok, szűk ingnyakak nyomása hozzájárulhat az akné kialakulásához vagy súlyosbíthatja azt. A környezetből származó irritáló anyagok (mint amilyenek a környezetszennyezés vagy a magas páratartalom), a problémás területek nyomkodása, piszkálása és a bőr durva dörzsölése rontja az aknét.

Sok tévhit kering az akné okáról. Gyakran okolják a csokoládét és a zsíros ételeket, de a kutatások azt mutatják, hogy a legtöbb emberben az ételek igen elenyésző hatással vannak az akné kifejlődésére és lefolyására. Egy másik általános tévhit, hogy a piszkos bőr okozza az aknét, pedig a fekete komedókat és más akné elváltozásokat nem a szennyeződések idézik elő.

Dr. Beleznay Gyöngyike

Bőr- és nemibeteg gyógyász,
kozmetológus szakorvos. Magánorvos