Как избавиться от угрей?

Акне, или юношеские угри – довольно частая проблема, которая может серьезно испортить жизнь. В медицинском смысле угри не считаются опасной болезнью, но могут нанести очень серьезную психологическую травму, особенно подростку. Считается, что угри – это проблема молодых, и с возрастом они «сами пройдут». Однако всё чаще встречаются случаи, когда угри не проходят и в 20, и в 30 лет, оставляя после себя некрасивые рубцы.

Поэтому не стоит ждать, когда случится чудо и кожа очистится сама по себе, а нужно ей помочь, и чем раньше начать это делать, тем проще будет справиться с проблемой. Одним из важных условий в борьбе с акне является постоянный уход за кожей и правильный выбор косметических средств. Основные правила выбора косметики при акне:

- ежедневно очищайте кожу мягким средством для умывания;
- применяйте лосьоны без спирта, содержащие антисептические средства;
- используйте средства точечного воздействия на пораженные участки;
- пользуйтесь увлажняющим дневным кремом, защищающим от солнечных лучей, гипоаллергенным, некомедогенным;
- при наличии воспалений на коже избегайте механических пилингов и скрабов, вместо них можно использовать очищающие маски, например, с глиной.

Косметические средства по уходу за проблемной кожей обычно содержат следующие компоненты:

- экстракты и эфирные масла растений, обладающих противовоспалительным или антибактериальным действием, выводящие токсины, регулирующие деятельность сальных желез и т.д.;
- гамма-линоленовую кислоту;
- альфа и бета-гидроксикислоты (АНА и ВНА) – обычно гликолевая, молочная или салициловая;
- аллантоин, пантенол;
- препараты цинка.

Как избавиться от угрей

Автор: admin

12.07.2013 11:55 -

При выборе декоративной косметики также нужно обращать внимание на ее состав. Существует косметика, специально предназначенная для проблемной кожи (например, различные корректоры, позволяющие скрыть дефекты кожи), но во многих случаях декоративная косметика может содержать комедогенные (то есть, вызывающие появление комедонов) компоненты. К их числу относятся:

- изопропилмирикат и его аналоги (изопропилпальмитат, изопропилизостеарат, бутилстеарат, изостеарилнеопентаноат, миристилмирикат, децилолеат, октилстеарат, октилпальмитат, изоцетилстеарат);
- ланолин и его производные;
- синтетические красные пигменты D&C Red Dyes, применяемые в губной помаде и румянах.

В связи с этим при наличии акне лучше отказаться от использования румян и тональных кремов, а вот пудра может быть вполне безопасна.

Однако не всегда даже грамотно подобранная косметика может спасти положение. В таком случае вам прямая дорога к врачу-дерматологу. Врач не только подберет вам правильный уход, проведет необходимые процедуры, но также может направить вас на обследование к другим врачам – эндокринологу, гастроэнтерологу, гинекологу, – ведь часто причиной появления акне является сбой в какой-то из систем организма. Выявив причину и определив степень поражения кожи угрями, врач может назначить медикаментозные средства для лечения акне.

Какие же средства для лечения акне предлагает современная медицина? Средства для борьбы с акне можно разделить на наружные и средства для приема внутрь.

Для лечения акне легкой степени используются только наружные средства. Это одно из средств, содержащих бензоилпероксид, третиноин или азелаиновую кислоту. Эти средства эффективны при длительном использовании, от трех месяцев и более. При неэффективности этих средств назначают антибактериальные средства, которые помогают при гнойных угрях, но комедоны («чёрные точки») не устраняют. Антибиотики могут также быть назначены совместно с наружным лечением.

При лечении средней степени акне наружную терапию в большинстве случаев сочетают с приемом антибиотиков из группы тетрациклинов. При среднетяжелых вариантах акне лечение антибактериальными средствами эффективно лишь при длительном их

Как избавиться от угрей

Автор: admin

12.07.2013 11:55 -

применении (не менее месяца). При этом следует учитывать возможные побочные действия антибиотиков (дисбактериоз, фототоксичность и другие).

В случае неэффективности приведенного выше лечения, врач может задуматься о назначении ретиноидов, а для женщин – гормональных препаратов. При тяжелой форме акне обычную наружную терапию обязательно комбинируют с общим лечением.

Третиноин или изотретиноин – синтетический аналог витамина А. Этот препарат значительно снижает продукцию кожного сала, уменьшает формирование комедонов и действует еще долго после отмены терапии. Лечение этим препаратом длится от 4 месяцев, а в 3% случаев лечение может затянуться почти на год. Однако за эффективность в отношении угрей придется дорого заплатить – у ретиноидов серьезные побочные эффекты.

В любом случае не следует заниматься самолечением. Квалифицированный специалист поможет подобрать правильную программу лечения, оценит ее эффективность и сможет скорректировать, если это понадобится. И пусть ваша кожа не знает проблем!

Автор - **Анна Лубкова**

[Источник](#)