

Pattanásosság - esztétikai probléma vagy betegség?

A pattanásosság az arc, hát, mellkas bőrében lévő faggyúmirigyek gyulladása, mely enyhébb-súlyosabb formában csaknem minden embert érint főként serdülőkorban. A tünetek súlyossága az enyhe mitesszeres panaszoktól a súlyos, mély gennyes gyulladásig terjedhet. Ennek megfelelően a tünetek kezelése a drogériákban kapható "pattanástalanító" szerektől, a kozmetikai tisztításon, a gyógyszeres készítményeken át a belső gyógyszeres kezelésig terjed.

Mi a pattanásosság lényege?

Ahhoz, hogy a pattanásosság különböző formáit megérthessük, szólnunk kell a pattanásosság tüneteiről, azok kialakulási folyamatáról.

A pattanásosság a bőrben lévő faggyúmirigyek gyulladása. A faggyúmirigyek a bőr hámrétege alatt helyezkednek el, kivezető járatuk a szőrtüszőkbe nyílik, az általuk termelt faggyú a szőrtüszők nyílásán keresztül jut ki a bőrfelszínre. Bőrünk látható szőrrel nem borított, ún. pihezőterületein ezek a nyílások a pórusoknak felelnek meg. A faggyú zsírszerű anyag, mely normális mennyiségben rendkívül fontos alkotója a bőrnek. A faggyútermelés hormonális befolyás alatt áll, elsősorban a hím nemi hormonok (az ún. androgének) fokozzák termelődését. Androgén hormonok a serdülőkortól kezdve mindkét nemben termelődnek, természetesen a fiúkban nagyobb mennyiségben. A pattanásosság kialakulásában nem elsősorban e hormonok mennyisége, hanem a faggyúmirigyek hormonérzékenysége a döntő, ez pedig alkati tényező. Ezért van az, hogy súlyosabb pattanásossággal küzdő pácienseknél gyakran találunk olyan családtagot, akinek ifjúkorában szintén súlyos pattanásos tünetei voltak.

A pattanásosság különböző tünetei tulajdonképpen a faggyútermelés zavarának különböző fokozatú következményei. Hormonális hatásra a faggyútermelés fokozódik. Amennyiben a termelt faggyú mennyisége egy bizonyos mértéket meghalad, már nem tud rendesen a felszínre ürülni, és a pórust egy faggyúból és hámból álló dugó tömeszeli el, mely gyakran megfeketedik. Ez a mindenki által ismert mitesszer (orvosi nyelven comedo - ejtsd komédó). Abban az esetben, ha a pórus teteje hámmal lezáródik, a mitesszer nem színeződik el, hanem apró sárgásfehér tüskécskeként látszik a bőrön (ún. zárt comedo). Mindkét esetben a faggyú további ürülése a bőrfelszínre akadályozott, az ezután termelődött faggyú a faggyúmirigyben és környékén pang, mely a bőrben helyileg gyulladást kelt. Az így létrejött vöröses csomócskát hívja a köznyelv pattanásnak. Az emberi bőr felszínén normálisan is találhatóak különböző mikroorganizmusok (baktériumok és gombák) melyek részei a bőr ún. normál flórájának. Ezek közül néhány a pangó faggyúban kifejezetten szívesen szaporodik (pl. a Propionibacterium acnes nevű baktérium és a Pityrosporon ovale nevű gomba). Az elszaporodó mikroorganizmusok tovább fokozzák a helyi gyulladást, és gennyes csomócskák jönnek létre. Egyéni hajlam alapján e csomócskák a bőr mélye felé terjednek, gennyel telt, tályogszerű, a bőr alatt egymással összekötetésben álló képleteket hozva létre (mély csomós-gennyes pattanásosság, orvosi nyelven acne conglobata).

A pattanásos tünetek elsősorban a bőr faggyúmirigyekkel gazdagon ellátott területein jelentkeznek. Ezek az ún. seborrhoeás területek az arc (homlok, orrszárnyak, áll), a mellkas és a hát felső részének bőre.

A pattanásosság tüneteinek súlyossága egyéni hajlamtól függő, bár számos környezeti tényező is befolyásolja. Maga a serdülés egy folyamat, melyre jellemző a nagyfokú hormonális változás, és a hormonális szabályozás átmeneti labilitása. Ezért serdülőkorban a pattanásos tünetek is hullámzó lefolyást mutathatnak, illetve enyhébb formából viszonylag gyorsan súlyosabb állapotba romolhatnak. A környezeti tényezők közül a tisztálkodásra használt nem megfelelő szerek (pl. hagyományos szappanok) átmeneti szárító hatásukat követően a faggyúmirigyeket irritálják, fokozott faggyútermelésre serkentik. A környezetszennyezés (poros, kormos, olajgőzös környezet) a pórusokat eltömészelve rontja a pattanásosságot. A stressz is fokozza a faggyútermelést. A női ciklus bizonyos szakaszában (a menstruáció előtt és alatt) az androgén hormonok relatív előtérbe kerülése ronthatja a tüneteket. A táplálkozási tényezők közül a pattanásos egyénnek célszerű kerülni az olajos magvak (napraforgómag, dió, mogyoró, pisztácia, stb.) és a csokoládé túlzott fogyasztását.

Hogyan kezeljük a pattanásos bőrt?

Az enyhe pattanásos tünetek (mitesszerek, nem gennyes pattanásos csomócskák) az illatszerboltokban vagy patikákban kapható pattanásosság-ellenes szerekkel is karbantarthatók. Kulcsfontosságú ilyenkor az érintett bőrterület megfelelő tisztítása, a mitesszerek kiürülésének segítése.

A pattanásos bőr tisztítására nem megfelelőek a szokásos bőrtisztító készítmények, mert számos közülük a faggyútermelést fokozó (ún. komedogén) összetevőket tartalmaz. Speciálisan pattanásos bőrre kifejlesztett tisztálkodószer (tonik, arcmosó készítmény) használata javasolt. A mitesszerek kiürülésének segítésére hámlasztó (peeling) hatású készítményeket használhatunk (bőrradír, peeling-maszk). A mitesszeres bőr rendszeres kozmetikai tisztítása is hatékony segítség.

Milyen a jó kozmetikai tisztítás?

A mitesszeres-pattanásos bőr tisztítását lehetőleg szakképzett kozmetikus végezze. Otthoni tisztításnál csak a kozmetikus vagy bőrgyógyász által javasolt módszerek használhatók, kellő begyakorlás után. Nem megfelelő tisztító kezeléssel a pattanásosság romlását, a folyamat mélyebbre terjedését idézhetjük elő!!!

A megfelelő tisztítás a bőr felső rétegének előzetes felpuhítása és fertőtlenítése után az eltömődött pórusok (nyílt és zárt mitesszerek) eltávolítását célozza. Pattanásos csomócskát, különösen gennyes folyamatot SOHA NE NYOMKODJUNK!!! Gennyes folyamat esetén a genny a felső hámréteg óvatos megemelése után a bőr két irányba történő széthúzásával üríthető ki. Tisztítás után a kezelt bőrfelszín ismételt fertőtlenítése szükséges.

Mikor kell orvoshoz fordulnunk?

Súlyos, mély csomós-gennyes pattanásosság kezelése mindenképp orvosi feladat. A mélyre terjedő pattanásos tünetek a legtöbb esetben maradandó hegek hátrahagyásával gyógyulnak. Ezekben az esetekben helyi készítményektől és tisztítástól önmagában nem várható javulás, belső gyógyszeres kezelésre van szükség. Mivel azonban az átmenet az enyhébb és a súlyosabb formák között nem éles, illetve a folyamat hirtelen csaphat át súlyosabb formába, javasolt az enyhébb gennyes-csomós pattanásos tünetek bőrgyógyászati gondozása is.

Mit ír elő az orvos?

A pattanásosság bőrgyógyászati kezelésének mindig egyénre szabottnak kell lennie. Ez azt jelenti, hogy a kezelés előírásakor a pattanásos tünetek súlyosságán kívül az orvos figyelembe veszi a páciens életkorát, nemét, esetleges egyéb betegségeit, hormonális állapotát, pszichés állapotát (mennyire viselik meg a tünetek), együttműködő-képességét is. Fentiek figyelembevételével az orvos az alábbi kezeléseket illetve ezek kombinációját írhatja elő:

Helyi készítmények:

Sajnos a faggyútermelést érdemben csökkentő, helyileg alkalmazható készítmény jelenleg nem ismert. Ezért a helyi kezeléssel a faggyú kiürülésének elősegítését (hámlasztó készítmények), a mikroorganizmusok elszaporodásának gátlását (fertőtlenítő anyagok, helyileg alkalmazható antibiotikumok), valamint a kialakult gyulladás csökkentését (gyulladásgátló szerek) célozzuk. A bőrgyógyász által felírt szerek lehetnek receptre kapható gyári krémek-oldatok, vagy az orvos által előírt, kevert (ún. magisztrális) patikai készítmények. Utóbbiak esetén célszerű a kezelőorvostól elkérni a pontos összetételt, vagy megőrizni a patikai részletes számlát. Ha ugyanis a készítmény hatásosnak bizonyul, könnyebb lesz ismét felírni, ha viszont valamilyen mellékhatás (bőrirritáció, allergia) lép fel, az összetevők ismerete segíti ennek elhárítását és a további kezelést.

Bár a pattanásosság a faggyútermeléssel áll szoros összefüggésben, nem minden pattanásos páciens bőre zsíros (száraz seborrhoea). A helyi kezelésre használt készítmények jelentős része szárítja a bőrt, ezért nem szabad megfeledkeznünk a kezelés után a bőr hidratálásáról sem.

Belsőleg alkalmazandó gyógyszerek:

A pattanásosság súlyosabb eseteiben, illetve középsúlyos (gennyes, de nem mély csomós) formákban ha a helyi kezeléssel nem érünk el megfelelő eredményt, belső gyógyszeres kezelés válhat szükségessé. Ennek lehetőségei a következők:

Az androgén hormonok hatását ellensúlyozó gyógyszereket természetesen csak női páciensek kaphatnak. Ez antiandrogén hatással is rendelkező hormonális fogamzásgátló szedését jelenti.

Elsősorban akkor választjuk ezeket a készítményeket, ha egyéb androgén-hormon okozta tünet is észlelhető (pl. férfias típusú hajhullás), vagy más okból is igény merül fel a hormonális fogamzásgátlásra.

Gennyes pattanásosság esetén jön szóba belső antibiotikus kezelés. Elsősorban a tetracyclin-származékok váltak be a pattanásosság belső antibiotikus kezelésében. Egy antibiotikus kúra 3-6 hónapig tart. Fontos tudnunk, hogy a tetracyclin fényérzékenyít, tehát ilyen kezelés mellett napozni, szoláriumba járni nem lehet. Súlyos, gennyes-csomós pattanásosság illetve másodlagos hegesedésre való hajlam esetén rendelhet az orvos belső A-vitamin származékot (retinoid tartalmú gyógyszert). E szerek rendkívül hatékonyak a pattanásosság kezelésében, de egyes mellékhatásaik miatt csak rendszeres orvosi ellenőrzés mellett szedhetők. Legsúlyosabb mellékhatásuk a magzatkárosító hatás, mely értelemszerűen csak a fogamzóképes korú nők esetén játszik szerepet. E pácienseknek, a gyógyszer szedésének idején és elhagyása után 6-12 hónapon át hatékony fogamzásgátlást kell alkalmazniuk. E gyógyszerek további mellékhatásai (vérkép és vérzsírok befolyásolása, bőr- és nyálkahártya szárazság) rendszeres orvosi ellenőrzés mellett kivédhetők, és a gyógyszer elhagyása után maradéktalanul rendeződnek. A retinoidok szintén fényérzékenyítő hatásúak, szedésük idején napozni, szoláriumba járni nem szabad!

Ritka pattanásosság formák:

A pattanásosságnak vannak ritkán előforduló, illetve olyan sajátos formái, melyek kórismézése és kezelése bőrgyógyász szakorvosi feladat.

A pattanásos tüneteket a nyomkodás, állandó vakarás-piszkálás, a nem megfelelő tisztítás lényegesen ronthatja. Az így kialakult sebes-csomós pattanásosságot nevezzük "acne excoriee"-nak. Kezelésében a rossz beidegződés elhárítása kulcsfontosságú, ennek érdekében pszichoterápia is szóba jön.

A pattanásos tünetek igen ritkán hirtelen lázzal, hidegrázással kísérve mennek át mély gennyes formába (acne fulminans), a tüneteket ízületi-csontrendszeri tünetek is kísérhetik (Sapho szindróma). Ezekben az esetekben kórházi kivizsgálás, kezelés szükséges.

Újszülött korban, anyai hormonok hatására nem ritka az arcon apró mitesszerek, esetleg néhány pattanás megjelenése (acne neonatorum). Ezek a tünetek az esetek túlnyomó többségében az anyai hormonhatás elmúlásával párhuzamosan, néhány hónap alatt spontán rendeződnek. Gyermekkorban hormonhatás híján a faggyúmirigyek átmeneti nyugalomban vannak. Ritkán ebben az életkorban is előfordulhatnak pattanásos tünetek (acne infantum), melyek mindenképp szakorvosi vizsgálatot és kezelést igényelnek.

A pattanásossághoz igen hasonló tünetekkel járó (de nem valódi pattanásosság) az arra hajlamos egyéneknél a fénynek kitett testrészekben (elsősorban alkar) kialakuló "acne solaris". Szintén hajlamosság alapján, nagy dózisú belső szteroid kezelés mellett alakul ki az ún. "steroid acne". Mindkét fenti kórkép diagnózisa és kezelése bőrgyógyász szakorvosi feladat.

dr. Csanády Kinga

Hungária Med-M Kft.