

Борьба с прыщами 🤔👤

Наш эксперт врач-дерматовенеролог ГУЗ «ТОККВД» Анна Александровна Демикова

Существуют ли какие-нибудь универсальные средства от угревой болезни? 🤔

Тому, кто поборет акне, обещают Нобелевскую премию. Угревая болезнь - многоликое заболевание, имеющее множество клинических вариантов. Оно возникает в любом возрасте. В связи с этим лечение акне никогда не бывает одинаковым и всегда назначается с учётом формы и степени тяжести заболевания.

Влияет ли характер питания на акне? 🤔

Точно выявлено только одно: появлению угрей способствуют продукты, содержащие йод. Людям с акне нежелательно употреблять в большом количестве морепродукты и продукты, содержащие консерванты. Также людям с жирной кожей не рекомендуется есть жирную пищу и пить горячий чай, так как это стимулирует работу сальных желёз.

А специальной диеты для людей с акне нет. Питание должно быть сбалансированным по белкам, жирам, углеводам, витаминам и минеральным элементам.

Влияет ли эмоциональный фон? 🤔

Да, давно известно, что 80% наших болезней имеют психологическую причину. Это «работает» и здесь: депрессивные состояния снижают иммунитет и могут быть фактором обострения акне.

Помогает ли при угревой болезни ультрафиолет? 🤔

Чрезмерное воздействие солнечного света приводит к кратковременному улучшению, загару. Но через короткий промежуток времени начинается обострение из-за пересушенного верхнего слоя эпидермиса, и протекает болезнь гораздо более выражено.

Профилактика проблем с кожей? 🤔

Проблемной кожей надо активно заниматься. Кожное сало накапливается и расширяет пору изнутри. После удаления комедона пора сужается на какое-то время, но вскоре вновь заполняется секретом сальной железы. Необходимо периодически чистить такие поры.

Делать это профессионально, бережно, у косметологов. Сейчас существует чистка ультразвуком. Самое эффективное лечение акне - совместное дерматолога и косметолога.

Причинами угревой болезни могут быть

🤔 наследственная предрасположенность,

🤔 гормональный дисбаланс, нарушения функции иммунной системы, заболевания ЖКТ, печени, жёлчного пузыря, центральной и вегетативной нервной системы, нарушение барьерной функции кожи,

- 🔑 нарушения питания,
- 🔑 приём некоторых медикаментов,
- 🔑 психогенные факторы.