



Everything you need to know about

Acne

For more information or an Appointment
Please call 1826666 Ext. 2555



@NewMowasatHospital

New Mowasat Hospital

@NMOWASAT



مستشفى المواساة الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

زرعى الأجيال
CARING FOR GENERATIONS

(965) 1 82 6666

New Mowasat Hospital

www.newmowasat.com

Acne is a very common skin condition characterised by comedones (blackheads and whiteheads) and pus-filled spots (pustules). It usually starts at puberty and varies in severity on the face, neck, back and chest. It can persist long in some people.

What causes acne?

The sebaceous (oil-producing) glands of people who get acne are sensitive to certain hormones in blood, which are present in both men and women. These cause the glands to produce an excess of oil. At the same time, the openings of the glands are clogged.

The acne bacterium lives on everyone's skin, but in those prone to acne, these bacteria can multiply. This triggers inflammation and the formation of red or pus-filled spots.

Some acne can be caused by medication given for other conditions or by certain contraceptives. Some tablets taken by body-builders contain hormones that trigger acne and other problems. Acne can rarely be caused by hormonal disturbance. In these cases there is unusual hair growth on the face and body or scalp hair loss, irregular periods.

Picture of acne

Acne is a mixture of the following: oily skin, blackheads and whiteheads, red spots, yellow pus-filled pimples, cysts and scars.

Acne treatment

Acne treatments fall into the following categories:

Topical treatments, i.e. those that are applied directly to the skin

Oral antibiotics, i.e. taken by mouth

Oral contraceptive pills

Isotretinoin capsules

Other treatments

Topical treatments

are usually the first choice for mild to moderate acne. They should be applied to all of the face and not just to individual spots, usually every night or twice daily. There are a variety of topical anti-acne agents, such as benzoyl peroxide, antibiotics, retinoids, azelaic acid and nicotinamide.

Oral antibiotic treatment Usually a type of tetracycline, which is sometimes taken in combination with a suitable topical treatment. Antibiotics need to be taken for at least two months, and are usually continued until there is no further improvement, may be up to six months. Some should not be taken at the same time with food,

Oral contraceptive treatments

Some types of oral contraceptive pills help females who have acne. The most effective contain a hormone blocker (for example, cyproterone) which reduces the amount of oil the skin produces. It usually takes at least three to four months for the benefits to show. These tablets increase the risk of blood clots especially for people who smoke, are overweight or have others in the family who have had blood clots.

Isotretinoin

This is a powerful and highly effective treatment composed of vitamin A acid, which benefits most patients. The course of treatment depends on the body weight of the patient. However, it can be prescribed only under the supervision of a consultant dermatologist. Effective contraception must be used for four weeks before treatment, all over the period of treatment, and four weeks after treatment. During treatment the skin becomes dry, particularly around the lips. Regular application of a lip moisturizer is necessary. The improvement is progressive throughout the course of treatment, and the course must be completed according to the body weight. Do not be disappointed if progress seems slow.

Many of people have benefited from this drug without serious side effects.

Other treatments

There are many forms of light and laser therapy for inflammatory acne but these forms of treatment are usually ineffective in the treatment of severe inflammatory acne. Laser resurfacing of facial skin to reduce post-acne scarring requires the skills of an experienced laser surgeon. Laser treatment should not be done for at least one year after completing a course of isotretinoin.

Self care

Try not to pick or squeeze your spots as this may cause scarring. Treat acne as soon as it appears to avoid permanent scarring.

Wait at least two months before you see much improvement..

Some topical treatments may dry or irritate the skin when you start using them. If your face goes red and is irritated by a lotion or cream, stop treatment for a few days and try using the treatment less often and then build up gradually.

Make-up may help your confidence. Use products that are oil-free or water-based. Choose products labelled 'non-comedogenic'

Cleanse your skin and remove make-up with a mild soap or a gentle cleanser and water, or an oil-free soap substitute. Scrubbing too hard can irritate the skin and make your acne worse.

There is some evidence that chocolate and "fast foods" cause acne. Your health will benefit from a balanced diet including fresh fruit and vegetables.

العناية الشخصية

حاول عدم نزع أو عصر الحبوب لأنها تؤدي إلى تكون الندبات.
ينصح بالعلاج المبكر قدر المستطاع للوقاية من حدوث
الندبات.

انتظر لمدة شهرين على الأقل قبل ترقب أي تحسن.

قد تسبب بعض العلاجات الموضعية جفاف أو تهيج الجلد
عند بدء استعمالها. إذا أصبت باحمرار الجلد أو تهيجه بسبب
كريم أو مرطب، أوقف العلاج لبضعة أيام وحاول تقليل معدل
استخدام العلاج ثم زده تدريجياً.

ستساعد مستحضرات التجميل على تقليل الجفاف. وخاصة
الخالية من الزيت أو المشتقة من الماء. المدون عليها «غير
دهني».

نظف وجهك وأزل مستحضرات التجميل بصابون خفيف على
البشرة أو بمنظف خفيف وماء أو أي بديل للصابون
قد يؤدي الكحت بشدة إلى تهيج الجلد وتدهور حالة حب
الشباب.

هناك أدلة تثبت أن الشوكولاتة والأطعمة السريعة تسبب حب
الشباب. ستتحسن حالتك إذا اتبعت نظاماً غذائياً متوازناً يشمل
السّمك والخضراوات والفواكه.

العلاجات الموضعية هي الخيار الأول في حالات حب الشباب ذات الدرجة البسيطة إلى المتوسطة. ويجب أن يتم وضعها على الوجه بالكامل وليس فقط البثور، عادة كل ليلة أو مرتين يومياً. وتتواجد العديد من مستحضرات علاج حب الشباب الموضعية مثل بيروكسيد البنزويل والمضادات الحيوية والريتينويد وحمض الأزيليك والنيكوتيناميد.

المضادات الحيوية عادة تكون من أحد أنواع التيتراسيكلين، وعادة يوصف مع العلاج الموضعي المناسب. يجب تناول المضادات الحيوية لمدة شهرين على الأقل وعادة يتم تناولهم حتى يتوقف تحسن الحالة، وقد تصل الى ٦ أشهر من العلاج. ويجب تجنب تناول بعضها مع الطعام.

الأقراص المانعة للحمل

تساعد بعض انواع الأقراص المانعة للحمل الإناث اللائي يعانين من حب الشباب. وأكثرها فعالية المحتوية على مادة سبريبتيرون، التي تعطل الهرمون المنشط للدهنيه. وعادة تستغرق شهورا لظهور النتائج. وتزيد تلك الأقراص من خطر تخثر الدم خاصة مع المدخنين والمفرطين في الوزن أو ذوي الأقارب المصابين بتخثر الدم.

أيزوترتينوين

وهذا العلاج من العلاجات القوية والفعالة ويتكون من فيتامين أ المحمض، ويساعد معظم المرضى. وتعتمد مدة العلاج على وزن جسم المريض، ولكن يجب وصفه تحت إشراف استشاري أمراض الجلدية. وعلى المتزوجات استخدام وسيله مضمونه لمنع للحمل قبل ٤ أسابيع من العلاج، وخلال فترة العلاج ولمدة ٤ أسابيع بعد الانتهاء منه. وتجف البشرة أثناء العلاج خاصة حول الشفتين. ويساعد وضع مرطب للشفاه التغلب على هذه المشكلة. ويزداد تحسن الحالة على مدار البرنامج العلاجي لذا لا تشعر بالإحباط إذا تأخرت النتائج. وقد استفاد العديد من المرضى من العلاج دون آثار جانبية.

علاجات أخرى

وتتاح العديد من أنواع العلاج بالليزر لتقليل الندبات بعد جفاف حب الشباب ويلزمها المهارات التي يحظى بها جراح الليزر عالي الخبرة. ولا يجب إجراء علاج الليزر إلا بعد مرور عام على الأقل من انتهاء العلاج.

حب الشباب أحد الحالات الجلدية الشائعة التي تتميز بظهور الرؤوس الدهنية (البيضاء والسوداء) والبثور المليئة بالصديد (القي). وعادة يبدأ في مرحلة البلوغ وتتراوح شدته في الوجه والرقبة والظهر والصدر. وقد يستمر لفترة أطول في بعض المرضى.

ما هي أسباب حب الشباب؟

تتسبب الغدد الدهنية (الغدد التي تفرز الدهون) في بعض الناس من بعض الهرمونات الموجودة في دم الرجال والنساء على حد سواء، مما يزيد من إفراز تلك الغدد للدهون. وفي نفس الوقت، قد تتسد فتحات تلك الغدد.

وتعيش بكتيريا حب الشباب على جلدنا جميعاً ولكن تتكاثر تلك البكتيريا في الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بحب الشباب. ويحفز ذلك حدوث الالتهاب وتسبب الحبوب الحمراء أو المليئة بالصديد.

وقد تتسبب بعض الأدوية في تكون حب الشباب وكذلك أقراص وحقن موانع الحمل. وتحفز بعض الأقراص المحتوية على الهرمونات التي يتناولها الرياضيون من ظهور حب الشباب وحدوث مشاكل أخرى.

ونادراً ما تسبب الهرمونات ظهور حب الشباب. وفي تلك الحالات، يظهر نمو غير طبيعي للشعر في الوجه والجسم ويتساقط الشعر من فروة الرأس وتضطرب الدورة الشهرية.

هيئة حب الشباب

يعاني المرضى من البشرة الدهنية والرؤوس السوداء والبيضاء والحبوب الحمراء والبثور الصفراء المحتوية على الصديد والأكياس والندبات.

علاج حب الشباب

يندرج علاج حب الشباب في الفئات التالية:

العلاج الموضعي أي الذي يتم وضعه مباشرة على الجلد.

المضادات الحيوية التي يتم تناولها عبر الفم.

الأقراص المانعة للحمل

كبسولات الأيسوتريتينوين

علاجات أخرى



كل ما تريد أن تعرفه عن

حب الشباب

للاستفسار وحجز المواعيد

يرجى الإتصال على 182 6666 داخلي 2555



@NewMowasatHospital

New Mowasat Hospital

@NMOWASAT



مستشفى المواساة الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

زرعي الأجيال
CARING FOR GENERATIONS

(965) 1 82 6666

New Mowasat Hospital

www.newmowasat.com