

Consigli in caso di **acne**



Guida terapeutica per i pazienti

L'acne si manifesta, oltre che per fattori ereditari, con l'attivazione degli ormoni sessuali durante la pubertà ed è presente nell'80-90% degli adolescenti. Un terzo dei casi necessita di trattamento medico.

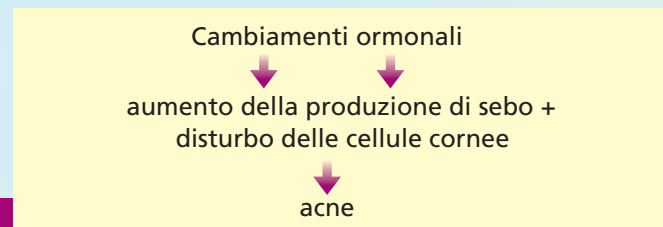
Punti neri e foruncoli, i sintomi dell'acne, si sviluppano nei follicoli delle ghiandole sebacee della pelle. Questi follicoli sono presenti soprattutto sul viso, sulla schiena e sul décolleté. La loro funzione normale è la produzione di un sottile strato di grasso che protegge la pelle e la mantiene liscia.



Gli ormoni, che attivano i cambiamenti del nostro corpo durante la pubertà, fanno aumentare anche la produzione di sebo. Se questo defluisce senza ostacoli, la sua iperproduzione non causa necessariamente l'insorgere dell'acne.

Punti neri e brufoli compaiono solo se la ghiandola sebacea è otturata. Nel caso dell'acne, questo è dovuto a un disturbo genetico della maturazione delle cellule presenti nel follicolo della ghiandola sebacea. Queste cellule si rinnovano costantemente mentre le vecchie vengono eliminate insieme al sebo. Se però le cellule non si staccano una dall'altra, formano un tappo costituito da cellule cornee morte e sebo.

La gravità dell'acne dipende da quanto i follicoli delle cellule sebacee sono influenzati dai cambiamenti ormonali.

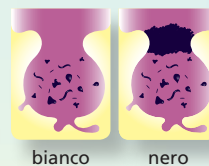


In dermatologia, settore della medicina che si occupa delle malattie della pelle, si distinguono quattro livelli di gravità dell'acne:

- ◆ **Acne comedonica** (punti neri)
- ◆ **Acne papulo-pustolosa lieve** (brufoli: noduli cutanei infiammabili e pustole piene di pus)
- ◆ **Acne papulo-pustolosa grave** (noduli e brufoli molto infiammati)
- ◆ **Acne conglobata** (noduli e cicatrici, con infiammazione grave e profonda)

L'acne comedonica prende il nome dai comedoni, i punti neri. Questi si formano a causa del tappo formato in caso di comedone aperto da cellule cornee morte e sebo. La colorazione scura in caso di comedone aperto è causata dalla melanina, un pigmento cutaneo, e non dalle impurità.

Un comedone aperto può essere bianco o nero in superficie.



Un comedone chiuso è un nodulo bianco (leggero rilievo) senza punto nero.



All'interno del tappo, i batteri trovano condizioni ideali di vita. Quando i batteri formano una colonia e si moltiplicano, si sviluppa un'infiammazione che causa brufoli e noduli. Questa forma si chiama anche acne papulo-pustolosa.

La forma più grave di acne, l'acne conglobata, è rara. In questo caso vi è un'infiammazione molto grave e profonda che provoca cicatrici e noduli di grandi dimensioni.

Per impedire la formazione di cicatrici è importante contattare al più presto un medico e cominciare a combattere l'acne in modo tempestivo e perseverante.

1° Regolarità

Per ottenere più rapidamente gli effetti desiderati, è assolutamente necessario assumere o applicare i farmaci ogni giorno.

2° Rispetto delle prescrizioni

Leggere accuratamente le istruzioni contenute nel foglietto illustrativo e attenersi alle prescrizioni del medico.

3° Pazienza

Nella maggior parte dei casi il trattamento dura almeno 12 settimane. Si deve quindi aspettare un po' di tempo prima di vedere il pieno successo della terapia. Solitamente, dopo 4-8 settimane si comincia a vedere un miglioramento. Quindi, non lasciarsi scoraggiare se il miglioramento non è evidente, ma continuare ad usare i farmaci con regolarità.



Il medico dispone di una vasta gamma di farmaci in funzione del livello di gravità dell'acne. La base del trattamento è normalmente una pomata o un gel con un retinoide topico per eliminare il disturbo della cheratinizzazione nei follicoli delle ghiandole sebacee. Alcuni preparati sono in grado di combattere contemporaneamente anche l'infiammazione.

Contro i batteri sono molto utili altri farmaci contenenti un antibiotico oppure Benzoil perossido (BPO). In caso di acne grave, gli antibiotici possono essere assunti sotto forma di pastiglie invece che di creme.

Nella donna, l'assunzione di ormoni sessuali femminili (pillola anticoncezionale) può produrre un miglioramento. Consultare assolutamente il proprio medico prima di usare la pillola anticoncezionale.

Altri consigli

- ◆ pulite correttamente la pelle (chiedete al medico)
- ◆ evitate l'esposizione eccessiva ai raggi solari
- ◆ rilassatevi: lo stress può favorire l'acne
- ◆ evitate alcol e nicotina

Non è necessario che rinunciate completamente a determinati alimenti, come ad esempio il cioccolato. Scoprite da soli cosa vi fa bene. Non schiacciate da soli brufoli e punti neri, aggravereste la situazione.

Rivolgetevi al vostro medico per qualsiasi domanda sul trattamento.

Purtroppo, anche i farmaci più efficaci richiedono tempo per risolvere o migliorare in modo efficace l'acne. Occorre quindi aspettare settimane o mesi per far guarire un'infiammazione e far sparire brufoli e punti neri. Di norma la terapia dura 12 settimane, ma bisogna continuare a pulire correttamente la pelle e a curarla anche dopo (terapia di mantenimento), perché le cause, vale a dire la predisposizione personale e gli ormoni, restano invariate.

Per non far restare cicatrici, è importante curare l'acne in modo tempestivo e perseverante e avere pazienza.

Più scrupolosi oggi, per una pelle migliore domani!