

TISKOVÁ ZPRÁVA

Mýty o čokoládě a potravinách zhoršujících akné jsou překonány, současné léčebné postupy mohou výrazně snížit riziko následných jizev.

Praha, 12. července 2016

Akné je nejčastějším kožním onemocněním. Je to mnoholetá choroba, pokud se neléčí, může vést k tvorbě doživotních jizev. Pacienty akné velmi obtěžuje a často je spojena s nižší kvalitou života a psychickými obtížemi. Terapie je v naprosté většině případů nutná.

„Oproti dobám minulým zaznamenala léčba akné velký pokrok. V současnosti je k dispozici řada kvalitních léků a léčebných prostředků. Akné se hojí pomalu a pro úspěch je nezbytná trpělivost, vytrvalost a pravidelnost léčebné péče. Čím dříve se s léčbou započne, tím lépe. Výraznějšího zlepšení lze dosáhnout obvykle až po 3 - 6 měsících léčby. V léčbě je však třeba pokračovat dlouhodobě, často i po dobu několika let, aby se stav udržoval pod kontrolou. Takzvaná udržovací léčba akné je ve světě stále více propagována. Jen tak může být výsledkem spokojený pacient s žádnými nebo minimálními příznaky akné,“ uvádí MUDr. Zuzana Nevoralová, Ph.D., kožní lékařka z Nemocnice Jihlava a místopředsedkyně výboru sekce Akné a obličejové dermatózy České dermatovenerologické společnosti JEP.

Terapie se dělí na léčbu místní, systémovou a fyzikální.

Místní léčba se užívá především v počátečních fázích onemocnění a u lehké až středně těžké akné, je ale doplňkem celkové léčby akné a je důležitá ve fázi udržovací a preventivní. K nejvíce osvědčeným lokálním lékům se řadí retinoidy, kyselina azelaová, antibiotika a benzoylperoxid.

Celková léčba akné je indikována především u těžkých a velmi těžkých forem akné a dále u středně těžké akné, kde lokální terapie nevedla k očekávanému zlepšení. Hlavními zástupci jsou celkově podávaná antibiotika, izotretinoin (tento je jednoznačně vůbec neúčinnějším lékem k terapii akné), vakcíny a u žen kombinovaná hormonální antikoncepce.

Fyzikální léčba akné je zastoupena především světloléčbou. Ta má ale jen doplňkový efekt, ač pacienti jí často přikládají základní význam. Na zánětlivé formy akné může příznivě působit světloléčba bezpečným viditelným světlem (modré a červené spektrum), prováděná za kontrol lékaře a pod zdravotnickým dozorem. Na dohojení se používají i biolampy či softlasery. Někdy je vhodný i chemický peeling.

Nezbytná je i **doplňková léčba akné**. Zahrnuje především lékařskou kosmetiku. Někdy je velmi důležitou součástí v léčbě akné psychoterapie. Při závažnějších psychických obtížích je nezbytná spolupráce s psychologem. Speciální dieta proti akné neexistuje.

„Staré mýty o čokoládě a jiných potravinách údajně zhoršujících akné jsou již překonány. Zatím je prokázán pouze pozitivní vliv redukční diety u obézních osob. Je nutné omezit nebo vyloučit kouření,“ uzavírá MUDr. Zuzana Nevoralová, Ph.D., kožní lékařka z Nemocnice Jihlava a místopředsedkyně výboru sekce Akné a obličejové dermatózy České dermatovenerologické společnosti JEP.

Nejčastější dotazy:

1. Může být akné i v dospělosti?

Akné se objevuje se nejčastěji v období dospívání, s maximem mezi 13. - 20. rokem. Obvykle ustává do 20. roku. Může ale přetrvávat i do vyššího věku nebo se může v tomto věku i poprvé objevit. Jde o tzv. **akné dospělých**. Ta postihuje především ženy a vyskytuje se stále častěji. Projevy bývají především nad dolní čelistí. Léčba je většinou nutná, protože pacientky výrazně obtěžuje.

2. Je inverzní akné také akné?

Ne, inverzní akné má zcela jinou příčinu než vulgární akné, **ač** může vypadat podobně. Projevuje se pupínky, uzly a později jizvami především v podpaží, třísech, dále i pod prsy a na zevním genitálu a kolem konečníku. Jde postižení okolí velkých potních žláz (nikoliv mazových žláz). I zde je léčba nutná, ale velmi obtížná.

3. Má smysl akné léčit?

Mnoho pacientů s lehčí akné vystačí s používáním vhodné léčebné kosmetiky a správným režimem péče o kůži a nemusí ani léky na předpis používat. V každém případě je však posouzení odborným kožním lékařem vhodné. Léčbou a vhodnou péčí o kůži je zlepšen nejen aktuální vzhled kůže, ale i sníženo riziko vzniku jizev. Lékař pacienta vyšetří a určí optimální způsob léčby pro konkrétní typ akné.

4. Jak rychle se akné hojí? Může se zhojit?

Akné se hojí pomalu a pro úspěch je nezbytná trpělivost, vytrvalost a pravidelnost léčebné péče. Čím dříve se s léčbou započne, tím lépe! Výraznějšího zlepšení lze dosáhnout obvykle až po 3 - 6 měsících léčby. V léčbě je třeba pokračovat dlouhodobě, často i po dobu několika let, aby se stav držel pod kontrolou. Tato tak zvaná udržovací léčba akné je ve světě stále více propagována. Protože v současné době existuje řada vynikajících léků na všechny typy akné a nové léky jsou očekávány, jsou perspektivy zlepšení akné při vhodné léčbě v současnosti velmi příznivé. Pokud je léčba započata včas, je velká naděje na zhojení bez jizev.

Akné je zánětlivá choroba vlasu a mazové žlázy

Projevy akné vznikají v důsledku čtyř **příčin**. Jsou to zvýšená tvorba kožního mazu a zvýšené rohovění mazových žláz, což vede k jejich ucpávání. V tomto terénu se množí bakterie a vzniká různě intenzivní zánět. Další vlivy (dědičnost, hormony, kouření a psychika) mají méně zásadní význam.

Akné **postihuje** obličej, hrudník, záda a oblast nad rameny, tedy místa s velkým množstvím mazových žláz.

Projevuje se komedony (bílé nebo černé ucpané póry, tzv. uhry), červenými pupínky, neštovičkami, u závažnějším forem jsou na kůži cysty a/ nebo větší červené hrboly. Po odhojování akné často přetrvávají začervenalé skvrnky, někdy hnědé pigmentace, jizvičky až větší deformující jizvy. Kromě klasické akné mohou lidé trpět i tzv. **nepravou akné**, kdy jsou postiženy jiné partie a jiný věk než obvykle. Nejčastější jsou tyto typy: „rozškrábaná“ akné u dospělých žen, profesionální akné (při práci s oleji, dehty, chlorem, chlorovanými uhlovodíky), iatrogenní akné (vzniká po lécích) a kosmetická akné.



závažná forma akné



akné již vyžadující léčbu



akné dospělých