

Acne Away forløb

Patientinformation (2022)



Acne Away forløb - Patientvejledning

Akne Away

Akne - eller bumser - er et almindeligt hudproblem især blandt unge i puberteten, men også blandt voksne. Er du en af de mange, der slås med uren hud? Vi ved, at det kan være meget generende at have bumser og kan påvirke din livskvalitet og dit sociale liv. Vi vil gerne hjælpe dig med at komme af med din akne og sammensætter et skræddersyet behandlingsforløb til dig, der fremmer en fejlfri hud. Ved vores behandlingsprogram garanterer vi en akne fri hud efter 6-12 måneder!

Individuelt behandlingsprogram til din hud

Akne og bumser kan påvirke selvtillid og udadvendthed i en grad, så det kan være invaliderende. Hos Retouch Clinic benytter vi os af mange forskellige teknikker til at opnå det bedste resultat. Vi skræddersyr et individuelt behandlingsprogram til din hud, hvor vi kan anvende den rette blanding af receptpligtige cremer, laser og kemiske peelinger for at bekæmpe din akne.

Hvorfor får man uren hud?

Kroppens mandlige kønshormon (androgen) øges meget i puberteten hos både piger og drenge. Hormonet stimulerer talgkirtlerne til at producere mere hudfedt. I takt med, at produktionen af hudfedt øges, vil talgkirtlernes udgang forsnævres, hvilket resulterer i, at fedtet i huden har svært ved at komme ud.

Talgkirtler findes primært i ansigtet, på ryggen og på brystet. De personer, som oplever et voldsomt tilfælde af akne i deres pubertet, er som oftest drenge. Dette skyldes, at deres kroppe er mere følsomme over for det mandlige kønshormon.

Akne vulgaris, som også kaldes bumser eller uren hud, skyldes hovedsageligt, at de døde hudceller ikke skaller af huden, men i stedet sætter sig fast i hudens

porer og dermed danner en prop. Denne aflukning fører til, at der opstår hudorme (komedoner). Når komedonerne er hvide eller hudfarvede i toppen, kaldes de whiteheads (lukkede komedoner), og når de er sorte i toppen, kaldes de blackheads (åbne komedoner). Disse komedoner kan blive inficeret med en bakterie kaldet propionibacterium, hvilket ses som rødme, irritation og gullig væske fra komedonerne.

En bumms dannes altså på grund af denne hudbakterie, der lever af hudfedt. Under nedbrydningen af al det ekstra hudfedt dannes der affaldsstoffer og fedtsyrer, disse irriterer talgkirtlerne og danner betændelse og hermed bumser.

Mange kvinder oplever akne, når de stopper med p-piller, eller når deres egen produktion af østrogen falder i takt med alderen - dette kalder vi for voksenakne. Når niveauet af østrogen falder, vil androgenerne blive dominerende og aktivere talgkirtlerne.

Almindelige årsager til akne

De almindelige årsager til akne er:

- **Gener (akne er arveligt)**
- **Forkerte hudplejeprodukter**
- **Stress**
- **Medicinske bivirkninger**
- **Manglende søvn**
- **Menstruation**
- **Prævention**
- **Graviditet**
- **Overgangsalder**

Før behandlingen

Vores Acne Away består først og fremmest af en konsultation ved vores hudlæge. Her bliver dit forløb planlagt efter din type akne. Behandlingen består af flere forskellige behandlinger. Som regel vil første skridt være, at du kommer på Isotretinoin. Hvis du skal have laserbehandling, skal du huske, at du ikke må få sol 4 uger inden en laserbehandling og 4 uger efter.

Acne Away – bekæmpelse af akne indefra og udefra

Akne er en kompleks og invaliderende hudlidelse. For at komme akne til livs kræver det ikke kun én behandling, men en kombinationsbehandling, hvor akne bliver bekæmpet både indefra og udefra. Vi har sammensat pakken "Acne-Away", som indeholder alt, hvad der skal til for at bekæmpe akne, uanset om der er tale om cystisk akne, papulo-pustuløs akne (moderat akne), mild akne, hudorme eller hormonelt forskyldt akne.

Pakken består af medicinsk behandling, hudpleje, laser eller peeling. Denne kombination garanterer en flottere og bumsefri hud! Selve forløbet strækker sig over 6-12 måneder.

I de følgende sider gennemgår vi de forskellige behandlingsmuligheder, der kan indgå i din Acne Away behandlingspakke. For at give dig et godt overblik, har vi inddelt behandlingerne i 3 forskellige typer:

- 1) Medicinsk behandling**
- 2) Medicinsk hudpleje**
- 3) Behandlinger i klinikken (laser og kemiske peelinger)**

Efter behandlingen

Efter behandlingen skal du møde ind til kontrol hver måned, hvor du vil blive tilset af enten din hudlæge eller en specialuddannet sygeplejerske. Du skal forinden kontrollen have fået foretaget en blodprøve, så vi kan sikre os, at der er balance i din krop. Du bliver med andre ord holdt i hånden gennem hele forløbet.

Resultatet

Efter 6-12 måneder vil vi garantere en fejlfri hud!

1) Medicinsk behandling

Medicinsk behandling (opstart af behandling med Isotretinoin)

Isotretinoin er en medicinsk A-vitamin kur, som har været anvendt igennem de sidste 50 år. Isotretinoin virker forenklet sagt ved at udtørre talgkirtlerne, så huden bliver mindre fedtet. Bumserne bliver derved ikke lige så nemt dannet, da talgen er hovedårsagen til, at hudporerne tilstoppes, og bumser dannes. Talget er også det som akne bakterien lever af.

Vi benytter os i øvrigt af den amerikanske tilgang, hvor vi udskriver "mikro-dosis" Isotretinoin for at mindske bivirkninger som fx tørre slimhinder og hudirritation. Undersøgelser viser, at micro dosis virker lige så godt som fuld dosis, men med langt færre bivirkninger.

Bivirkninger ved medicinsk behandling

De mest almindelige bivirkninger ved Isotretinoin er:

- Tør hud
- Tørre læber
- Tørre slimhinder i næse og øjne som kan give besvær med kontaktlinser
- Lysfølsomhed
- Blodmangel
- Hovedpine
- Led- og muskelsmerter
- Forhøjet kolesterol i blodet
- Bygkorn i øjet.

Husk at læse udleveret brochure om behandling med Isotretinoin.

2) Medicinsk hudpleje

Hudpleje fra ZO Skin Health

Du får et fuldt hudplejeprogram med hjem fra ZO Skin Health. ZO er et medicinsk mærke, som udelukkende bliver solgt hos hudlæger og plastikkirurger verden over. Mærket er det førende på klinikker i Europa og det næststørste i USA. Produkterne er så potente, at de ikke må forhandles online.

Produkterne hjælper til at rense huden godt igennem og fjerne de døde hudceller, som er en stor del af udviklingen af bumser samt give den nødvendige næring for, at huden kan hele ar og genopbygge hudbarrieren. Produkterne indeholder potente ingredienser, som nedsætter talgproduktionen og begrænser akne bakteriens muligheder for at overleve.

3) Behandlinger på klinikken

Klinik behandlinger: Laser eller peeling

Efter du er startet op på medicinsk- og hjemmebehandling, møder du ind i klinikken til behandling. Det vil være en specialuddannet sygeplejerske, som vurderer hvilken behandling (laser eller peeling), som er bedst i forhold til dig. Pakken består af 3 behandlinger med 3-4 ugers interval.

Laserbehandling

Laserbehandlinger kan reducere mængden af propioni-bakterier og størrelsen af talgkirtlerne. Talgkirtlernes produktion af talg kan også nedsættes. Laser får også røde mærker efter gamle bumser til at hele hurtigere. Huden vil efter en laserbehandling føles varm, men du kan genoptage dagens gøremål lige efter behandlingen.

Husk, at du ikke må få sol 4 uger inden en laserbehandling og 4 uger efter!

Bivirkninger efter laserbehandling

Efter laserbehandlingen er det normalt at føle sig varm og rød i huden. Nogle vil opleve, at det minder om en solskoldning. Rødmen og den sviende fornemmelse vil aftage efter en times tid.

Pigmentpletterne vil blive mørkere i nogle dage efter behandlingen. Nogle føler, at det ligner, at de har kaffegrums i ansigtet. Dette er pigmentet, der trækker op i det øverste hudlag og gør klar til afskalning. Afskalningen vil ske mellem 4 -7 dage efter behandlingen. Det er kun selve pigmentpletten, som afskaller. Du kan sagtens tage på arbejde dagen efter behandlingen.

Undgå sol i minimum 4 uger og brug høj solfaktor.

Husk at læse udleveret brochure om laserbehandling.

Kemiske peelinger

Akne kan også behandles med kemiske peelinger. Lukkede og åbne komedoner (hudorme) kan behandles ved at øge afskalningen af overhuden med fx frugtsyre, salicylsyre og azelainsyre. Herved vil de døde hudceller ikke kunne sætte sig fast i porerne, og bumser vil ikke kunne blive dannet. En kemisk peeling vil desuden kunne "støvsuge" nede i porerne, så begyndende bumser kan stoppes inden et udbrud.

Efter en peeling vil huden være rødlig, men efter en time ser du fin ud i huden – alt afhængig af hvilken peeling, der bliver valgt. En peeling kan også gøre akne ar pænere.

Bivirkninger efter kemiske peelinger

Huden vil være meget rød som efter en kraftig solskoldning. Du må gerne begynde at bade igen, når skorperne er faldet 100% af huden. Make-up kan ligeledes anvendes, hvis huden er 100% helet. Du får udleveret to cremer i klinikken, som du skal anvende i månederne efter peelingen.

Husk at læse udleveret brochure om kemisk peeling.

Har du spørgsmål? Kontakt os!

Hvis du er i tvivl om det mindste, er du altid velkommen til at kontakte os - vi er her for at hjælpe dig, og alle vores kosmetiske sygeplejersker har mange års dermatologisk erfaring og kan derfor vejlede dig.

Du kontakter os ved at ringe til os på telefon **3313 1030** eller ved at sende os en mail på **info@retouch.dk**.

Ved akut opståede problemer kan du kontakte vores **akutnummer: 3131 0905**.

Rigtig god fornøjelse!

Kærlig hilsen, Retouch Clinic