

# akne - gençlerin kâbusu

**A**kne (*acne vulgaris*) veya halk diliyle sivilce, insanları ve bilhassa gençleri hem görünüş hem de fiziksel olarak rahatsız eden, eğer tedavi edilmez ise deride hasar yaparak iz bırakabilen bir rahatsızlıktır. Eğer sıkılır veya oynanırsa geçme yerine daha da ilerleyecektir. *Acne vulgaris* diğer akne çeşitleri, *acne rosacea* ve *acne fulmicans*, gibi fiziksel ve psikolojik sıkıntılara da neden olabilir. Eczacılar, akne şikayeti ile çok sık hasta müracaat eder. Yazımızdaki bilgiler bu konuda eczacıya yardımcı olacaktır.

## Akne nasıl meydana gelir?

Derinin en üst tabakası olan *epidermisin* altındaki *dermis* tabakası, kıl kökleri, ter ve yağ bezlerini taşır. Bunlar deri yüzeyine birer kanalla ulaşırlar. Buradaki yağ bezleri tarafından *sebum* adı verilen deri yağı üretilir. Sebum bu kanallarla yüzeye iletilir, deriye yayılır, kıl ve derinin su içeriğini, su kaybına engel olarak dengede tutar. Ter ve yağ bezleri daha çok yüz, göğüs, omuz, koltuk altları ve sırtta bulunur.

● Akne, derinin kıl, ter ve yağ bezlerinde iltihap olan veya olmayan şekillerde oluşan bir lezyondur. Bu lezyonların oluşmasında veya ilerlemesinde pek çok faktör etkilidir. Sistemik olarak androjen düzeyinin artması, kıl, ter ve yağ bezlerinin çapında ve aktivitesinde artışa neden olur ve daha fazla sebum üretilir. Ergenlikte erkek ve bayanlarda, androjen üretimi artar, bu nedenle her iki grupta da akne vakalarında artış görülür. *Propionibacterium acnes* adı verilen mikroorganizma, lipid bakımından zengin olan sebum içinde kolaylıkla yaşar ve üreyebilir. Keratinizasyon ise derinin alt tabakalarından gelen hücrelerin

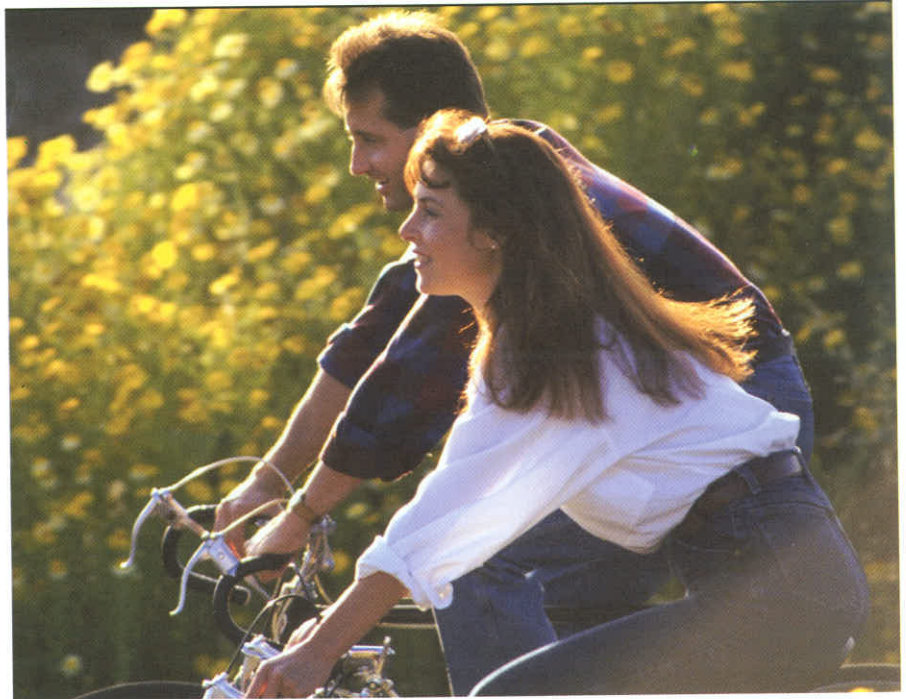
değişime uğraması işlemidir ve keratinosit (*keratinocyte*) denilen bu hücrelerin deri yüzeyinde artan etkinliği, ürettikleri keratinin mekanik olarak sebumun dışarı çıkmasını engellemeleri ile sonuçlanır. Keratin aslında protein yapısında bir maddedir ve normalde deriyi koruma ve su geçirmez bir özellik verme görevi vardır.

● Aşırı miktardaki sebum üretimi ve kanal içinde epitel hücrelerinin yığılması, ölümü sonucunda **mikrokomedo** (*microcomedo*) ismi verilen foliküler bir tıkaç meydana gelir, bu da aknenin başlangıç lezyonudur. Yağ bezi kanalında daha fazla sebum ve hücre birikimi, folikül duvarının gevşemesine ve mikrokomedo'nun şişmesine neden olur ve deri yüzeyinde gözle görülebilen bir beyaz başlı veya kapalı **komedo** (*comedo*) hasil olur. Tıkaç büyüdüğünde ve kanalın deliğinden çıkıntı yapacak şekilde geliştiğinde **açık komedo** veya **siyah başlı komedo** oluşur. Siyah başın karakteristik rengi, sadece zayıf

hijyenik şartlardan ve pislik birikiminden değil melanin denilen deri pigmentinden ileri gelir. **Beyaz ve siyah başlı oluşumlar aknenin iltihabi olmayan şekilleridir.**

● **İltihaplı akne**de, ise oluşan komedonun etrafında enflamasyon meydana gelmeye başlar ve deri yüzeyinde yükselen, kırmızılaşmaya başlamış bir **papül** meydana gelir. Bu papül ilerleyen durumlarda gelişir, cerahat ile dolar ve sonuçta iltihabi akan bir yara, yani **püstül** halini alır. Bu durum, bir kaç gün daha devam eder ve püstül kendi kendine patlar. Daha ciddi durumlarda, papül yaygın olarak çevre dokulara geçer ve kist veya nodül meydana getirebilir. **Bu lezyonlar çabuk iyileşmezler ve eğer tedavi edilmezlerse deride iz bırakırlar. Sivilcenin veya lezyonun sıkılması enflamasyonu hareketlendirir ve aknenin kötüye giderek iz bırakma riskini artırır.**

*Propionibacterium acnes*, normal olarak deri florasında bulunur. Bu anaerobik bakteri sebum içinde üreyebilir ve



akne lezyonlarında oluşturduğu koloni sayısının artmış olduğu tespit edilmiştir

### Akne ile ilgili terimler

- Siyah başlı (*Blackhead*): Deri yüzeyinde siyah renklenmeyle görülen durum.
- Beyaz başlı (*Whitehead*): Deride akne ile oluşan küçük, hassas beyazımsı kabartılar.
- Akne sivilcesi (*Acne pimple*): Deride akneden oluşan küçük, kalıcı, iltihaplı kabartılar.
- Akne izi (*Acne blemish*): Akneden dolayı deride oluşmuş izler.

### Akne tedavisinin amacı

Hastaların pek çoğu gençlerdir ve tek bir sivilcenin ortaya çıkması ile, genellikle korku, utanma, huzursuzluk ve kendine olan güven kaybı bile başlayabilmektedir. Hastaların bir kısmı ise tedavi istemezler veya etkili tedavinin olduğunun bilincinde bile değildirler. Bu nedenle akne tedavisinin amaçları sırasıyla:

- Oluşmuş lezyonların yok edilmesi ve yenilerin oluşumunun engellenmesi,
- Hastanın eğitimi ve bilinçlendirilmesi,
- Olumsuz psikolojik etkilerinin giderilmesi yönünde olmalıdır.

### İlaç almadan kendi kendine bakım mümkün müdür?

Eczacılar genellikle akne tedavisinde müracaat edilen ilk sağlık personelidir. Özellikle akne riski olabilecek hasta fark edilirse faydalı tavsiyeler vermeye gayret edilmelidir. Akne ilerlemiş durumda değilse, hastanın eczacının yardımı ile kendi kendini tedavi etmesi mümkündür. Hasta önce akne meydana getirebilecek durumlar hakkında aydınlatılmalıdır.



### Akne meydana gelme riskini artırabilecek durumlar nelerdir?

#### Harekete geçirici faktörler

- Yüksek yağlı düşük posalı yiyecek tüketimi,
- Çukulata, fındık ve karbohidrat taşıyan gıdaların fazla tüketilmesi,
- Stress ve psikolojik durum.

#### Diğer faktörler

- Yeterli sıklıkta ve uygun olmayan saç ve deri temizliği,
- Adet öncesi dönem,
- Hormonal dengesizlik,
- Yağlı ürünlerin kullanımı (kozmetik ürünler, sabun, losyon, pomad vs.),
- Sürekli androjen, bromit, kortikosteroid, haloperidol, iyodid, izoniyazit, lityum, fenitoin kullanılması ve norgestrel veya noretindron içeren doğum kontrol ilaçlarının kullanımı,
- Lokal tahriş veya ovuşturma (şapka, baş bandı kullanımı, sıkı ve örtücü elbiseler, tıraş)
- Mesleki olarak bazı kimyasal

maddelere maruz kalma, endüstride kullanılan kimyasal maddeler veya hava kirliliği.

Eczacının, hastaya kendi kendine tedavi konusunda aşağıdaki tavsiyelerde bulunması yerinde olacaktır.

### Kendi kendine tedavide ana ilkeler

- Fazla sebum deriden alınmalı ve hijyenik şartlara tam uyum sağlanmalıdır (su bazlı kozmetik ürünler, temizleyiciler tercih edilmelidir),
- Etkilenmiş bölge günde iki kez kuvvetli olmayan yüz sabunlarıyla tahriş edilmeden yıkanmalı ve yumuşak havlu kullanarak ovmadan yavaşca, küçük vuruşlarla kurulmalıdır. Akne lezyonlarının durumuna göre belki biraz daha güçlü sabunlar tercih edilebilir. Daha sık yıkama, eğer çok yağlı deri ve mesleki olarak bazı kimyasal maddelere maruz kalmadan kaçınılamıyorsa gerekebilir ,
- Hasta mutlaka sivilceleri sıkma, koparma ve elleme alışkanlığından vazgeçmelidir, bunlar akneyi hareketlendirir, dağıtır,

- Tedavide diğer bir amaç da derideki ter ve yağ bezi kanalının tıkanmasını önlemektir,
- Benzoil peroksit antibakteriyeldir ve reçetesiz satılır. Deri yüzeyindeki bakteri sayısını ve enflamasyonu kontrol etmekte kullanılır,

*Eğer akne yaygınrsa, enflamasyon varsa, papül, püstül, nodül veya yüzün bir tarafında on taneden fazla lezyon mevcutsa, kendi kendine tedavi tavsiye edilmemelidir. Aknenin diğer formları (acne rosacea gibi) özellikle yaşlı kimselerde görülür ve bunların mutlaka bir doktora gitmeleri tavsiye edilmelidir.*

### Akne tedavisinde mekanizma ve kullanılan formüller nelerdir?

Topikal preparatlar değişik mekanizmalarla etki gösterirler: Keratolitik maddeler keratin tıkaçlarını açarak foliküler kanaldan boşalmasını mümkün kılarlar. Komedolitik madde epitel hücre oluşumunu artırarak komedoların soyulmasını kolaylaştırır. Böyle ürünler yağ kanalından boşalmayı artırır ve yeni komedon oluşumunu engeller. Komedolitik maddeler ayrıca antibiyotiklerin daha kolay geçmesini temin ederler ve antibakteriyel etki artar.

Antibakteriyel maddeler de doğrudan *Propionibacterium acnes*'i dolayısıyla enflamasyonu durdururlar.

Kremler ve losyonlar düşük yağ içerikleri nedeniyle içlerindeki etkin maddenin astrenjan ve keratolitik etkisine yardımcı olurlar. Bu tip preparatlar daha ziyade kuru ve hassas bir cilde sahip hastalar ve kış mevsiminde kullanmak için uygundur. Jeller oldukça yüksek astrenjan etki gösterebilen preparatlardır, deride uzun zaman kalabilirler. Su bazlı jeller yavaş ve tamamen kururlar. Etil ve izopropil alkol gibi alkoller taşıyanlar daha hızlı kururlar. Çinko oksit gibi bazı opak maddeler de derideki izleri de

gizleyebilmek için bazı formüllere katılmaktadır.

### Reçetesiz satılan ürünlerde bulunan maddeler

Bu amaçla benzoil peroksit, sülfür ve salisilik asit kullanılır. Bunlarda sadece benzoil peroksitin bakterisit etkisi vardır. Sülfür ve salisilik asitin keratolitik ve komedolitik etkisi bulunmaktadır. Salisilik asit %0.5 – 2, diğerleri %2-10 oranında kullanılır. Salisilik asit temizleyici olarak kullanılırken diğerleri deri yüzeyine günde 1-3 kez uygulanır. Benzoil peroksitin saç ve elbiselerin rengini açabileceği hususu unutulmamalıdır.

### Reçete ile satılan ürünlerde bulunan maddeler

Bu amaçla, *tetrasiklin, meklosiklin, eritromisin, klindamisin, tretionin, azelaik asit ve adapalen* kullanılır. Adapalen hariç hepsi bakterisit ve antienflamatuvar etkilidir, sadece tretionin keratolitik ve komedolitik etkiye sahiptir. Terasiklin, meklosiklin deride renklenmeye; azelaik asit ise deride renk kaybına neden olabilir Adapalen ve tretionin derinin ışığa hassasiyetini artırabilir.

Piyasada bulunan topikal etkili *Aknefug losyon, Aksil krem, Benzac AC jel, Benzamisin jel* etkin madde olarak benzoil peroksit, *Aknilox jel eritromisin, Differin jel* ise adapalen içerir. Sistemik etkili *Ruaccutane* ise *isotretionin* içeren piyasa preparatlarına örnektir.

### Eczacının rolü ve görevi

Eczacı karşılaştığı hastanın sorununun derecesini tespit ederek hastayı doğru yönlendirmelidir. Eğer akne şikâyeti orta derecenin üzerindeyse mutlaka doktora yönlendirmelidir. Hastanın yüzünün bir tarafındaki lezyon sayısı 10'dan fazla ise ise durumunun orta şiddetini

üzerinde olduğunu anlamalıdır.

Ayrıca risk faktörleri ve akneyi hareketlendiren etkenleri bilerek ve gerektiğinde hastalara ileterek yakalanma risklerini azaltabileceğinin bilincinde olmalıdır.

Kendi kendine tedavi yapabilecek hastalara ise uygun ve yerinde tavsiyelerde bulunarak şikâyetlerinin geçmesine veya azalmasına yardımcı olabilmelidir.

Akne konusunda devam eden çalışmaları izleyerek edinilen yeni bilgileri hastalarına iletebilmelidir. Akne ile ilgili ilâçların kullanımlarını ve genel olarak dikkat edecekleri hususları hastalarına yeterince açıklayarak etkin bir tedavide vazgeçilmez olan görevini yerine getirmelidir.

Yrd. Doç. Tuncer DEĞİM  
Ecz. Fulya KARAMUSTAFA  
Gazi Üniversitesi Eczacılık Fakültesi



### Meraklı Deve

Genç deve annesine sormuş:

– Anne niye bizim ayaklarımız bu kadar büyük?

Anne cevap vermiş:

– Çölde kuma batmamak için.

Genç deve tekrar sormuş:

– Peki kipiklerimiz niye bu kadar gür.

Anne tekrar cevap vermiş:

– Çölde kum fırtınalarında kum kaçmasın diye.

Meraklı yatışmamış olan genç deve bir soru daha sormuş:

– Bizim niye hörgüçlerimiz var.

Anne deve sabırla yanıtlamış:

– Çölde çok uzun süre susuz idare edebilmek için suyu hörgüçlerimizde depolarız.

Sonunda dayanamayan genç deve sormuş:

– Peki bizim bu hayvanat bahçesinde ne işimiz var?"