

Trądzik

Trądzik to choroba skóry, której jedną z głównych przyczyn jest wydzielanie się zbyt dużej ilości sebum, czyli łoju, co spowodowane jest zmianami hormonalnymi. Sebum wydostaje się na powierzchnię naszej skóry przez gruczoły łojowe. Kanaliki prowadzące do gruczołów mogą zostać zapchane poprzez nadmiar łoju i zrogowaciały naskórek, co z kolei prowadzi do powstania tak zwanych zaskórników, czyli niezapalnych zmian trądzikowych.

Zaskórnik występujący na naszym ciele stwarza doskonałe warunki do rozwoju bakterii, których nadmiar prowadzi do wytworzenia się w jego okolicy stanu zapalnego. Najczęstszym winowajcą takiego stanu rzeczy są bakterie z gatunku *Cutibacterium Acnes*. Szacuje się, że są one odpowiedzialne za około 80% trądziku wśród pacjentów w przedziale wiekowym od 11 do 30 lat.

Przyczyny:

Najczęściej za przyczynę pojawiania się trądziku wskazuje się nadmiar sebum, wyszczególniony w poprzednim akapicie. Wiele twarzy tego schorzenia sprawia jednak, że nie da się tutaj wyodrębnić jednej, konkretnej przyczyny jego powstawania. Nadmiar sebum zapychającego gruczoły łojowe wynika w dużej mierze ze zmian hormonalnych, stąd właśnie jego wzmożone występowanie w okresie dojrzewania. Nie jest jednak powiedziane, że nasze hormony będą się trzymać właściwych poziomów całe życie. Ich prawidłowa ilość zależy między innymi od stresu, na który jesteśmy narażeni codziennie, więc atak trądziku może nas spotkać w każdej chwili.

Jakie więc czynniki przyczyniają się do powstawania trądziku? Są to:

- stres;
- nieodpowiednia dieta;
- chroniczne zmęczenie;
- zanieczyszczenia środowiska (wynika z tego chociażby trądzik pracowniczy);
- niewłaściwa pielęgnacja skóry.

Rodzaje trądziku :

*** POSPOLITY ZWYCZAJNY** (Jak wskazuje sama nazwa, trądzik pospolity to najczęstszy wariant tego schorzenia. Czasami określa się go jako trądzik młodzieńczy ze względu na okres życia, w którym pojawia się najczęściej. Odpowiedzialne są za to hormony, konkretnie androgeny, czyli te, które są odpowiedzialne za rozwijanie się cech męskich. Podczas dojrzewania ich poziom jest wyższy u obu płci, przez co zmiany trądzikowe nie są jedynie domeną mężczyzn. Pojawia się w okolicach okresu pokwitania i zazwyczaj ustępuje samoistnie. Kluczowym aspektem jest tutaj prawidłowa pielęgnacja i leczenie, gdyż blizny powstałe w wyniku działania trądziku młodzieńczego mogą towarzyszyć nam przez długie lata. Warto więc pomyśleć nad zabezpieczeniem się przed takim scenariuszem, używając odpowiednich kosmetyków i środków pielęgnacyjnych, a w przypadku bardziej zaawansowanych zmian zastosować leki.

***POSPOLITY**

- trądzik zaskórnikowy – charakteryzujący się obecnością jedynie zaskórników, bez zmian zapalnych w obrębie gruczołów łojowych i mieszków włosowych. To jedna z najłagodniejszych odmian trądziku, której stosunkowo łatwo jest się pozbyć. Jak leczyć trądzik zaskórnikowy? Przede wszystkim nie wyciskać wągrów

-trądzik guzkowo-cystowy – zmiany skórne przyjmują postać cyst wypełnionych ropą

-trądzik grudkowo-krostkowy – najprostsza do rozpoznania odmiana trądziku pospolitego, grudki i krostki powstałe w jego wyniku potocznie nazywane są pryszczami

-trądzik piorunujący – najcięższa i najtrudniejsza do wyleczenia postać trądziku pospolitego. Oprócz zmian skórnych występują również inne objawy.

***ROPOWICZY** (Trądzik ropowiczy pojawia się całe szczęście rzadziej niż pospolity, jest jednak znacznie cięższy w przebiegu i leczeniu. Charakteryzuje się występowaniem czerwonych, ropnych zmian na skórze, przeważnie w strefach ciała najbardziej na to narażonych, czyli na twarzy, klatce piersiowej i ramionach. Zmiany występujące przy trądziku ropowiczym są przeważnie bolesne oraz mogą zostawiać trwałe i nieregularne blizny.)

***SKUPIONY** (Ta odmiana trądziku przypomina inne, jedyna różnica polega na tym, że obręb zmian jest przeważnie mniejszy niż przy innych rodzajach tej choroby. Trądzik skupiony to najczęściej domena mężczyzn. Ropne krostki zwykle powstają na plecach, pośladkach i twarzy. Są dosyć duże oraz mogą zlewać się między sobą i prowadzić do powstawania blizn. Podobnie jak w wypadku trądziku ropowiczego, niezbędne może okazać się profesjonalne leczenie.)

***BLIZNOWATY** (Przy trądziku bliznowatym zmiany skórne przekształcają się w bliznowce. Są to zmiany skórne swoją strukturą przypominające duże blizny, wyraźnie odznaczające się kolorem. Zgodnie z ustaleniami naukowców, przyczyną takiego stanu rzeczy mogą być podrażnienia skóry, wywołane chociażby goleniem czy stryżeniem. Warunkuje to także miejsce występowania trądziku bliznowatego, gdyż najczęściej pojawia się on na skórze głowy, szyi oraz potylicy.)

***RÓŻOWATY** (Trądzik różowaty występuje u pacjentów, których układ naczyń krwionośnych w okolicach twarzy przestaje funkcjonować prawidłowo. W pierwszej fazie choroby nie są widoczne nawet żadne zmiany skórne; jedyne, po czym można poznać, z jakim rodzajem schorzenia mamy do czynienia, to pojawianie się czerwonych plam. Z czasem w miejscach zaczerwienień pojawiają się także wypryski i inne zmiany skórne. Trądzik różowaty jest bardzo trudną odmianą trądziku do wyleczenia. Jest to choroba przewlekła, najczęściej leczona miejscowo. Trądzik różowaty i jego przyczyny dalej pozostają tajemnicą, gdyż do tej pory nie udało się ustalić, co dokładnie sprzyja wystąpieniu tego rodzaju trądziku.)

***ZAWODOWY** (To jeden z najczęściej występujących typów trądziku, jeśli chodzi o rodzaje trądziku u dorosłych. Jego przyczyną są najczęściej warunki panujące w miejscu pracy, stąd wynika jego nazwa. Zanieczyszczenia czy chemia używana w miejscu pracy wpływają na naszą skórę, co daje podobne objawy jak trądzik pospolity.)

LECZENIE:

Niestety zmiany trądzikowe mogą pozostawać na naszej skórze przez długi czas, odporne na specjalistyczne kosmetyki oraz zabiegi oczyszczające. Należy pamiętać, że pielęgnacja skóry trądzikowej stanowi sporą część sukcesu, jednak bez wyeliminowania przyczyn powstawania zmian na skórze niemożliwe jest całkowite pozbycie się trądziku. W tym celu najlepszym wyjściem jest udanie się do specjalisty. Jak to zostało wyszczególnione już wcześniej, trądzik przybiera różne formy i postacie. Jedynie pomoc dermatologa, właściwe rozpoznanie oraz odpowiednia farmakoterapia – jeśli jest zalecana – są w stanie wpłynąć na brak zmian trądzikowych w obrębie naszej skóry.

Zanim udamy się do specjalisty, warto wziąć pod lupę nasze sposoby pielęgnacji skóry. Osoby narażone na występowanie trądziku powinny zawsze stosować produkty kosmetyczne, które nie podrażnią powstałych zmian i nie zaostyrzą procesu zapalnego. Podstawą higieny przy skórze trądzikowej jest jej codzienne oczyszczanie. Jeśli pozbedziemy się nadmiaru sebum zgromadzonego w porach, trądzik nie będzie miał sposobności dalej się rozwijać.

Najlepszym, poza medycznym sposobem walki z trądzikiem jest tlenoterapia hiperbaryczna, która ma działanie przeciwbakteryjne i zwalcza szkodliwe mikroorganizmy. Wykazuje bardzo dużą skuteczność w eliminowaniu problemów skórnych.

<https://www.laroche-posay.pl/article/rodzaje-tradziku-sprawdz-jaki-masz-tradzik>