

Akné, kosmetika a volně prodejné přípravky

MUDr. Yveta Vantuchová, Ph.D.

Kožní oddělení Fakultní nemocnice Ostrava

Akné je chronické zánětlivé onemocnění postihující v období puberty většinu mladých lidí. Má mnoho různých forem, od minimálních projevů až po těžké rozsáhlé postižení kůže obličeje i trupu. Dobře zvolená a pravidelná místní léčba v kombinaci s vhodnou kosmetikou vede ve většině případů k potlačení projevů onemocnění.

Klíčová slova: akné, lokální léčba, kosmetika.

Acne, cosmetics, and over-the-counter preparations

Acne is a chronic inflammatory disease affecting the majority of young people during puberty. There are various forms of acne ranging from those with minimal manifestations to those with large severely affected areas of the skin on the face and trunk. A well-chosen and regular local treatment combined with suitable cosmetics leads to suppressing the manifestations of the disease in the majority of cases.

Key words: acne, local treatment, cosmetics.

Prakt. lékáren. 2009; 5(5): 234–237

Úvod

Akné je nejrozšířenější kožní nemocí u dospívajících, kdy v období puberty postihuje až 90 % mladistvých. V akutní fázi vyžaduje účinnou lokální a v některých případech i celkovou léčbu, kterou by měl ordinovat a její výsledky kontrolovat dermatolog. Ve fázi klidové a stabilizované mají v udržovací a podpůrné léčbě své důležité místo vhodné kosmetické přípravky. V dnešní době dostupnosti široké škály kosmetických přípravků se pacienti velmi obtížně orientují a mnohdy volí nevhodné kosmetické přípravky, které samy o sobě mohou nemoc zhoršit anebo nepříznivě ovlivnit léčbu předepsanou dermatologem. Lékárna je velmi často místem, kam pacienti přicházejí s žádostí o doporučení vhodných kosmetických přípravků, a proto je zapotřebí, aby zaměstnanci lékárny měli dostatečné informace nejen o složení a účinku jednotlivých přípravků, ale i o nemoci samotné.

Co je akné

Akné je neinfekční chronické zánětlivé onemocnění pilosebaceózní jednotky s multifaktoriální etiopatogenezí. První projevy akné se objevují většinou kolem 12 let, zánětlivé formy ve věku kolem 16 let a ke zmírnění nebo vymizení projevů dochází po 25 roce věku. U části pacientů akné přetrvává i v dospělém věku. Predilekční lokalizací projevů jsou místa bohatá na mazové žlázy, obličej, hrudník a horní partie zad. Zvýšenou produkcí hormonů v pubertě dochází ke zvětšení mazových žláz, zvýšené produkci mazu, nadměrnému rohovatění ve vývodech mazových žlázek a tím k jejich uzavření. Vznikají první projevy akné, komedony, které

mohou být černé, otevřené a dají se vytlačit, anebo bílé, uzavřené, u nichž černou tečku na povrchu nevidíme a maz z komedonu můžeme vytlačit teprve po jeho propíchnutí. Za vzniklou zátkou se maz hromadí, množí se bakterie, běžně se v mazových žlázách vyskytující, zejména *Propionibacterium acnes*. Bakteriální enzymy štěpí nahromaděný maz na volné mastné kyseliny, folikul s mazovou žlázou se zvětšuje, dochází k jeho ruptuře a rozvoji zánětlivých projevů. Klinicky se tento děj v kůži projevuje zvýšenou tvorbou mazu, tvorbou komedonů, černých nebo bílých, tvorbou červených papul a pustul. Všechny tyto projevy nacházíme u mírnějších forem akné, u závažnějších forem vidíme větší bolestivé, hlouběji uložené zánětlivé uzly různé velikosti, někdy cysty, výjimečně až abscedující ložiska a komunikující fistuly. Tyto závažné formy akné zanechávají po zhojení trvalé následky ve formě pigmentací a jizev, které mohou být ztluštělé, vyvýšené nad okolní kůži anebo naopak vtažené pod její úroveň. Kromě této klasické formy akné, nazývané *acne vulgaris*, existují i méně časté formy, u kterých projevy akné mohou být vyvolány zevně aplikovanými prostředky anebo užíváním některých léků. Dochází k tomu po kontaktu s látkami provokujícími tvorbu komedonů, jako jsou dehet, sloučeniny chloru, vazelína a z léků nejčastěji kortikoidy, anabolika, vitaminy skupiny B, antiepileptika a další. Kromě uvedených projevů existují i formy nazývané *acne cosmetica* a *Malorca acne*. *Acne cosmetica* vzniká působením komedogenních složek kosmetických krémů, pletových mlék, nevhodných opalovacích krémů, olejů nebo i nadměrným užíváním různých mycích přípravků, gelů a mýdel. *Malorca*

akné vzniká krátce po pobytu u moře a někdy už i během pobytu, kdy dochází náhle ke vzniku projevů akné anebo ke zhoršení stávajících projevů. Tato forma se většinou projevuje vznikem zánětlivých papul nebo papulopustul a je vyvolána působením ultrafialového záření, v kombinaci s větším pocením a aplikací nevhodných opalovacích olejů a krémů.

Lokální léčba akné

Každé akné by mělo být odborně léčeno, je velkou chybou čekat až na rozvoj závažnějších forem, kdy se tvoří větší hnisající projevy, případně dochází k jizvení odhojených lézí. Mezi nejčastěji využívané lokální přípravky v léčbě akné patří benzoylperoxydy, retinoidy, kyselina azelaová a lokální antibiotika. V léčbě dáváme přednost kombinaci lokálních přípravků. Pokud začínáme s lokální terapií, je kromě antibiotik nutno pacienta poučit o nutnosti postupného prodloužování doby aplikace, aby se kůže adaptovala a nedošlo k jejímu přesušení a podráždění. Rovněž je vhodné, pokud od začátku volíme kombinaci například benzoylperoxidu s retinoidem nebo s kyselinou azelaovou, začít jedním přípravkem a teprve po adaptaci a při dobré snášenlivosti jednoho přípravku po několika týdnech postupně přidat druhý.

Retinoidy

Retinoidy jsou základem zevní léčby projevů všech forem akné, využíváme je v monoterapii u komedonické formy akné i v kombinacích s jinými přípravky, často s benzoylperoxidem. Výborně se hodí k dlouhodobé udržovací léčbě, během aplikace v letních měsících je třeba po-

učit pacienta, že může být citlivější na sluneční záření, vzhledem ke ztenčení rohové vrstvy po aplikaci retinoidu. Jsou kontraindikovány v těhotenství a v době kojení. Mezi nejčastěji používaný lokální retinoid patří adapalen, přípravek Differine 0,1% gel a krém, který je většinou velmi dobře snášen. V současné době jsou k dispozici i kombinace retinoidu s antibiotikem, přípravek Aknemycin plus 0,025% roztok (tretinoin + erytromycin) a Izotrexin 0,05% gel (izotretinoin + erytromycin). Tyto kombinované přípravky využíváme v případě, že pacient má kromě komedonů i zánětlivé projevy.

Benzoylperoxid

Benzoylperoxid redukuje bakteriální flóru, má keratolytický efekt, zmírňuje tvorbu komedonů, používáme jej v léčbě zánětlivých i nezánětlivých forem akné, kdy kromě komedonů nacházíme i zánětlivé papuly a papulopustuly. Velmi vhodná je jeho kombinace s lokálními antibiotiky, snižuje vznik rezistence bakterií na lokální antibiotikum, může se kombinovat i s retinoidy a kyselinou azelaovou. Pacienti zpočátku benzoylperoxid aplikují na několik hodin přes den, postupně délku aplikace prodlužují a apli-

kují přípravek plošně na noc na místa postižená projevy akné. Pokud dojde k přesušení, pálení, zčervenání, je nutno upravit frekvenci a délku aplikace. Nejčastěji používaným benzoylperoxidem je Akneroxid 5% a 10% gel, který vyvolává iritaci výjimečně, a Eclaran 5% a 10% gel. Kombinovaným přípravkem benzoylperoxidu s antibiotikem, clindamycinem, je Duac 5% gel.

Kyselina azelaová

Kyselina azelaová se podobně jako retinoidy využívá často k dlouhodobé udržovací léčbě, má antibakteriální i komedolytický efekt a její výhodou je, že je možno ji využít k léčbě akné i v těhotenství a během kojení. Má mírný bělicí efekt, takže se využívá v léčbě akné u pacientů s pozánětlivými barevnými změnami nebo pigmentacemi vyvolanými sluněním. Nejčastěji používaným přípravkem je Skinoren 20% krém, na trhu je rovněž jeho generikum Aknoren 20% krém.

Lokální antibiotika

Antibiotika mají své místo v lokální léčbě zánětlivých forem akné. Neměla by být používána v léčbě samostatně, ale v kombinaci, nejlépe

s benzoylperoxidem, abychom potlačili vznik bakteriální rezistence. Většinou se využívají na začátku léčby, první 2 až 3 měsíce, redukují zánětlivé projevy, ale nemají vliv na potlačení tvorby nových projevů. Toto je druhým důvodem k nutnosti kombinace s ostatními lokálními přípravky na akné. Většina lokálních antibiotik obsahuje erytromycin, ve 2 až 4% koncentraci, mezi nejčastěji používané přípravky patří Zineryt 4% roztok se zinkem a Eryfluid 4% roztok. V případě, že kůže pacienta je sušší nebo je více přesušená po aplikaci benzoylperoxidu či retinoidu, volíme raději antibiotikum ve formě masti či emulze, k dispozici máme Aknemycin 2% v masti (2% erytromycin) nebo Dalacin T 1% emulzi (1% klindamycin). Tyto lékové formy jsou rovněž vhodné u pacientů, kteří mají současně akné a atopickou dermatitidu a aplikace roztoků u nich vyvolává přesušení kůže a její iritaci. Výhodou Aknemycinu ve formě masti je jeho možnost kombinace s makeupem, nejčastěji s Aknecolorem. V současné době se využívají i kombinované přípravky, Isotrexin 2% gel (erytromycin + izotretinoin) a Duac 1% gel (klindamycin + benzoylperoxid). Bohužel se často setkáváme s tím, že pacienti aplikují lokální antibiotika

v monoterapii, dlouhodobě a nechtějí se jeho aplikace vzdát.

Co je v léčbě akné důležité

Ve většině případů stačí k dosažení dobrého výsledku léčby naučit pacienta, jak vhodným způsobem kombinovat kosmetické přípravky s lokálně aplikovanými léky, získat jej k aktivní spolupráci a pochopení nutnosti pravidelného ošetřování projevů. Bohužel v dnešní době je nabídka různých zaručených přípravků obrovská, nabízí se na internetu, v supermarketech, drogeriích ale i v lékárnách. Jsou to různé doplňky stravy, pleťové masky, peelinky, krémy, gely, ubrousky, tyčinky nebo roztoky. Obsahují jako účinnou látku často zinek, selen, kyselinu salicylovou, antioxidanty, kyselinu mléčnou, C vitamín, některé přípravky obsahují i alfa hydroxy kyseliny, kyselinu glykolovou nebo retinoidy v nízkých koncentracích a další přírodní produkty. Jejich efekt ve srovnání s účinnou lokální léčbou ordinovanou dermatologem je velmi malý, některé mohou kůži přesušovat nebo i dráždit. Nicméně jsou mnohými pacienty hojně používány, často i různě kombinovány. Z těchto důvodů je prvním důležitým krokem v léčbě akné zjištění veškerých kosmetických přípravků, které pacient používá. Pacienti, kteří trpí akné, by měli používat pouze kosmetiku určenou pro mastnou nebo smíšenou pleť, tato kosmetika má často označení, že přípravek je nekomedogenní. Základním používaným kosmetickým přípravkem aplikovaným souběžně s lokálními léky na akné je pleťová voda a u žen i make-up. Řada velkých zahraničních firem vyrábí speciální řady produktů pro pleť s akné, v lékárnách jsou k dostání přípravky firem La Roche – Posay, Bioderma, Eucerin, Avène a dalších. Pacientům, jež jsou převážně ženy, lze doporučit u lehkých forem akné jako doplněk k adekvátní zevní léčbě lokálním retinoidem nebo kyselinou azelaovou zmatňující denní krém, zabarvený krém a během letních měsíců krém na akné s ochranným faktorem. V případě těžších forem akné využíváme nejčastěji některý z antikomedogenních krémů ke korekci většího přesušení kůže při lokální léčbě. Je dobré pacienta poučit o vhodnosti odborného dermatologického vyšetření, na základě kterého by měla být doporučena vhodná lokální léčba.

Zásady lokální terapie akné

- Používáme minimum kosmetických přípravků.
- Nevhodné je nadměrné odmašťování kůže častou aplikací mycích gelů, mýdel, iritace

Obrázek 1. Drobné jizvy a pigmentace



Obrázek 2. Výrazné jizvení



a přesušování peelinkovými přípravky, neboť tím dochází k častějšímu podráždění kůže. Léčivými přípravky ordinovanými lékařem.

- Nutná je pravidelnost ošetřování pleti.
- Léčba je dlouhodobá a i v klidovém stadiu je důležité mít vhodnou udržovací léčbu.
- K základním kosmetickým přípravkům stačí pleťová voda, kterou používáme místo vody a mýdla.
- Pleťová voda by měla být příjemná, neměla by štípat, pálit a kůže by po její aplikaci neměla červenat.

- Pleťové vody určené na mastnou nebo smíšenou pleť jsou v případě léčby benzoylperoxidem, kyselinou azelaovou, retinoidem nebo jejich kombinací příliš agresivní. V těchto případech je lépe doporučit pacientovi pleťovou vodu na citlivou pleť.
- U žen je možno používat make-up, je zapotřebí si vybrat přípravek určený na smíšenou nebo na mastnou pleť.
- Na plochy obličeje postižené tvorbou projevů akné neaplikujeme žádné kosmetické krémy. Pokud se akné zlepšilo, používáme většinou přípravky s retinoidem,

určené k dlouhodobé aplikaci k potlačení tvorby mazu. Udržovací léčba je velmi důležitá.

- Pokud si žena přeje nějaký kosmetický krém, měl by mít antikomedogenní efekt.
- Pro pobyt na slunci je třeba použít krém s ochranným faktorem, který je určen pro mastnou pleť, nejlépe od renomované farmaceutické firmy. I přesto můžeme

očekávat alespoň mírné zhoršení projevů akné.

Závěr

Péče o pleť s projevy akné by měla být komplexní, pravidelná a dlouhodobá. I v případech, kdy v dospělosti projevy akné vymizí, se mohou čas od času drobné léze objevit. Cílem léčby by měl být pacient, který svému onemocnění

rozumí, dokáže si poradit s projevy akné v době zhoršení, umí si vybrat správnou kosmetiku a udržuje onemocnění pod kontrolou.

MUDr. Yveta Vantuchová, Ph.D.

Kožní oddělení Fakultní nemocnice Ostrava

17. listopadu 1790, 708 52 Ostrava

yveta.vantuchova@fnspo.cz
