



## Faktaa aknesta ja hoitovaihtoehdoista

### Yleistä aknesta

Akne on talirauhasen pitkäkestoinen, vaikeusasteeltaan aaltoileva tulehduksellinen sairaus, jolle ovat ominaisia tukkeutuneet talirauhastiehyet eli komedot, tulehdusnäpyt, märkäpustelit ja vaikeimmissa muodoissa kyhmyt ja ontelot. Tyypilliset sijaintipaikat ovat kasvot, rinta ja selkä.

### Taustalla olevia syitä

Noin 80 % kaikista 11–22-vuotiaista nuorista kärsii aknesta. Heistä noin kolmannes tarvitsee hoitoa. Aknea esiintyy myös aikuisilla. Aknen taustalla on androgeenihormonien lisääntynyt tuotanto elimistössä, talirauhasen voimistunut talin tuotanto, talirauhastiehyen sarveistuminen ja tukkeutuminen, propionibakteerien lisääntyminen sekä tulehdus talirauhasessa ja sen ympäristössä. Nuorilla, joiden vanhemmilla on ollut vaikea akne, on suurempi riski saada akne. Akne ei johdu huonosta hygieniasta tai epäpuhtaasta ihosta.

### Hoitosuositus

Akneoireisiin pitää suhtautua vakavasti. Taudilla voi olla huomattava vaikutus nuoren ihmisen elämänlaatuun ja psyykkiseen hyvinvointiin. Akne voi tulla myös aikuiselle. Iho tulee puhdistaa tavallisella saippualla ja vedellä. Rasvaisia voiteita ja öljyjä ei pidä käyttää, sillä nämä voivat tukkia talirauhasten suun ja pahentaa aknea. Ruokavaliolla ei ole tutkimuksissa havaittu olennaista vaikutusta akneen. Finnien puristelua ja pistelyä tulee välttää sillä se voi pahentaa tulehdusta tai tulehdus voi levitä.

Aknen hoitoon on olemassa sekä reseptillä määrättäviä että reseptivapaita lääkkeitä. Tehokkaalla lääkehoidolla pyritään vaikuttamaan niin aknen aiheuttajaan kuin oireisiinkin. Tekijöitä, joihin pyritään vaikuttamaan, ovat lisääntynyt talin erityis, talirauhasten tukkeutuminen, aknebakteeri (*P. acnes*) sekä ihon tulehtuminen.

### Epiduo<sup>®</sup> - antibiootiton geeli

Epiduo on reseptillä määrättävä geeli, jossa on kahta aknen ulkoiseen hoitoon käytettävää ainetta, adapaleenia ja bentsoyyliperoksidia. Adapaleeni on aine, joka muistuttaa A-vitamiinihappoa ja avaa talirauhastiehyitä sekä estää tukkeumien syntymistä talirauhasten suulle. Bentsoyyliperoksidi vähentää bakteerien määrää ja avaa tukkeumia talirauhasten suulla. Epiduo on ainoa antibiootiton yhdistelmägeeli aknen hoitoon. Kolmoisvaikutteinen geeli tehoaa kaikkiin aknemuotoihin ja se voidaan tarvittaessa yhdistää tablettimuotoiseen antibioottihoitoon. Epiduo on uusi aknegeeli, jota käytetään kerran päivässä, ja joka vaikuttaa sekä nopeasti että tehokkaasti. Ensimmäiset hoidon tehoamisen merkit ilmenevät tavallisesti 1-4 viikon käytön jälkeen. Epiduoa voidaan käyttää sekä akuuttiin että pitkäaikaiseen hoitoon eli ylläpitävään hoitoon. Hoidon tavallisin sivuvaikutus on ihon kuivuminen.