

Trądzik – problem na długie lata?

Rozmowa z lek. med. **BARTOSZEM PAWLIKOWSKIM**, specjalistą dermatologii i medycyny kosmetycznej z Kliniki Pawlikowski w Łodzi

– Zmora wielu nastolatków jest tzw. trądzik młodzieńczy. Czy może on powrócić w późniejszym czasie pod postacią trądziku różowatego?

– To możliwe, choć mówimy o różnych odmianach trądziku. Ten pospolity rzeczywiście występuje u większości nastolatków, natomiast postać różowata pojawia się zazwyczaj później. Nieco inne są też objawy i fazy rozwojowe choroby.

– Czym w ogóle jest trądzik różowaty?

– To przewlekła zapalna choroba skóry twarzy. W początkowej fazie charakteryzuje się rumieniem zwiewnym, który pojawia się na twarzy w określonych sytuacjach, np. na zimnie.

– Ale przecież zarumienione policzki pojawiają się często po jakimś wysiłku fizycznym lub dłuższym przebywaniu na mrozie. Czy to już świadczy o rozwijającej się chorobie?

– Niekoniecznie. Ważna jest ocena nasilenia wspomnianej zmiany, bo rzeczywiście rumień jest reakcją fizjologiczną, gdy zmieniamy temperaturę otoczenia, jesteśmy w stresie czy po spożyciu alkoholu. Zazwyczaj jednak rumień szybko ustępuje. Jeśli jednak jest inaczej, to możemy mówić o początkowej fazie trądziku różowatego.

– Jak często schorzenie to występuje w naszym społeczeństwie?

– Szacuje się, że trądzik różowaty dotyczy ok. 10 proc. populacji w wieku 30 – 55 lat, a więc całkiem sporo. To najczęściej ludzie o jasnej karnacji. Zdecydowanie częściej chorują też kobiety. Niepokojące jest to, że liczba osób zmagających się z trądzikiem różowatym wciąż rośnie.

– Z czego to wynika?

– W dużej mierze ze zmian zachodzących w naszym stylu życia. Przykładem jest rosnąca popularność wakacyjnych wyjazdów do ciepłych krajów, dokąd zabierane są nawet kilkumiesięczne niemowlęta. Pod wpływem nadmiernego działania promieni słonecznych dochodzi do pogrubienia ścian naczyń krwionośnych, czego początkowo nie widać, ale z czasem może to prowadzić do powstania rumienia zwiewnego, zaś w wieku dojrzałym do rozwoju trądziku różowatego. Tego typu zmianom sprzyja też spędzanie czasu w klimatyzowanych pomieszczeniach, co przy nagłej zmianie temperatury otoczenia prowadzi do nadmiernej reakcji skórnej pod postacią gwałtownego rozszerzania i zwężania się naczyń krwionośnych. A przecież klimatyzacja towarzyszy nam coraz częściej zarówno w biurach, jak i w domu, samochodzie, sklepach czy restauracjach. Wpływ na powstanie i rozwój trądziku różowatego ma także stres, stosowanie leków obniżających poziom cholesterolu, zaburzenia hormonalne, nadużywanie alkoholu i nieprawidłowa dieta. Pewna grupa chorych odziedziczyła po rodzicach tzw. skórę naczyniową sprzyjającą rozwojowi trądziku różowatego.

– Dlaczego częściej chorują kobiety?

– Choćby dlatego, że mają delikatniejszą skórę, a jednocześnie prowadzą bardziej intensywne życie niż dawniej. Narażone są więc na większe działanie stresu, co wpływa niekorzystnie na ich gospodarkę hormonalną. Skutkiem tego jest większa kruchość naczyń krwionośnych, co prowadzi do trwałego ich rozszerzenia wywołującego rumień, a w końcu i trądzik różowaty. Nie należy zapominać też o osobach pracujących na zewnątrz, przez co ich skóra poddawana jest działaniu deszczu, wiatru, chłodu oraz nadmiernego słońca. Tak jest w przypadku rolników czy pracowników budowlanych zaliczanych do grupy ryzyka.

– Znaczenie mają ponoć też bakterie?

– Oczywiście, m.in. *Helicobacter pylori*, którą diagnozuje się w krajach rozwiniętych nawet u 90 proc. populacji. Nie ma

wciąż jednoznacznego stanowiska co do wpływu tej bakterii na trądzik różowaty, jednak we krwi osób cierpiących na to schorzenie wykryto przeciwciała skierowane przeciwko *Helicobacter pylori*. Zauważono też, że leczenie eliminujące tę bakterię zawsze wpływa korzystnie na cerę w przebiegu trądziku różowatego i sprzyja ustępowaniu zmian skórnych, takich jak grudki i krosty.



Fot. archiwum prywatne

– Kto najczęściej trafia do dermatologa z trądzikiem różowatym?

– To osoby po 35. roku życia, choć wiek ten w przypadku początkowych objawów stale się obniża. Mam pacjentów zgłaszających się na zamykanie naczynek na twarzy już w wieku 25 – 27 lat. To najczęściej „ofiary” słonecznych zagranicznych wakacji w młodym wieku. Na szczęście trądzik różowaty w fazie zapalnej nie występuje zbyt często u młodych ludzi.

– W jaki sposób rozwija się trądzik różowaty?

– Jak wspominałem, początkiem jest zazwyczaj rumień zwiewny, czemu towarzyszą też zmiany naczyniowe pod postacią pojawiających się na skórze pojedynczych żyłek (teleangiektazje). Kolejną fazą jest postać grudkowo-krostkowa, co jest skutkiem patologicznych zmian w przepływie krwi. Wywołuje to stany zapalne w obrębie rozszerzonych naczyń. W pewnym sensie przypomina to proces powstawania zylaków w nogach, gdzie czasem dochodzi do zakrzepowego zapalenia żył, choć na twarzy proces ten przebiega w skali mikro.

– Na czym polega leczenie trądziku różowatego?

– Jedną z początkowych metod powinna być zmiana trybu życia, co czasem jednak jest niemożliwe. Nie można przecież zalecić rolnikowi, by przestał uprawiać ziemię. Oczywiście w wielu sytuacjach udaje się np. zmienić dietę czy ograniczyć spożycie alkoholu, co będzie miało korzystny wpływ na skórę. Generalnie jednak podstawą wytycznych dermatologicznych w tym zakresie jest zamknięcie naczyń krwionośnych. I ja zaczynam właśnie od zabiegów z wykorzystaniem lasera. Przy rumieniu zwiewnym leczenie może się już zakończyć na tym etapie. W przypadku zaawansowanej choroby konieczne jest także stosowanie farmakoterapii, przy wykorzystaniu

antybiotyków doustnych z grupy tetracyklin. Znaczenie ma też przyjmowanie wit. A i smarowanie zmienionych miejsc określonymi preparatami.

– W jakim stopniu jest to skuteczne?

– Trzeba pamiętać, że mamy do czynienia z chorobą przewlekłą, która ma tendencje do nawracania. To tak jak z leczeniem zębów. Wyleczony ząb może bowiem po pewnym czasie znowu nam dokuczać i konieczna będzie ponowna wizyta u stomatologa. W przypadku trądziku różowatego zamykamy trwale rozszerzone naczynia krwionośne i leczymy aktywne zmiany zapalne, ale gdy pacjent nie przestrzega pewnych zaleceń, to problem powróci. Po prostu zabiegi trzeba co jakiś czas powtarzać. U osoby dbającej o siebie może to być konieczne po kilku latach, a u kogoś, kto zlekceważy początkowe objawy, leczenie trzeba będzie powtórzyć już po roku. Niezwykle istotne jest, by pacjent zgłosił się do dermatologa przed pojawieniem się fazy zapalnej trądziku różowatego.

– Jakie mogą być konsekwencje nieleczenia tej choroby?

– Najczęściej mamy z tym do czynienia u mężczyzn w starszym wieku, którzy nie przykładają wystarczającej wagi do swego wyglądu. Nieleczony trądzik różowaty może doprowadzić do przerostu tkanki podskórnej i gruczołów łojowych w obrębie nosa i policzków, czyli tam, gdzie naczynia są najbardziej rozszerzone. Mówimy wtedy o rhinophymie, czyli guzowatości nosa. Objawia się to zniekształceniem nosa, który przybiera bulwiasty, kalafiorowaty kształt i staje się bardziej czerwony. To efekt nadmiernej przerostowej tkanki podskórnej, w wyniku czego dochodzi do mikrozwłóknień.

– Można się tego pozbyć?

– Nie jest to łatwe, ale współczesna medycyna daje takim pacjentom możliwości poprawienia komfortu życia. W pierwszej fazie zamyka się laserowo naczynia i wdraża leczenie przeciwzapalne. Po około dwóch tygodniach laserem ablastycznym wypalamy skórę warstwa po warstwie, co pozwala modelować nos. Zazwyczaj konieczne są dwa-trzy takie zabiegi przeprowadzane w znieczuleniu stomatologicznym, co oznacza, że pacjent nie czuje bólu. Po zabiegu miejsca wypalone mają przez pierwsze dwa dni kolor czarny, ale spalona tkanka szybko niknie i nos się goi. Takie leczenie nie pozostawia blizn, a gruczoły łojowe zachowane są w taki sposób, by skóra wyglądała naturalnie.

– Jak często zdarzają się przypadki guzowatości nosa?

– Szacuje się, że to ok. 10 proc. osób z zaawansowaną fazą trądziku różowatego u mężczyzn w starszym wieku. U kobiet częstość występowania jest zdecydowanie mniejsza, co wynika choćby z faktu, że bardziej dbają one o własną skórę. Co ważne, kobiety także coraz częściej skłaniają swych mężów czy partnerów do wizyty u dermatologa, gdy zauważą objawy świadczące o guzowatości nosa. Sądzę, że 90 proc. pacjentów decydujących się na wspomniany zabieg robi to właśnie za namową swych kobiet. To pocieszające, bo guzowatość nosa to zarówno problem estetyczny, jak i zdrowotny, bo może np. prowadzić do niedrożności nosa.

– Czy słusznie guzowatość nosa kojarzy się z nadużywaniem alkoholu?

– Ma to uzasadnienie, bo osoby nadużywające alkoholu bardziej narażone są zarówno na trądzik różowaty, jak i na rhinophymę. Alkoholik zawsze będzie miał czerwoną twarz, bo alkohol rozszerza naczynia krwionośne, które stają się krucho i dochodzi do patologicznych zmian w ich obrębie. Nie tylko w skórze. Oczywiście guzowatość nosa nie dotyczy wyłącznie alkoholików.

– Czy trądzik pod różnymi postaciami może towarzyszyć niektórym ludziom przez całe życie?

– Niestety, tak. Zwłaszcza wtedy, gdy pacjent jest nieprawidłowo leczony i sam przyczynia się do rozwoju choroby. Nawet kompleksowe leczenie trądziku różowatego daje nam czasowe wyleczenie, a przerwa między zaostrzeniem objawów trwa nawet kilka lat. Generalnie jednak wiele osób musi zmagać się z problemem przez całe życie.

ANDRZEJ MARCINIAK

Kolumny opracował: **ANDRZEJ MARCINIAK**, a.marciniak@angora.com.pl