



GENÇLERİN BAŞ BELASI

# SİVİLCELER

G ü l g ü n A k b a b a

**Ergenlik dönemi 11-12 yaşlarında başlayıp, yirmili yılların başlangıcına kadar devam eden, hızlı bedensel, ruhsal ve sosyal değişimleri içeren bir dönemin genel adı. Bu dönem canlılar dünyasında yalnızca insanların yaşadıkları bir süreç... Cinsel olgunlaşmayla üreme çağı arasında yaşadığımız ergenlik döneminde neler geçirmeyiz ki? Kızlar “regl” denen aylık kanamalarla tanışır, erkeklerde tüylenme, seste kalınlaşma başlar. Aslında, tüm bu yaşananlar cinsiyete göre farklılık gösterse de, olgunlaşma yolunda atılan ilk adımlardır. Ergenlik çağında her iki cinsin, kızların ve erkeklerin ortak**

**yaşadığı bir sorun daha vardır. Yağ bezlerinin iltihaplanmasıyla ortaya çıkan baloncuklar, siyah noktalar, beyaz noktalar... Korkulu rüyadır bu baloncuklar. Keder verir; en hoş, dolu dolu geçmesi gereken bir dönemi kabaşa dönüştürebilir. Gençler, yaşadıkları bu önemli sorunun aslında bir hastalık olduğunun ve tedavi edilirse geçebileceğinin belki farkındalar, belki de değiller. Bu yaygın gençlik hastalığını, konunun uzmanı, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Dermatoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Doç. Dr. Nilset İter ile yaptığımız söyleşiden yola çıkarak okuyucularımıza tanıtıyoruz...**

Ergenlik sivilcesi ya da bilimsel söylemle akne vulgaris, kıl-yağ bezi birimi denen yapının kronik ve iltihabi bir hastalığı. Bu hastalık, yaklaşık 13-25 yaş grubunun %85’inde görülüyor. Ancak bazen şanssız durumlarda ileri yaşlara kadar devam edebiliyor. Özellikle kadınlarda 40’lı yaşlara kadar uzayabiliyor.

Ergenlik sivilceleri bazen çok hafif atlatılabilir; bazen de gençler bu sorunu çok şiddetli yaşıyor. Bu durumun nedenini Dr. Nilset İter şöyle açıklıyor: “Akne vulgaris klinik olarak tek bir hastalık; ancak bu hastalığın şiddetiyle ilgili sınıflamalar söz konusu. Bu sınıflamayı da, hafif, orta ve şiddetli olarak yapabiliriz.”

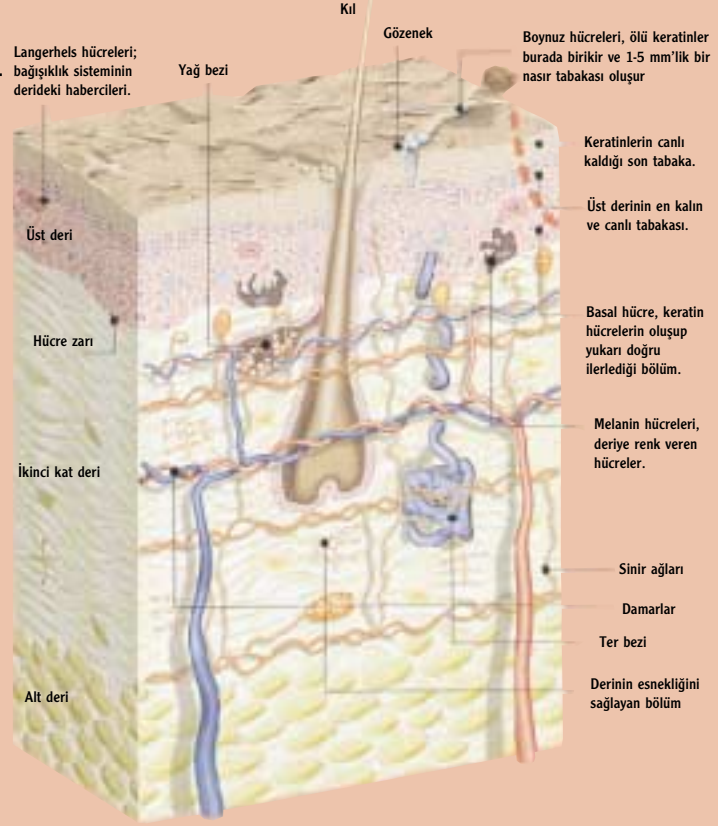
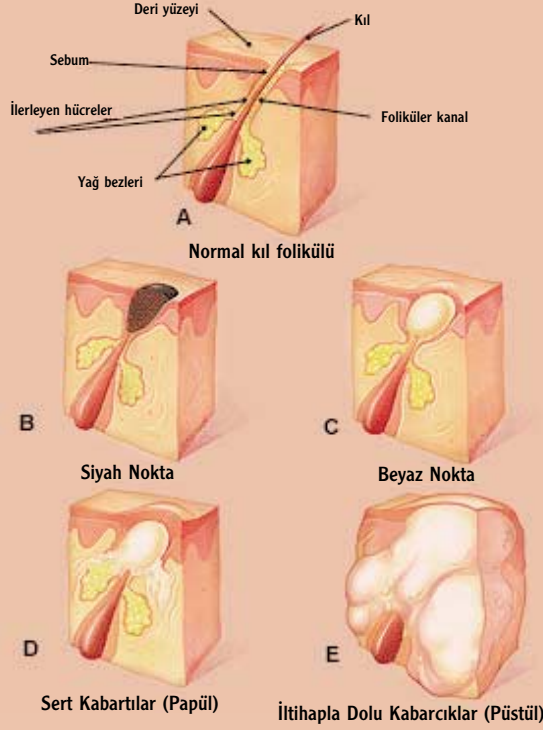
Yüzeysel, tropikal ya da derin sivilceler diye anılan akneleriyse Dr. İter başka bir grupta ele alıyor. Bu tip sivilcelerin ergenlik sivilcesiyle bir ilişkisi

olmadığını; çünkü, akne vulgaris dışında, "akne" olarak anılan başka hastalıkların da olduğunu Dr. İter’in açıklamalarından öğreniyoruz. Örneğin, akne konglobata denen bir tip sivilce, nodüllerle, kistlerle kendini gösteriyor ve çok şiddetli seyredebiliyor. Özellikle erkeklerde, omuz, yüz, ense gibi bölgelerde görülüyor. Tropikal akne ise, yine akne vulgaris’ten farklı bir başka hastalık. Bu hastalık rutubete bağlı olarak, tropikal bölgelerde, sürekli terlemeyle ortaya çıkıyor ve sonuçta derideki gözeneklerin tıkanmasıyla akne benzeri oluşumlar beliriyor. Güneşlenmenin etkisiyle ortaya çıkan akne aestivalis; aniden, ateşli olarak seyreden ülseratif bir akne çeşidi olan akne fulminans; androjenik hormonların, yapıcı metabolizmaya ait yağların, kinin, D vitamini gibi bazı maddelerin alımıyla ortaya çıkan ilaç aknesi gibi diğer ak-

ne çeşitleri de var. Ama bütün bunların, akne vulgaris’le, halk arasında bilinen adıyla ergenlik sivilceleriyle bir ilgisi yok. Yani aynı grupta değiller.

Akne vulgaris’e özellikle eğilimli kimseler var mı? Dr. İter, bu sivilcelerin genetik kaynaklı olmadığını söylüyor; ama hemen ilave ediyor: “Bazı ırklarda bu hastalık daha sık görülebiliyor. Örneğin, beyaz Amerikalılarda. Japon gençlerse daha az ergenlik sivilcesi sorununu yaşıyor. Bunun genetikle ilgili bir yönü daha var: Akneli hastaların çoğu aile öyküsü veriyor. Aknesi olan bir gencin ya annesi ya babası ya da diğer bir akrabası, bu hastalığı bir dönem yaşamış olabiliyor. Ama belirli bir geçiş özelliği yok. Otozomal dominant, otozomal resesif diye nitelediğimiz, ‘annesi ya da babası akneli olan bir genç, kesin akne vulgaris olur’ diye bir geçiş özelliği belirtemiyoruz.”

# Deri ve Sivilceler



Deri ana olarak iki yapıdan oluşmakta: Epidermis ve dermis. Epidermis üst derinin üst kısmı ve derinin asıl yenilenmesinin ortaya çıktığı bölüm. Epiderminin en alt sırasında bir grup hücre var. Bu hücreler yavaş yavaş yukarıya doğru ilerliyor ve en üst kata geldiklerinde de dökülüyor. Bu hücre hareketi, yani en alttan en üste ilerleyiş yaklaşık 28 gün sürüyor. Aslında bizler farkında olmadan 28 günde bir deri değiştiriyoruz.

Akneye yol açan kıl-yağ bezi birimi dermiste yani alt kısımda bulunuyor. Her kıl dibinin kenarında, kıl dibine yağ salgılanmasını sağlayan yağ bezleri bulunuyor. Kıl dibiyle derinin üst kısmı arasında da bir küçük kasımız var. Bu kasın bilimsel adı *musculus erector pilorum*. Bu kasın

kasılmasıyla, kıl dibinin kenarındaki yağ bezi, kıl dibine yağ salgılıyor. Biraz önce sözünü ettiğimiz, epidermisteki alttan yukarıya doğru çıkan hücreler, kıl dibinde de varlar ve buradan belli bir oranda yukarıya doğru ilerleyerek kıl dibinden dışarıya doğru salgılanan yağ aracılığıyla atılıyorlar. İşte akne bu durum düzgün işlemiyor. Yani hücrelerin sürekli dışarıya doğru ilerlemesi biraz daha hızlı. Süreç normal hızda seyredebeyince ve yağ salgısı da fazla olunca, normalde kıldan dışarıya doğru atılan maddeler atılmıyor ve kılın tepesinde bir tıkanma yol açıyorlar. Bu tıkanmadan sonra mikroorganizmalar için içine girip iltihaplanma yapıyorlar. Sonuçta da ergenlik sivilceleri oluşuyor.

Akne vulgaris'in ortaya çıkma nedeni ne? Örneğin seks hormonları, akne oluşumunu etkiliyor mu? Ya da tek etken seks hormonları mı? Dr. İlter, "seks hormonlarının akne oluşumuna yol açtığını söyleyebiliriz; ancak seks hormonları aknenin oluşmasında tek etken değil" diyor. Farklı etkenler temel olarak üç ana grupta toplanıyor. Nedenlerin belki de en önemlisi "sebum". Sebum, derinin yağ bezlerinin salgısı ve bu salgı seks hormonlarının denetiminde. Özellikle androjen adı verilen ve erkeklik özellikleri sağlayan hormonlar bu yağ salgısının artmasına yol açıyor. Dolayısıyla seks hormonları akne oluşumunda etkili oluyorlar.

Akne vulgaris'in oluşumunda ikinci nokta, yağ salgısının artmasıyla akışkanlığının azalması. Akışkanlığı azalınca, kıl-yağ bezi birimi içerisindeki hücrelerin sürekli oluşumu ve bu yapı içe-

risinden dışarıya akışı söz konusu oluyor. Hücreler dışarıya akışlarını belli bir süreç içerisinde tamamlıyorlar. Akne hastalığı da, bu yağ salgısında bozuk olan hücrelerin dışarıya doğru akışının bozulmasıyla ortaya çıkıyor. Bu tıbbi dille, kıl kökü içerisindeki keratinizasyonun bozulması, yani kıl folikülü içindeki hücrelerin yukarıya doğru farklılaşırken geçirdiği sürecin bozulması olarak açıklanıyor.

Akne vulgaris'in oluşumunda üçüncü etkense mikroorganizmalar. Ergenlik sivilcelerinin oluşumunda etkili olan üç ana mikroorganizma var. Bunlardan bir tanesi, lipofilik (yağsever) bir mantar olan *Pitrosporum ovale*. Bakteriler, örneğin Stafilokoklar da bu mikroorganizmalardan. Stafilokokkus epidermitis akne oluşumunda rol oynamakta. Yine bir çeşit bakteri olan *Propionibakterium aknes*, akne oluşumunda oluşan iltihaplanma-

da asıl rolü üstlenmekte. Özetlersek, mikroorganizmalar inflamasyon, yani iltihap oluşumunda etkililer. Bu mikroorganizmaların salgıladıkları bazı enzimler, çevrede iltihap oluşmasına yol açıyor. Ama bu bildiğimiz mikrobik iltihaptan farklı bir durum. Yani işin içinde mikroorganizmalar da olsa, akne vulgaris bir enfeksiyon hastalığı değil. Dr. İlter, ergenlik sivilcelerinde, bilinen mikrobik iltihaptan farklı bir iltihaplanmanın söz konusu olduğunu söylüyor. Yani enfeksiyon hastalıklarında görülen bulaşıcılığın söz konusu olmaması ve bu mikroorganizmaların tek başlarına etken olmamaları nedeniyle, mikroorganizmanın bir başkasına bulaşmasıyla akne ortaya çıkmıyor. Ayrıca bu mikroorganizmalar patojen, yani hastalık yapan mikroorganizmalar da değil. Hastalık yapıcı özelliği sonradan kazanıyorlar. Tedavi sırasında da bu

mikroorganizmalardan hastalık yapıcı özelliği olanları yok ediliyor, ama diğerleri ortamda yine varlar.

Bu üç etken dışında, ergenlik sivilcelerinin oluşumunu tetikleyen başka etkenler de var; örneğin kozmetik ürünlerin kullanımıyla ergenlik sivilceleri arasında bir ilişki söz konusu. Uygun olmayan kozmetik ürünler ergenlik sivilcelerini artırabiliyor. Dr. İlder bunun nedenini şöyle açıklıyor: "Kozmetik ürünler, kıl-yağ bezi biriminin, yani gözeneklerin ağzının tıkanmasına yol açabiliyor; ki bu çok önemli bir konu. Pek çok kozmetik bu gözenekleri tıkayarak, akne vulgaris'i kötüleştiriyor. Üstelik ergenlik sivilceleri dışında, "akne" olarak anılan başka hastalıklar da yapabiliyorlar. Örneğin, akne vulgaris sorunu olmayan bir kişide, yalnızca kullandığı kozmetiklere bağlı olarak, "kozmetik aknesi" dediğimiz bir tablo ortaya çıkabiliyor."

Sivilceye neden olduğu sanılan etkenlere gelince. "Sanılan" diyoruz; çünkü bu etkenlerin çoğunun sivilce oluşumunda hiçbir rolü yok. Örneğin beslenmeyle ergenlik sivilcelerinin olu-



Akne vulgaris'in oluşumunda etken olan mikroorganizmalar normal zamanlarda da, kıl foliküllerinin içinde bulunuyorlar. Yağ salgısının artması, yağ folikülleri içerisindeki keratinizasyonun artması ve bu mikroorganizmaların salgıladıkları enzimle ortaya çıkan iltihaplanma, bu soruna yol açıyor.

şumu hep ilişkilendirilir. Hatta bu ilişkilendirmeyi pek çok aydın insan da yapar. Annelerse çocuklarına ay çekirdeği, fındık, fıstık gibi çerezleri yedirmezler. Oysa, yapılan bilimsel çalışmalar sonucunda, beslenmeyle ergenlik sivilceleri arasında bir bağ olmadığı saptandı. Bu konuda Dr. İlder, yapılan

## Sivilcelere Birlikte Yaşamak

Ergenlik döneminde bedenin değişimiyle birlikte başlayan sorunlardan bir tanesi de sivilceler. Ergenlik döneminin gence getirdiği "ben" deme özelliği, özgürleşme isteği ve aynı zamanda gencin bedenine çok sık yönelmesiyle birlikte, sivilceler sorun olmaya başlıyor.

Birçok gencin beden imajı bu dönemde sarsılıyor, bozuluyor; dolayısıyla, bu sarsıntı genci özsaygı kaybına kadar götürüyor ve sonuçta genç birçok psikolojik sorunla karşı karşıya kalıyor; hatta depresyona bile girebiliyor. Psikolojik danışmanlık yapan Sema Yücel'in ergenlik sivilceleri sorununu yaşayan gençlere önerileri var:

Özgüven, kişinin bir şeyler yapabilme inancı, bir tür "ben bunu yapabilirim" duygusudur. Kişi performans gösterdikçe özgüveni artar. Ama özsaygı, bir şeyleri yapabilsen de, yapamasan da kendini önemli ve değerli hissedebile inancıdır. Yani "bedenim sivilceli olsa da olmasa da" ya da "kilolu olsam da olmasam da", kendimin önemli ve değerli olduğuna dönük bir inanç geliştirmeliyim ki kendime özsaygım olsun. Ancak içinde yaşadığımız toplum, bedenimizdeki bu tür değişimleri sorun yapmayı besleyen bir toplum; dolayısıyla öncelikle anne ve babanın, çocuğunun özsaygısını kazanması için zamanında oturacağı temel, gencin bu so-

runları daha kolay atlatabilmesini sağlar. Gencin de kendisine karşı olurlamalar göndermesi gerek. Bu olurlamalar da, "her durumda ben önemliyim" demesi, böyle iç konuşmalar yapabilmesidir. Çevreden gelen herhangi bir olumsuz mesajı da almamayı seçmelidir. Bu da, kendi iç konuşmalarında, söylenenlerin tam tersini, yani söylenenleri olumlu olarak beyninden geçirebilmesiyle mümkündür. Ayrıca, genç, bu sorunla başa çıkamayacağı boyutta karşı karşıya da bulunabilir ki bu noktada profesyonel yardım almaya yönelmelidir. Oradan buradan duyduğu yöntemleri kendisine uygulamayı değil, bu konunun uzmanı olan dermatologlara ve psikologlara gitmeyi yeğlemelidir. Bu dönemde anne-babanın da duyarlı davranıp, çocuğun ruh halini kamçılamadan, yani eleştirel ve yargılayıcı olup, aşırı derecede üzerine gitmeden ona yaklaşması gerek. Bu şekilde davranıldığında, çocuğu da davranışsal olarak daha tepkisel hale getirip, onun beklenen düzeyde problem çözücü, sağlıklı yollar yerine, istenmeyen olumsuz bakış açısını seçmesine neden olabilir. Aynı zamanda, çocukta, insanın var oluşunu şekle bağlayan bir değer yargısı da gelişebilir. Temel olarak böyle bir değer yargısı olan genç, sivilce sorunundan sıyrıldığında da kez bir başka konuda "başkaları gibi olmayı" seçebilecektir.



bilimsel araştırmalardan birini örnek verdi. "Bu bilimsel araştırmada, iki grup hasta alınmış. Birinci gruptakiler, akne yaptığı söylenen çikolata, kuruyemiş, kızartma gibi gıdalarla beslenmişler. İkinci gruptaki hastalarsa bunlardan fakir gıdalarla beslenmiş. Sonuçta her iki grup arasında akne oluşumunda hiçbir fark olmadığı görülmüş. Ayrıca, ergenlik sivilceleri oluşuktan sonra bu gıdaların sivilceleri artırıcı bir etkisi de söz konusu değil."

Bedenimizde en çok yüzde, sonra da göğüs ve sırtta yoğunlaşan bu ergenlik sivilceleri beraberlerinde siyah noktalar, beyaz noktalar, kistik oluşumlar gibi ek sorunları da getiriyor. Ancak "komedon" da denen bu oluşumlar, aslında, akne vulgaris'in başlangıç lezyonları. Dr. Nilser İlder bu durumu şöyle açıklıyor: "Akne oluşumunda biriken yağ salgısı, içerideki keratinizasyonun artmasıyla sivilcenin ağzını bir tıkaç gibi tıkar. Bu sırada sivilcenin üzerinde incecik bir keratin tabakası dışarıyla teması engelliyorsa bunlara beyaz nokta ya da kapalı komedonlar denir. Bu noktalar havayla temas ettiğinde, orada bulunan, melanin adını verdiğimiz renk verici maddelerle siyah renge dönüşebilir. Açık komedonlar dediğimiz bu siyah noktalar deriyle aynı düzeyde ya da hafif kabarık olabilir. Bu tıkaçlar belli dönemde tedavi edilirse, kıl folikülü yapısını çok fazla kaybetmeden, parçalanmadan eski haline dönebilir. Ancak, kıl folikülü, ağzındaki bu tıkanıklık ve altındaki keratin oluşumu devam eder, yağ fazlası da kalırsa, genişlemeye başlar. İyice genişlediğinde ortaya kistik oluşumlar çıkar. Sonunda, bu kıl folikülü alttan yırtılır. Bu durumda da folikül içindeki yabancı maddeler doku içerisine yayılır ve iltihabi durum daha da artar. Böylece kırmızı renkte, dışarıdan çok kötü görünen lezyonlar ortaya çıkar."

Çoğumuzun yaşamış ve yaşamakta olduğu bu sorundan nasıl kurtulunur? Çare ne? Aslında bu sorunun yanıtı belli: Her hastalıkta olduğu gibi çare yine hekimlerde. Yani ergenlik sivilcelerinin tedavisinin de bir dermatolog hekim tarafından yapılması gerekiyor. O halde güzellik salonlarında ya da evlerde sivilcelerin giderilmesi için, bitkilerle ya da başka malzemelerle üretilen bulamaçlardan yarar ummanın da hiçbir anlamı yok.

# Ergenlik sivilceleri nasıl tedavi edilir?

## Akne vulgaris'te nasıl bir tedavi uygulanıyor?

Hekimler önce aknenin şiddetini belirler, sonra da bu belirlemeye göre tedavi önerir. Genellikle hafif seyreden ergenlik sivilcelerinde, temizlik ve dışarıdan sürülecek bazı losyon ve kremlerle tedavi mümkün olur. Ayrıca cildin pH'ına uygun, (pH değeri 5,5 olan) sabunlarla da temizlik yapılır. Bu sabunlar yağ ve bakterileri uzaklaştırabilir; ancak komedonları giderici etkisi yoktur. Benzoyl peroksit, akne tedavisinde kullanılan bir diğer yerel ajandır; siyah noktaları giderir ve akne oluşumuna engel olabilir. Tretinoin ise mikrokomedonları azaltıp, olanları da yok edebilir; foliküler keratinizasyonu normale döndürebilir. Ancak, özellikle güneşle biraraya geldiğinde tahriş etkisi olduğundan göz, burun ve ağız çevresine sürülmez. Bir de gebelik süresince ve benzoyl peroksitlerle birlikte kullanılmamalıdır. Azeleik asit içeren kremler de akne oluşumunda rol oynayan bazı mekanizmaları etkiler. Orta ve şiddetli aknelerdeyse dışarıdan sürülen bu ilaçlarla, tedavi başarılı olmaz. Bu nedenle ağızdan alınacak bazı ilaçlar devreye girer.

## Orta ve şiddetli seyreden akne vulgaris'in tedavisini biraz daha açar mısınız?

Bu tip aknelerde amacımız iz bırakmasını önlemektir dedik. İz bırakmayı önlemek için, akneye yol açan etkenlerden bazıları tedavi edici ajanlarla engellenmeye çalışılacak. Bunlar ya yağ salgısını azaltacak ya folikül içerisindeki keratinizasyonu düzenleyecek ya da mikrobiyel ajanlara etkili olacak. Bunun için, hem dışarıdan sürülen kremler hem de ağızdan alınan ilaçlar var. Örneğin antibiyotikler. Mikroorganizmaların etkilerini önleyebilecek ilaçlar bunlar. Ağızdan alınan hormonlar da var. Bu hormonal preparatlar yağ salgısının denetimini sağlar. Ancak bu ilaçlar yalnızca bayan hastalarda kullanılır; erkek hastalara verilmez.

## Neden erkek hastalar bu ilaçları alamıyor?

Bu ilaçlar erkeklerde feminizasyona yol açıyor. Çünkü yağ salgısını yapan, androjenik hormonlar ve bunlar bir anlamda erkeklik hormonu. Kadınlarda bulunan androjenik hormonların baskılanması bir sorun yaratmaz; ama erkeklerde bulunan bu hormonları baskıyorsanız sonuç istenmeyen durumlara yol açabilir. Anlaşılabileceği üzere, tek bir ilaç yeterli değildir akne tedavisinde. Zaten bu etkenlerin üçüne birden etkili olan ilaç da çok az. Bu nedenle hekim, bu üç etkenin her birini engelleyecek ilaçları toplayıp ayrı ayrı verebilir hastasına.

## Biraz önce bu faktörlerin hepsine birden etkili olan ilaç çok az dediniz. Var olan ilaçlarla ilgili bilgi verir misiniz?

Ergenlik sivilcelerinin etkenlerinin hepsine birden etkili olan bir ilaç var. Bu ilaç isotretinoin içermekte. İlaç, sebum yapımını azaltıyor, foliküler keratinizasyonu düzenliyor ve mikrobiyel ajanlara etkili oluyor. Ayrıca bütün bunların sonucunda ortaya çıkan iltihabi durumu önlemede de etkili. Yani aknede bütün hedeflere birden yönelen bir ilaç bu. Ancak bu ilacın çok dikkatli kullanılması gerekiyor. Çünkü yan etkileri söz konusu ve en önemli yan etkilerinden birisi de, teratojen olması. Yani hamilelik sırasında kullanılacak olursa sakat doğumlara

yol açan bir ilaç. Bu nedenle kullanımı da kontrol altında, yalnızca dermatolog hekimler tarafından yazılabilir. Dermatologlar da bu ilacı kullanmaya karar verdiklerinde, yan etkilerini hastaya açıklayarak, hastalarının onayını, yani imzalarını almak durumundalar. Sonra, ilaç kullanılmadan önce hastaya hemen gebelik testi yaptırılıyor. İlacın ikinci yan etkisi de, kan yağını yükseltmesi. Trigliserit düzeyini yükseltebilir. Yani kalp hastalığı oluşumuna bir zemin hazırlayabilir. Bu durum herkes için söz konusu olmadığından, riskli olan kişileri saptamak için kesinlikle ilaç kullanılmadan önce kan testlerinin de yapılması gerekiyor. Ayrıca ilacın kullanımı başladıktan sonra da kan tahlilleri sürüyor. Böylece, eğer kan yağlarında herhangi bir yükselme söz konusuysa ilaç hemen kesiliyor. Bir diğer yan etkisi, "pseudo-tumor cerebri" dediğimiz bir tablo. Bu, kafaiçi basıncının artmasıyla seyreden



Doç. Dr. Nilşel İtler

bir klinik tablo. Ciddi baş ağrıları olabilir ve ilaç kesildiğinde bu ağrılar tamamen kayboluyor. Bu nedenlerle, ilaç hastaya verildikten sonra hasta belli aralıklarla testlere tabi tutuluyor; yani hekimin kontrolü altında tutuluyor ve sözünü ettiğimiz yan etkiler görüldüğünde ilaç kullanımı hemen kesiliyor. Yine isotretinoin kullanan kişiler kan veremiyorlar. Çünkü kan verildiğinde, alıcı hamileyse onda da aynı nedenle sakat doğuma neden olabilir. Ancak tüm bunlara karşın, bu ilaç, doğru kişilerde mucizevi sonuçlar verebilir.

## İlacın denildiği gibi intihar eğilimini körüklediği ve yasaklandığı doğru mu?

Sorduğunuz soru, bu ilaç piyasaya çıktıktan sonra ortaya atıldı. Amerika'da, bu ilacı kullanan hastalardan bir kaçında, intihar eğilimi vakası olduğu yolunda bir iddia getirildi. Bu konuda çok detaylı araştırmalar yapıldı. İntihar teşebbüsüyle ilgili olarak en son yapılan bir araştırma 7000 hasta üzerinde gerçekleştirildi. Bu araştırmada iki grup karşılaştırması yapıldı. Sonuçta, isotretinoin içeren bu ilacı alan ve almayan hastalarda, intihar eğilimi her iki grupta birbirinden farklı bulunmadı. Yani bildirilen intihar vakalarının tesadüf oldu-

ğu söyleniyor. Ama benim kanımcı, depresif yapısı olan kişilerde bu ilacı kullanmamak tercih edilebilir. Çünkü depresif hastalarda her zaman intihar eğilimi vardır. İlacın yasaklanması diye bir durumsa söz konusu değil. Özellikle Amerika'da, Avrupa'da çok yaygın olarak kullanılmakta. **İlacın bileşiminde A vitamini olduğunu biliyoruz. A vitamini yağda eriyen bir vitamin ve bu nedenle dokularda depolanıyor. Bu durumda ilacın etken maddesinin vücutta depolanması ve ileriki zamanlarda da yan etkilerini devam ettirmesi söz konusu mu?**

Evet bu ilaç A vitamininden elde edilen bir madde; ama bunlar elde edilirken, istenmeyen bazı özelliklerden arındırılmaya çalışılır. Ancak yağda birikmesi durumunun şöyle bir önemi var: İlacın kullanımı kesildikten sonra bir ay süreyle yağlarda bulunabiliyor; bunun nedeni de yağlarda depolanması. Bu nedenle, hasta ilacı kestikten sonra bir ay süreyle hamile kalmaması gerekiyor.

## Akne tedavisinin başarıyla sonuçlanması için hastada olması gereken en temel özellik ne?

Başarılı bir sonuç için hastada olması gereken en temel özellik sabırdır. Bu gerçekten çok önemli. Çünkü hiçbir akne tedavisi bir haftada, on günde, bir ayda sonuç vermez. Aknede iyileşme erken birinci ayın sonunda başlar ve tedavinin faydası en iyi şekilde 6. aydan sonra görülür.

## Akne tedavi edilse de geride izleri kalabilir. Bu izler nasıl yok edilebilir?

Her akne iz bırakmaz. Eğer hasta tedavi de gördüyse, çok derinlere inmemiş, kıl folikülünü tahrip etmemişse akne izi kalmaz. İlk önceleri kahverengimsi lekeler kalabilir. Ancak yaklaşık sekiz ay içerisinde bu lekeler de kaybolur. Bazı ciltlerde bu süre uzayabilmekte. Bu durumda da hekim renk açıcı kremlerle tedaviyi sürdürür. Ama aknede oluşan çukurcukların tedavisi (ki bu çukurcuklar genelde yanlış tedavi sonucunda oluşur) gerçekten zor olabilir. Bu çukurcukların bazı maddelerle doldurulması biçiminde bir tedavi uygulanabilir. Örneğin kollajenle doldurulma yapılabilir. Ya da çukurcuklar çok derin değilse, "dermabrazyon" da denilen, derinin tabakalarının kazınıp kaldırılması uygulaması yapılabilir. Çok derin çukurcuklarınsa ne yazık ki tedavisi şu anda yok.

Doktorlar olarak akne tedavisinde bizlerin amacı, iz bırakmasını önlemektir. İz derken, yalnızca yüzde bıraktığı izlerden söz etmiyorum. Aynı şekilde ilgili çok güzel bir deyim vardır: "Akne ortaya çıktığı yaşta, hem yüzde hem kalpte iz bırakır" denir. Çok güzel bir laftır bu. Gerçekten de, bir yandan yüzde iz bırakarak gençin bütün yaşamını etkiler, diğer yandan da, sosyal ilişkilerinin çok kuvvetli olması gereken bir dönemde, bu sorun genç sosyal ilişkilerinden soyutlamaya kadar götürür. Yani genç üzerinde psikolojik sorunların oluşmasına da yol açabilir. İşte hekimlerin amacı, aknenin bırakacağı bu iki izi engel olmaktır. Kişiler kendi kendilerine ya da hekim olmayan kişilerde umar ararlarsa, bu izlerin kalmasını peşinen kabulleniyorlar demektir.