ΑΚΜΗ

Παθοφυσιολογία και ολοκληρωμένη δερμοκαλλυντική φροντίδα

Εκπαιδευτική αρθρογραφία • Acniben / Acniben Repair



ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΣΚΟΠΟΣ

Η ακμή είναι χρόνια φλεγμονώδης νόσος της Τριχοσμηγματογόνου μονάδας. Εκδηλώνεται με φαγέσωρες, βλατίδες, φλύκταινες και, στις σοβαρότερες μορφές, οζίδια και κύστεις. Εντοπίζεται κυρίως στο πρόσωπο, την πλάτη και το στήθος (Rigopoulos et al., 2021).

Μπορεί να προκαλέσει ουλές, δυσχρωμίες και ψυχολογική επιβάρυνση. Η φροντίδα προσαρμόζεται στη βαρύτητα της νόσου και στις ανάγκες του δέρματος (Rigopoulos et al., 2021).

Σκοπός: η συνοπτική παρουσίαση των μηχανισμών της ακμής και του υποστηρικτικού ρόλου της καθημερινής δερμοκαλλυντικής φροντίδας.

ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ

01 **Υπερπαραγωγή σμήγματος**
Αυξημένη λιπαρότητα

02 **Θυλακική υπερκερατινοποίηση**
Απόφραξη του πόρου

03 **Cutibacterium acnes**
Συμμετοχή στη φλεγμονώδη διεργασία

04 **Φλεγμονή**
Ακνεϊκές βλάβες και πιθανές ουλές

Παράγοντες επιδείνωσης

Ορμονικές αλλαγές, φαγεσωρογόνα καλλυντικά, άγχος και περιβαλλοντικοί ρύποι. Η διατροφή μπορεί επίσης να επηρεάζει την πορεία της ακμής.

ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Ήπια έως μέτρια ακμή

Στόχοι είναι η ρύθμιση της λιπαρότητας, η αποσυμφόρηση των πόρων και ο έλεγχος των ατελειών. Η σειρά **Acniben** εντάσσεται στην καθημερινή περιποίηση, συμπληρωματικά στην ιατρική αντιμετώπιση.

Σοβαρή ακμή

Ο δερματολόγος καθορίζει τη φαρμακευτική αγωγή. Κατά τη θεραπεία με ισοτρετινοΐνη, η υποστηρικτική φροντίδα **Acniben Repair** εστιάζει στην ξηρότητα, στην ενυδάτωση και στην άνεση του δέρματος και των χειλιών.

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΡΟΥΤΙΝΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ

1. Καθαρισμός • πρωί και βράδυ

Micellar Cleanser: αφαίρεση μακιγιάζ. **Mattifying Cleanser Gel**: για έντονα λιπαρή επιδερμίδα. **Purifying Cleanser Foam**: επιλογή για ευαίσθητη επιδερμίδα.

2. Στοχευμένη φροντίδα • πρωί και βράδυ

Shine & Pimples Gel Cream: πρωί και βράδυ. **Night Concentrate**: βραδινή φροντίδα. **On the Spot**: τοπική εφαρμογή στις ατέλειες.

3. Συμπληρωματική περιποίηση • πρωί και βράδυ

Gentle Exfoliant και **Purifying Face Mask**: 1–2 φορές την εβδομάδα, ανάλογα με τις ανάγκες και την ανεκτικότητα του δέρματος. Body Spray: καθημερινή φροντίδα πλάτης και σώματος.

4. Ενυδάτωση κατά την αγωγή • πρωί και βράδυ

Η ρουτίνα **Acniben Repair** περιλαμβάνει **Gentle Cleansing Emulsion** για καθαρισμό, **Soothing Gel Cream** για ενυδάτωση και **Lip Repair Balm** για τα χείλη.

ΚΑΛΥΨΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ

Η ακμή μπορεί να επηρεάσει την αυτοεικόνα. Η κάλυψη των ατελειών συμπληρώνει την καθημερινή φροντίδα, προσφέροντας πιο ομοιόμορφη όψη.

Acniben CC+ Cream SPF30

Συνδυάζει φροντίδα, προσαρμόσιμη κάλυψη και φωτοπροστασία SPF30. Διατίθεται σε 3 αποχρώσεις, με φυσικό σατινέ-ματ αποτέλεσμα.

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΦΩΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ

Για τη φροντίδα της ακμής χρειάζεται ένα ιδανικό αντηλιακό που ελέγχει το σμήγμα και έχει ως βάση το νερό. Το **Fusion Water Magic SPF50** ενδείκνυται στη ρουτίνα για το ακνεϊκό δέρμα, με ανάλαφρη υφή και ενυδατική φροντίδα.

Εφαρμογή σε επαρκή ποσότητα και ανανέωση κάθε 2 ώρες κατά την έκθεση, καθώς και μετά από εφίδρωση, κολύμπι ή στέγνωμα με πετσέτα.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Η ολοκληρωμένη διαχείριση της ακμής συνδυάζει την εξατομικευμένη δερματολογική αντιμετώπιση με καθημερινή φροντίδα. Ο καθαρισμός, η ενυδάτωση και η φωτοπροστασία υποστηρίζουν τις ανάγκες του δέρματος, ενώ η κάλυψη μπορεί να συμβάλει στην αυτοπεποίθηση του ατόμου.

REFERENCES

Rigopoulos, D., Stratigos, A., Katoulis, A., Gregoriou, S. and Rallis, E. (2021) Handbook of Dermatology–Venereology [in Greek; translated title]. Athens: Neon Medical Publications.