

حب الشباب.. أكثر مشاكل الجلد شيوعاً في سن المراهقة



حب الشباب أكثر مشاكل الجلد شيوعاً بين الشباب، خاصة في سن المراهقة؛ فأغلب هؤلاء الشباب يعانون من هذه المشكلة ولو بدرجة بسيطة. إذ إنَّ (85%) من مجتمع الشباب يصابون بما يعرف بحب الشباب الفسيولوجي.. وحوالي (15%) من الشباب يصاب بدرجات أكثر إزعاجاً من حب الشباب. والكثير من الشباب والفتيات ينتهج أساليب غريبة في التغذية، طناً منهم بأنَّ لحب الشباب علاقة بالغذاء، والحقيقة غير ذلك. ورغم أن نسبة الإصابة متساوية بين الجنسين، إلا أنَّ الإصابات أكثر شدة عند الذكور. وتبدأ الإصابة الأولى بحب الشباب عادة في أوائل العقد الثاني من العمر، وإذا لم تعالج البقع يزداد عددها لتصل إلى أقصى حد لها عند عمر (17) عاماً في الإناث، و(19) عاماً في الذكور. أما شدة الإصابة فتبقى ثابتة فيما بعد، وتحسَّن تدريجياً من عمر (21) إلى (22) عاماً، وتزول أغلب حالات حب الشباب السريرية عند عمر (25) عاماً. - ما هو حب الشباب؟ هو اعتلال بالغدد الزهمية - العدد الدهنية التي تفرز الدهن - (glands sebaceous) التي في الجلد والقنوات التي تحمل إفرازها إلى سطح الجلد، وأكثر ما تتواجد هذه الغدد في جلد الوجه والظهر والصدر، وهي الأماكن التي يسود فيها ظهور حب الشباب. والذين يعانون حب الشباب غالباً ما يشكون من زيادة إفراز الدهون في الجلد. وتعمل الغدد الزهمية تحت سيطرة الهرمونات الجنسية، ولهذا السبب يظهر حب الشباب عند البلوغ. أما الهرمونات الرئيسية التي تنبه الغدد الزهمية فتسمى أندروجينات؛ وهي هرمونات تنتجها الخصيتان في الذكور، والمبيضان والغدتان جارتا

الكليتين في الإناث. وقد يحدث الالتهاب في بعض حالات حب الشباب، إلا أن حب الشباب ليس مرضاً مُعدياً. 2- ما الذي يزيد حب الشباب سوءاً؟ هناك بعض العوامل الفسيولوجية بالجسم التي قد تزيد حالات حب الشباب سوءاً، فقد لوحظ ظهور مفاجئ لحب الشباب قبل موعد الدورة الشهرية (الطمث) مباشرة، كما قد تساعد أشعة الشمس على تكوّن حب الشباب، ولكن ليس للغذاء دور في هذا الداء. وأكثر أنواع حب الشباب انتشاراً هو حب الشباب الشائع (Common) أو، الستيرويد مركبات تحتوي التي والكريمات المراهم بعض عن الشباب حب ينجم وقد (Acne) تناول هذه المركبات عن طريق الفم. 3- كيف يعالج حب الشباب؟ حب الشباب - سواء كان مجرد يقع قليلة أو حالة مرضية شديدة - قابل للعلاج، بشرط اتباع نصيحة ذوي الخبرة، مع الاستخدام السليم للأدوية (سواء تلك التي توضع على الجلد أو التي تؤخذ عن طريق الفم). وقد يستمر حب الشباب لمدة طويلة، حتى مع استخدام الأدوية الفعالة. وسيجد (80%) منهم درجة من التحسن تصل إلى (80%) خلال ستة أشهر، ولكن قد يكون من الضرورة المداومة على علاج البقع لفترة قد تصل إلى عدة سنوات، ولا بدّ من استشارة الطبيب والحقيقة أن أغلب حالات البقع الجلدية عند "المراهقين" سوف تستجيب للمعالجة الموضعية، وإذا لم تستجب فإنّ المعالجة بالمضادات الحيوية قد تصبح ضرورية. المصدر: كتاب (الثقافة الصحيّة... متعة الحياة)