

甩掉痘痘，改頭換面

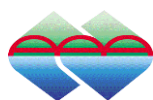
皮膚科陳怡如主治醫師

青春痘不只是青少年有的權利，它同時也是上班族，中年族群的困擾。雖然並非危急生命的疾病，但是對於外觀最重視的青少年而言，痘痘對他們心理層面的影響，同儕的互動，自信的養成卻有超乎父母想像的影響。在這個時期，自信尚未建立，所以在治療方面常會道聽途說，且常有到處求醫卻無法持續的情況，導致治療效果經常未臻理想，反而自暴自棄。

其實皮膚科醫師們治療痘痘的方式都差不多，只是最需要的是病患的耐心配合與時間，只要好好的跟著一位醫師幾個月耐心治療，幾乎沒有治不好的道理。此外，痘痘的治療最好是早期治療，甚至是預防甚於治療，以免到時候痘痘治好了，剩下的痘疤跟著當一輩子的紀念。

以下簡單提供皮膚科醫師治療痘痘的一些法寶：

1. **如果你長期有許多發炎發紅的痘痘：**不要懷疑，你該吃抗生素了，吃抗生素持續的時間因人而異，一般的療程約三個月左右，醫師會依照個人的狀況調整藥物的增減，此外如果女生因為月經不順，醫師會幫您抽血驗賀爾蒙，甚至作超音波檢查是否有多囊性卵巢，再視狀況可能會開立賀爾蒙來調整經期。



2. **如果只是許多的粉刺且只有少數發炎：**這時候盡量使用醫師開給您的局部用 A 酸或果酸相關的塗抹產品來使粉刺排出，自己去擠常常會失敗導致發炎，發炎之後又會留下色素沈澱，得不償失。
3. **如果你有很多囊腫型的，長得很深的那種痘痘：**這種人常常吃抗生素效果不彰，會需要到吃 A 酸的程度，同樣的，A 酸的療程也需要大家的三到六個月的耐性。若是只有幾顆，發炎許久纖維化的暗瘡，醫師則會局部打消炎針使之消去。
4. **如果你有很多發炎性的痘痘但是又不想吃藥：**要記得一件事，很多痘痘的時候，光是擦藥是不會好的！如果你就是沒時間跑醫院，那請各位一個月記得作一次醫療級濃度的果酸換膚，不然大概就沒機會解決了。
5. **如果你痘痘已經吃過藥好得差不多：**請記得一定要使用塗抹的 A 酸或果酸保養以免痘痘復發。
6. **如果你在意凹疤與色素沈澱：**找皮膚科專科醫師吧！不同程度的凹疤有不同治療的方式包括果酸換膚，傳統與新型雷射磨皮，飛梭雷射等等依個人情況而定。色素沈澱部分則可以用果酸，局部藥物，以至於脈衝光皆可處理。

治療痘痘並不困難，只要有恆心，跟著一位皮膚專科醫師，用正統的，有科學根據的療法去治療，大家都有機會改頭換面，耳目一新！

