

## كل ما يلزم أن تعرفه عن حب الشباب (العُدّ)

حب الشباب لا يسببه  
الانتساح!

كمية حب الشباب التي تصيب الشخص لا تمت للعدل بصلة. فالبيض يصاب بكثير منها والبيض الآخر لا يصاب إلا بالقليل، وهذا يعود لهرمونات الجسم بالإضافة إلى العوامل الوراثية. حب الشباب لا دخل له بعدم نظافة الجلد أو باتساخه. يتأثر عمل الغدد الدهنية بطرق مختلفة مما يؤدي إلى تشكل حب الشباب. وهذا يحدث تحت الجلد. يصاب أغلب الأشخاص بحب الشباب في الوجه لكن الكثيرين يصابون به أيضاً في أجزاء أخرى من الجسد والتي تحتوي على غدد دهنية، مثل الظهر والأكتاف والصدر.

اسأل الصيدلي عن الأدوية التي لا تحتاج وصفة طبيب والتي تحتوي على مادة بنزويل بيروكسيد

حب الشباب لا ينجم عن قلة نظافة الجلد، ولذلك لا يمكنك التخلص منه من خلال غسل الجلد. للتخلص من حب الشباب يجب عليك استعمال الأدوية التي تعالج الجلد من الداخل حيث حب الشباب بالأصل ينشأ. في الصيدلية يمكنك شراء أدوية لا تحتاج إلى وصفة طبيب وتحتوي على مادة بنزويل بيروكسيد التي تثبتت فعاليتها بشكل موثوق ضد حب الشباب.

لا تستغرب إذا احتجت لمساعدة طبيب أو ممرضة المنطقة في المستوصف

يمكن للطبيب مساعدتك بوصف الدواء الصحيح المضاد لحب الشباب بما يناسب حالتك. عادة ما يلزمك عيار أقوى من دواء بشكل جل (مادة هلامية) أو كريم. وفي حالات نادرة يمكن أن تحتاج لدواء على شكل حبوب مثل المضادات الحيوية. كما تستطيع ممرضة المنطقة في المستوصف كتابة وصفة تحتوي على بعض الأدوية لعلاج حب الشباب. اطلب المساعدة من شخص بالغ مثل أحد والديك أو ممرضة مدرستك إذا لم تعرف كيفية حجز موعد.



لا تستسلم، قد يستغرق الأمر شهرين إلى ثلاثة أشهر للحصول على أفضل نتيجة

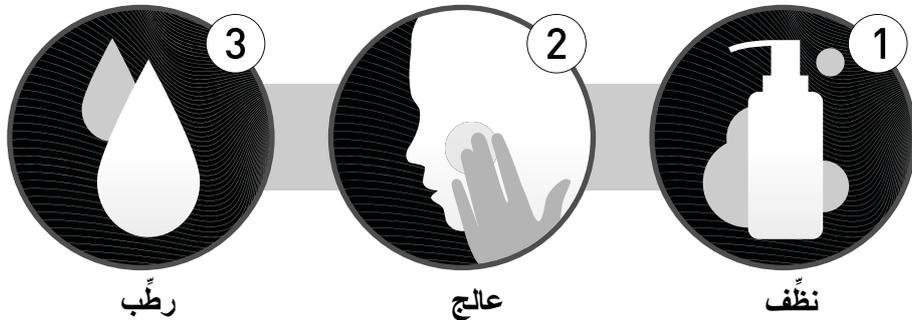
سيتم صبرك من خلال متابعة العلاج الدوائي الذي بدأت به. غالباً ما يلاحظ مفعول العلاج بعد أسبوع إلى أربعة أسابيع، لكن قد يستغرق الأمر شهرين إلى ثلاثة أشهر من العلاج اليومي للحصول على أفضل نتيجة!

## ! تذكر بأن جلدك قد يصاب بالاحمرار والجفاف والتهيُّج البسيط خلال فترة المعالجة بدواء حب الشباب !

وهذا ليس بالضرورة خطيراً أو غريباً، بل إنه قد يكون رد فعل عادي لعدد من الأدوية كما قد يكون مؤشراً على أن العلاج بدأ يعطي مفعولاً. عادة ما يكون تهيج الجلد في ذروته في البداية (الأسبوع أو الأسبوعين الأولين) وبعدها يخف من تلقاء نفسه. تحدث عن ذلك مع الشخص الذي وصف لك الدواء إذا كانت لديك أسئلة!

لا تنسَ ترطيب الجلد بشكل يومي، حتى إذا كانت بشرتك دهنية أو "زيتية"

عندما تعالج حب الشباب بالأدوية فمن المهم أن تعتني بالجلد بشكل يومي. اغسل الجلد بمنظف لطيف ورطبه بكريم مرطب بعد عدة دقائق من وضعك للجل أو الكريم المعالج. وهذا يخص كلاً من الشباب والبنات. لا تخف من ترطيب الجلد، فحتى البشرة الدهنية أو الزيتية تُلزمها الرطوبة. تذكر الخطوات الثلاث التالية:



**GALDERMA**

Galderma Nordic AB, Seminariegatan 21, SE-752 28 Uppsala  
Tel 018-444 03 30, fax 018-444 03 35, www.galdermanordic.com  
www.omfinnar.se