

ראיון השער סיפורים אישיים קריירה חדר משלך בריאות יחסים

שף סטייל משפחה תירות ארכיון שערי לאשה עשו מנוי ללאשה

תוכן בשיתוף: אלימות זה לא נורמלי מעוררי השראה

אפשר להתפוצץ! כשאת מתבגרת והחצ'קוניים שלך מסרבים להיפרד יפה

יומן הרואקוטן: זוכרות את כדור הפלא שהרחיק את החצ'קוניים מהפנים שלנו כשהיינו ילדות? חזרתי לקחת אותו עכשיו, בגיל 43, ומתברר שאני ממש לא לבד

אהובית רביגולן פורסם: 07:55 ,27.04.23



חזיית יח'עשורים השלישי והרביעי. מחלת האקנה (צילום: shutterstock)

להוריד את הגשר מהשיניים, להפסיק לריב עם האחיות שלי על בגדים, להפסיק להיות בית גידול לחצ'קוניים: זו בגדול הייתה רשימת החלומות שלי בגיל ההתבגרות. לא

שאפתנית מדי, הייתי אומרת. עם השנים הגשר ירד והאחיות שלי הפסיקו לגנוב לי בגדים - אבל מה יהיה עם החצ'קונים? למה הם עדיין כאן? מודה, לא ככה חשבתי שאפתח את העשור החמישי לחיי. כן, דמיינתי שיהיו בסביבה ילדים בגילים שונים שאטפל בהם, קריירה שתאתגר אותי, זוגיות שאנסה לצלוח איתה את משבר גיל ה-40 - אבל התמודדות עם חצ'קונים שצצים מדי בוקר, כאילו חזרתי במכונת זמן לגיל 16? וואלה, זה לא עבר לי בראש. הרי כבר הייתי בסרט הזה וחוויתי את כל החבילה יחד: גשר בשיניים, שיער לא ברור, סטייל מזעזע וחוסר ביטחון כללי. מה קשור עכשיו חצ'קונים? איזה ייאוש. "אקנה בקרב מבוגרים הוא תופעה מוכרת וידועה. קרוב ל-30% מאוכלוסיית הנשים מגיל 40 ואילך ויותר מ-12% מאוכלוסיית הגברים סובלים ממנה", אומרת לי ד"ר סיון מרסר, מומחית לרפואת עור, אסתטיקה ולייזר.

למה זה שוב קורה לי?

"זה קורה בגלל גורמים גנטיים, פלוס העובדה שיש ייצור עודף של חלב שגורם לחסימה בזקיק השערה. נוכחות חייזקים ויצירת הדלקת גורמות לזה להתלקח ולגדול לממדים לא נעימים. סיבה נוספת היא השינויים ההורמונליים - כאשר מחלת האקנה מופיעה בגיל ההתבגרות, זו לרוב אפיזודה חולפת, אבל יש מקרים שהיא חוזרת גם בעשורים השלישי והרביעי בחיים".

"זה קורה בגלל גורמים גנטיים, פלוס העובדה שיש ייצור עודף של חלב. סיבה נוספת היא השינויים ההורמונליים"

האם זה בהכרח קורה למי שחווה אקנה בגיל ההתבגרות או שאין קשר?

"אקנה יכול להופיע לא רק בקרב אנשים שחוו זאת בשלבי ההתבגרות ההורמונלית. הרי לכולם יש חלב בבלוטות החלב, ואצל כולם הנטייה הטבעית של הגוף היא לפתח דלקת באזורים האלה".

את גם סבלת מזה?

"בילדותי סבלתי גם מאטופיק דרמטיטיס וגם מאקנה. לקראת גיל 17 החלטתי ללכת ללמוד רפואת עור, כי חוויתי תסכול מרופאי העור שנתנו לי טיפולים מקומיים שלא באמת עזרו. עברתי כל מיני טיפולים הורמונליים, משחות, תכשירים מייבשים ומלא התעסקות־סרק. בסופו של דבר כלום לא הועיל, עד שהגיע הרואקוטן".



גם סבלה מאקנה בצעירותה. ד"ר סיון מרסר (צילום: יח"צ)

Promoted Links by Taboola

צמוד לכפר שמריהו: קרקע תימכר ב-750,000 ש"ח לציבורנוסק פטור, הנה טיפים לניהול העסק שיחסכו לך כסף
מקס עסקים Channel22

"שתיינות וסמים"? אביב גפן הגיב לטלי גוטליב: "ממד חדש ל'ניחום אבליים"
תרבות ובידור

מתי זה היה?

"הפעם הראשונה הייתה סביב גיל 17, כאשר התרופה הייתה בחיתוליה ולא כל כך ששו לתת לי מרשם עבודה. אני הגעתי אליה לגמרי במקרה, כי כל המשפחה שלי חיה בארצות-הברית באותה תקופה, ובת הדודה שלי, שגרה שם וסבלה כמוני מאותה בעיה, סיפרה לי על תרופת פלא שהיא מטופלת בה ובזכותה משתפרת לה בעיית האקנה. פה בארץ נאלצנו להמתין כמה חודשים להסכמת הרופאים. לא היו אינטרנט או גוגל כדי לקבל את כל המידע הזה, כך שכדי לדעת באיזה מינון לתת לי ממש היו צריכים לפתוח ספרים".

כיצד הכדור פועל?

"זו תרופה מקבוצת הרטינואידים, נגזרת של ויטמין A. היא נמצאת בשימוש במחלות עור רבות, ביניהן אקנה, סרטני עור וגידולים למיניהם. תפקידו של הרואקוטן להסדיר את הפרשת החלב העודפת ולאזן אותה".

ד"ר סיון מרסר: "עברתי כל מיני טיפולים הורמונליים, משחות, תכשירים מייבשים ומלא התעסקות־סרק. בסופו של דבר כלום לא הועיל, עד שהגיע הרואקוטן"

יש הטוענים שהכדור הזה הוא האנטי־אייג'ינג המושלם. האומנם?

"הוא מהווה אנטי־אייג'ינג כי הוא מעודד גם ייצור קולגן. כל המטופלים שטופלו בתרופה זאת דיווחו על שיפור ניכר במרקם העור, בקמטוטים ובהבהרת פיגמנטציה".

למה יש כאלה שחוששים מאוד מפני התרופה הזו?

"כמו בכל תרופה, יש תופעות לוואי ויש לזכור שהן תלויות מינון. בשנים האחרונות מפחיתים את המינון כדי להסיר את מסע ההפחדה סביב אותן תופעות. בין התופעות הכי מזוהות עם התרופה, יובש בריריות ובעיקר בשפתיים, והאיסור הכי קריטי הוא להרות בזמן נטילת התרופה, בכל מינון, שכן התרופה עלולה לגרום למומים בעובר בעת נטילתה ועד חודש אחרי".

ואז הכדור נזרק למגרש שלי

אין לי יותר מדי זיכרונות מהתקופה ההיא. הדחקתי אותה כנראה היטב. אני רק זוכרת שבשנייה שהשתחררתי מהצבא, בשנת 2000, טסתי לרופאת העור וביקשתי את כדור הפלא. סליחה, שיקרתי, יש דבר אחד נוסף שאני זוכרת: איך לפני ראיון העבודה הראשון שהיה לי בחיים, הלכתי "לעשות גבות ושפם" כי רציתי להיות יפה. זה היה זמן קצר אחרי שהתחלתי לקחת את הכדור, ואף אחד לא טרח להגיד לי שאסור להשתמש בזמן נטילתו בשעווה לפניים. גיליתי את זה כשהגבנית תלשה את השעווה - ויחד איתה הוסרו שלושה רבעים מעור הפנים שלי. אחח, תקופה קסומה זו הייתה.

"רואקוטן הוא אחד הטיפולים הפופולריים ביותר בקליניקות של רופאי העור", מסכימה ד"ר להבית אקרמן, מומחית ברפואת עור. "זהו טיפול מהפכני שלחלוטין שינה את הגישה לאקנה בעולם כולו כבר לא מעט עשורים. לקח זמן ללמוד את התרופה, על יתרונותיה וחסרונותיה, אבל ככל שחולף הזמן אנחנו מבינים טוב יותר איך לטפל באמצעותה, מה המינון העדיף ואיך למנוע תופעות לוואי. זה הטיפול היחיד שבעצם מטפל בבעיה מהשורש שלה ומשפיע על הבסיס של יצירת האקנה. לכן הטיפול יעיל כל כך, כך שברוב המקרים לאחר הנטילה אין הישנות - והמילה 'רוב' קריטית במקרה הזה".



בעד התרופה. ד"ר להבית אקרמן (צילום: אלון שפרנסקי)

למי את ממליצה ליטול את הכדור?

"אני מעדיפה לתת את הטיפול במצב של אקנה שמתיר צלקות או אקנה שלא מגיב לטיפול אחר, מגיל 16 ואילך בדרך כלל, ובמינון הנמוך שאפשר. חשוב להבין שכאשר לוקחים את הכדור יש צורך בפיקוח הדוק של רופא עור. כשנוטלים אותו בתנאים הנכונים, במינון הנכון ובפיקוח הנכון - הוא ממש משנה חיים".

מלבד נשים מיניקות או כאלה שמתכננות היריון, מי עוד צריך להיזהר מהטיפול?

"ספורטאים מקצועיים או חיילים בקרבי, מתמודדי נפש יצטרכו לקבל אישור מהפסיכיאטר, וגם מי שעובדים הרבה בשמש. מדובר בתרופה בטוחה, יעילה ומומלצת מאוד, אבל חשוב שזה יעשה תחת פיקוח ותוך הבנת תופעות הלוואי. צלקות אקנה מצלקות גם את הנפש. מי שיש לו צלקות, גם בגיל מבוגר, זה מאוד פוגע בדימוי ובביטחון העצמי, וטיפול בשלב מוקדם מונע זאת. אגב, יש השערות שגויות שהתרופה פוגעת בפוריות - חשוב לציין שזה מידע שגוי".

ד"ר להבית אקרמן: "רואקוטן זה הטיפול היחיד שבעצם מטפל בבעיה מהשורש שלה, לכן הטיפול יעיל כל כך, כך שברוב המקרים לאחר הנטילה אין הישנות - והמילה 'רוב' קריטית במקרה הזה"

האם יש מדינות שאוסרות את השימוש בה?

"התרופה מאושרת לשימוש ברוב העולם ובעיקר בעולם המערבי".

מפה לשם, אני כבר שלושה חודשים נוטלת את התרופה הזו, בפעם השנייה ומקווה שגם האחרונה בחיי. את השינוי המהותי התחלתי לראות כבר אחרי שלושה שבועות - אז גם החלו תופעות הלוואי להירגע והיובש הקיצוני (והמאוד לא נעים!) של ההתחלה נרגע. העור נראה זוהר, חלק וחינוי כמו שלא היה זה שנים. אני מקפידה לגשת לביקורות, עושה בדיקות דם לעתים תכופות ומוודאת שהכול מבפנים (טפו־טפו) בסדר. מה אני אגיד לכן? אני ממש מקווה שזה הסבב האחרון של האקנה בחיים שלי, כי אני ממש לא מתכוונת להסתובב בבית אבות עם חצ'קונים על הפנים. יש גבול לכל תעלול!

מוצא אחרון או תרופה עם תופעות לוואי משמעותיות?

רבקה זיידה, מייסדת המרכז לטיפול באקנה, נגד השימוש בתרופה. רצינו לדעת למה:

"רואקוטן זו תרופה חזקה שנועדה לטפל באקנה עקשן, שאינו מגיב לטיפול חיצוני או לסוגים שונים של אנטיביוטיקה. היא פועלת על בלוטות הסבום (חלב) בעור ומפחיתה את ייצור הסבום על ידי דיכוי פעילות החיידק הגורם לאקנה. בנוסף, היא מחליפה במהירות את תאי העור ושכבות העור כדי ליצור שכבת עור בריאה יותר. מדובר בתרופה שניתנת לרכישה אך ורק עם מרשם של רופא, והיא מזוהה כתרופה נגישה לכל כיס המשפרת את מצב התפרצות האקנה בצורה משמעותית (עם זאת, היא איננה מעלימה את הצלקות), ונחשבת כמוצא אחרון לאקנה קשה־ריפוי".

עד כאן זה נשמע נהדר.

"הטיפול ברואקוטן אולי נשמע מבטיח, אבל מדובר בתרופה עם תופעות לוואי משמעותיות ומגבלות רבות. בלוטות החלב של כולנו ממוקמות בשכבת העור הפנימית ואחראיות על תפקיד חשוב - חיוניות העור שלנו, שימון שערות, ריכוך העור ולחלוח שלו - ובכך מונעות התייבשות.



לצד היתרונות יש סיכונים. רבקה זיידה (צילום: עופר חג'יוב)

"הפתרון התרופתי עובר דרך מחזור הדם ומשפיע על כל מערכות הגוף, ולכן לצד היתרונות יש גם לא מעט סיכונים ותופעות לוואי המופיעים בעלון לצרכן (סיכון לפגיעה בכבד הוא רק אחד מהם). יש גם מי שהטיפול פשוט לא עזר להם, ואחרי סבבים נוספים בעיית האקנה חזרה. בתור נערה שחוותה אקנה קשה, שלא הגיב לטיפול התרופתי בצורה טובה, היה לי ברור שיש מוצא אחר מלבד תרופות אנרסיביות. מניסיון אישי הבנתי שיש צורך בשיטה שמתמקדת גם במיגור החיידקים, גם בחידוש העור וגם בהקטנה ובצמצום של בלוטות החלב, בלי להזיק למערכות אחרות, ללא תופעות לוואי ובלי סיכון להצטלקויות, מתוך ההבנה של תפקוד העור, המבנה שלו ופעילותו בראייה כוללת".

נושאים קשורים

אקנה רואקוטן פצעוי בגרות