



สิวหรือการอักเสบเรื้อรังของผิวหนังเรื้อรัง พบในวัยรุ่น จะดีขึ้นตามอายุ บางครั้งสามารถพบได้ในผู้สูงอายุ

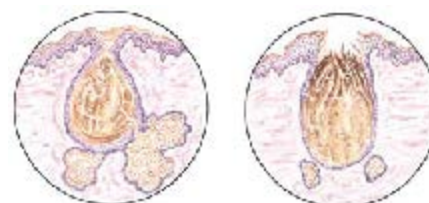
## สาเหตุ

ฮอร์โมนเพศชายพบได้ในเพศชายแต่พบน้อยกว่าในเพศหญิงซึ่งจะเพิ่มขึ้นระหว่างเป็นวัยรุ่นตอนต้น กระตุ้นต่อมสร้างน้ำมันบนผิวหนัง และในวัยรุ่นตอนกลางก็จะเป็นมากขึ้น เมื่อไขมันมากขึ้นเป็นผลให้บางคนมีการอุดตันบริเวณรูขุมขนร่วมกับติดเชื้อแบคทีเรียทำให้เกิดแฉกอักเสบเป็นตุ่มหนอง เด็กผู้ชายจะหน้ามันและหากเป็นสิวจะรุนแรงกว่าเด็กหญิง อาหารไม่มีผลกับการเป็นสิว



## อาการ

พื่นแฉกบนหน้า โหล่ หลัง เป็นตุ่มเล็ก ๆ หัวดำ หัวสีขาว หรือหนอง



## วินิจฉัย

แพทย์ตรวจดูผิว อาจจะตรวจเลือดเพื่อเลือกยารักษาได้เหมาะสมโดยไม่มีผลข้างเคียง

## รักษา

การรักษาในช่วง1-2สัปดาห์สิวจะมีอาการดีขึ้นหรือแฉะลงก็เป็นได้ กินอาหารที่เป็นประโยชน์ ออกกำลังกาย บำรุงผิวหน้าด้วย สารประกอบของsalicylic และล้างหน้าให้สะอาด ล้างหน้าอย่างเบามือ ไม่ใช่สครับ การรักษาสิวคือการป้องกันการเกิดของสิวใหม่ โดยการใช้ยาฆ่าเชื้อเช่น benzoyl peroxide, erythromycin, and clindamycin ซึ่งจะมีผลทั้งลอกผิวและฆ่าเชื้อสิว



## ควรไม่ควร

- ✓ ควรกินอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกาย ล้างหน้าให้สะอาด อย่างน้อย2ครั้งต่อวัน
- ✓ ควรใช้ยาหรือครีมที่แพทย์จ่ายให้
- ✓ ควรใช้เครื่องสำอาง ครีมกันแดด หรือแชมพูที่ปราศจากน้ำมัน
- ✓ ควรพบแพทย์หากสิวมียาอาการแฉะลงมากหรือเป็นแผลเป็น



✗ ไม่ควรบีบ เค้นหัวสิว ยิ่งทำให้ติดเชื้อและเกิดเป็นแผลเป็น

✗ ไม่ควรใช้ยานอกเหนือที่แพทย์จ่ายให้

