



Türk Dermatoloji Derneği Hasta Bilgilendirme Broşürü

Akne Tedavisinde Topikal Retinoid Kullanım Kılavuzu

Sevgili Akne Hastamız,

Bu broşür akne tedavisinde topikal retinoid hakkında sizi bilgilendirmek amacıyla **Türk Dermatoloji Derneği Akne ve Rozase Çalışma Grubu** tarafından hazırlanmıştır.

Topikal retinoidler, cilt yenilenmesini destekleyen ve gözenekleri açarak akne oluşumunu azaltan güçlü etken maddelerdir. Bu nedenle hem dermatologlar tarafından reçete edilen ilaçlarda hem de yaşlanma karşıtı veya leke giderici amaçla üretilen dermokozmetik ürünlerde sıkça yer almaktadır. Düzenli ve doğru kullanıldığında cilt tonunu dengelemeye, ince kırışıklıkları azaltmaya ve daha canlı bir görünüm kazandırmaya yardımcı olurlar.

Aşağıda, topikal retinoid tedavisi hakkında bilinmesi gereken durumlar açıklanmıştır:

1. Topikal retinoidler nelerdir?

Retinoidler, yapısal ve fonksiyonel olarak A vitaminine benzeyen bileşiklerdir. Tek başlarına, diğer ilaçlarla kombine şekilde ya da reçetesiz satılan dermokozmetik ürünlerin içerisinde olabilmektedir.

2. Topikal retinoidler ne için kullanılır?

Başta akne olmak üzere melazma ve diğer leke tedavileri, antiaging yani yaşlanma karşıtı, sedef ve benzeri hastalıklar, kanser öncüsü lezyonlar ve bazı deri kanserlerinin tedavisi gibi birçok farklı nedenle reçete edilebilirler.

3. Topikal retinoid kullanım prensipleri nelerdir?

Topikal retinoidlerin konsantrasyonu arttıkça etkisi ve yan etki riski artar. Bu nedenle dermatoloğunuz farklı şekilde önermediği sürece düşük konsantrasyonda başlamak uygundur. Kullanılacak krem miktarı deriyi ince bir tabaka halinde kaplayacak şekilde az bir miktar olmalıdır. Gerekli ise miktar zaman içinde arttırılır. Cildinizde herhangi bir reaksiyon olmuyorsa her gece uygulayıp sabah yıkayabilirsiniz. Cildi irritasyondan korumak için nemlendirici kullanımı, cildi tahriş edecek temizleyicilerden kaçınmak ve cildi sık temizlememek önemlidir. Topikal retinoidler gece uygulanmalı ve tedavi süresince gündüzleri güneşten korunmaya özen gösterilmelidir.

Dermatoloğunuz önermediği veya uygulamadığı sürece peeling veya lazer gibi cildi tahriş edebilecek işlemler yapılmamalıdır.

4. Topikal retinoidler nasıl kullanılır?

- Topikal retinoidlere hassasiyet oluşmaması için tedavi başlangıcında güneşli ya da üç gecede bir uygulama şeklinde başlayabilirsiniz..
- Cildiniz alıştıkça gün sayısını 2-3 haftada bir birer gün artırabilirsiniz.
- Eğer cildiniz fazla kurursa, kabuklanırsa veya kaşıntı yoğunlaşırsa kreme ara verip nemlendiririci kullanın, cilt düzeldikten sonra tekrar haftada 2 gün şeklinde başlayabilirsiniz.
- Kaşıntı, kuruma ve kabuklanma çok fazla ise uygulamayı bırakıp dermatoloğunuza danışınız.
- Önerdiğimiz diğer yöntem topikal retinoidi sürdükten yaklaşık 30-60 dakika sonra yumuşak bir temizleyici ile yıkamanız ve nemlendirici sürmenizdir. Her hafta bu süre 1-2 saat artırılarak en sonunda tüm gece kalacak şekilde devam edilebilir.
- Göz çevresi, burun kenarları, dudaklar, dudak köşeleri, nazolabial oluklar yüzün hassas bölgeleri olduğundan bu bölgelere uygulanacaksa daha dikkatli olmalısınız.



Türk Dermatoloji Derneği Hasta Bilgilendirme Broşürü

5. Topikal retinoidler kullanılırken nelere dikkat edilmelidir?

- Bu dönemde cildi nemlendirmek çok önemlidir. Her sabah ve gerekli ise günde birkaç kez hassas ciltler için uygun bir nemlendiriciyi düzenli kullanın.
- Cildin kurumasını önlemek için cildi tahriş edecek işlemlerden kaçının.
- Makyaj yapıyorsanız mutlaka temizleyin.
- Cildi gereğinden fazla yıkamayın ve uygun olmayan dermokozmetik ürünler kullanmayın.
- Retinoid içeren ürünlerle aynı anda başka bir ürüne başlamayın, cildiniz birine alıştırdıktan sonra diğerini eklemek daha uygun olacaktır.
- Güneşten mutlaka korunun.
- Sabahları cildiniz temizlendikten sonra önce cildinize uygun bir nemlendirici uygulayın. Dışarı çıkmadan yarım saat önce güneş koruyucu sürün ve 2-3 saatte bir tekrarlayın.

6. Gebelik ve emzirme döneminde topikal retinoid kullanabilir mi?

Gebelik ve emzirme döneminde retinoid kullanımı önerilmez. Tedavi sırasında gebelik planlıyorsanız veya retinoid kullanırken gebe kaldığınızı fark ederseniz, ilacı derhal bırakıp doktorunuza ya da dermatoloğunuza danışmalısınız.

7. Alerji durumunda topikal retinoid kullanabilir mi?

Retinoidlerin herhangi birine alerjiniz varsa bu ürünleri kullanmamalısınız. Her bireyin cilt duyarlılığı farklıdır; bu nedenle kullanım sırasında kızarıklık, kaşıntı, yanma veya döküntü gibi reaksiyonlar gelişirse uygulamayı durdurup dermatoloğunuza başvurmanızı öneririz.