

СЕБОРЕЯ

Себорея – заболевание кожи волосистой части головы, связанное с повышенным салоотделением, сопровождающееся зудом и шелушением.

Патология вызвана нарушениями в работе сальных желез, вследствие которых они начинают вырабатывать повышенное количество секрета. Попадание в него патогенных микроорганизмов вызывает хронический воспалительный процесс.

Поражаются себореей те участки кожи головы и туловища, на которых более всего развиты сальные железы - волосистая часть головы, лоб, носогубный треугольник, область ушных раковин, передняя область груди и межлопаточная область. При поражении кожи волосистой части головы наблюдается истончение и поредение волос.



Причины себореи:

Точные причины себореи все еще изучаются, однако названы факторы, которые влияют на развитие данного заболевания.

К ним относятся:

- Наследственность или генетическая предрасположенность (выраженное развитие сальных желез);
- Нарушения работы эндокринной системы, психические заболевания, а также болезни желудочно-кишечного тракта;
- Гормональные изменения;
- Стрессы и нервные расстройства;
- Неправильное питание, особенно дефицит витаминов А и В.

Симптомы себореи



Клиническая картина варьируется в зависимости от формы заболевания. В классическом течении болезни сначала возникает сухая, а затем и жирная себорея кожи головы на затылочной части головы и до границы роста волос. При отсутствии лечения себореей поражается и гладкая кожа.

Виды себореи:

Сухая – характеризуется появлением ломких и сухих волос, а также мелкой перхоти. Сухая форма заболевания протекает с уменьшением выработки кожного сала и более характерна для малышей. Но иногда появляется и у пациентов зрелого возраста (причины неизвестны). При снижении выработки кожного жира у пациента с сухой формой заболевания кожа очень сильно высушивается, в связи с этим верхние слои дермы трескаются и отпадают в виде маленьких чешуек. В отличие от жирной формы, волосы у пациентов ломкие, сухие и часто секутся на концах. Иным признаком сухой формы являются красновато-розовые пятна – себориоды, которые появляются на больных местах. Пациент очень часто замечает ощущение стянутости кожи, появляющееся после умывания или пылеобразную перхоть. При этой форме себореи возможны такие осложнения как заражение кожи микроорганизмами или грибами. Так, волосистую зону головы нередко поражает питириспорум овале, который вызывает острый зуд и образование обильной перхоти.

Жирная – характеризуется появлением лоснящейся жирной кожи головы и жирных волос. Кожа напоминает корку цитруса, она блестит, поры на ней расширены. При этой форме заболевания кожное сало может вырабатываться как очень густым, так и более жидким. Зоны жирной кожи помещаются в себорейных местах, где сальных протоков более всего. Обильная перхоть - также является характерным признаком заболевания. Наличие перхоти объясняется тем, что чешуйки отмершей кожи головы склеиваются между собой кожным салом, которого вырабатывается слишком много. Также часто наблюдаются очень быстро жирнеющие волосы.

Осложнения жирной себореи - угри – формируются, когда протоки желез закупориваются салом и частичками отмершего эпителия. Это создает идеальные условия для размножения микроорганизмов, вызывающих гнойное воспаление в глубоких слоях дермы. Себорейная экзема и себорейный дерматит – это воспалительные процессы, протекающие на верхних слоях кожи, провоцируемое бактериями, развивающимися на кожном сале, в обилии выделяющемся железами.

Смешанного типа – при смешанной форме себореи обнаруживаются признаки обеих предыдущих форм: так, кожа лица подвержена жирной форме, а волосистой части головы сухой форме.

Себорея у детей



Заболевание может начаться после трех месяцев жизни, не доставляя младенцам дискомфорта. Себорея у грудничков не является результатом плохого или недостаточного ухода за ребёнком. Предупредить себорею невозможно. Себорея у детей проявляется в виде желтовато-коричневых корочек, покрывающих, зачастую, волосистую часть головы. Спустя время корочки шелушатся и легко отделяются от детской кожи малыша, очень напоминая перхоть. Детскую себорею называют гнейсом, а также молочными корками. Причинами себореи у детей иногда выступает присутствие в организме младенца материнских гормонов. Эти гормоны провоцируют активность сальных желез. Спустя время концентрация гормонов понижается, а корочки исчезают сами собой.

Как правило, себорея у грудничков на голове образуется один раз. После очистки головы корочки вновь не образуются. Однако у 15-20% малышей она может сформироваться повторно (как правило, это дети с повышенной аллергической реакцией, диатезом).

Диагностика себореи

Диагностику себореи производит специалист-дерматолог или трихолог. Прежде всего, врач проводит тщательный внешний осмотр, которого иногда хватает, чтобы поставить правильный диагноз. Характерные проявления себореи опытный специалист может определить очень легко. Однако те причины, которые спровоцировали возникновение себореи, выявить уже намного сложнее. Ввиду этого врач-дерматолог практически всегда рекомендует пройти консультацию у гинеколога-эндокринолога, гастроэнтеролога, невролога и других специалистов.

Лечение себореи



Лечение заключается в коррекции причинных факторов, спровоцировавших развитие себореи, соблюдении правильного рациона и режима питания, при необходимости проводится противогрибковая терапия.

Для того чтобы избавиться от себореи полностью, необходимо ликвидировать первичную причину ее возникновения. Лечение себореи должно быть направлено, прежде всего, на поиск и устранение такой причины. Часто при игнорировании причин себореи ее лечение становится очень длительным и практически неэффективным.

Лечение себореи проводится обязательно с индивидуальным подходом, комплексно. Для лечения себореи применяются препараты местного воздействия, а также средства для приема внутрь (таблетки, порошки). Как правило, для лечения себореи головы используются специальные шампуни, которые содержат *салициловую кислоту*, *кетоназол*, *цинк пиритион*, *сульфид селена*, а также *деготь*. Такие средства помогают избавиться от перхоти, устраняют зуд и раздражение кожи на волосистой части головы.

Для лечения себореи больным также назначают прием *витаминов*. Наиболее важными витаминами, способствующими лечению кожных заболеваний, являются *витамины группы А* и *Е*. Недостаточное количество витаминов этих групп может стать одним из факторов, которые провоцируют заболевания кожи. Пациенты, которые обращаются к врачу с жалобами на себорею, должны соблюдать специальную *диету*. В данном случае очень важно ограничить употребление сладкого, слишком острой и жирной еды. Такая пища активизирует работу сальных желез и усугубляет состояние.

В процессе лечения себореи на открытых участках кожи применяются специальные лечебные кремы, содержащие **цинк пиритион** и другие вещества. Если болезнь перешла в особо запущенную форму, для лечения себореи головы и открытых участков кожи применяют мази, в составе которых есть **кортикостероиды** либо **ретиноиды**. Иногда, при отсутствии воспаления на коже врач может рекомендовать применение некоторых косметических процедур. Это могут быть специальные чистки кожи лица, маски на основе некоторых эффективно действующих средств.

Наряду с медикаментозной терапией, важной частью лечения себореи является диета.

Рацион при себорее можно уложить в несколько пунктов:

- отказ от консервантов;
- отказ от аллергенов;
- контроль за употреблением углеводов;
- увеличение потребления овощей и фруктов;
- восстановление иммунитета;
- отказ от употребления жареного и копченого.

Запрещенные продукты:



- ✓ Продукты, содержащие консерванты (различные фаст-фуды, чипсы, кириешки)
- ✓ Аллергены (цитрусовые фрукты, орехи, мед)
- ✓ Фрукты, ягоды и овощи (красного цвета)
- ✓ Красная рыба и икра
- ✓ Маринады, соленья, различные специи
- ✓ Копченые и жареные продукты
- ✓ Алкоголь, кофе, пиво,
- ✓ Газированные напитки, кисель, приготовленный на крахмале

Разрешенные продукты:



- ✓ Молочные продукты (творог, кефир, ряженка)
- ✓ Мясные продукты (курица, телятина, кролик, индейка, говядина)
- ✓ Овощи (кабачок, капуста, сельдерей, огурцы)
- ✓ Фрукты (груша, белая черешня, яблоки)
- ✓ Крупы (гречка, перловка, овсянка)

Диеты необходимо придерживаться в течение 1 месяца. За это время налаживаются обменные процессы, лучше функционируют органы пищеварения. Организм избавляется от шлаков и токсинов. Соблюдение диеты помогает человеку быстрее восстановиться, остановить развитие болезни и предупредить обострение себореи.

Материал подготовлен специалистами ОМО ГАУЗ ТО «Областной кожно-венерологический диспансер»