



Kviser kan gi psykiske problemer

4000 ungdommer fra Oslo har deltatt i en studie som slår fast at unge som er mye plaget av kviser har dobbelt så stor risiko for å utvikle depresjoner og selvmordstanker.

HVA ER KVISER?

Kviser, eller akne, oppstår som regel i puberteten som følge av hormonforandringer i kroppen. Kviser skyldes ikke dårlig renhold av huden, men kan utløses av et kosthold bestående av raske karbohydrater. De øker blodsukkeret i kroppen og derved utskillelsen av insulin som igjen har en direkte effekt på talgkjertlene i huden med økt risiko for akne.

Kvinner og jenter har i tillegg økt forekomst av kviseutbrudd i dagene før menstruasjon.

Andre årsaker til kviser er stress, medikamenter som kortison, kosmetikk, og arvelige faktorer.

MÅ TA KVISER MER ALVORLIG

I Oslo er 14 prosent av alle 18-åringer alvorlig plaget av kviser. Forsker Jon Anders Halvorsen ved Institutt for klinisk medisin ved Universitetet i Oslo ledet undersøkelsen og sier at kviser ikke tas på alvor som et psykososialt problem fordi kviser er så vanlig i ungdomsårene.

Undersøkelsen viser imidlertid at det er en klar sammenheng mellom kviser og psykiske plager, og at ungdom med kviser kan slite sosialt og ha mindre kontakt med venner og trives dårligere på skolen en jevnaldrende uten kviseproblemer.

I motsetning til hva man tidligere har trodd, viser undersøkelsen at ungdom med kviser ikke mobbes mer enn andre.

OPPSØK HJELP TIDLIGERE

Lederen for landets hudleger, Turid Thune, sier at mange unge kjøper produkter som ikke har dokumentert effekt mot kviser fordi de ikke har kjennskap til effektive kvisemidler på markedet og kvier seg for å ta kontakt med lege for å få bukt med problemet.

Resultatet kan bli både innvendige og utvendige arr resten av livet.

Effektive, dokumenterte kvisemidler kan skrives ut av fastlege, mens midler mot alvorlige kviseproblemer må skrives ut av hudspesialist, og det er viktig å oppsøke profesjonell hjelp på et tidlig stadium, slik at det ikke dannes uopprettelige arr etter kvisene.

Thune oppfordrer foreldre til å være raskere ute med å ta tak i problemene og kontakte lege, i stedet for å avskrive dem som normale tenåringsplager som vil gå over av seg selv. Hun kritiserer også allmennlegene og sier mange bør bli flinkere til å henvise kviselagede ungdommer videre til spesialister når vanlige medikamenter ikke fungerer tilfredsstillende.

Jon Anders Halvorsen oppfordrer skolenes helsearbeidere til å være mer oppmerksomme på sammenhengen mellom depresjon og kviser.

JUKSEPRODUKTER

Dyre kremer i kosmetikkforretningene hjelper ikke mot akneproblemer, sier Thune som har sett seg lei på det hun mener er lurei. Videre advarer hun mot peelingkurer og andre behandlinger som kan gi stygge sår og arr.

IKKE STØRRE RISIKO FOR DEPRESJONER OG SELVMORDSFORSØK

Medikamenter mot alvorlig akne har vært mistenkt for å ha bivirkninger som fører til depresjon og selvmordstanker. Nyere forskning tilbakeviser dette, og slår fast at disse tendensene er til stede allerede før behandlingen begynner. Det er med andre ord den alvorlige aknen som medvirker til de psykiske problemene som kan føre til alvorlig depresjon og selvmordsforsøk.

LASERBEHANDLING AV KVISEARR

Arr etter kviser lar seg ikke lett behandle, men stadig flere sykehus i landet får nå utstyr til laserbehandlinger. Det finnes også private klinikker som tilbyr laserbehandling av kviser, men Thune advarer om at kvaliteten på laserne kan variere, og at man bør be om dokumentasjon på at behandlingen virker før man benytter seg av et slikt tilbud.

Kilder:

Forskning.no

Nhi.no