



# 痤疮

健康状况信息单  
2020年3月发布

## 这是什么？

痤疮是一种导致皮肤粉刺和疼痛肿包的疾病。痤疮可能出现在面部、背部和前胸，包括不同类型的粉刺，如黑头（小的被堵塞的毛孔）和白头（小而硬的凸起，中心为白色）。痤疮还会导致脓疱（可见大量脓液的粉刺）。在严重的情况下，痤疮可能导致疤痕。痤疮通常在青春期开始出现，是荷尔蒙变化的结果。痤疮也可能影响成年人。

## 家庭医生现在会做些什么？

治疗将取决于痤疮的严重程度。对于轻度和中度痤疮，家庭医生可能会：

- 给你一些关于如何护理皮肤的一般建议（参见‘我能做些什么？’）
- 建议尝试专为易长痤疮的皮肤设计的护肤品
- 建议其他治疗，如局部或口服抗生素，或建议女性服用避孕药丸。

如果痤疮很严重，家庭医生可能会将你转诊至专科医生（皮肤科专家）获取更强效的药物。许多痤疮治疗在怀孕和哺乳期间使用是不安全的。如有必要，家庭医生可能会建议你采用适当的避孕方式。

## 家庭医生将来会做些什么？

家庭医生可能希望在开始治疗后的六周至六个月内再次见你。如果治疗对你没有作用，医生可能会改变治疗或将你转诊至专科医生。

## 我能做些什么？

定期用无油无皂产品清洁。保持头发清洁，远离脸部和颈部。试用含有水杨酸的非处方洗面奶。使用水性无油面部护理产品。睡前卸妆。避免挤压粉刺。保持健康的生活方式，多吃新鲜食物。你可能想要去见营养师制定健康的饮食计划。



## 我可以问医生什么问题？

- 痤疮的可能诱因是什么？
- 怎样才能最好地护理皮肤？
- 如果皮肤没有改善怎么办？
- 推荐使用什么药物？



## 都有哪些支持？

### 利物浦医院皮肤科

利物浦医院皮肤科由皮肤科专科医生提供广泛的皮肤服务。该团队拥有专门研究常见和罕见皮肤病的工作人员，为从新生儿到老年人和孕妇的所有年龄段人群提供治疗。向家庭医生咨询转诊。

### 私人诊所

在悉尼西南区本地卫生区有一些私人专科诊所。请让家庭医生为你转诊。

## 在哪里可以了解更多信息？

- 更好的健康频道 – 痤疮: [betterhealth.gov.au](http://betterhealth.gov.au)

本信息供获得医生诊断的人浏览。  
本信息不旨在用于诊断疾病或替代持续的医疗护理。

健康资源目录信息单获得悉尼西南区PHN的社区顾问委员会和本地家庭医生的认可。