

Третиноин. Описание и инструкция

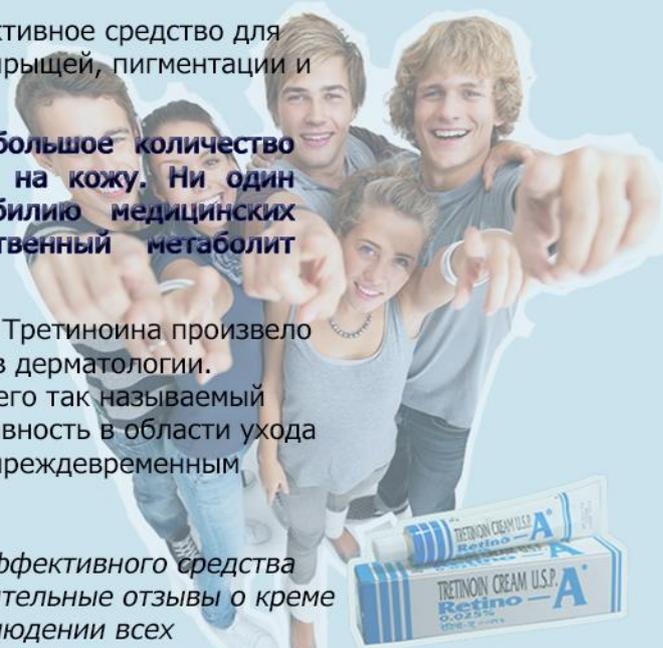
В данной инструкции вы можете ознакомиться со всеми особенностями применения препарата «Третиноин» независимо от концентрации действующего вещества.

Третиноин - на сегодняшний день самое эффективное средство для лечения прыщей, акне, рубцовых последствий прыщей, пигментации и преждевременного старения кожи.

С 1988 года во всем мире проводилось большое количество исследований Третиноина и его влияния на кожу. Ни один ретиноид не был подвергнут такому обилию медицинских исследований как Третиноин - естественный метаболит витамина А (ретинола).

В 1996 году в Европе открытие особых свойств Третиноина произвело настоящий переворот в медицине, в частности в дерматологии. В результате его применения также выяснился его так называемый «побочный эффект» - его невероятная эффективность в области ухода за возрастной кожей, в борьбе с морщинами и преждевременным старением.

Препарат заслуженно пользуется репутацией эффективного средства для проблемной кожи. Многочисленные положительные отзывы о креме Третиноин свидетельствуют о том, что при соблюдении всех перечисленных в инструкции рекомендаций угревые высыпания и прыщи практически бесследно исчезают уже через две недели лечения.



Лечение прыщей и акне

- Уменьшается выработка кожного сала и образование комедонов.
- Стимулируется обновление верхнего слоя кожи, улучшается кровоснабжение, структура кожи выравнивается, поры очищаются и уменьшаются, кожа приобретает здоровый вид.
- Выравнивается и улучшается цвет лица. Стимулирует процесс заживления в коже, что ведет к выравниванию застарелых рубцов от прыщей и акне.
- Обладает противовоспалительными свойствами, помогает рассасыванию подкожных образований. Количество прыщей уменьшается, восстанавливается здоровая работа кожи.

Борьба с морщинами

- С возрастом кожа человека перестает вырабатывать коллаген, и вследствие чего теряет упругость и постепенно стареет.
- Действие третиноина увеличивает содержание коллагена (строительный белок, придающей коже эластичность) в дермальном слое кожи, другими словами замедляет процесс старения.
- Третиноин выравнивает глубокие слои кожи, которые с возрастом теряют "структурность", подтягивает и разглаживает морщины, нормализуя увлажненность кожи.
- Курс применения третиноина приводит к явному видимому эффекту уменьшения глубины и количества морщин.

Советы по применению

Желательно, чтобы лечение третиноином было назначено дерматологом. Чтобы получить наилучшие результаты от применения третиноина, необходимо правильно его использовать. Мы рекомендуем внимательно ознакомиться с данной инструкцией, точно выполнять изложенные рекомендации, а также предписания вашего дерматолога.

Выбор оптимальной концентрации третиноина?

Чем больше концентрация третиноина, тем выше его эффект, но и риски раздражения и побочных эффектов возрастают. Самым оптимальным вариантом считается постепенное увеличение дозировки препарата.

0,025% - это самая низкая концентрация третиноина из всех существующих. Она рекомендуется к применению для очень чувствительной, нежной, тонкой, пересушенной кожи.

0,04% или 0,05% - это самая распространенная концентрация третиноина. Она рекомендуется к применению для жирной, плотной кожи, не склонной к аллергии.

0,1% - это максимальная концентрация препарата, выпускается только в форме геля с микросферами, что уменьшает выраженность побочных эффектов. Высокоэффективная концентрация, и применяется для лечения запущенных случаев акне.

Соблюдая рекомендации по применению вы сможете минимизировать раздражение кожи в период адаптации. Для примера, вы можете начать с концентрации 0,025% (или 0,05% в зависимости от состояния кожи), и постепенно в течении курса переходить на более высокую концентрацию, применяя ее все чаще, начиная с нескольких раз в неделю.

Как быстро заметен эффект от использования третиноина?

Первые 1-2 недели наблюдается процесс адаптации кожи - видимое ухудшение состояния, раздражение, покраснение шелушение. Заметный терапевтический эффект и улучшение, как правило, заметен уже на 3-4 неделе применения.

Дальнейшие клинические изменения проявляются постепенно по нарастающей. Стойкий выраженный эффект обычно достигается через 8 – 10 недель после начала курса. К этому времени в дермальном матриксе кожи обнаруживаются положительные необратимые изменения, восстанавливающие нормальную работу кожи.

Как правильно наносить третиноин?

- Хранить препарат желательно в холодильнике.
- Мойте руки до и после применения третиноина.
- Наносить только **1 раз в сутки на ночь, перед сном** (ВАЖНО! при свете препарат большую часть своих полезных свойств, ретинол разрушается на свету).
- Перед нанесением нужно умыться самым мягким, детским аптечным средством, без всяких отдушек и эффектов. Отставьте свои привычные умывалки в сторону на время курса Третиноина, - они могут сильно пересушивать кожу!
- После умывания, промокните лицо полотенцем, далее **очень важно подождать минимум 20 минут**, пока влага с кожи испарится, и чтобы кожа успела восстановить свой защитный жировой барьер - это очень здорово уменьшит риск побочных эффектов. Через 20 минут можно наносить

третиноин и ложится спать. (ВАЖНО! Вода препятствует проникновению третиноина в кожу, если нанести на только что умытое лицо – эффект от средства сильно уменьшится).

- Препарат можно наносить как на все лицо, так и локально – на участки, требующие лечения.
- Во избежание побочных эффектов, не рекомендуется использовать поверх третиноина какой-либо еще крем и тем самым смешивать химические вещества разных препаратов в коже, так как Третиноин сам по себе очень мощное средство и оказывает на кожу тотальное воздействие.
- Следует нанести небольшое количество (с горошину) крема - лишнее количество крема не добавит эффекта, а увеличит вероятность побочных реакций. **Больше – не значит лучше. Тут важнее регулярность и продолжительность использования.** Крем втирают легкими движениями. При этом он сразу **должен стать невидимым** или, как минимум, малозаметным. Если отмечается отслаивание крема после его высыхания или же он слишком заметен на кожном покрове, это является свидетельством того, что дозировка превышена!
- Можно наносить на лицо, шею, зону декольте, руки и т.п. Избегать попадания на слизистые, кожу вокруг ноздрей, в углах губ. **Строго нельзя наносить на кожу губ и вокруг глаз!**
- Утром после пробуждения – умывание мягким не сушащим средством и **обязательно нанесение питательного крема для лица с защитой от солнца минимум SPF 20.**
- Если кожа сильно сохнет, то в течении дня нужно увлажнять кожу нейтральным питательным кремом (типа Нивея, детский) и спреем с термальной водой.

Чего следует категорически избегать?

- Избегать солнца и загара! Во время курса лечения **обязательно использовать крем с SPF фильтром не менее 20 единиц (даже зимой, если солнце выходит на несколько часов)!** Строго не посещать солярий и не загорать на солнце, не использовать перед поездками в жаркие страны – иначе может начаться сильная аллергия и пигментация кожи!
- **Избегать воздействия чрезмерного ветра или мороза.** Кожа под воздействием третиноина становится очень чувствительной к любым воздействиям, и это может спровоцировать сильное раздражение.
- Маски, пилинги, тоники, средства с кислотами, любые другие лечебные средства – **ничего дополнительного нельзя использовать** весь период лечения Третиноином, иначе кожу можно перегрузить и спровоцировать сильную аллергическую реакцию.
- Избегать частого умывания, очистки или трения кожи. Помните, **акне и прыщи вызваны не грязью.** Слишком частое и жесткое очищение/скрабинг кожи порой может усугубить акне и прыщи.
- Препарат категорически нельзя использовать во время беременности, и в момент подготовки к зачатию (за 3 месяца) или лактации.
- Третиноин ни в коем случае нельзя смешивать с препаратами:
 - бензоил пероксида,
 - серы,
 - салициловой, альфа-кислотами и других видов кислот,
 - любыми абразивным средствами, а также сушащими или вяжущими кожу средствами с экстрактами эфирных масел, спиртом, отдушками, мылом, лаурел сульфатом и т.п.

Эти продукты могут вызвать сильное раздражение кожи, если используется совместно с третиноином.

- Избегайте попадания третиноина в глаза, на любые слизистые – в рот, нос или на губы. Если он попал на в любую из этих областей – немедленно промойте большим количеством воды.

- Если вы пропустили один или несколько дней применения, ни в коем случае нельзя использовать двойную дозу третиноина на следующий день! Большое количество препарата не ускорит излечение, а лишь приведет к нежелательным побочным эффектам.
- Категорически запрещено использовать третиноин на загорелой, сильно пересушенной, воспаленной коже. Не наносить на открытые раны в т.ч. раны от прыщей, язвы и любые другие повреждения кожи.

Побочные эффекты и фаза привыкания кожи

- **В первые 1-3 недели применения третиноина ваша кожа будет проходить фазу адаптации к ретиноиду.** Фаза адаптации у всех выражается в разной степени, в зависимости от индивидуальных особенностей кожи. Эта фаза представляет собой процесс привыкания к препарату и характеризуется такими явлениями как:
 - покраснение, раздражение кожи,
 - обострение акне и воспалений,
 - эффект стянутости, пересушенности, истонченности,
 - активное шелушение.
- **Не беспокойтесь!** Это нормальная фаза действия препарата, ее нужно пережить. Не прерывайте курс лечения! **Со временем у кожи вырабатывается толерантность к ретиноевой кислоте и эффект раздражения постепенно снижается и исчезает.** Третиноин нормализует уровень увлажненности вашей кожи.
- Для уменьшения выраженности побочных эффектов рекомендуется строго следовать инструкции по применению и рекомендациям вашего дерматолога. Если побочные эффекты становятся чрезмерными - проконсультируйтесь с врачом.
- Рекомендуется запланировать первое использование третиноина на выходные, чтобы проверить реакцию своей кожи.

Схема использования третиноина

- **Важно знать! Третиноин – средство пролонгированного применения.** Вам нужно настроиться на дисциплинированную работу над своей кожей. Используйте этот препарат предписанное количество дней, курсом, не прерывая, даже если вам кажется, что он не работает.
- Средство действует постепенно, и может пройти до 6 недель прежде, чем вы увидите улучшение. **Настройтесь на терпеливую работу над своей кожей. Тысячам людей во всем мире третиноин помог решить проблему акне, а значит поможет и вам. Наберитесь терпения.**
- Первые несколько недель применения препарата возможно некоторое ухудшение или обострение акне и прыщей. Продолжайте использование – это нормальная реакция кожи, нужно перетерпеть.
- Полный курс третиноина рассчитан на 12 недель. Для того, чтобы постепенно приучить кожу к препарату, рекомендуется использовать его по такой схеме:
 - Первая неделя: через день
 - Вторая неделя: два дня наносим - один день отдых - два дня наносим - один - день отдых;
 - Третья неделя: каждый день;
 - Четвертая неделя: каждый день;
 - Пятая неделя - каждый день (можно через день постепенно вводить повышенную концентрацию)
 - Шестая неделя - каждый день (если кожа среагировала хорошо, можно полностью перейти на повышенную концентрацию) и т.п.

Заметный терапевтический эффект заметен уже на 3-4 неделе применения. По истечении 10-12 недель вы не узнаете свою кожу, и этот эффект останется с вами надолго.

Важно: эта схема лишь общая рекомендация, нужно ориентироваться на ваш тип кожи, если чувствуется излишний дискомфорт – не переходить на следующий этап схемы или откатывать ее назад это основное правило. Вам нужно следить за кожей и ее реакцией и действовать исходя из этого. Перед применением рекомендуется консультация дерматолога.

Стимулирующий эффект воздействия третиноина на кожу может сохраняться до полугода после прекращения использования препарата. Регулярные курсы применения третиноина очень благотворно сказываются на здоровье кожи и предотвращает ее увядание.

- Очень светлокожим людям, а также людям с повышенной сухостью кожи, на начальных этапах курса лечения рекомендуется наносить Третиноин не более чем на полчаса. Затем допускается постепенное увеличение продолжительности контакта кожи с препаратом.

В каких случаях следует прекратить применение?

В случае отсутствия сильно выраженной аллергической реакции прерывать курс не рекомендуется, иначе эффект адаптации к третиноину теряется. Это означает, что перерыв в использовании скорее всего приведет к тому, что вам вновь придется пережить шелушение, покраснение и прочие побочные эффекты. **Если вы пропустили один или несколько дней, ни в коем случае нельзя использовать двойную дозу третиноина на следующий день!**

- ➡ **Прекратите использование препарата и обратитесь к медицинской помощи, если у вас появились какие-либо из этих признаков аллергической реакции на третиноин:** трудно дышать, отек лица, губ, языка или горла, сильная сыпь, тяжесть в груди, сильное жжение или раздражение обработанной кожи, тяжелое покраснение, образование пузырей или корка на месте нанесения. В большинстве случаев эти аллергические реакции проходят после отмены препарата. Это не полный список всех побочных эффектов, которые могут произойти.

Согласно статистике - контактная аллергия на местное применение третиноина встречается достаточно редко. Если у вас есть вопросы по поводу побочных эффектов, обратитесь к дерматологу.

Как часто использовать третиноин по окончании курса?

В конце курса, когда ваша кожа привыкла и больше не шелушится, не краснеет и не сохнет и выглядит здоровее, можно переходить на поддерживающую программу. Сокращение применения препарата до 2-3 раз в неделю позволяет поддерживать достигнутый эффект.

Противопоказания

Третиноин нельзя использовать во время беременности и кормления грудью, а также нежелательно беременеть в течении 3-4 месяцев после окончания курса применения препарата (препараты ретиноидной группы оказывают на плод тератогенное действие, провоцируя серьезные нарушения эмбрионального развития)! Для более подробной консультации обратитесь к дерматологу.

Информация о препарате не является заменой медицинской консультации, носит описательный характер и предназначена исключительно для информационных целей. Эта информация не должна использоваться для принятия решения о самостоятельном применении каких-либо средств. Перед применением всегда консультируйтесь с врачом.