

KESIMPULAN DAN SARAN

Akne adalah suatu penyakit yang dapat inenyerang siapa saja, baik tua maupun muda, baik pria maupun wanita. Akne tidak menular dan akne juga bukanlah merupakan penyakit yang berbahaya. Namun bila dibiarkan, akne *akan* membesar dan memdang menjadi parah. Bila sudah menjadi stadium kronis, dapat dibayangkan tambah sulitnya pengobatannya.

Penyebab akne Secara mendasar belum dtketahui, namun akne sebenarnya dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti makanan, iklim, jenis kelamin, ras, genetik, dan lain sebagainya. Maka melalui faktor-faktor inilah proses pengobatan akne dapat dilakukan dan ditelaah lebih mendalam.

Akne terjadi akibat penyumbatan kelenjar sebasa dalam folikel rambut (pori-pori) pada kulit karena sekresi yang terjadi lebih cepat daripada minyak dan sel-sel kulit yang keluar dari folikel. Tersumbatnya folikel tersebut akan menyebabkan timbulnya komedo (komedo hitam dan komedo putih). Jika sumbatan folikel tersebut membuat dinding folikel ruptur, *minyak*, sei-sel kulit mati dan bakteri-bakteri yang secara normal terdapat pada permukaan kulit *akan* memasuki kulit dan menginfeksi kulit (pustul).

Hampir setiap orang **pernah** mengalami akne, ada yang parah ada juga yang tidak. Selain faktor diatas hal ini juga kemungkinan dapat disebabkan oleh karena masalah kebersihan tubuh. Akne yang timbul mulai menghias wajahnya, dan bila dibiarkan akan bertambah banyak dan ini membuat suatu kurang percaya diri bagi diri si penderita karena **akne** tersebut biasanya **akan** meninggalkan bekas yang menetap. Sebab itu obatilah akne sedini mungkin sebelum menyebar dan bertambah banyak. Usahakan agar tidak melakukan pemencetan pada akne, karena hal itu akan membuat ruptur pada akne.

Sebagai pencegahan banyak cara yang dapat dilakukan sebagai contoh yaitu membersihkan muka, tidak memakai kosmetik yang berminyak atau lengket, makan makanan sehat yang seimbang, dan istirahat yang cukup. Niscaya hal itu *akan* mencegah timbulnya akne.