

# 2022年【全國科學探究競賽-這樣教我就懂】

## 大專/社會組 科學文章表單

文章題目：本是美好的青春，卻只剩青春痘

文章內容：(限500字~1,500字)

從小到大每逢過年親朋好友來家裡拜年時，開頭第一句話就是「你臉上的痘痘怎麼那麼嚴重？」「要趕快去看醫生，不然臉會坑坑巴巴的！」你們知道嗎？這些話語從旁觀者的角度是關心，可是這些話卻傷害到我。

### 青春痘有關基因？

我常常抱怨爸爸、媽媽為什麼要生給我那麼爛的基因，而青春痘的嚴重程度，追根究柢與「基因」有關。曾經研究指出，父母如果年輕時受青春痘所苦，他們的孩子比不長痘痘父母的孩子，會有四倍高的機會得到青春痘，但是基因並非絕對，另外飲食或是生活作息還有其他環境因素都有可能致痘。

### 戰痘開始

首先要先了解自己的膚質，不同的膚質挑選的洗面產品及保養方式會有所不同。清潔臉部是保養的基本，但是過度清潔反而會傷害到皮膚可能會讓青春痘惡化。而後續進行保養的保養品不是說貴就是好，而是要挑選適合自己的保養品。最後皮膚狀況真的極差的時候，務必請去看皮膚科，給醫生治療。

### 痘斑、痘疤？

即使青春痘治癒，但是臉上多多少少都會留下瑕疵，像是痘斑痘疤，相較於痘疤痘斑的皮膚狀況比較好，痘斑表面平整但是有色素沉澱，而痘疤表面不平整有凸起或凹陷的肉芽組織。要完全恢復正常的肌膚狀況是需要花時間的，痘斑相較於痘疤較好解決，痘斑會隨時間慢慢淡化，加上保養品(含維生素C成分)的輔助會淡化得更加快速。想要解決痘疤就沒那麼簡單了，光靠保養品是沒有什麼幫助的，處理痘疤的方法就只有藥物和醫美了，當然醫美就必須花費昂貴的費用。

### 脈衝光、飛梭雷射

醫美的雷射當然還有很多種，這邊就講解最常聽到的脈衝光、飛梭雷射。

脈衝光：高能量多個波長的光波，促進膠原蛋白增生、改善皮脂分泌。

飛梭雷射：飛梭是一種技術，將雷射光束變成微小光束，進而深入到真皮層，雷射後的傷口也比其他雷射較小，術後傷口也較容易癒合。

前面說了這麼多，最後我想說，請不要隨便去嘲笑長痘痘的人，畢竟誰都不願意長痘痘，痘痘可能會影響一個人的心理狀況，社交恐懼、變得沒自信、自卑，也不要給予過度的關心，這都會造成心理層面的負擔。

## 參考資料

親自天下-痘痘長不停？認識青春痘成因，才能對症下藥！

<https://www.parenting.com.tw/article/5086454>

泛科學-戰痘少女的煩惱：青春痘治療攻略

<https://pansci.asia/archives/107792>

美的好朋友-痘疤跟痘斑你分得清楚嗎？處理方式完全不同！痘疤治療全攻略

<https://www.medpartner.club/acne-spot-acne-scar-difference/>

美的好朋友-粉刺青春痘的雷射（光電）治療

<https://www.medpartner.club/acne-treatment-laser-selection/>

註：

1. 沒按照本競賽官網提供「表單」格式投稿，不予錄取。
2. 建議格式如下
  - 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
  - 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
  - 字體行距，以固定行高 20 點為原則