IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Атопический дерматит

Цель данного информационного листка — предоставить пациенту информацию о природе атопического дерматита и его проявлении. Также здесь приводятся практические рекомендации о том, как справиться с болезнью.

Атопический дерматит — это хроническое воспалительное заболевание. Болезнь сопровождается кожной сыпью и сильным зудом в области лица, рук, ног и/или туловища, иногда аллергическим насморком и астмой. Как правило, атопический дерматит начинается в младенческом или детском возрасте, реже у взрослых. По мере взросления сыпь может появиться в другом месте. Если у членов Вашей семьи наблюдались аллергические заболевания, у Вас может быть предрасположенность к возникновению атопического дерматита.

Атопический дерматит в младенческом возрасте

Болезнь может проявиться уже в 2–3 месяца. Как правило, сначала кожа щек становится покрасневшей и шершавой. На теле, особенно на наружной стороне рук и ног кожа сухая, легко раздражимая, покрасневшая и зудящая. Кожный зуд сильный, поэтому дети часто царапают себя, особенно по ночам. Нарушается сон ребенка и родителей, что, в свою очередь, может вызывать беспокойство и нарушения аппетита у ребенка.

Атопический дерматит у маленьких детей

У маленьких детей признаки аллергии чаще всего возникают на суставных сгибах, шее, запястьях и голенях. Может также наблюдаться воспалительная сыпь вокруг рта и на веках. По сравнению с младенческим возрастом покраснение менее интенсивное, но кожа более сухая и шелушащаяся. Сухая и воспаленная кожа вызывает сильный зуд.

Атопический дерматит у детей школьного возраста и взрослых

У детей старшего возраста и взрослых аллергическая сыпь появляется в основном на сгибах суставов, на лице и в области шеи. Кожа сухая и утолщенная. Сильное расчесывание вызывает образование корочек на кожной сыпи и может привести к инфекции. Зуд может усугубляться при эмоциональном стрессе и после потоотделения. Из-за сильного зуда нарушается ночной сон, что вызывает дневную усталость, рассеянность и снижение способности к учебе и работе.

Факторы, обостряющие атопический дерматит

Атопический дерматит протекает с периодическими обострениями и улучшениями. Симптомы часто уменьшаются летом и усиливаются осенью. Обострение сыпи при атопическом дерматите часто бывает вызвано раздражающими факторами, такими как сухой воздух, холодная погода, чрезмерная жара, потоотделение, длительный контакт с водой, механическая травма (царапины, натирание), раздражающие вещества (моющие средства, хлор и т. д.) и материалы, а также кожные инфекции. Сыпь также могут усугублять различные продукты питания (т. н. псевдоаллергены), которые содержат или выделяют гистамин и другие вазоактивные амины, например, клубника, виноград, цитрусовые, какао, шоколад, помидоры, квашеная капуста, рыбные консервы. Также рекомендуется избегать продуктов и кондитерских изделий, богатых консервантами и красителями (особенно E102, бензоаты E210-220). У некоторых пациентов сыпь также вызывают аллергены. При этом у младенцев и маленьких детей ее, как правило, вызывают пищевые аллергены, чаще коровье молоко, яйца, рыба, пшеница, соя. У детей старшего возраста и взрослых причиной становятся аллергены, передающиеся по воздуху: пылевые клещи, шерсть животных, перья, цветочная пыльца и плесень.

Лечение атопического дерматита

При лечении атопического дерматита важны регулярный уход за кожей и использование смягчающих и увлажняющих кремов. Это снижает сухость кожи, раздражение и зуд. Кремы подбираются индивидуально, каждый должен подобрать крем, который ему подходит. Смягчающие кремы следует наносить на кожу 2-3 раза в день, а также обязательно после водных процедур (мытье, ванна, душ, плавание и т. д.). При обострении кожного воспаления необходимо использовать лечебные кремы, снимающие воспаление.

Если Вы страдаете от сухости кожи, помните:

- Предпочитайте горячей воде теплую воду для ванны и душа, избегайте длительных водных процедур.
- Избегайте частого мытья с мылом и интенсивного растирания кожи (губкой, щеткой).
- Избегайте интенсивного вытирания, лучше промокните кожу.
- После каждой водной процедуры наносите на кожу смягчающий крем.
- Регулярно наносите на кожу смягчающий крем 2-3 раза в день. Для смазывания кожи младенца требуется около 100 г крема в неделю, для маленького ребенка — 200 г и для взрослого — 400 г.
- При остром дерматите обязательно нанесите на кожу сначала лечебный крем, а затем смягчающий крем.
- Обеспечьте достаточную влажность воздуха в квартире с центральным отоплением (относительная влажность воздуха около 40%).
- Предпочитайте хлопковое белье и неокрашенную одежду.

При наличии вопросов и для получения дополнительной информации обратитесь к лечащему врачу или медсестре.

ITK725

Информационный материал утвержден комиссией по качеству медицинских услуг Восточно-Таллиннской центральной больницы 08.12.2021 (протокол № 18-21).