

Атопический дерматит

Информационный лист пациента



Инфолист дает обзор о сути атопического дерматита. Кроме того, инфолист содержит практические рекомендации о том, как справиться с болезнью.

Атопический дерматит – это хроническое кожное заболевание. Заболевание сопровождается кожной сыпью и сильным зудом в области лица, на руках, ногах и/или теле. Часто заболеванию сопутствуют аллергический насморк и астма. Обычно атопический дерматит начинается в младенческом или младшем детском возрасте, реже – во взрослом возрасте. С годами сыпь изменяет свое местоположение. Если у членов Вашей семьи были аллергические заболевания, то у Вас может быть наследственная предрасположенность к возникновению атопического дерматита.

Атопический дерматит в младенческом возрасте

Болезнь может проявиться уже на втором-третьем месяце жизни. В основном, сначала появляются шероховатость и покраснение щек. На теле, в особенности на внешних поверхностях рук и ног кожа сухая, легко раздражимая, покрасневшая и зудящая. Кожный зуд довольно сильный, поэтому дети часто расцарапывают себя, особенно по ночам. Нарушен как детский, так и родительский сон, что в свою очередь может вызвать беспокойство и нарушения аппетита.

Атопический дерматит у маленьких детей

В младшем детском возрасте аллергические симптомы больше всего проявляются на поверхностях сгибов суставов, на шее, запястьях и голенях. Им может сопутствовать воспалительная сыпь вокруг рта и на глазных веках. По сравнению с младенческим возрастом покраснение менее интенсивное, однако кожа более сухая и шелушащаяся. Сухая и воспаленная кожа вызывает сильный зуд.

Атопический дерматит у школьников и взрослых

У детей старшего возраста и у взрослых аллергическая сыпь возникает преимущественно на поверхностях сгибов суставов, на лице и в области шеи. Кожа сухая и утолщенная. В результате сильных расчесов на кожной сыпи образуются корочки, что может сопровождаться инфекцией. Зуд может усиливаться во время эмоционального стресса и в результате потения. В связи с сильным зудом ночной сон нарушен, поэтому возникает дневная усталость, внимание легко рассеивается, и способность к обучению и работоспособность снижаются.

Факторы, обостряющие атопический дерматит

Атопический дерматит протекает с периодическими обострениями и выздоровлениями. Часто в летний период жалобы пропадают, а осенью обостряются. Обострение сыпи при атопическом дерматите вызывает какой-то раздражающий фактор или аллерген. У младенцев и у маленьких детей часто причиной заболевания становятся пищевые аллергены, у более старших пациентов добавляются и другие бытовые аллергены. Наиболее частыми аллергенами, вызывающими обострение кожной сыпи у маленьких детей, являются коровье молоко, яйца, рыба, пшеница, соя.

У детей старшего возраста и у взрослых – также пылевые клещи, шерсть животных, перо птицы, цветочная пыльца и плесневые грибки. Тем не менее, не у всех пациентов триггером сыпи являются аллергены. Обострения могут быть вызваны и различными раздражающими факторами – холодной погодой, излишней жарой, потением, механическим раздражением кожи (царапанье), хроническими кожными воспалениями.

Кожную сыпь могут обострить и различные пищевые продукты, которые содержат или высвобождают гистамин и другие вазоактивные вещества –

например, клубника, виноград, цитрусовые, какао, шоколад, томат, квашеная капуста, рыбные консервы и пр. Также рекомендуется избегать продуктов и кондитерских изделий, содержащих большое количество консервантов и красителей (особенно E102, бензоаты E210-220).

Лечение атопического дерматита

В лечении атопического дерматита важны регулярный уход за кожей и применение смягчающих и увлажняющих кремов. Это уменьшает сухость кожи, кожное раздражение и зуд. Подбор кремов индивидуален, каждый должен найти подходящий для себя крем. Смягчающие кремы следует наносить на кожу каждый день 2-3 раза, а также обязательно после водных процедур (купание, прием ванны, душ, плавание и т. д.). В случае обострения кожного воспаления нужно применять кремы, уменьшающие воспаление.

Если Вас беспокоит сухая кожа, помните:

- При приеме ванны или душа предпочитайте горячей воде прохладную, избегайте длительных водных процедур.
- Избегайте частого мытья с мылом, а также сильного растирания кожи во время мытья (губкой, щеткой).

- Избегайте сильного растирания полотенцем, лучше промокните им кожу.
- После каждой водной процедуры наносите на кожу смягчающий крем.
- Наносите на кожу смягчающий крем регулярно 2-3 раза в день. Для обработки кремом кожи младенца на неделю требуется примерно 100 г крема, маленького ребенка – 200 г, а взрослого – 400 г крема.
- В случае острого воспаления сначала обязательно нанесите на кожу лечебный крем и лишь затем смягчающий крем.
- В квартирах с центральным отоплением необходимо обеспечить достаточную влажность воздуха (относительная влажность воздуха 40%).
- Отдавайте предпочтение хлопковому белью и неокрашенной одежде.

При наличии вопросов и для получения дополнительной информации обращайтесь, пожалуйста, к своему лечащему врачу или медсестре.