

Sëmundjet e lëkurës me pezmatim



Ekzema Atopike (Dermatitis)

Njoftime Të Rëndësishme

- Mos përdorni sapun në lëkurë kur e lani foshnjën
- Mos e shkumoni ujin për banjë të foshnjës dhe mos ja lani flokët me shampun
- Në uj të pregaditur për banjë përdorni sasi të vogël të vajit të thjeshtë të pa-aromatizuar
- Nëse lëkura nis të thahet i bëni banjë çdo dy ditë
- Larjeve të gjata duhet shmangur dhe lëkurën duhet me e tha duke e fshirë me butësi
- Lëkurën e foshnjës rregullisht e lyeni me krema njomëse - 'sorbolene' ose krema ujore, sidomos menjëherë pasi ti bëni foshnjës banjë
- Foshnjen veshni me pelena absorbuese të kualitetit të lartë dhe ndërroini ato rregullisht
- Bebat duhet ti marrin vaksinat rregullisht
- Dijetat speciale ushqimore te fëmijët me ekzemë bëjnë pak ndryshim

Ç'është 'Ekzema Atopike'?

Ekzema atopike (shpesh quhet ekzema fëminore ose vetëm ekzema) është pezmatim i lëkurës që shkakton puçrra të kuqe në lëkurë, e bën lëkurën të thatë dhe me luspa që zakonisht shkaktojnë kruarje të madhe. Në lëkurën e pigmentuar pezmatimi paraqitet me ngjyrë si më të purpurt ose ngjyrë kafe dhe lëkura e vrazhdë mund të jetë si një karakteristikë dominuese. Puçrrat mund të pikojnë dhe lëkura mund të formojë kore. Ekzema ka tendencë zhvillimi te fëmijët e moshës pas 2-4 mujore.

Te shumë fëmijë ekzema përmirësohet me rritjen e moshës. Edhe pse nuk i dihet shkaktari, zakonisht këto ekzeme e lidhin me sëmundjet alergjike (atopike) të asmës dhe alergjisë 'hay fever'.

Ku zhvillohet?

Ekzema atopike (alergjike) paraqitet te foshnjet. Shpesh paraqitet së pari në faqe të cilat nisen të pezmatohen dhe të thahen. Lëkura mund të jetë e skuqur ose në lëkurën e pigmentuar paraqiten hije të purpurta, ngjyrë kafe ose bile edhe të bardh. Mund të zhvillohet në ballë dhe lëkurë të kokës (skalp).

Krahas me rritjen e foshnjës, ekzema ka tendencë zhvillimi në trup, dhe në duar nga ana e përparme e bërlylave dhe në këmbë prapa gjunjëve. Gjithashtu mund të paraqitet edhe rreth nyjeve të dorës dhe të këmbës. Në

Albanian – Atopic Eczema (Dermatitis)

fëmijëri të mëvonshme ekzema zakonisht më rrallë paraqitet në fytyrë., por puçrrat mund të paraqiten prapa veshëve dhe rreth syve.

Çka e shkakton ekzemën?

Siç u përmend përsipër egziston një shoqërim mes ekzemës dhe konditave tjera alergjike, por në shumicën e rasteve nuk është gjetur ndonjë alergji e dukshme ndaj çfarëdo substance që mund ta shkaktoj ekzemën. Një numër faktorësh mund ta keqësojnë duke përfshirë:

- kontaktet me substanca ngacmuese ose që thajnë lëkurën si sapuni, detergjentët dhe shamponat
- moti i ftohët kur lëkura ka tendencë të thahet.
- infektive sekundare të shkaktuara nga bakterjet
- stresi

Edhepse, shumë njerëz pyeten nëse ndoshta diçka në dijetë mundë ta keqëson gjendjen, te shumica e fëmijëve është tejet vështirë të tregohet se ndonjë ushqim i veçantë është shkaktar i problemit.

Si parandalohet dhe trajtohet?

Gjërat që duhet evituar

- Fërkimin dhe kruarjen e lëkurës ngase këto veprime e keqësojnë pezmatimin dhe kruarjen
- Ikni përdorimit të sapunave, detergjentve, dhe prodhimeve të aromatizuara sepse ato e thajnë lëkurën
- Evitoni larjet e gjata në banjë të ngrohtë ose dush të ngrohtë dhe kohëgjatë sepse larjet e tilla mund ta ngacmojnë dhe thajnë lëkurën edhe më shumë.
- Evitoni larjet kohë-gjata në dush ose banjë, meqë larjet e gjat edhe më e iritojnë lëkurën
- Temperaturat ekstreme
- Mos mbuloni fëminë me batanije sepse ato nxejnë fëminë dhe e bëjnë ekzemën të kruashme
- Mos veshni fëminë me plaçka që shpojnë lëkurën , siç janë ato të leshit
- Evitoni kontaktet direkte me mbuloja leshi, qilimë leshi dhe lëkurë dhensh

Gjërat që lejohen

- Për pasrtimin e lëkurë përdorni vajë për banjo në vend të sapunit
- Lyeni rregullisht lëkurën e fëmiut, sidomos pas banjos, me krema njomëse, sikur, sorbolene ose krema ujore.
- Pasi ta lani ose i bëni dush terni lëkurën e fëmiut me kujdesë duke goditur lëkurën lehtë me dorë, në vend se ta fërkoni
- Dimrit, fëmin xhvishni në dhomë të ngrohtë
- Në verë, dhomën e fjetjes të fëmiut e mbani të freskët
- Veshni fëminë me plaçka të çlira pambuku (ose të kombinuara me sintetikë).
- Hiqni etiketat prej rrobave
- Përdorini pelena absorbuese të kualiteti të lartë dhe ndërroini ato rregullisht

Nëse ekzema paraqitet në formë më të vrazhdë, mjeku mund të jap udhëzim për kortizon për lyerje të lëkurës. Përgjithësisht, krema kortizon jo aq e fortë ose melhemët përdoren nëse ekzema është aktive, dhe pasi të qetësohet, kremat dhe melhemët duhet ndërprerë. Duhet vazhduar me përdorimin e kremave njomëse, bile edhe kur lëkura është nën kontroll.

Albanian – Atopic Eczema (Dermatitis)

Nëse ekzema infektohet, mund të jetë e nevojshme përdorimi i antibiotikëve, sipas udhëzimit të mjekut. Sirupët për trajtimin e gjendjeve alergjike mund të ndihmojnë nëse lëkura kruhet, sidomos nëse kruarja zhvillohet natën dhe pengon gjumin.

Roli i ushqimit në trajtimin e ekzemës nuk është i kjartë dhe për shumicën e fëmijëve rezultatet e dijetave speciale janë dëshpruese. Edhe pse nuk ka asgjë të keqe nëse kërkoni mendime rreth dijetës, prap këshillat duhet kërkuar nga personat që kanë njohuri të gjërë mbi ekzemën dhe që dinë se çfarë janë kërkesat ushqimore te fëmijët

Informata Të Mëtejme

Infermijerja e Qendrës Për Shëndetin e Nënës dhe Fëmiut

Farmacisti i juaj

Mjeku i familjes

Dermatologu dhe

Shoqata Për Ekzemë (The Eczema Association)

© 2002, Department of Dermatology, St. Vincent's Hospital Melbourne, Victoria Parade, Fitzroy, Victoria 3065 Australia.