Здравствени состојби кај возрасните лица

Надразнувачко воспаление на кожата на рацете (дерматитис-екцем)

Важни работи

- **Запомнете дека и чистата вода може да дејствува надразнувачки**
- **Сведете го на најмала можна мера перењето алишта на рака**
- **Избегнувајте директен допир на кожата со сапуни, прашоци за перење, шампони и други средства што надразнуваат**
- **Користете ракавици поставени со памук, наместо обични гумени ракавици, кога работите со вода и со други средства што надразнуваат**
- **Користете често средства за навлажнување на кожата, како што е кремот sorbolene или кремовите на база на вода, или пак масти со емулзија**
- **Особено користете средства за навлажнување на кожата по миењето на рацете**
- **Кортизонските кремови и масти препишани од лекар треба да се користат само кога има дерматитис**

Што е тоа

Воспалението на кожата (dermatitis/eczema) е воспалителна состојба што ја прави кожата да поцрвенува, да се лупи и многу да чеша. Кај потемната кожа може да има повеќе модра отколку црвена боја или да изгледа само како потемнување на бојата на кожата.

Каде се појавува?

Кога се појавува на рацете, исто така може да има и мали пликови од страна на прстите или на дланките. Рацете може да станат суви и болни, а кожата на дланките и околу прстите да пука.

Што го предизвикува?

Постојаното мокрење и сушење на рацете, плус зачестениот допир со сапуни, прашоци за перење и други средства што надразнуваат во текот на негувањето на бебињата може да доведе до тоа кожата на рацете да се надразни. Ако лицето од претходно е склоно да добива дерматитис, тогаш е поголема веројатноста дека тој ќе се јави кај него во тоа време. Понекогаш дерматитисот на рацете може да биде предизвикан од вистинска алергија на некоја хемикалија што се користи. Но во поголемиот број случаи дерматитисот што се јавува на рацете не е последица на алергија.

Исцрпеноста, заморот и напнатоста може да го влошат дерматитисот. Чешањето може да доведе до пукање на површината на кожата и дерматитисот може да се инфицира. Дерматитисот на рацете може да се влоши во текот на зимата, кога времето е студено и кога има малку влага, поради што кожата се исушува. Допирот со други производи што ја исушуваат кожата, како што се разредувачите, вклучувајќи ги

терпентинот, керозинот, бензинот, производите за домаќинството, градинарските продукти и продуктите за подготвување на храна може да го влошат проблемот со дерматитисот на рацете.

Како се лекува?

Најголемиот дел од негата во случај на дерматитис на рацете се состои во избегнување на работите што ја надразнуваат кожата. Тоа подразбира да се избегнува колку што е можно повеќе перење на рака и допир со сапун, прашоци за перење и други разредувачи и средства што надразнуваат. Гумени ракавици поставени со памук се корисни за потешките работи. За попрецизни работи може да се користат танки памучни ракавици над кои се навлекуваат гумени ракавици. Ако користите само гумени ракавици, тие може да ја надразнат кожата поради потењето.

Под прстените може да се задржи сапун и други хемикалии и треба да ги извадите пред да ги миете рацете со сапун или пред да работите други домашни работи. Кожата под прстените треба внимателно да се исуши. Амонијакот во влажните пелени исто така може да предизвика надразнување. Пелените треба да ги фаќате со долги штипки или со ракавици и да избегнувате директен допир со рацете. И чистата вода може да надразнува со тоа што ги измива заштитните масти на кожата.

Средствата за навлажнување на кожата, како што се кремот sorbolene, кремовите на база на вода или масти со емулзии може да се користат место сапун. Тие исто така треба често да се нанесуваат на кожата во текот на денот како средство за навлажнување, а особено по миењето. Кога дерматитисот е активен, може е неопходно да се користат кортизонски кремови или масти што ги препишал лекар за да се смири воспалението. Лекувањето на било каква инфекција може исто така да бара и употреба на антибиотици препишани од лекар.

Кога дерматитисот ќе се смири, се прекинува со употребата на кортизонски кремови. За да се спречи повторувањето на дерматитисот, треба да се продолжи со редовна употреба на средства за навлажнување и да се избегнуваат средствата што ја надразнуваат кожата. Понекогаш можеби ќе биде неопходно специјалистот за кожни болести да изврши проба на делче од кожата за да утврди дали постои вистинска алергија на некоја хемикалија. Ако постои алергија, важно е да се избегнува допирот со таа хемикалија.

Натамошни информации

Вашата медицинска сестра за здравјето на мајките и децата.
Вашиот аптекар.
Вашиот семеен лекар.
Лекар специјалист за кожни болести - дерматолог.

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