

## Воспалительные заболевания



# Потница (тепловая сыпь)

### Что важно помнить

- Старайтесь чтобы ребенок не перегревался в жаркие дни
- Не надевайте на ребенка тесную одежду
- Не злоупотребляйте увлажняющими кремами
- Чаще меняйте пеленки
- Не надевайте на ребенка одежду с полиэтиленовыми прокладками и тугим эластичным поясом
- Если кожа воспалена, не пользуйтесь мылом

### Что такое потница

Потница чаще встречается у детей в возрасте 1 – 2 месяца. Она происходит из-за закупорки пор – маленьких отверстий на коже в местах расположения потовых желез. Потница обостряется в теплое время года или когда ребенок перегревается. Она проявляется в разных формах: в самой легкой форме – это крошечные волдыри, которые легко лопаются и образуют маленькие чешуйки. При более тяжелой форме на теле появляются красные пятна с маленькими волдырями, которые, когда жарко, колются и вызывают зуд. Эти пятна проходят через несколько дней, но могут появиться опять.

### В каких местах на теле появляется потница

Чаще всего на лбу, на щеках, веках и иногда на носу. Также может появиться в тех местах, где к телу прилегает тесная одежда (например, тугим эластичный пояс) и блокирует потовые железы.

### Отчего возникает потница

Закупорка потовых желез часто происходит у детей в первые несколько месяцев после рождения, что вызывает потницу в той или иной форме. Поры на коже также могут оказаться заблокированы из-за чрезмерного количества увлажняющего крема или тесной одежды. Мыло и моющие средства также могут ухудшить состояние. Отчасти потница может быть вызвана дрожжеподобным вирусом.

### Предотвращение

Очень важно, чтобы ребенок не перегревался в жаркие дни. Чаще проверяйте пеленки и сразу же меняйте их, если они мокрые. Не надевайте на ребенка одежду с полиэтиленовыми прокладками и тугим эластичным поясом. Пользуйтесь увлажняющими кремами не слишком

## **Russian – Miliaria (Sweat/Heat Rash)**

часто и в умеренных количествах. В жаркие дни не пользуйтесь густым кремом. Чтобы не усугублять раздражение, мойте ребенка теплой водой без мыла.

### **Лечение**

Потница в легкой форме не требует никакого лечения – она пройдет сама по себе, если ребенок не перегревается и вы не злоупотребляете увлажняющими кремами. В некоторых случаях врач может прописать слабый кортизоновый крем, чтобы снять зуд и воспаление. Также иногда применяется специальный противодрожжевой крем.

### **Где получить дополнительную информацию**

У медсестры по уходу за детьми младшего возраста.

У фармацевта.

У семейного врача.

У врача-дерматолога.

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