

Стања упале



Атопичан екцем (**Dermatitis**)

Важне тачке

- Избегавајте сапун кад перете дететову кожу
- Избегавајте пенушаву воду и прање косе шампоном
- Користите малу количину немиришљавог, једноставног уља за купање
- Купајте сваког другог дана ако кожа постаје сува
- Избегавајте дугачка топла купања и лагано отрите додиривањем
- Редовно стављајте креме - sorbolene или водену крему – на дететову кожу, нарочито одмах после купања
- Користите упијајуће пелене доброг квалитета и мењајте их редовно
- Бебе треба редовно вакцинисати
- Специјалне дијете слабо помажу детету са екцемом

Шта је то?

Атопичан екцем (често се зове дечији екцем или само екцем) је упала коже која проузрокује сув, црвен, перунав ојед који често веома сврби. У пигментираној кожи може изгледати више пурпурне или браон боје, а доминантна карактеристика може бити храпава кожа. Може да лучи и да ствара красту. Обично се појављује код мале деце након 2-4 месеца узраста. Са повећаним узрастом екцем се побољшава код већине деце.

Иако узрок није познат, најчешће се појављује заједно са алергичним (атопичним) стањима астме и поленске грознице. Више је вероватно да ће се појавити ако су други чланови породице патили од атопичног екцема, астме или поленске грознице.

Где се појављује?

Атопичан екцем почиње код младих одојчади. Често се најпре појављује на образима који постану упаљени и суви. Кожа може бити црвена, или у пигментираној кожи могу се појавити нијансе пурпурне, браон, или чак беле боје. Затим се може појавити на челу и скалпу.

Како дете узраста, има обичај да се појави на телу, као и на рукама испред лаката и на ногама иза колена. Такође се може појавити око чланака на рукама и ногама. На лицу је мање изражено у каснијем узрасту, али се осип може појавити иза ушију и око очију.

Шта га изазива?

Као што је горе наведено, постоји веза са другим алергичним стањима, али у већини случајева не постоји очигледна алергија на било коју супстанцу која би изазвала екцем. Низ фактора га може погоршати, као:

- додир са иритирајућим или осушујућим супстанцама као што су сапун, детерџенти и шампони
- хладно време кад кожа постаје сува
- друга бактеријска инфекција

Serbian – Atopic Eczema (Dermatitis)

- стрес

Међутим, многи се људи питају да ли га нешто у исхрани погоршава, код већине деце веома је тешко показати да одређена врста хране изазива проблем.

Како се спречава и лечи?

Шта треба избегавати

- Трљање и чешање, јер ово погоршава осип који тако више сврби
- Сапуне, детерџенте и парфимисане производе јер исушују кожу
- Претерано прање водом, јер ово такође исушује кожу
- Дуго проведено време у топлој кади или под тушом јер ће још више иритирати и осушити кожу.
- Екстремне температуре
- Јоргане, јер загревају дете и чине да екцем сврби
- Ношење бодљикаве одеће као што је вуна у додиру са кожом
- Директан контакт са вуном у ћебадима, теписима и овчијом кожом

Шта треба чинити

- Користити уље за купање уместо сапуна у чишћењу коже
- Редовно користити крем, као sorbolene или водену крем, нарочито после купања
- Након купања или туширања осушити кожу лаганим додиривањем уместо трљањем
- Скидати одећу у топлој соби током зиме
- Спаваћу собу држати расхлађену током лета
- Носити лабаву памучну одећу (или мешавину памука/синтетике)
- Уклонити етикете са одеће
- Користити упујајуће пелене доброг квалитета и редовно их мењати

Уколико је екцем озбиљнији, лекар може преписати кортизон да се стави на кожу. Углавном, маст кортизона слабије јачине или мелени користе се кад је екцем активан и чим се умири, престане се. Са кремама се настави, чак и када је кожа под контролом.

Уколико је екцем инфициран, можда би били потребни антибиотици преписани од стране лекара. Антихистамински сирупи могу користити за свраб, нарочито ако се ноћу појављује и омета спавање.

Улога дијете у лечењу екцема није јасна и за већину деце резултати специјалних дијета су врло разочаравајући. Иако не шкоди да се потражи савет о дијети, требало би да је то од неког ко добро познаје екцем, као и потребе исхране код деце.

Даље информације

Ваша медицинска сестра за здравље мајке и детета.

Ваш апотекар.

Ваш породични лекар.

Дерматолог.

The Eczema Association (Екцем Удружење).