

## Serbian – Irritant Hand Dermatitis (Eczema)

Стања код одраслих



### Иритантни дерматитис на рукама (Екцем)

#### Важне тачке

- Запамтите да сама вода може деловати као иритант
- Минимализујте прање руку
- Избегавајте директан контакт коже са сапуном, детерџентима, шампонима и другим иритантима
- Користите рукавице са памучном поставом, уместо само гумене, кад радите с водом и другим иритантима
- Често користите креме као што су *sofbolepe* или водену крему, или емулсифирајућу маст
- Употребите креме нарочито после прања руку
- Креме кортизона и масти преписане од лекара требало би само користити када је дерматитис присутан

#### Шта је то?

Дерматитис (екцем) је стање упале која кожу чини црвеном, перућавом и веома сврбљивом. У тамнијој кожи ово може бити више пурпурно него црвено, или једноставно само дубља боја коже.

#### Где се појављује?

Кад се појави на рукама, такође може имати мале пликове са стране прстију или на длановима. Руке могу постати суве и болне, са испуклинама на длановима или око прстију.

#### Шта га изазива?

Учестало квашење и сушење руку, плус повећан контакт са сапунима, детерџентима и другим иритантима док водите рачуна о малим бебама, може иритирати руке. Ако особа већ има тенденцију да добије дерматитис, највероватније ће га овог пута добити на рукама. Понекад права алергија на хемијски елеменат који се користи може изазвати дерматитис на рукама. Али највећи део дерматитиса који утиче на руке није због алергије.

Исцрпљеност, умор и стрес ће погоршати дерматитис. Чешање може довести до прекида површине коже и дерматитис може постати инфициран. Дерматитис руку се зими може погоршати, јер хладно време умањује влажност и суши се кожа. Контакт са другим производима који суше кожу као што су растварач, керозин, бензин, кућни производи, препарати за башту и храну повећаће проблем дерматитиса.

#### Како се лечи?

Најважнији део лечења дерматитиса на рукама је избегавање ствари које иритирају кожу. Ово укључује смањивање прања руку и контакта са сапуном, детерџентима и другим средствима или иритантима. Рукавице од PVC-а са памучном поставом корисне су за тежи рад. За фин рад могу се користити памучне рукавице испод гумених. Саме гумене рукавице могу иритирати кожу због знојења.

## **Serbian – Irritant Hand Dermatitis (Eczema)**

Прстени могу задржати сапун, воду и друге хемикалије и зато би их требало скинути пре прања руку сапуном, или после кућних послова. Кожу испод прстења треба пажљиво осушити. Амонија у мокрим пеленама такође може изазвати иритацију. Пелене треба руковати штипаљкама или рукавицама, како би се избегао директан контакт с рукама. Сама вода може деловати као иритант, тако што испира заштитна уља с коже.

Креме као што су sorbolene, водена крема или емулсифирајућа маст могу се користити уместо сапуна. Такође их треба преко дана често стављати на кожу због влажности, а нарочито после прања. Када је дерматитис активан, креме кортизона или масти преписане од лекара могу бити потребне за смиривање упале. Третман било какве инфекције такође може захтевати антибиотике преписане од лекара.

Чим се дерматитис умири, престане се са кремама кортизона. Да би се спречио повратак дерматитиса, редовну примену крема и избегавање иританата треба наставити. Понекад је потребно тестирање од стране дерматолога како би се утврдило да ли долази до праве алергије због неког хемијског састава. Ако је заиста алергија, онда је важно избегавати контакт са тим хемијским саставом.

### **Даље информације**

Ваша медицинска сестра за здравље мајке и детета.

Ваш апотекар.

Ваш породични лекар.

Дерматолог.

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