

Ατοπική δερματίτιδα: Μήπως την έχει το μωρό σου;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Small child with redness on the skin, suffering from food allergies

Γιατί έβγαλε κοκκινίλες; Αναγνωρίστε και αντιμετωπίστε σωστά την ατοπική δερματίτιδα, που τα τελευταία χρόνια ταλαιπωρεί όλο και περισσότερα παιδιά προσχολικής ηλικίας και σε πολλές περιπτώσεις εμφανίζεται ακόμα και σε νεογέννητα.

Η ατοπική δερματίτιδα ή αλλιώς έκζεμα είναι μια από τις πιο συχνές δερματικές αλλεργίες, που σύμφωνα με τους ειδικούς προσβάλλει ιδιαίτερα παιδιά με γενετική προδιάθεση και μπορεί να παρουσιαστεί ακόμα και από την ηλικία των 2-3 μηνών. Ωστόσο, μέχρι την ηλικία των 5 ετών τα συμπτώματα της ατοπικής δερματίτιδας συνήθως υποχωρούν, ενώ είναι ελάχιστες οι περιπτώσεις που ένα παιδί μπορεί να ταλαιπωρείται έως και τα 10-11 χρόνια του. Αν λοιπόν το πρόβλημα σας αφορά,

δείτε ως γονείς τι πρέπει να κάνετε για να βοηθήσετε το παιδί σας αποτελεσματικά.

Πώς θα την αναγνωρίσετε...

Όπως επισημαίνει η αναπληρώτρια καθηγήτρια δερματολογίας Παν/μίου Αθηνών, Αλεξάνδρα Κατσαρού-Κάτσαρη, υπεύθυνη Δερματολογικού Τμήματος Νοσοκομείου «Ανδρέας Συγγρός»: «Τα κύρια χαρακτηριστικά της ατοπικής δερματίτιδας είναι το κοκκίνισμα, η ξηρότητα του δέρματος, η απολέπιση και η φαγούρα. Με δυο λόγια, στο παιδικό δέρμα εμφανίζονται κοκκινίλες με μορφή λειχήνας, που μπορεί να αρχίζουν από το πρόσωπο και σιγά σιγά να εξαπλώνονται και σε άλλα σημεία (γύρω από το στόμα, τη μύτη, πίσω από τα αυτιά, τους αγκώνες, τα γόνατα) αλλά και στις επιφάνειες των χεριών και των ποδιών. Στα βρέφη μπορεί επίσης να εμφανιστεί στην ευαίσθητη περιοχή που καλύπτει η πάνα».

Πόσα συχνά εμφανίζεται στα παιδιά και πού οφείλεται κυρίως;

Μελέτες που έχουν γίνει σε παιδιά προσχολικής ηλικίας έδειξαν ότι πάνω από το 15-20% των παιδιών πάσχουν από ατοπική δερματίτιδα, ποσοστό που αυξάνει συνεχώς τα τελευταία χρόνια και η αύξηση αυτή οφείλεται στο μεγάλο αριθμό νέων, εισπνεόμενων κυρίως, αλλεργιογόνων. Επίσης τόσο η ατοπική δερματίτιδα όσο και ακόμα δύο συχνές δερματικές αλλεργίες, όπως είναι το έκζεμα εξ επαφής και η κνίδωση, συνήθως προκαλούνται από αλλεργιογόνα, τα οποία ή έρχονται σε άμεση επαφή με το δέρμα ή μέσω του δέρματος μπαίνουν στον οργανισμό. Για τις δερματικές αλλεργίες ευθύνονται επίσης και τα αλλεργιογόνα των τροφών, ενώ σημαντικό ρόλο παίζει και η γενετική προδιάθεση. Η ατοπική δερματίτιδα επηρεάζεται ιδιαίτερα και από κλιματικούς ή ψυχολογικούς παράγοντες, καθώς και από παράγοντες του ανοσοποιητικού συστήματος.

Απομονώστε τους «εχθρούς»

Πέρα από τη γενετική προδιάθεση του παιδιού, για να εκδηλωθούν τα συμπτώματα μιας αλλεργικής δερματίτιδας, και κυρίως της ατοπικής δερματίτιδας, χρειάζεται και η παρουσία κάποιου στοιχείου που προκαλεί ερεθισμό, λένε οι ειδικοί. Τέτοια στοιχεία είναι συνήθως η ξηρότητα του δέρματος, οι αντίξοες καιρικές συνθήκες (η έκθεση του παιδιού στο δυνατό ήλιο, στη ζέστη ή στο κρύο), τα μάλλινα και συνθετικά υφάσματα, η εφίδρωση, τα απορρυπαντικά για τα ρούχα, διάφορες τροφές (π.χ το γάλα, τα αβγά, τα ψαρικά, οι ντομάτες και οι φράουλες), καθώς και διάφορες ουσίες του περιβάλλοντος που εισπνέει το παιδί (π.χ η σκόνη).

Για να αποφύγετε λοιπόν όλα τα παραπάνω φροντίστε: να ενυδατώνετε συστηματικά το παιδικό δέρμα, να φοράτε πάντα στο παιδί ρούχα και εσώρουχα

από βαμβακερά υφάσματα και να τηρείτε σχολαστικά τους κανόνες υγιεινής.

Κόψτε του ακόμα τα νύχια για να μην ξύνεται και προκαλεί μολύνσεις και ανακαλύψτε ποιο φαγητό ή χημικό προϊόν καθαρισμού το πειράζει.

Σημαντικό ρόλο παίζει πάντα και η ξηρότητα της ατμόσφαιρας. Γι' αυτό ρυθμίστε το χειμώνα το καλοριφέρ σε μια λογική θερμοκρασία (το ίδιο πρέπει να κάνετε και το καλοκαίρι με τα κλιματιστικά), ώστε να μην είναι ο χώρος του σπιτιού ανθυγιεινός.

Βελτίωση φέρνει και η μείωση της έκθεσης του παιδιού στα ακάρεα της οικιακής σκόνης και στα κατοικίδια.

Υπάρχει αποτελεσματική θεραπεία;

Η θεραπευτική αντιμετώπιση της ατοπικής δερματίτιδας στοχεύει κατ' αρχάς στην ενυδάτωση του δέρματος με μαλακτικά, ώστε να καταπολεμηθεί η ξηροδερμία η οποία ευθύνεται για τον έντονο κνησμό. Στη συνέχεια χορηγείται φαρμακευτική αγωγή, πάντα με την παρακολούθηση του δερματολόγου, όπως αντιισταμινικά για τον έλεγχο του κνησμού, αντιβιοτικά για την καταπολέμηση των δευτερογενών λοιμώξεων και τοπικά κορτικοστεροειδή (σε μορφή κρέμας ή αλοιφής) κ.ά.

Μια πολύ αποτελεσματική «φυσική» θεραπεία είναι ο ήλιος και η θάλασσα (χειμώνα, καλοκαίρι). Επίσης, οι ειδικές κούρες στα κέντρα θαλασσοθεραπείας, τα οποία διαθέτουν πισίνες ή «μπανιέρες» με θαλασσινό νερό και υδροδυναμικό εξοπλισμό (φουσαλίδες δαπέδου, τζακούζι κ.λπ.) έχουν πολύ θετικά αποτελέσματα.

Αποτελεσματικό όπλο κατά του εκζέματος γενικά είναι και οι ψεκασμοί ή οι κομπρέσες με ιαματικό νερό που διατίθεται στα φαρμακεία σε σπρέι, καθώς και οι κομπρέσες με το αφέψημα τριφυλλιού που καταπραΰνουν τα ερεθισμένα σημεία του δέρματος. Η καλέντουλα έχει επίσης καταπραϋντική και επουλωτική δράση στο έκζεμα, γι' αυτό με το έκχυμά της μπορείτε ακόμα να κάνετε κομπρέσες και πλύσεις στο ευαίσθητο παιδικό δέρμα.

Μέτρα που πάντα ωφελούν

Για να αποφύγετε την ξηρότητα και την αφυδάτωση, που είναι ο υπ' αριθμόν ένας εχθρός του παιδικού δέρματος, λάβετε εγκαίρως τα μέτρα σας με την κατάλληλη φροντίδα και περιποίηση.

Φροντίστε κάθε φορά που σκουπίζετε το παιδάκι σας να μην αφήνετε υγρασία στις πτυχές του σώματός του (λαιμός, πίσω από τα αφτιά, μασχάλες και μηροί).

Αν το δέρμα του παιδιού σας ξεφλουδίζει ή είναι ιδιαίτερα ξηρό, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μετά το μπάνιο κάποια ενυδατική κρέμα, ειδική για μικρά παιδιά.

Ποτέ μη χρησιμοποιείτε προϊόντα που δεν είναι φτιαγμένα για παιδιά, γιατί περιέχουν ουσίες που μπορεί να προκαλέσουν ερεθισμό στο δέρμα τους.

Προσοχή!

Το δέρμα των μωρών και των νηπίων είναι συνήθως πιο ξηρό από εκείνο των ενηλίκων, γιατί δεν περιέχει αρκετό λίπος που προστατεύει από τις τριβές και την επαφή με ουσίες που ερεθίζουν (π.χ. σαπούνια και απορρυπαντικά, μάλλινα κ.λπ.). Όταν, λοιπόν, δεν έχει προστατευτεί κατάλληλα με τις ειδικές κρέμες, τότε μπορεί εύκολα να «ανοίξει». Έτσι δημιουργούνται οι προϋποθέσεις για να εισέλθουν με ευκολία μικρόβια στην περιοχή του δέρματος κάτω από την επιδερμίδα και να επιμολύνουν το μικρό και μέχρι εκείνη τη στιγμή ακίνδυνο τραύμα. Το ίδιο μπορεί να συμβεί και με ένα αλλεργικό εξάνθημα που το παιδάκι ξύνει συστηματικά. Σε αυτή την περίπτωση η θεραπεία θα είναι αρκετά πιο πολύπλοκη από την απλή αντιμετώπιση της λοίμωξης, καθώς ο γιατρός θα πρέπει να θεραπεύσει την αρχική αιτία του προβλήματος.

Προσοχή και σε αυτές τις δερματίτιδες

Το έκζεμα εξ επαφής παρουσιάζεται επίσης με ερεθισμό και φαγούρα σε κάποιο σημείο του σώματος, όταν αυτό έρθει σε επαφή με το προϊόν ή την ουσία που δεν μπορεί να γίνει ανεκτή στον οργανισμό. Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι το έκζεμα από το κουμπί του τζιν παντελονιού (στο σημείο κάτω από τον αφαλό).

Η κνίδωση εμφανίζεται με εξανθήματα στο σώμα και έντονη φαγούρα, ενώ τα σημεία του δέρματος που προσβάλλονται μοιάζουν σαν να έχουν τριφτεί με τσουκνίδα. Η κνίδωση μπορεί να προκληθεί από τσιμπήματα σφήκας ή μέλισσας, αλλεργιογόνα φαρμάκων, τροφών κ.ά.

ΑΠΟ ΤΗ ΡΙΤΑ ΒΕΛΩΝΗ

Πρώτη δημοσίευση: Περιοδικό Αρμονία, τεύχος 160

Πηγή: womenonly.gr