

# Atopowe Zapalenie skóry

---

Ulotka dla Rodzica

## Czym jest atopowe zapalenie skóry

---

Atopowe zapalenie skóry, nazywane również egzemą, to przewlekła i nawrotowa choroba polegająca na nieprawidłowym reagowaniu na alergenów środowiskowe. Do podstawowych objawów choroby zalicza się zaczerwienienie i suchość skóry, uporczywy świąd oraz skłonność do nawracających zakażeń bakteryjnych. Są one efektem nieprawidłowej syntezy lipidów w naskórku, powodującej uszkodzenie mechanicznej bariery ochronnej skóry i zwiększenie stopnia przynaskórkowej utraty wody. Zmiany wywołane reakcją alergiczną skóry najczęściej pojawiają się na twarzy i szyi oraz na zgięciach łokciowych i kolanowych.

## Kiedy i jak objawia się AZS

---

Występowanie atopowego zapalenia skóry u dzieci jest często związane z predyspozycjami genetycznymi. Pierwsze objawy najczęściej pojawiają się u dzieci przed ukończeniem 6. miesiąca życia. Co istotne, schorzenie to częściej dotyka dziewczynek, jednak w przypadku chłopców jego przebieg jest mocno zaostrzony.

AZS objawia się mocnym wysuszeniem skóry, swędzeniem i zaczerwienieniem. Może pojawić się także wysypka z grudkami i pęcherzykami. U niemowlaków najczęściej zmiany obejmują głowę i policzki, jednak już między 3. a 12. rokiem życia mogą pojawić się one pod kolanami, a także w zgięciach łokci i na grzbietach stóp i dłoni. W zależności od fazy choroby zmiany mogą być grudkowate i pęcherzykowate lub pod postacią zgrubiałej i szorstkiej, łuszczącej się skóry. U nastolatków zmiany mogą objąć większe powierzchnie na skórze.

## Profilaktyka zaostrzeń AZS

---

Osoby cierpiące na AZS w szczególny sposób powinny dbać o higienę skóry, używając kremów i maści do pielęgnacji skóry atopowej. Atopicy powinni także eliminować ze swojego otoczenia podstawowe alergenów. Najważniejsze zasady profilaktyki zaostrzeń to:

- unikanie nieprzewiewnej odzieży wykonanej ze sztucznych materiałów
- dodatkowe płukanie odzieży po praniu – bez chemikaliów
- unikanie czynników nasilających objawy choroby: niskiej temperatury, suchego powietrza
- eliminowanie najważniejszych alergenów: roztocze kurzu domowego, dym tytoniowy, drażniące substancje chemiczne
- unikanie czynników zwiększających skórną przepływ krwi: gorące kąpiele, gorące napoje i alkohol, stres

## Pielęgnacja skóry w AZS

---

Skóra z atopią wymaga starannej pielęgnacji i wyboru odpowiednich kosmetyków dopasowanych do skóry z AZS. Czym smarować atopową skórę u dziecka i co na AZS u dziecka? Pielęgnacja skóry powinna polegać na stosowaniu produktów, które przywrócą nawilżenie i pozwolą na zmniejszenie odczuwanego dyskomfortu. Świetnie sprawdzają się tu emolienty dedykowane dzieciom z atopią, które wykazują świetne działanie w terapii AZS. Wspomagają leczenie, regenerują skórę i działają przeciwzapalnie. Eliminują suchość, szorstkość, a także uporczywe uczucie swędzenia. Dzięki temu skóra może się skutecznie regenerować.

## Kąpiel dziecka z AZS

---

Jak często kąpać dziecko z AZS? Czas kąpieli i emolienty polecane dla dzieci z atopowym zapaleniem skóry

Kąpiel dziecka z AZS powinna odbywać się tak, jak u zdrowych dzieci, czyli według potrzeb. Najczęściej wystarczy kąpiel raz dziennie. Pamiętajmy jednak, aby u osób z AZS unikać długich kąpieli, które naruszają naturalną barierę ochronną skóry. Taka kąpiel powinna trwać nie dłużej niż 5-10 minut. Powinna być przeprowadzana z użyciem emolientów, a następnie koniecznie należy zastosować balsam czy krem na atopową skórę. Jest to konieczne dla szybkiej odbudowy skóry i zniwelowania szorstkości skóry i jej swędzenia. Pamiętajmy o temperaturze wody, która nie powinna przekraczać 37 stopni Celsjusza.

## Kąpiel dziecka z AZS

---

Jeśli można ustalić czynniki alergizujące, postępowanie polega na eliminacji ich z otoczenia lub pokarmów spożywanych przez chorego. W niektórych przypadkach można zastosować alergenowo swoistą immunoterapię, która jest metodą leczenia przyczynowego u osób z uczuleniem na aeroalergenów całoroczne i sezonowe, u których dotychczasowa terapia nie jest wystarczająco skuteczna

W leczeniu AZS stosuje się czasem leki przeciwhistaminowe, w okresach zaostrzeń kortykosteroidy w formie maści / kremów lub doustnej. Rzadziej inne leki doustne. Czasem stosowana jest także fototerapia