

zdrowie

ABC *małego wrażliwca*

Wrażliwa skóra dziecka wymaga specjalnego traktowania. Jak rozpoznać i radzić sobie z ALERGIAMI SKÓRNYMI u maluchów, pytamy eksperta.

rozmawiała MARTA WAGLEWSKA

S

kąd biorą się alergie?

DR ALEKSANDRA RYMSZA: Mówi się, że to choroba cywilizacji. Natężenie chorób tego typu ewidentnie wzrasta. Być może dlatego, że mamy coraz więcej alergenów w środowisku. Testy, które można wykonać, mają ograniczone możliwości. Można oczywiście zrobić tzw. panel wykrywający konkretny alergen, ale nie da się dziecka przebadać na wszystko. Dlatego w większości przypadków nie potrafimy jednoznacznie określić, na co mały człowiek jest uczulony, i wtedy odczulanie po prostu nie jest możliwe.

Czy alergie skórne wiążą się z dietą?

Wiele z nich ewidentnie jest związanych z pokarmami, np. mlekiem krowim, jajkami czy cytrusami, po których zjedzeniu pojawia się wysypka skórna. Ale z alergenami pokarmowymi spotykamy się też w innych chorobach, np. atopowym zapaleniu skóry (AZS). W obu przypadkach stosujemy podobne zalecenia dietetyczne, czyli unikamy tego, co wywołuje alergię, a także produktów przetworzonych, zawierających konserwanty. Za to rekomendujemy produkty bogate w błonnik, z których możemy przyrządzić posiłek w domu.

Jak to się dzieje, że w przypadku rodzeństwa czasami jedno z dzieci jest alergikiem, a drugie nie?

Nie do końca wiemy, dlaczego tak jest. Wiadomo za to, że występowanie alergii wiąże się z pewnymi predyspozycjami genetycznymi, a winny jest zawsze więcej niż jeden gen. Jeśli alergię występuje u któregoś z rodziców, jest większe ryzyko, że dziecko też będzie alergikiem, choć nie ma pewności, że będzie chodziło o ten sam alergen. Ale w spadku po rodzicach dostajemy nie tylko predyspozycje układu immunologicznego do wzmożonej reakcji na typowe alergeny występujące w środowisku. Często, jak w przypadku AZS, dochodzą także nieprawidłowości dotyczące bariery naskórkowej, przez co nie może ona spełniać swojej funkcji.



1 Olejek do kąpieli do skóry skłonnej do alergii EMOLIUM 30 zł/200 ml **2** Oczyszczający olejek micelarny do skóry suchej i atopowej Topialyse SVR 19,99 zł/200 ml **3** Relaksujący olejek dla dzieci i niemowląt IOSSI 76 zł/100 ml, iossi.eu **4** Suchy odżywczy olejek dla dzieci i niemowląt ENFANCE PARIS 209 zł/100 ml, mumaconcept.pl

Konsekwencją takiego stanu jest nadmierna przesnaskórkowa utrata wody, suchość skóry i zwiększona penetracja potencjalnych alergenów i czynników drażniących.

Typowe alergeny, czyli jakie?

Wszystko to, co jest obce naszemu organizmowi. Zwykle w prawidłowo funkcjonującym układzie odpornościowym potencjalne alergeny są przez nasz organizm tolerowane. Ale w niektórych przypadkach są rozpoznawane jako obce właśnie i dają nadmierny odczyn. Na przykład większość osób nie jest uczulonych na mleko czy soję, ale u niektórych rozwija się alergię. U innych występuje nadwrażliwość na alergeny kontaktowe czy wziewne, np. pyłki brzozy, które wywołują zapalenie spojówek czy reakcje skórne, choć większość ma na nie tolerancję.

W jakim wieku najczęściej pojawia się pierwsza alergię?

Nie ma reguły. Niestety, alergię może pojawić się w każdym wieku i trwać nawet przez całe życie. U niektórych dzieci rozwija się w wieku niemowlęcym, u innych gdy są nastolatkami, a czasem niespodziewanie pojawia się w wieku dorosłym.

Jakie są najczęstsze objawy skórne alergii?

To cała grupa chorób, która charakteryzuje się różnymi wykwitami, różną lokalizacją i różnym przebiegiem klinicznym. Jako odpowiedź na alergeny najczęściej występuje wyprysk kontaktowy, ale może też pojawić się wspomniane wcześniej atopowe zapalenie skóry albo pokrzywka. Z mniej znanych – może to być rumień wielopostaciowy, który obserwujemy po przyjęciu niektórych leków.

Jak prawidłowo rozróżnić alergię?

To niełatwe, bo rodzajów alergii skórnych jest bardzo dużo. Rozróżniamy je na podstawie wykwitów, czyli zmian skórnych, czasu trwania, a także →

przebiegu samej choroby. Na przykład charakterystycznym objawem dla pokrzywki jest wystąpienie bąbla pokrzywkowego, który w ostrych przypadkach utrzymuje się bardzo krótko, zwykle do 24 godzin, a później znika. Wygląda jak poparzenie pokrzywą, stąd jego nazwa. W AZS objawy różnią się od siebie w zależności od tego, w jakim wieku dziecko zachoruje. U niemowląt zwykle zmiany grudkowo-wysiękowe pojawiają się na skórze twarzy. W późniejszym wieku mamy do czynienia ze zmianami rumieniowo-złuszczającymi, głównie w zgięciach łokciowych i kolanowych. Z kolei u dorosłych zmiany mogą być rozsiane, a skóra jest pogrubiała. Diagnostyka i różnicowanie tych chorób nie są proste, bo nie chodzi tylko o odkrycie alergenu, co jest niezwykle istotne w kontekście leczenia, lecz także o różnicowanie alergii skórnych między sobą i względem innych chorób skóry, które nie mają związku z alergią.

Które alergię są najczęstsze u dzieci? To zależy od wieku. Bardzo często zdarza się wyprysk pieluszkowy czy wyprysk

Z NOTATNIKA MAMY ALERGIKA

- ✘ W pielęgnacji sięgamy po produkty stworzone specjalnie z myślą o skórze atopowej, bo są łagodniejsze.
- ✘ Stosowanie dermokosmetyków kupowanych w aptece daje najmniejsze ryzyko podrażnień.
- ✘ Sięgamy po kosmetyki z jak najkrótszą listą składników.
- ✘ Unikamy długich gorących kąpieli.
- ✘ Zmiany skórne leczymy pod okiem dermatologa, nigdy na własną rękę – trafna diagnoza jest kluczem do skutecznej terapii.
- ✘ Odczyn skórny mogą wywołać nie tylko kosmetyki, lecz także pokarm.

kontaktowy, charakteryzujący się występowaniem licznych zmian rumieniowych. Również bardzo popularne jest atopowe zapalenie skóry, które potocznie nazywamy skazą białkową. U maluchów najczęściej mamy do czynienia z alergią na pokarmy, u starszych dzieci winowajcami są raczej alergeny wziewne.

Istnieje przekonanie, że dzieci z alergią pokarmową w starszym wieku będą cierpieć na alergię wziewną...

Tu nie ma reguły. U części osób wykształca się rodzaj tolerancji, np. na białko mleka krowiego, z czasem mogą też ustąpić objawy AZS. Ale zdarza się też, że choroba trwa latami, czasem całe życie. Niekiedy obserwujemy tzw. marsz alergiczny, czyli przechodzenie jednej alergii w drugą, np. alergia zaczyna się u dziecka wypryskiem atopowym, który po jakimś czasie znika, ale w jego miejsce pojawia się alergiczne zapalenie spojówek albo astma oskrzelowa. A więc zmieniają się objawy, ale predyspozycja się utrzymuje.

Czy można wyleczyć dziecko z alergii albo liczyć na to, że z niej wyrośnie?

U części osób te objawy ustępują, wykształca się rodzaj tolerancji. O ile uda się nam odkryć alergen, który powoduje chorobę (co zdarza się stosunkowo rzadko), stosuje się odczulanie swoiste, zwykle w postaci zastrzyków. W skrócie: poddaje się organizm działaniu zwiększających się stężeń danego alergenu, uzyskując po pewnym czasie zjawisko tolerancji immunologicznej.

A co z alergiami krzyżowymi?

Tutaj sytuacja komplikuje się jeszcze bardziej, bo zwiększa się liczba czynników potencjalnie alergizujących. →

- 1 Masło natłuszczające do twarzy i ciała do skóry atopowej **DERMEDIC** 56 zł/225 ml
- 2 Łagodny szampon z olejkiem z wiesiolka **SOLVERX** ok. 40 zł/250 ml
- 3 Żel oczyszczający do skóry suchej i bardzo suchej **KLORANE** 35 zł/500 ml



W większości przypadków nie potrafimy jednoznacznie określić, na co mały człowiek jest uczulony, i wtedy ODCZULANIE SWOISTE nie jest możliwe.