



MIEJSCA, KTÓRE lubiAZS

INTERWJU



**Dr n. med.
Aleksandra
Rymsza**
dermatolog
z Kliniki Dr Szczyt,
www.drsczyt.pl

Zaczerwienienie, uporczywe swędzenie, suchość. Takie objawy atopowego zapalenia skóry najczęściej pojawiają się na konkretnych częściach ciała. Sprawdź, co przyniesie ukojenie.

TEKST: Magdalena Mikołajczyk

Przy atopowym zapaleniu skóra produkuje za mało lipidów. Są potrzebne, bo tworzą na ciele niewidzialny płaszcz, który zabezpiecza przed szkodliwym wpływem środowiska

i zapobiega utracie wody. Gdy lipidów jest za mało, ochrona szwankuje. Wówczas skóra się wysusza, a alergeny mają do niej ułatwiony dostęp. Pojawiają się stany zapalne, zaczerwienienia, czasem nawet swędzące pęcherzyki.

ZGIĘCIA ŁOKCI I KOLAN

Zarówno u dzieci, jak i u dorosłych zmiany najczęściej występują w zgięciach łokci i pod kolanami. W tych okolicach zbiera się pot, który dodatkowo podrażnia skórę.

Czerwone plamy mogą pojawiać się także pod pachami. W wyniku przewlekłej choroby i ciągłego drapania rumień jest słabszy, za to skóra mocno się łuszczy. By odbudować płaszcz lipidowy w skórze, trzeba używać

20%

Tyle osób cierpi już na atopowe zapalenie skóry. Przez ostatnie 30 lat liczba chorych potroiła się, zwłaszcza w krajach rozwiniętych. Według badań w Polsce AZS ma nawet co piąte dziecko i co pięćdziesiąty dorosły.

emolientów, zwłaszcza do mycia. Kremowe żele zostawiają na ciele lekko tłusty film i działają kojąco. Zalecane są też kąpiele antybakteryjne, tzn. z dodatkiem preparatów bez recepty zawierających podchloryn sodu. Chronią one przed nadkażeniem zmian atopowych. Trzeba pamiętać o odpowiednim rozcieńczeniu tych preparatów. A po wyjściu z wanny dokładnie osuszyć skórę i nasmarować ją emolientem. W przypadku poważnych zaostrzeń dermatolog może nam przepisać maść sterydową. Powinna szybko ugasić stan zapalny. Nie należy jednak stosować jej przewlekłe, bo może doprowadzić do ścieńczenia skóry i poszerzenia naczyń krwionośnych.

POLICZKI, KARK I SZYJA

Rumień na twarzy najbardziej widać u małych dzieci, ale może pojawić się też u dorosłych. Policzki są różowe, jakby polakierowane. Zmiany występują też w okolicach karku i szyi. Czasami łuszczą się okolice uszu, a nawet powieki, które wyglądają na zapuchnięte i mocno zaczerwienione. Na twarz, zwłaszcza w okolicy oczu, nie zaleca się kremów ze sterydem.

Powieki możemy posmarować tłustą maścią z witaminą A, która dodatkowo łagodzi świąd. Ulgę przyniosą również lekkie okłady ze świetlika. Natomiast na policzki, twarz i szyję stosujemy emolienty. Te nowoczesne, oprócz składników nawilżających i natłuszczających, zawierają też prebiotyki, czyli pożywkę dla dobrych bakterii żyjących na skórze. Do mycia twarzy najlepiej używać delikatnej emulsji micelarnej. Nie zawiera mydła i nie uszkadza płaszcza lipidowego. Unikajmy mycia wodą z kranu, bo może podrażniać.

SKÓRA GŁOWY

Zmiany na owłosionej skórze głowy najczęściej pojawiają się u niemowląt. Przy włosach widać rumień i grudki. Skóra jest zgrubiała szczególnie w okolicach karku. Niekiedy zaczyna się łuszczyć. Włosy pozostają suche, łamliwe, a z czasem się przerzedzają. Wszystkiemu towarzyszy silny świąd. W takiej sytuacji potrzebna jest specjalistyczna terapia miejscowa. Służą do tego lecznicze szampony i preparaty do wcierania. Najlepiej dobierze je dermatolog lub trycholog, czyli specjalista od chorób skóry głowy i włosów. ©