

detkityumen.ru

Успешное лечение атопического дерматита у детей

Атопический дерматит (также называемый экземой, диатезом, нейродермитом) - хроническое, рецидивирующее заболевание. Это значит, что болезнь постоянно присутствует в организме человека, хотя внешне она может проявляться только во время обострения. К симптомам атопического дерматита относятся сухость, воспаление кожи и интенсивный зуд.

Многие люди, не страдающие атопическим дерматитом, относятся к нему как к простой сыпи, однако для миллионов детей и ухаживающих за ними людей атопический дерматит - это хроническая болезнь, которая мешает полноценной жизни. Временами проявления атопического дерматита могут быть настолько незначительными, что внешне ничего не заметно. Однако зачастую это заболевание бывает до такой степени тяжелым, что мешает спать, ходить на работу или в школу и заниматься привычными делами.

Атопический дерматит не заразен - он не может передаваться от человека к человеку. Многих детей, болеющих атопическим дерматитом, смущает вид их кожи, постоянный зуд и непрерывное, иногда произвольное расчесывание. Очевидно, что атопический дерматит не представляет угрозу для жизни, но несомненно, что это заболевание заметно влияет на качество жизни.

Влияние наследственности

Атопический дерматит – распространенное наследственное заболевание. Если атопическим дерматитом болеют оба родителя, то с вероятностью 80% болезнь передается и их ребенку. Более того, в последнее время распространение атопического дерматита среди членов одной семьи становится все более частым явлением. У 90% людей атопический дерматит диагностируется в течение первых пяти лет жизни. По мере взросления симптомы болезни могут ослабевать или даже исчезать, но у многих людей проявления атопического дерматита сохраняются в течение всей жизни. Кроме того, развитие атопического дерматита часто сопровождается возникновением аллергии и/или астмы.

Атопический дерматит - распространенное заболевание, которое часто возникает у маленьких детей и нередко распространяется среди членов одной семьи, передаваясь по наследству.

У вашего ребенка атопический дерматит?

К признакам или симптомам атопического дерматита относятся:

- Постоянная сухость кожи;
- Регулярные воспаления кожи, сопровождающиеся зудом;
- Возникновение на отдельных участках кожи утолщений, пятен, чешуек;
- Диагноз "атопический дерматит" более вероятен, если у родственников пациента наблюдаются аллергический ринит или астма.

Единственный способ убедиться в том, что Ваш ребенок болен атопическим дерматитом - проконсультироваться с врачом. Однако если Вашему ребенку поставлен диагноз "атопический дерматит", не стоит отчаиваться - правильное лечение позволяет контролировать течение этого заболевания.

Важно помнить:

Обострения атопического дерматита - следствие повышенной чувствительности иммунных клеток кожи, которые реагируют на определенные провоцирующие факторы.

Где проявляются признаки атопического дерматита?

Во время обострений атопического дерматита наблюдается тенденция к повторному поражению одних и тех же участков тела, однако в зависимости от возраста ребенка место проявления признаков болезни может меняться.

Схема распространения атопического дерматита

У маленьких детей признаки атопического дерматита обычно проявляются на лице, локтях или коленях и, возможно, на других участках тела.

У детей старшего возраста и взрослых сыпь чаще появляется в подколенных областях, на внутренних поверхностях локтей, на боковой поверхности шеи, на запястьях, лодыжках, кистях рук и лице.

Во время обострений атопического дерматита наблюдается тенденция к повторному поражению одних и тех же участков тела.

Важно помнить:

Атопический дерматит (также называемый экземой, диатезом, нейродермитом) - это хроническое, рецидивирующее заболевание. Внешние проявления болезни

могут появляться и исчезать в зависимости от обострений. Атопический дерматит не заразен.

Уход за кожей

Так как атопический дерматит является хроническим заболеванием, Вам необходимо постоянно ухаживать за кожей ребенка. Некоторые наиболее важные рекомендации, которым необходимо следовать:

- Главное правило - не позволяйте коже ребенка становиться слишком сухой.
- Убедитесь, что в комнате Вашего ребенка не слишком жарко, чтобы он как можно меньше потел во время сна.
- Избегайте слишком горячего душа или ванны, а также слишком длительного пребывания в воде. Принимайте ванну или душ не дольше 10 минут при температуре воды не выше 38°C.
- Старайтесь, насколько это возможно, не наносить мыло на участки кожи, пораженные атопическим дерматитом, или на участки сухой кожи. Вместо мыла рекомендуется использовать специальные очищающие средства, не содержащие мыло.
- Не растирайте мокрую кожу - высушите ее, промокая и похлопывая кожу мягким полотенцем.
- В течение 3 минут после купания нанесите на кожу увлажняющее средство - это позволит сохранить в коже влагу.
- Применяйте только рекомендованные врачом очищающие и увлажняющие средства. Избегайте парфюмерии и старайтесь не использовать при стирке ополаскиватели для белья.
- Если возможно, избегайте контакта с шерстяными изделиями.
- Если зуд мешает спать, то можно успокоить кожу прохладным влажным компрессом из махровой ткани.
- Предоставляйте няням и другим людям, ухаживающим за ребенком, всю информацию о специальных условиях купания Вашего ребенка и необходимости использования увлажняющих средств.

Провоцирующие факторы

Иммунные клетки кожи людей, больных атопическим дерматитом, обладают повышенной чувствительностью. Обострения атопического дерматита - реакция этих клеток на определенные провоцирующие факторы. Выявление и устранение этих факторов помогает облегчить состояние людей, страдающих от этой болезни.

Аллергены

У людей с предрасположенностью к атопическому дерматиту развитие этой болезни или ее ухудшение часто может быть вызвано аллергической реакцией на определенные пищевые (молоко, пшеница, арахис) или ингаляционные аллергены (пылевые клещи, плесневые грибы, шерсть домашних животных). Обращайте внимание на любые аллергены, которые потенциально могут вызвать или ухудшить течение атопического дерматита. Кроме того, необходимо проконсультироваться с врачом, который поможет составить список аллергенов, опасных именно для Вашего ребенка.

Раздражители

Людьми, страдающим атопическим дерматитом, следует избегать контакта с химическими веществами, которые могут вызвать раздражение кожи. Кроме вполне очевидных — например, пестицидов, красителей и т.п. — к потенциальным раздражителям также относятся алкоголь, мыло, ароматизаторы и вяжущие средства. Кроме того, подобные химические вещества могут содержаться в косметике, чистящих и моющих средствах, освежителях воздуха, туалетной бумаге, ополаскивателях для белья и т.п. Достаточно помнить об этом, внимательно изучать этикетки и вовремя устранять эти раздражители, чтобы уменьшить количество обострений. Кроме того, необходимо помнить: использование гипоаллергенных продуктов не предохраняет больных атопическим дерматитом от обострений. Под термином «гипоаллергенный» подразумевается продукт, неспособный вызвать кожную реакцию у здоровых людей. Кожа, склонная к развитию атопического дерматита, обладает повышенной чувствительностью, поэтому даже гипоаллергенные продукты могут стать причиной обострения болезни.

Температура и Влажность

Резкие изменения температуры и влажности приводят к излишней сухости кожи или повышенному потоотделению, что вызывает обострение атопического дерматита или ухудшает его течение. Чтобы избежать этого, необходимо поддерживать в помещении стабильную умеренную температуру и влажность. Для этих целей лучше всего использовать кондиционер (летом) и увлажнитель воздуха (зимой). Кроме того, необходимо постоянно применять увлажняющие средства, которые позволят коже сохранить оптимальный уровень влажности.

Одежда

Даже такая простая вещь, как одежда, влияет на течение атопического дерматита. Людям, страдающим от этой болезни, необходимо избегать тканей, которые могут вызвать зуд - например, шерсти. Рекомендуется носить вещи из мягких тканей вроде хлопка - это значительно снижает вероятность

раздражения кожи. Все новые вещи, белье и полотенца необходимо тщательно выстирать с применением небольшого количества жидкого моющего средства. После стирки все вещи нужно прополоскать максимальное количество раз, чтобы удалить остатки мыла. При этом старайтесь не пользоваться ополаскивателями для белья - содержащиеся в них вещества часто вызывают раздражение кожи.

Необходимо выявлять и устранять эти провоцирующие факторы - среди них могут быть химические раздражители, резкие изменения температуры и влажности, ткань одежды, а также пищевые и ингаляционные аллергены.

Только врач может поставить точный диагноз Вашему ребенку и подобрать подходящую программу лечения. Как правило, прежде всего он посоветует устранить все факторы, провоцирующие обострение болезни. Тем не менее, этого может быть недостаточно.

Атопический дерматит нельзя окончательно вылечить, однако существуют препараты, которые облегчают или устраняют зуд, уменьшают покраснение кожи и помогают коже выглядеть здоровой, а также позволяют контролировать заболевание, уменьшая влияние атопического дерматита на Вашу жизнь.

Во время опроса пациентов с атопическим дерматитом и их родителей 65% респондентов отметили, что для них или их детей «очень важно сохранить свою кожу здоровой и чистой». При этом 65% родителей также «хотят, чтобы их дети могли получить наиболее эффективное профилактическое лечение».

Первый шаг в уходе за кожей - ежедневное использование увлажняющих средств, которые предохраняют кожу от высыхания. Чаще всего такие средства выпускаются в виде кремов. В некоторых легких случаях атопического дерматита регулярное применение увлажняющих средств может быть достаточным для контроля над заболеванием. Некоторые увлажняющие средства, особенно жирные, могут не понравиться ребенку. Тем не менее, помните, что необходимо применять эти средства ежедневно, даже если на коже нет внешних проявлений атопического дерматита.

Кортикостероиды

Кортикостероидные ("стероидные") кремы и мази могут быстро уменьшить покраснение и облегчить зуд воспаленной кожи, особенно при тяжелых обострениях. Как правило, кортикостероидные препараты должны назначаться врачом.

Стероиды могут быстро уменьшить внешние проявления болезни, однако такие препараты не предназначены для длительного применения. Как правило, рекомендуемый срок использования стероидов ограничен двумя неделями. Более продолжительное применение этих препаратов может привести к проявлению побочных эффектов - например, истончению кожи. Для уменьшения риска врач Вашего ребенка должен порекомендовать наиболее слабый стероид, способный помочь больному. Однако помните, что даже слабые стероиды не должны применяться для лечения ребенка в течение длительного периода времени.

Новые виды лечения

Существует новый вид лечения атопического дерматита - нестероидные препараты, известные как топические ингибиторы кальциневрина (ТИК). Этот метод борьбы с атопическим дерматитом начал применяться совсем недавно.

ТИК-препараты не только помогают уменьшить покраснение и облегчить зуд воспаленной кожи, но и могут обеспечить длительный контроль над заболеванием.

Топические ингибиторы кальциневрина позволяют устранить непосредственные симптомы заболевания во время обострения, при этом использовать такие препараты можно в течение гораздо более долгого времени, нежели стероиды. Кроме того, ТИК-препараты обеспечивают более продолжительную ремиссию (период времени без обострений) и лучший контроль атопического дерматита. В России этот класс препаратов представлен препаратом ЭЛИДЕЛ (Пимекролимус 1%).

Для облегчения зуда, вызванного обострением атопического дерматита, могут также назначаться антигистаминные препараты.

Однако, некоторые из этих препаратов вызывают сонливость. В ночное время это способствует улучшению сна, однако днем, когда человек находится на работе или в школе, следует избегать применения любого препарата с седативным эффектом.

Больные атопическим дерматитом более других людей подвержены инфекционным заболеваниям кожи. При возникновении бактериальной инфекции назначаются антибиотики, которые вызывают гибель бактерий - возбудителей инфекции. Однако излишнее применение антибиотиков может снизить эффективность такого лечения - со временем бактерии становятся менее восприимчивы к препаратам. Если применять препараты для лечения атопического дерматита при появлении у Вашего ребенка первых симптомов этой болезни, можно снизить риск развития инфекции кожи и избежать использования антибиотиков.

Важно помнить:

Психология ребенка

Психология ребенка, больного атопическим дерматитом, очень сложна. В современной дерматологии достаточно часто встречается мнение о том, что существует обратная соматопсихическая составляющая любого кожного заболевания. Она заключается в том, что косметический

дефект, и без того нервирующий человека, может нанести ему еще и психологические травмы.

Насмешки товарищей, жалость близких друзей, зудофобия ухудшают состояние не только ребенка, но зачастую и взрослого пациента. Специалисты подчеркивают, что если не учитывать при лечении кожного заболевания эмоциональный фактор, то в 40% случаев терапевтическая помощь окажется неэффективна.

Как правило, обострения атопического дерматита сопровождаются различными видами депрессий, с которыми ребенок не может справиться самостоятельно. Нередко требуется помощь профессионального психолога, но зачастую поддержать ребенка и помочь ему в сложные для него периоды жизни могут любящие родители и близкие:

- Покажите ребенку, что вы понимаете тяжесть его ситуации, но верите в его способность преодолеть все трудности и справиться с заболеванием.
- Расскажите учителям и другому персоналу школы о том, что у Вашего ребенка есть атопический дерматит. Попросите их поддержать Вашего ребенка во время обострений.
- Расскажите Вашему ребенку о том, что атопический дерматит не заразен и существует большая вероятность исчезновения болезни по мере взросления.
- Внимательно и заботливо относитесь к ребенку. Старайтесь в его присутствии все время сохранять хорошее расположение духа и быть оптимистом.
- Создайте в доме атмосферу, которая вызовет у ребенка ощущение комфорта. Пусть он испытывает радость, возвращаясь каждый день домой. Для ребенка дом – это опора в жизни, это место, в котором он может спрятаться от невзгод и трудностей.
- Не бойтесь говорить ребенку, как сильно вы его любите и нуждаетесь в нем. Для детей очень важно слышать эти слова и чувствовать участие родителей в своей жизни. Ходите с ребенком в кино, цирк, театры, старайтесь найти общие для вас и вашего ребенка интересы.
- Стесняясь своего внешнего вида, ребенок может отказаться от привычных для себя занятий - например, спорта. Объясните ему, что это неправильно, и сходите на тренировку вместе с ним. Пусть ребенок почувствует, что даже в периоды обострения его болезни он все равно может получать удовольствие от жизни.
- Ни в коем случае не ограничивайте контакты ребенка со сверстниками. Наоборот, всячески поощряйте его стремление к общению. Приглашайте в гости его друзей, знакомьтесь с ними.
- Избавьте ребенка от чрезмерной опеки. Любому малышу нужна определенная степень свободы. И совершенно нормально, если у него периодически будет возникать желание побыть одному.
- Течение атопического дерматита может ухудшиться во время стресса, которому дети подвержены гораздо больше взрослых людей. Соблюдайте определенный режим купания, а также применения увлажняющих средств и лекарственных препаратов. Это поможет улучшить самочувствие ребенка.

Адрес на сайте «Детки!» detkiyumen.ru/biblio/category135/category139/120/