28 Σεπτεμβρίου 2014

Τι πρέπει να γνωρίζετε για το έκζεμα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Έκζεμα ή ατοπική δερματίτιδα είναι πάθηση του δέρματος με κύρια συμπτώματα την ερυθρότητα και τον έντονο κνησμό. Τα υπόλοιπα συμπτώματα που θα πρέπει να σας ανησυχήσουν είναι:

Φυσαλίδες με υγρό και κρούστα
Ερυθρότητα του δέρματος ή φλεγμονή στην περιοχή των φυσαλίδων
Εξάνθημα (στα παιδιά κάτω των 2 ετών, δερματικές βλάβες εμφανίζονται στα μάγουλα, τους αγκώνες ή τα γόνατα, ενώ στους ενήλικες το εξάνθημα είναι πιο συχνό στην εσωτερική επιφάνεια των γονάτων και των αγκώνων)
Ξηρή, δερματοειδής περιοχή (παρατηρείται περισσότερη ή λιγότερη χρωστική στο δέρμα και εντοπίζεται στην εσωτερική επιφάνεια των γονάτων και των αγκώνων)
Εκδορές.
Τα βασικά αίτια εμφάνισης είναι:

Όταν το δέρμα εκτίθεται διαρκώς σε ουσίες που αντιδρούν με τα φυσικά έλαια του τότε εμφανίζεται το έκζεμα. Τα απορρυπαντικά, τα σαμπουάν, τα βιομηχανικά χημικά, τα αντηλιακά, το συνεχές πλύσιμο και το στέγνωμα, οι κρύες ή ξηρές συνθήκες είναι όλα επικίνδυνοι παράγοντες.
Η κατάπτωση, η κούραση και το άγχος επιδεινώνουν τη δερματίτιδα. Το ξύσιμο μπορεί να οδηγήσει σε σκάσιμο της επιδερμίδας και η δερματίτιδα να μολυνθεί. Η δερματίτιδα στα χέρια μπορεί να χειροτερέψει το χειμώνα επειδή ο κρύος καιρός προκαλεί χαμηλή υγρασία και ξήρανση του δέρματος.

Η επαφή με άλλα προϊόντα που ξηραίνουν το δέρμα όπως διαλυτικά, περιλαμβανομένων νέφτι, κηροζίνης, βενζίνης, οικιακά προϊόντα, κηπουρική και προετοιμασία φαγητού επιδεινώνουν την δερματίτιδα στα χέρια.
Τι πρέπει να κάνετε

Ελαττώστε το πλύσιμο των χεριών και τηνη επαφή με σαπούνι, απορρυπαντικά και άλλα διαλυτικά ή ερεθιστικά. Φορέστε ελαστικά γάντια με βαμβακερό υπόστρωμα είναι χρήσιμα για πιο βαριές δουλειές.
Για λεπτές δουλειές μπορείτε να χρησιμοποιείτε βαμβακερά γάντια κάτω από τα ελαστικά. Τα ελαστικά γάντια μόνα τους μπορεί να ερεθίσουν το δέρμα λόγω του ιδρώτα.
Τα δακτυλίδια μπορεί να παγιδεύουν από κάτω σαπούνι, νερό και άλλα χημικά, έτσι θα πρέπει να τα βγάζετε πριν πλύνετε τα χέρια με σαπούνι ή μετά τις δουλειές του σπιτιού. Πρέπει να στεγνώνετε προσεκτικά το δέρμα κάτω από τα δακτυλίδια.
Μπορείτε να χρησιμοποιείτε ενυδατικές κρέμες ή γαλακτωματοποιητική αλοιφή αντί για σαπούνι. Θα πρέπει επίσης να τις επαλείφετε στο δέρμα συχνά κατά τη διάρκεια της ημέρας ως ενυδατικό και ειδικά μετά το πλύσιμο.
Όταν η δερματίτιδα είναι ενεργή, κρέμες και αλοιφές κορτιζόνης που χορηγούνται από γιατρό, μπορεί να είναι αναγκαία για την ανακούφιση από τη φλεγμονή.
Πηγές: .queen.gr –ikypros.com