

Atopijski dermatitis - uzroci, simptomi i prirodni lijekovi



Izbjegavanjem potencijalnih alergena, redovitom njegom tijela i uz malu pomoć prirode, atopijski dermatitis je moguće držati pod kontrolom.

Atopijski dermatitis je kronična upalna kožna bolest, koja se u većini slučajeva javlja u ranom djetinjstvu i traje do pete godine života, no može se javiti i u odrasloj dobi.

Ova vrsta dermatitisa očituje se crvenilom, svrbežom i suhoćom kože, koji mogu zahvatiti lice, laktove, područje iza koljena, ali i ostatak tijela.

U slučaju recidiva u kasnijoj dobi, najčešće su zahvaćene ruke.

Atopijski dermatitis je nasljedan, a faktor rizika povećava se kod osoba koje su sklone alergijama. Vrlo često je praćen i drugim atopijskim bolestima, kao što su alergijska astma, rinitis, konjuktivitis, kolitis...

Što uzrokuje atopijski dermatitis?

Točan uzrok atopijskog dermatitisa nije poznat, no on se veže uz **genetsko nasljeđe** (oboljela djeca često dolaze iz obitelji u kojima netko od članova ima neku atopijsku bolest) te **utjecaj raznih vanjskih čimbenika**.

Najčešći provocirajući čimbenici atopijskog dermatitisa su:

- Alergija na agrume (naranče, mandarine, limun..) i drugu hranu (jaja, mlijeko, brašno, riba, kikiriki, soja, pšenica, lješnjaci...)
- Inhalacijski alergeni (grinje iz kućne prašine, životinjska dlaka, pelud, plijesni...)
- Pretjerao isušivanje kože (često i dugotrajno kupanje, znojenje...)
- Vuna i sintetičke tkanine
- Razni deterdženti, omekšivači, sapuni...
- Kozmetički proizvodi (primjerice dezodoransi)
- Emocionalni stres, boravak u zadirmljenim prostorima...

Najčešći uzrok atopijskog dermatitisa kod odraslih su inhalacijski alergeni, a kod djece alergija na hranu, koju ona uglavnom prerastu.

Koji su simptomi atopijskog dermatitisa?

Atopijski dermatitis karakteriziran je **suhom i ispućalom kožom**, koju prate **intenzivan svrbež** i pojava **ekcema** u obliku crvenila ili malih mjehurića.

Ekcemi se najčešće javljaju zimi i u početku su crveni i mekani, a s vremenom postaju zadebljani i suhi. Uz to, često se javljaju i kraste iza ušiju te osip na obrazima, rukama i nogama.

Lijećenje atopijskog dermatitisa

Lijećenje atopijskog dermatitisa je simptomatsko i usmjereno na smanjivanje upalnih promjena odnosno sprječavanje suhoće kože, ublažavanje svrbeža i kontrolu osipa.

Klasična terapija temelji se na lokalnoj upotrebi kortikosteroida i lokalnih imunomodulatora (takrolimusa i pimekrolimusa), te oralnoj upotrebi antihistaminika i antibiotika u slučaju bakterijske ili gljivične infekcije.

Prirodni lijekovi za atopijski dermatitis



Kada je riječ o atopijskom dermatitisu, prirodni lijekovi pokazuju određenu prednost u odnosu na klasičnu terapiju koja može imati brojne nuspojave, a osobito kod djece.

Iznimno korisnima su se pokazale kreme i masti koje sadrže ekstrakt biljke **gavez**, s obzirom da je riječ o biljnoj zamjeni za kortikosteroide. Osim toga, vrlo dobre su i kreme na bazi **nevena i noćurka**, kao i **ulje crnog kima, bademovo, maslinovo odnosno kantarionovo ulje**.

Preporučuju se i kreme s dodatkom **uree** ili **esencijalnih masnih kiselina**, kao i oralno uzimanje **omega 3** (riba, ulja lana, oraha) i **omega 6** masnih kiselina (noćurak, boražina). Ispiranje kože **čajem od hrastove kore** također može biti od pomoći.

Prevenција i njega tijela

Kod atopijskog dermatitisa iznimno je važna redovita hidratacija kože kremama i uljima, kako bi se nadomjestila smanjena količina lipida i pojačani gubitak vode.

Osim toga, potrebno je izbjegavati uporabu sapuna, šampona, deterdženata, kozmetičkih, ali i svih ostalih proizvoda koji pojačavaju isušivanje kože. Umjesto toga, preporučuju se proizvodi koji hidratiziraju kožu te neutralni prirodni sapuni.

Također, izbjegavajte dugotrajna tuširanja i nagle promjene temperature vode, a kožu uvijek dobro isperite i nježno osušite tapkanjem ručnika.

Premda je atopijski dermatitis praćen intenzivnim svrbežom, nastojite izbjegavati grebanje i češanje zahvaćenih područja s obzirom da se time oslobađaju upalne tvari iz stanica kože, smanjuje funkcija barijere kože, ali i omogućuje penetracija raznih alergenata i iritansa.