

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, [konjunktivitis](#), 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. Pretpostavlja se da je bolest barem

dijelom imunosne naravi, što dokazuju povišeni **imunoglobulini E** u krvi.

Atopijski dermatitis kod odraslih najčešće se manifestira kod osoba koje su u konstantnom kontaktu s nekim alergenom npr. kuhari i konobari.

Najčešći provocirajući čimbenici atopijskog dermatitisa su:

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

Želite li saznati koji su uzročnici osipa - pročitajte više na [linku](#).

Atopijski dermatitis kod odraslih najčešće uzrokuju **inhalacijski alergeni**, a kod djece alergija na hranu, koju ona uglavnom prerastu.

Preporučujemo čitanje našeg članka - [Atopijski dermatitis kod beba i djece](#).



Koji su simptomi atopijskog dermatitisa?

Atopijski dermatitis karakteriziran je **suhom i ispucalom 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.

Dakle **tipični simptomi** atopijskog dermatitisa su:

- [suha koža](#)
- [svrbež](#)
- ljuskavi osip
- mjehurići
- kraste i zadebljanja

Svake godine barem jedna od 25 osoba posjećuje liječnika zbog neke vrste dermatitisa. Ekcemi ne predstavljaju opasnost za ljudsko zdravlje, ali mogu izazvati nelagodu. Ako je koža vlažna pa je grebemo, moguća je **bakterijska infekcija**. Ekcem tada izgleda vrlo vlažno i krastavo te ružno.



Atopijski dermatitis kod djece

Atopijski dermatitis kod djece je stanje koje se očituje crvenom, ljuskavom, katkada i vlažnom kožom. Javlja se u **prvim godinama života** i može potrajati. Zbog ekcema godišnje liječniku odlazi jedno od deset djece. Osip se uglavnom pojavljuje na šakama i stopalima, te pregibima lakta i koljena.

Kada je u pitanju **blagi atopijski dermatitis** kod djece onda je uglavnom zahvaćen samo **mali dio kože**, u težim slučajevima prekrivene su velike površine kože. Ako je ekcem vlažan mogu se javiti kraste, osobito na **površinama ispod pelena**. Neka cjepiva mogu izazvati mjehuričaste površine na koži te ih treba odgoditi dok se ekcem ne povuče.

Blaži oblici atopijskog dermatitisa kod djece uglavnom **ne zahtijevaju liječenje**. Kako dermatitis ne bi prešao u teži oblik trebali biste voditi računa o ovome:

- Pripazite da odjeća koja je u neposrednom dodiru s djetetovom kožom bude od **pamuka**.
- **Ne upotrebljavajte nikakve masti** ili kreme prije nego se konzultirate s liječnikom.
- Dijete nemojte prati klasičnim sapunima, nego potražite poseban sapun u ljekarni.
- Pripazite da dijete ne bude dugo u vlažnoj odjeći
- Pripazite na to da površine ekcema nisu prekrivene slojem prljavštine.
- Pripazite da se dijete **ne češe po oboljelim površinama** na koži.

U slučaju da dijete pati od jakog svrbeža, liječnik može propisati **antihistaminik**. Teški oblici atopijskog dermatitisa liječe se **kortikosteroidnim kremama**. Ako se ekcem inficira propisuje se i antibiotik.

Ekcem kod neke djece nestaje nakon nekoliko mjeseci. Kod druge djece se manifestira ponekad jačim, ponekad slabijim reakcijama na koži. Kod većine djece poremećaj nestaje do **puberteta**, a samo kod 10% djece se zadržava doživotno.

Doznajte više o [Crvenilu lica](#).



Liječenje atopijskog dermatitisa

Liječenje 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.

Neka nova istraživanja pokazuju kako kortikosteroidi premda uglavnom pomažu, imaju i neka štetna djelovanja.

Sve je više dokaza da kortikosteroidi uzrokuju **zaostajanje u rastu** i neurorazvoju djece (ovo treba uzeti u obzir kada je u pitanju dugotrajna terapija kortikosteroidima). Višak kortikosteroida može dovesti do: hiperglikemije, [hipertenzije](#), hipertrofične [kardiomiopatije](#) itd. Sve nuspojave naravno ovise o količini i dugotrajnosti ove terapije. U kraćem razdoblju uglavnom ne dolazi do nikakvih težih reakcija.

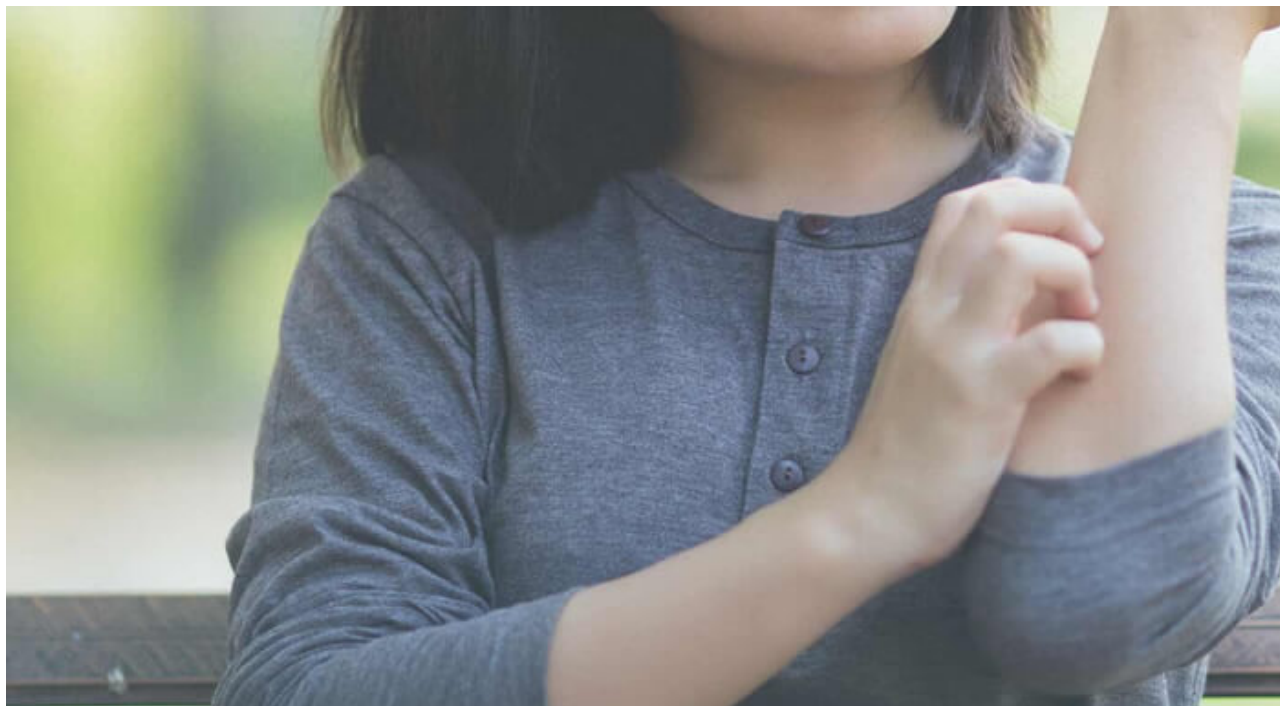
Prirodni lijekovi za atopijski dermatitis

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 na to 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 [kantaronovo 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.

Aдекватna zamjena kortikosteroidima mogu biti i prirodne kreme poput [Euten kreme](#) koju možete naručiti u našem Web Shopu, a možete koristiti i [Naftalan](#) proizvode koje također možete pronaći u našem Web Shopu.



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.

Kod nekih ljudi **pušenje pogoršava dermatitis**, stoga bi bilo dobro da prestanete ili barem smanjite količinu duhanskih proizvoda.

Provjerite smeta li vam nekakav **nakit** zbog kojeg se dermatitis konstantno vraća (nikal).

Pročitajte cijeli vodič: [Osip i akne kod djece i beba - najčešći uzroci i liječenje!](#)