

ИСКЛЮЧИТЬ АЛЛЕРГЕНЫ

Атопический дерматит

✉ «Уважаемые специалисты любимого журнала, помогите советом. У четырехлетней внучки обнаружили атопический дерматит. Хотелось бы узнать об этой напасти поподробнее: откуда берется, каких осложнений следует опасаться, а самое главное – как помочь малышке?»

**Ванина А.С.,
Челябинская обл.**

Атопический дерматит – это вид аллергической реакции на негативное воздействие самых разных факторов окружающей среды.

Многие люди с рождения имеют генетическую предрасположенность к этому недугу. Также может привести к развитию атопического дерматита индивидуальная особенность кожных покровов – гиперактивность и сниженный иммунитет.

Симптомы: покраснение и шелушение отдельных участков кожи, сопровождающееся мучительным зудом. У детей до 3 лет кожные поражения появляются на шее, лице, сгибах ног и рук. У детей старше 3 лет они в основном локализуются на коленях, локтях, щеках и шее.

В запущенных стадиях болезни на местах поражения кожи появляются трещины, мокнущие участки, пузырьки с водой. Часто кожа утолщается, покрываясь чешуйками.

Важно знать, что в младенчестве главную роль в развитии болезни играет неправильное питание, тогда как в детском, подростковом и взрослом возрасте – сопутствующие заболевания, например, ОРЗ или ОРВИ.

У некоторых людей обострение возникает при контакте с хлорированной водой, с шерстяной одеждой или после того, как человек поел какой-то аллергенный именно для него продукт, допустим, клубнику. Кстати, если ребенок находится на грудном вскармливании, то гипоаллергенную диету должна соблюдать мать.

Умываться и мыться следует только профильтрованной, негорячей водой. Мыться нужно ежедневно, но использовать моющие средства (мыло, шампуни) только 1 раз в неделю. Мочалки использовать не рекомендуется. После мытья вытирать тело полотенцем не следует, достаточно просто его промокнуть, после чего нанести на пораженные участки кожи одно из средств, рецепты которых я приведу ниже.

Одежда должна быть только из натуральных материалов, лучше всего из хлопка.

Стирать одежду и постельное белье следует только детскими порошками, которые имеют гипоаллергенный состав.

При лечении атопического дерматита, как правило, назначаются антигистаминные (**зиртек, ксизал, тавегил, супрастин**) и ферментные препараты (**вобензим**), а также наружные глюкокортикостероиды (**авекорт, адвантан, элоком, момат**). При присоединении вторичной бактериальной инфекции – комплексные мази (**травокорт, тридерм, акридерм**) и смягчающие средства (**радевит, атодерм, бальнеум, эмолиум**).

Весьма эффективны и народные средства. Поделюсь рецептами, которые применяю в своей практике.

- 4 ст. ложки высушенных цветков **аптечной ромашки** залить 1 л кипятка, поставить на плиту и довести до кипения. Затем убавить огонь и варить 15 минут. После того как отвар немного остынет, процедить и добавлять в ванну при каждом купании. Этот рецепт подходит всем: и взрослым, и детям, начиная с рождения.
- 4 ст. ложки свежих **березовых почек** залить в термосе 1 л кипятка, плотно закрыть крышкой и оставить настаиваться 5-6 часов. Затем процедите и добавляйте в ванну при каждом купании.
- 1 ст. ложку измельченных в порошок сухих **листьев череды** залить стаканом кипящей воды, поставьте на плиту и потемните на медленном огне в течение 15 минут. Затем процедите и добавляйте в ванну при каждом купании.

- Если болезнь зашла далеко, рекомендую масло из прополиса. Измельченный прополис смешайте с растительным маслом в соотношении 1:4 и поставьте в духовой шкаф на 45 минут. Затем аккуратно слейте масло, так, чтобы не выплеснуть остатки из воска. Смазывайте этим маслом пораженные участки кожи 2 раза в день.
- 1 ст. ложку свежего **сока зверобоя** смешайте с 4 ст. ложками сливочного масла, предварительно растопленного на водяной бане. Смазывайте этим составом пораженные участки кожи несколько раз в день. Хранить лекарство следует в стеклянной таре в холодильнике.
- Смешайте по 50 мл **сока сельдерея** (отжатого из корня растения), яблочного уксуса и 2 г поваренной соли. Смочите в полученном растворе тампон и приложите его к пораженному участку кожи на 5 минут. Повторяйте процедуру через каждые 2 часа. К слову, сок сельдерея можно принимать внутрь. Он очень полезен и безопасен для людей, склонных к аллергическим реакциям, в частности, к обострениям atopического дерматита. Детям можно давать его, начиная с 3 лет, по 1 ч. ложке 2 раза в день за 15 минут до приема пищи в течение недели. Если ребенку более 6 лет, дозу следует увеличить до 2 ч. ложек.

Наталья КОЗЛОВА,
врач-дерматолог высшей категории,
кандидат медицинских наук.