

# PIELĘGNACJA SKÓRY ATOPOWEJ

Zmieniony 01.06.2010.

Pielęgnacja skóry atopowej

Poradnia alergologiczna

Skóra pacjentów z chorobami alergicznymi, szczególnie w przypadku atopowego zapalenia skóry charakteryzuje się suchością. Proces „wysychania” skóry jest spowodowany utratą integralności skóry jako bariery między organizmem a środowiskiem zewnętrznym. Tak zmieniona staje się bardzo wrażliwa na kontakt ze środowiskiem otaczającym, podatna na zakażenia.

Właściwa pielęgnacja

skóry staje się zatem u pacjentów atopowych dominującym problemem a jednocześnie jest jedną z metod leczenia. Problematyczny jest jedynie odpowiedni dobór kosmetyków. Ponadto ważne jest właściwe mycie. Uważa się nawet, że właściwie przeprowadzona kąpiel może mieć charakter leczniczy. By uzyskać odpowiedni efekt należy przestrzegać pewnych zasad.

KĄPIEL

Kąpiel powinna odbywać się codziennie, jedynie w przypadku znacznego odczynu zapalnego i podrażnienia skóry można odstępy między kąpielami zwiększyć. Kąpiel powinna trwać około 15min i przeprowadzana w temperaturze wody około 33°C. Wskazane jest również dodanie do wody płynów do kąpieli lub innych środków o pH 5,5, które pozwolą odpowiednio nawilżyć skórę oraz w znacznym stopniu zmniejszyć odczyn zapalny i świąd.. Po kąpeli należy skórę delikatnie osuszyć a następnie nasmarować całe ciało środkiem natłuszczającym, natomiast miejsca zmienione zapalnie preparatami leczniczymi (miejscowe środki przeciwzapalne).

## PIELĘGNACJA SKÓRY

Oprócz właściwego mycia skóry, kolejnym ważnym elementem jest utrzymanie właściwej wilgotności skóry. Największą rolę w tym zakresie przypisuje się preparatom nawilżająco-natłuszczającym czyli tzw. emolientom. Środki powyższe mogą zawierać szereg substancji dodatkowych, podnoszących wartość leczniczą, a jednocześnie mogą być wielokrotnie stosowane w ciągu doby. Mimo tak korzystnego działania, emolienty mogą u osób wrażliwych powodować podrażnienie skóry, w związku z powyższym również w przypadku tych preparatów jak i innych kosmetyków istnieje problem właściwego doboru.

## PREPARATY NA RYNKU POLSKIM

Aktualnie na rynku polskim istnieje szereg środków o korzystnym działaniu. Decyzja o wyborze środka jest już kwestią indywidualnym upodobań. Na rynku najczęściej spotykane wyroby należą do kilku producentów.

A-Derma &ndash; kosmetyki firmy Pierre Fabre Dermo-Cosmetique, których podstawowym składnikiem jest wyciąg z owsa. Do linii tych kosmetyków należy krem regeneracyjny i antybakteryjny, kostka dermokosmetyczna, płyn do kąpieli, mleczko kosmetyczne, olejek pod prysznic. Preparaty te można praktycznie stosować od 2-giego miesiąca życia, natomiast krem codzienny można stosować bez ograniczeń wiekowych. Kosmetyki powyższe nie zawierają substancji zapachowych lanoliny oraz sztucznych barwników. Mają działanie nawilżające, łagodzą podrażnienia skóry oraz redukują świąd.

Avene - kosmetyki firmy Pierre Fabre Dermo-Cosmetique, reprezentują głównie środki zmiękczające skórę.

Balneum &ndash; kosmetyki firmy Hermal, środki pielęgnacyjno-nawilżające oparte o lanolinę i parafinę, nie zawierają konserwantów, substancji zapachowych oraz sztucznych barwników. Płyn do mycia ciała, płyn do kąpieli oraz emulsje do kąpieli mogą być stosowane od 6 miesiąca życia, natomiast dodatki do kąpieli leczniczych mogą być stosowane bez wyraźnych ograniczeń wiekowych.

Cold Cream Naturel, Hydranorme, Lipikar, Lipolevres, Xerand &ndash; kosmetyki firmy La Roche-Posay; bogata linia do pielęgnacji skóry atopowej oraz suchej. Wykazują działanie nawilżające oraz natłuszczające. Większość preparatów można stosować od 6 miesiąca życia, jedynie wybrane wcześniej.

Oilatum &ndash; środki firmy Stiefel, oparte na ciekłej parafinie i palmitynianie izopropylu (w niektórych preparatach jest palmitynian sodu). Gama środków ( emulsja do kąpieli, żel do mycia ciała, kostka myjąca, szampon oraz krem) przeznaczonych do pielęgnacji skóry atopowej o działaniu nawilżającym i natłuszczającym. Odmianą jest Oilatum plus, które zawiera dodatkowo substancje takie jak triclosan i chlorek benzalkonium. Preparat ten jest zalecany do pielęgnacji skóry niemowląt oraz osób starszych.

Topialyse &ndash; środki firmy SVR, kosmetyki o złożonej strukturze, wykazujące wielokierunkowe

działanie.