

التهاب روی جلدی (اکزما)

التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) یک عارضه شایع است. اگر طفل تان به آن مبتلاء است، ممکن است جلدش سرخ و خشک شود. این شبیه جوش است و میخارد.

آن چیست؟

اگر طفل تان به التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) مبتلاء است، ممکن است جلد او سرخ، خشک و پوسته پوسته شود و خارش پیدا کند. اگر طفل تان خوردتر باشد، جوش ممکن است روی صورت، ران‌ها، پاها، دستها و بازوها ظاهر شود. با کلانتر شدن او، ممکن است جوش در قسمتهای انحنای آرنجها، زانوها، دستها، پاها، گردن و صورت ظاهر شود.

آن به شدت خارش میکند و بسیاری از مریضان، خصوصاً اطفال، آنرا آنقدر میخارانند یا می مالند که خونریزی میکند. ممکن است آنها به سختی به خواب بروند.

بعد از مدتی، جلد خشک خارش دار ممکن است ضخیم و سفت شود. بعضی اوقات ممکن است رنگ آن تیره تر شود.

چه چیزی باعث آن میشود؟

هیچکس دقیقاً نمیداند که علت التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) چیست. در اکثر موارد، ارائه دهندگان نمیتوانند علت خاصی را پیدا کنند.

برای بسیاری از اطفال، سایر افراد فامیل به آن مبتلاء هستند یا بطور کلی سابقه فامیلی امراض آلرژیک چون آسم یا تب یونجه وجود دارد. این اغلباً اتفاق نمیافتد، اما بعضی اوقات در اطفال تازه متولد شده ممکن است به آلرژی غذایی، چون حساسیت به شیر یا تخم مرغ، مرتبط باشد. اما تست کردن آن میتواند سخت باشد.

چیزهاییکه میتوانند آنرا وخیم تر کنند

چیزهای زیادی میتوانند بر شدت این عارضه تأثیر بگذارند. تمام اطفال مبتلاء به التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) جلد حساس و خشکی دارند. در طول زمستان، به دلیل رطوبت کم ممکن است خشکی و خارش جلد در بعضی از اطفال وخیم تر باشد. برای سایر اطفال، در طول تابستان مشکلات بیشتری وجود دارد زیرا عرق میتواند آن را وخیم تر کند. در اکثر اطفال تغییرات ناگهانی درجه حرارت باعث خارش بیشتر میشود.

بخاطریکه اطفال مبتلاء به التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) جلد حساسی دارند، ضرور است که از استفاده از صابونها و مواد شوینده نامالایم اجتناب شود. طفل تان همچنان باید از پوشیدن البسه پشمی روی جلد اجتناب کند.

آیا آن عارضه عفونی یا ساری است؟

نخیر. شما نمیتوانید آنرا از کسی بگیرید یا با لمس کردن آنرا به دیگری منتقل کنید. اما اگر طفل تان به التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) مبتلاء باشد، به آسانی میتواند مسری گردد. به آن «سرایت ثانویه» میگویند. معمولاً سرایت ثانویه باکتریایی، بخاطر خاراندن، بسیار شایع است. اگر این اتفاق بیفتد، داکتر ممکن است آنتی بیوتیک تجویز کند.

بعضی از انواع ویروسها میتوانند مشکل جدی تری ایجاد کند. ویروس «آبله تبخالی» که هرپس سیمپلکس نیز گفته میشود یکی از این ویروسها است. اگر فکر میکنید این اتفاق برای طفل تان افتاده است، فوراً با تیم مراقبتهای صحتی طفل تان تماس بگیرید.

آیا مداوای برای التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) وجود دارد؟

نخیر، اما تداویهای مختلفی وجود دارد. بعضی اوقات تداوی آن میتواند بسیار سخت و طاقت فرسا باشد و زمان و انرژی زیادی را صرف کند. اهداف اصلی تداوی بهتر شدن جوش جلدی و کم شدن خارش آن است.

ممکن است نتوانیم جوشها را بطور کامل از بین ببریم. اکثر افراد هفته های خوب و هفته های بد خواهند داشت. اکثر اطفال مبتلاء به التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) قبل از سن مکتب بر این عارضه غالب میشوند. اما بعضی ممکن است در دوران نوجوانی یا حتی در کلانسالی همچنان با آن مشکل داشته باشند.

خدمات ترجمانی رایگان

- در شفاخانه، از نرس تان سؤال کنید.
- در خارج از شفاخانه، با لین رایگان ترجمان فامیلی به نمبر 1-866-583-1527 به تماس شوید. نام یا نمبر داخلی مورد ضرورت خود را به ترجمان بگویید.

برای معلومات بیشتر

- درماتالوجی 206-987-2158
- با ارائه دهنده خدمات صحتی فرزندان به تماس شوید
- seattlechildrens.org



التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) چطور تداوی میشود؟

- از مرطوب کننده برای جلد طفل تان استفاده کنید. بخاطریکه جلد خشک است، باید تا حد امکان از پمادها یا کرمهای ملایم استفاده کنید. مرطوب کننده های غلیظ تر مانند پمادها و کرمها معمولاً بهتر از محلولهای طبی یا محصولات پمپی یا ریختنی کار میکنند. مرطوب کننده هایی که به خوبی کار میکند عبارتند از Vaseline یا ژیل پترولیوم، Aquaphor، کرم Vanicream، Cetaphil یا کرم CeraVe. قبل از مصرف هر نوع پماد برای طفل تان، ابتداء با ارانه دهنده مراقبتهای صحی طفل تان مشورت کنید.
- داکتر طفل تان ممکن است پماد یا کرم استروئید (کورتیزون) تجویز کند. این میتواند برای خارش، سرخی و پندیده گی مفید باشد. داکتر طفل تان منوط به اینکه جوش کجاست و چقدر جدی است، تداوی با کورتیزون را تجویز خواهد کرد. تداوی با کورتیزون اگر خیلی زیاد استفاده نشود، بیخطر است. اگر آن خیلی زیاد استفاده شود ممکن است مشکلاتی ایجاد کند، بنابراین رعایت کردن دستورالعملهایی که تیم مراقبتهای صحی طفل تان به شما میدهد بسیار مهم است.
- از حمام کردن طفل تان در آب خیلی گرم یا خیلی سرد اجتناب کنید. میتوانید طفل تان را هر روز حمام کنید، اما بهتر است از آب نیم گرم استفاده کنید. از یک صابون نرم (مانند محلول پاک کننده طبی ملایم Dove یا Cetaphil بدون عطر) استفاده کنید. فقط در جاهایی که ضرور است از صابون استفاده کنید و از حمام حبابدار اجتناب کنید. به جلد خشک به آرامی دست بکشید، و همیشه فوراً بعد از حمام کردن یا شاور گرفتن از مرطوب کننده استفاده کنید.
- از تماس طفل تان با چیزهایی که میدانید باعث خارش میشود، اجتناب کنید. اینها ممکن است شامل صابون، مواد شوینده، عطرها خاص، Febreze، گرد و خاک، علفهای هرزه، البسه پشمی و سایر انواع البسه درشت باشد.
- از طفل تان بخواهید از خاراندن جلدش اجتناب کند. خاراندن جوش را بدتر میکند. کوتاه نگه داشتن ناخنهای طفل مهم است. بعضی از دواهای خوردنی به نام انتی هیستامینها، مانند دیفن هیدرامین (بنادریل) یا هایدروکسیزین (اتاراکس)، میتوانند برای کم کردن خارش شبانه مفید باشد. بعضی اوقات، این دواها ممکن است انرژی اطفال خوردسال را زیاد کنند. قبل از اینکه هر قسم انتی هیستامینی را به طفل تان بدهید، ابتداء با ارانه دهنده مراقبتهای صحی طفل تان مشورت کنید.
- از عفونتها وقایه کنید. بعضی اوقات، داکتر طفل تان توصیه میکند که برای کمک به وقایه از عفونت به حمام طفل تان سفید کننده رقیق اضافه کنید (به رهنمود Seattle Children's بنام «حمام با سفید کننده رقیق» مراجعه کنید). اگر التهاب روی جلدی (درماتیتس اتوپیک) طفل تان مسری شود، ممکن است تیم مراقبتهای صحی طفل تان انتی بیوتیک تجویز کند.
- اگر وضعیت جوش بسیار وخیم باشد، برای کمک به رفع خارش و خشکی، از پوشیدنیهای مرطوب یا تنبان مرطوب استفاده کنید. طفل تان را به مدت 10 دقیقه در یک تشت آب نیم گرم تر کنید. فوراً دواها یا مرطوب کننده را روی جلد بمالید. چند تنبان کتانی را در آب نیم گرم قرار بدهید و روی جلد چرب و تر طفل تان بگذارید. طفل تان را در یک کمپل یا یک لایه لباس خشک بپیچانید تا بتواند گرم بماند. ممکن است لازم باشد که طفل تان آنرا در طول شب، یا به مدت 1 الی 2 ساعت، نگه دارد. ما درباره تایم و دفعات انجام این کار برای طفل تان دستورالعملهای خاصی را به شما خواهیم داد. برای کسب معلومات بیشتر درباره پوشیدنیهای مرطوب، رهنمود «تداوی با پوشیدنی مرطوب» ما را بخوانید. seattlechildrens.org/pdf/PE1911.pdf
- تلاش کنید درجه حرارت و رطوبت خانه را نسبتاً ثابت نگه دارید. ممکن است در تابستان به یک ایر کندیشر و در زمستان به یک آله بخار ساز ضرورت داشته باشید. غرض جلوگیری از رشد کپک، حتماً باید آله بخار ساز را هر چند وقت یک دفعه به خوبی پاک کنید.

Atopic Dermatitis (Eczema)

Atopic dermatitis is a common condition. If your child has it, they may get dry red skin. It looks like a rash and itches.

What is it?

If your child has atopic dermatitis, they may get red, dry, scaling, itching skin. If your child is younger, the rash may show up on the face, legs, feet, hands and arms. As they become older, the rash may show up on the bends of the elbows, knees, hands, feet, neck and face.

It itches badly, and many patients, especially children, scratch or rub themselves until they bleed. They may have a hard time sleeping.

Over time, the dry itchy skin may get thick and leathery. It may sometimes become a darker color.

What causes it?

Nobody knows exactly what causes atopic dermatitis. In most cases, providers cannot find a specific cause.

For many children, other people in the family have it, or there is a family history of allergic conditions in general, like asthma or hay fever. It does not happen very often, but sometimes atopic dermatitis in infants may be related to food allergy, such as sensitivity to milk or eggs. But this can be hard to test.

Things that can make it worse

Many things may affect how serious the condition is. All children with atopic dermatitis have sensitive and dry skin. During the winter, dryness and itchiness may be worse for some children because of the low humidity. For other children, there are more problems during the summer because sweat can make it worse. Sudden changes in temperature cause more itching for most children.

Because children with atopic dermatitis have sensitive skin, it is important to avoid using harsh soaps and detergents. Your child should also avoid wearing wool against the skin.

Is it infectious or contagious?

No. You cannot catch it from someone or give it to someone else by touching them. But if your child has atopic dermatitis, it can become infected easily. This is called “secondary infection.” Bacterial secondary infection is the most common, usually because of scratching. If this happens, your doctor may prescribe an antibiotic.

Some kinds of viruses can cause a more serious problem. The “cold sore” virus, also called herpes simplex, is one of these. If you think this has happened to your child, call your child’s healthcare team right away.

To Learn More

- Dermatology
206-987-2158
- Ask your child’s healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.

Is there a cure for atopic dermatitis?

No, but there are many different treatments. Sometimes it can be very difficult and frustrating to treat and takes a lot of time and energy. The main goals of treatment are to improve the skin rashes and to make it itch less.

We may not be able to make the rash go away completely. Most people will have good weeks and bad weeks. Many children with atopic dermatitis outgrow the condition before school age. But some may keep having problems with it as an adolescent or even as an adult.

How is atopic dermatitis treated?

- **Use moisturizer on your child's skin.** Because the skin is dry, it is important to use mild ointments or creams as often as possible. Thicker moisturizers like ointments and creams usually work better than lotions or products that can be pumped or poured. Moisturizers that work well are Vaseline or petroleum jelly, Aquaphor, Cetaphil cream, Vanicream, or CeraVe cream. Check with your child's healthcare provider first before giving any type of ointment to your child.
- **Your child's doctor may prescribe steroid ointment or cream (cortisone).** This can help with itching, redness and swelling. Your child's doctor will prescribe cortisone treatment depending on where the rash is and how serious it is. Cortisone treatment is safe if it is not used too much. It can cause problems if it is overused, so it is very important to follow the instructions that your child's healthcare team gives to you.
- **Avoid having your child bathe in very hot or very cold water.** It is OK for your child to bathe daily, but it is best to use lukewarm water. Use a mild soap (like fragrance-free Dove or Cetaphil gentle cleansing lotion). Only use soap where it is needed and avoid bubble baths. Pat the skin dry, and always use moisturizers right away after a bath or shower.
- **Avoid having your child come into contact with things that you know cause itching.** These may include soaps, detergents, certain perfumes, Febreze, dust, grass weeds, wools and other types of scratchy clothing.
- **Have your child try to avoid scratching their skin.** Scratching makes the rash worse. It is important to keep your child's fingernails short. Sometime oral medicines called antihistamines, like diphenhydramine (Benadryl) or hydroxyzine (Atarax), can help with itching at night. Sometimes, these medicines can make young children hyper. Check with your child's healthcare provider first before giving any type of antihistamine to your child.
- **Prevent infections.** Sometimes, your child's doctor will recommend adding dilute bleach to your child's bath to help prevent infection (see the Seattle Children's handout called Dilute Bleach Baths). If your child's atopic dermatitis becomes infected, your child's healthcare team may prescribe antibiotics.

- **If the rash is very bad, try wet wraps or wet pajama therapy to help with itching and dryness.** Have your child soak in a tub of lukewarm water for 10 minutes. Rub on medicines or moisturizer right away. Dip some cotton pajamas in lukewarm water and put them over your child's wet greasy skin. Wrap your child in a blanket or a layer of dry clothes to help them stay warm. Your child may need to keep it on overnight, or for 1 to 2 hours. We will give you directions specific to your child on how long and often you to do this. To learn more about wet wraps, read our handout "Wet Wrap Therapy" seattlechildrens.org/pdf/PE1911.pdf.
- **Try to keep the temperature and humidity in the home fairly constant.** You may need an air conditioner in the summer and humidifier in the winter. It is very important that the humidifier be cleaned well and often to keep mold from growing.