

Атопический дерматит (экзема):

Атопический дерматит – распространенное заболевание. Если ваш ребенок болен им, у него может быть сухая, красная кожа. На коже видны высыпания, ощущается зуд.

Что это?

Если ваш ребенок страдает атопическим дерматитом, у него могут появляться сухие, чешуйчатые, вызывающие зуд покраснения на коже. Если ребенок маленький, сыпь может появляться на лице, ногах, ступнях, кистях и руках. По мере того, как дети взрослеют, сыпь может появляться на сгибах локтей, коленей, кистей, ступней, а также на шее и лице.

Сыпь вызывает сильный зуд, поэтому многие пациенты, особенно дети, расцарапывают и растирают сыпь на теле до крови. Им может быть трудно спать.

Со временем сухая, вызывающая зуд кожа может огрубеть и стать жесткой. Иногда кожа может приобрести темный оттенок.

Что вызывает эти симптомы?

Точно неизвестно, что вызывает атопический дерматит. В большинстве случаев медики не могут найти конкретную причину.

Во многих семьях это заболевание есть у других родственников, или в семье были случаи аллергических заболеваний, таких как астма или сенная лихорадка. Не часто, но иногда атопический дерматит у младенцев может быть связан с аллергией на еду, например, с повышенной чувствительностью на молоко или яйца. Однако это трудно проверить.

Что может усугублять болезнь

На степень серьезности заболевания могут влиять многие факторы. У всех детей с атопическим дерматитом чувствительная сухая кожа. У одних детей зимой сухость и зуд могут усугубляться из-за низкой влажности. У других детей больше проблем летом, так как потение может усугублять симптомы. Резкие изменения температуры усиливают зуд у большинства детей.

Поскольку дети с атопическим дерматитом имеют чувствительную кожу, важно избегать жесткого мыла и стиральных средств. Ребенку также не следует надевать шерстяную одежду на голое тело.

Является ли это заболевание

Нет. Оно не передается от человека человеку при физическом контакте. Но если у ребенка атопический дерматит, кожа больше подвержена инфицированию. Такая инфекция называется вторичной.

Дополнительная информация

- Дерматология
206-987-2158
- Задайте вопрос медицинской организации вашего ребенка
- seattlechildrens.org

Бесплатные услуги устного перевода

- Если вы находитесь в больнице, спросите свою медсестру.
- Если вы находитесь не в больнице, позвоните по бесплатному телефону переводческой службы (Family Interpreting Line), 1-866-583-1527. Сообщите переводчику фамилию или добавочный номер нужного вам сотрудника.



инфекционным или заразным?

Наиболее распространена бактериальная вторичная инфекция, ввиду расчесывания кожи. В таких случаях врач может назначить антибиотик.

Некоторые виды вирусов могут вызывать более серьезные проблемы. Один из них – вирус простого герпеса (herpes simplex). Если вы подозреваете эту инфекцию у своего ребенка, немедленно свяжитесь с лечащим коллективом.

Излечивается ли атопический дерматит?

Нет, но существует много разных методов его лечения. Иногда лечение бывает трудным, длительным и утомительным. Главная задача лечения атопического дерматита – улучшение состояния кожи и уменьшение зуда.

Нам может не удастся полностью избавить вашего ребенка от сыпи. У большинства людей бывают хорошие недели и плохие недели. Многие дети, страдающие атопическим дерматитом, перерастают его в дошкольном возрасте. Однако у других проблемы с атопическим дерматитом могут продолжаться в подростковом и даже взрослом возрасте.

Как лечат атопический дерматит?

- **Применяйте увлажняющие средства для кожи ребенка.** В связи с сухостью кожи важно как можно чаще применять легкие мази или кремы. Более густые увлажняющие средства, такие как мази или кремы, обычно помогают лучше, чем лосьоны или жидкие кремы с дозаторами. Хорошо помогают увлажняющие средства Vaseline (petroleum jelly), Aquaphor, крем Cetaphil, Vanicream, крем CeraVe. Прежде чем накладывать ребенку какую-либо мазь, проконсультируйтесь с его провайдером медицинских услуг.
- **Врач может прописать ребенку стероидную мазь или крем (кортизон).** Она может помочь при зуде, покраснении и отечности. Врач назначает лечение кортизоном в зависимости от местонахождения сыпи и серьезности состояния. Лечение кортизоном в малых дозах безопасно. Однако при злоупотреблении он может вызвать осложнения, поэтому весьма важно соблюдать указания лечащего коллектива.
- **При купании ребенка вода не должна быть слишком холодной или слишком горячей.** Ребенку разрешается ежедневное купание, но лучше всего использовать едва теплую воду. Используйте мягкое мыло (например, неароматизированное мыло Dove или мягкий очищающий лосьон Cetaphil). Пользуйтесь мылом только при необходимости и избегайте ванн с пеной. Не вытирайте, а промокайте кожу, и всегда наносите увлажняющие средства сразу после ванны или душа.
- **Не допускайте контакта ребенка с предметами и веществами, которые, насколько вам известно, вызывают зуд.** Это могут быть мыло, стиральные средства, некоторые парфюмерные изделия, Febreze, пыль, сорняки, шерсть, шершавая одежда.
- **Старайтесь приучить ребенка не расчесывать кожу.** Расчесывание усугубляет сыпь. Важно коротко подстригать ногти на руках ребенка. Иногда от ночного зуда помогают пероральные антигистамины, например, дифенгидрамин (Benadryl) или

гидроксизин (Atarax). Однако иногда эти лекарства вызывают у детей младшего возраста перевозбуждение. Прежде чем давать ребенку какой бы то ни было антигистамин, проконсультируйтесь с его провайдером медицинских услуг.

- **Предупреждайте инфекции.** Иногда врач рекомендует добавлять в ванну ребенка разбавленный отбеливатель для предупреждения инфекции (смотрите брошюру Seattle Children's под названием «Ванны с разбавленным отбеливателем»). Если при атопическом дерматите кожа ребенка инфицируется, медики могут назначить антибиотики.
- **При очень сильной сыпи попробуйте обертывать ребенка мокрым полотенцем или надевать ему влажную пижаму; это помогает при зуде и пересыхании.** Подержите ребенка в едва теплой воде около 10 минут. Сразу после ванны наносите лекарственные или увлажняющие средства. Окуните хлопчатобумажную пижаму в едва теплую воду и наденьте на ребенка, не вытирая его. Затем заверните ребенка в одеяло или сухую одежду, чтобы ему было тепло. Может быть необходимо оставить ребенка в этой одежде на ночь, или на 1-2 часа. Мы дадим вам конкретные указания для вашего ребенка о том, на какое время и как часто это следует делать. Подробнее о заворачивании во влажную ткань читайте в нашей брошюре “Wet Wrap Therapy” seattlechildrens.org/pdf/PE1911R.pdf.
- **Старайтесь поддерживать в доме постоянную температуру и влажность воздуха.** Возможно, летом вам понадобится кондиционер, а зимой увлажнитель воздуха. Очень важно тщательно и регулярно очищать увлажнитель воздуха во избежание появления плесени.

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.