

Viêm da cơ địa (Bệnh chàm)

Viêm da cơ địa là một bệnh trạng thường gặp. Nếu con bạn bị bệnh này thì da có thể bị khô và đỏ. Biểu hiện bệnh trông giống phát ban và hay ngứa.

Bệnh này là gì?

Khi con bạn bị viêm da cơ địa thì da có thể bị đỏ, khô, đóng vảy và ngứa. Nếu con bạn còn nhỏ tuổi thì có thể bị chàm ở mặt, cẳng chân, bàn chân, cánh tay và bàn tay. Còn khi lớn hơn thì có thể bị chàm ở mặt trong khuỷu tay và đầu gối cũng như bàn tay, bàn chân, cổ và mặt.

Bệnh này gây ngứa dữ dội và nhiều bệnh nhân, nhất là bệnh nhi, thường gãi hoặc chà da mình đến chảy máu. Trẻ cũng có thể bị khó ngủ.

Qua thời gian, các vùng da khô ngứa có thể trở nên dày và cứng, giống như da thuộc, và có thể trở nên sẫm màu hơn.

Nguyên nhân gây bệnh là gì?

Không ai biết chính xác nguyên nhân gây bệnh viêm da cơ địa là gì. Trong phần lớn trường hợp thì người cung cấp dịch vụ y tế không tìm được một nguyên nhân cụ thể nào.

Nhiều trẻ em bị viêm da cơ địa có người thân trong gia đình cũng mắc bệnh này hoặc mắc các bệnh dị ứng khác như suyễn hay dị ứng theo mùa. Dù hiếm gặp, cũng có trường hợp bệnh viêm da cơ địa ở trẻ sơ sinh liên quan đến chứng dị ứng thực phẩm, thí dụ như dị ứng sữa bò hay trứng. Tuy nhiên, tình trạng này có thể rất khó chẩn đoán được.

Những yếu tố có thể khiến bệnh trở nên trầm trọng hơn

Có rất nhiều yếu tố có thể tác động đến mức trầm trọng của bệnh. Tất cả các trẻ em bị viêm da cơ địa đều có da mẫn cảm và khô. Trong mùa đông một số trẻ có thể thấy da khô và ngứa hơn thường vì không khí có độ ẩm thấp. Còn một số trẻ khác gặp khó khăn nhiều hơn vào mùa hè, vì nước mồ hôi cũng có thể làm cho bệnh nặng hơn. Đa số trẻ sẽ thấy ngứa hơn khi nhiệt độ thay đổi đột ngột.

Vì trẻ em bị viêm da cơ địa có da mẫn cảm nên một điều rất quan trọng là phải tránh dùng các loại xà bông và thuốc giặt mạnh. Con bạn cũng nên tránh mặc quần áo len sát da.

Bệnh này có thể lây truyền không?

Bạn không thể lây bệnh này từ người khác và cũng không thể truyền bệnh khi đụng chạm vào người khác. Tuy nhiên, nếu con bạn bị viêm da cơ địa thì có thể rất dễ mắc bệnh nhiễm trùng. Trường hợp này được gọi là "nhiễm trùng thứ phát". Loại nhiễm trùng thứ phát thông thường nhất là nhiễm vi khuẩn, thường vì gãi ngứa. Nếu con bạn bị nhiễm khuẩn thì bác sĩ có thể kê toa thuốc kháng sinh.

Một số vi rút có thể gây bệnh trầm trọng hơn. Vi rút gây "rộp môi", còn được gọi là herpes simplex, là một trong các loại vi rút này. Nếu bạn nghi rằng con mình có thể bị nhiễm trùng thì hãy gọi ngay cho nhóm chăm sóc sức khỏe của trẻ.

Để biết thêm thông tin

- Khoa da liễu
206-987-2158
- Hỏi người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con bạn
- seattlechildrens.org

Dịch vụ thông dịch miễn phí

- Nếu ở bệnh viện, hãy hỏi y tá của bạn.
- Nếu ở bên ngoài bệnh viện, hãy gọi Đường dây Thông dịch dành cho Gia đình miễn phí theo số 1-866-583-1527. Báo cho thông dịch viên biết tên hay số máy lẻ của người bạn cần gặp.



Có cách nào để điều trị khỏi bệnh viêm da cơ địa không?

Không, nhưng có nhiều cách điều trị để giảm triệu chứng bệnh. Đôi khi việc điều trị bệnh này rất khó khăn, phiền phức và tốn nhiều thì giờ cũng như công sức. Mục tiêu chính của việc điều trị là làm giảm chứng nổi mẩn và ngứa da.

Có thể tình trạng chàm sẽ không thể được điều trị khỏi hoàn toàn. Đa số bệnh nhân sẽ thấy đỡ hơn trong tuần này mà ngứa hơn trong tuần khác. Nhiều trẻ em bị viêm da cơ địa sẽ tự lành bệnh trước khi đến tuổi đi học. Nhưng một số trẻ có thể tiếp tục gặp vấn đề vì bệnh này trong suốt tuổi dậy thì và thậm chí khi trưởng thành.

Viêm da cơ địa được điều trị bằng cách nào?

- Thoa kem dưỡng ẩm ở da của con bạn. Vì da của trẻ bị khô nên điều quan trọng là phải thoa thuốc mỡ hay kem loại nhẹ càng thường xuyên càng tốt. Các sản phẩm dưỡng ẩm dạng đặc hơn như thuốc mỡ hay kem thường hiệu quả hơn là sữa dưỡng da hay các sản phẩm dạng lỏng có thể đổ hay bơm ra lòng bàn tay. Một số sản phẩm dưỡng ẩm có tác dụng tốt là Vaseline hay sáp dầu khoáng, thuốc mỡ Aquaphor hoặc các loại kem hiệu Eucerin, Cetaphil, CeraVe hay Vanicream. Hãy hỏi người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con bạn trước khi dùng bất kỳ loại thuốc mỡ nào cho trẻ.
- Bác sĩ của con bạn có thể kê toa thuốc mỡ hay kem chứa steroid (cortisone). Thuốc này có thể giúp giảm các chứng ngứa, đỏ và sưng da. Việc bác sĩ của con bạn kê toa thuốc cortisone hay không tùy thuộc vào vị trí và mức độ trầm trọng của chứng chàm. Cortisone là một phương pháp điều trị an toàn miễn là sử dụng vừa phải. Thuốc này có thể gây vấn đề nếu sử dụng quá nhiều, do đó một điều rất quan trọng là bạn cần tuân theo đúng hướng dẫn của nhóm chăm sóc sức khỏe.
- Tránh để con bạn tắm nước quá nóng hay quá lạnh. Con bạn có thể tắm hàng ngày nhưng tốt nhất là nên tắm nước ấm vừa. Sử dụng xà bông nhẹ (như xà bông Dove không có hương thơm hay kem rửa nhẹ hiệu Cetaphil). Chỉ dùng xà bông ở những vùng cơ thể cần thiết và tránh ngâm mình trong nước pha xà bông sủi bọt. Làm khô da bằng cách vỗ nhẹ bằng khăn bông và luôn luôn nhớ thoa kem dưỡng ẩm ngay sau khi tắm.
- Tránh để con bạn tiếp xúc với những thứ mà bạn biết sẽ gây ngứa. Những thứ này có thể bao gồm: xà bông, thuốc giặt quần áo, một số loại nước thơm, bụi, cỏ dại, vải len và các loại vải làm ngứa khác.
- Nhắc con bạn cố gắng tránh gãi ngứa. Gãi chỉ làm cho tình trạng chàm lại nặng thêm. Một điều quan trọng là cần cắt ngắn móng tay của con bạn. Có loại thuốc uống gọi là thuốc kháng histamin, thí dụ như diphenhydramine (Benadryl) hay hydroxyzine (Atarax), đôi khi có thể giúp giảm ngứa vào ban đêm. Nhưng loại thuốc này cũng có thể làm cho trẻ nhỏ hiếu động thái quá. Hãy hỏi người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con bạn trước khi cho trẻ dùng bất kỳ loại thuốc kháng histamin nào.
- Phòng ngừa nhiễm trùng. Thỉnh thoảng, bác sĩ của con bạn sẽ đề nghị cho con tắm bằng nước pha một ít thuốc tẩy trắng để giúp phòng ngừa nhiễm trùng (xem bản thông tin của Bệnh viện Nhi đồng Seattle có tựa đề Tắm bằng nước tẩy pha loãng). Nếu con bạn bị nhiễm trùng ở vùng viêm da cơ địa thì nhóm chăm sóc sức khỏe có thể kê toa thuốc kháng sinh.
- Nếu chứng chàm rất nặng thì hãy thử quần khăn ướt hoặc thực hiện phương pháp điều trị bằng áo ngủ tắm ướt để giảm ngứa và đỡ khô. Cho con bạn ngâm mình trong bồn nước ấm vừa trong 10 phút. Thoa thuốc và kem dưỡng ẩm ngay khi ra khỏi bồn nước. Nhúng một bộ quần áo ngủ bằng vải bông trong nước ấm, sau đó mặc lên người con bạn khi da trẻ còn ẩm ướt và trơn vì kem. Quần mền quanh người con bạn hoặc mặc một lớp quần áo khô ở ngoài để giúp giữ ấm cho trẻ. Con bạn có thể cần tiếp tục mặc như vậy trong khoảng từ 1 đến 2 tiếng hoặc suốt đêm. Chúng tôi sẽ hướng dẫn cụ thể về khoảng thời gian và mức độ thường

xuyên cần thực hiện phương pháp này cho con bạn. Để biết thêm về phương pháp bọc vải ướt, vui lòng đọc bản thông tin của chúng tôi có tựa đề “Liệu pháp bọc vải ướt” seattlechildrens.org/pdf/PE1911V.pdf.

- Cố gắng giữ nhiệt độ và độ ẩm ở trong nhà tương đối ổn định. Có thể bạn cần dùng máy điều hòa vào mùa hè và máy tạo ẩm vào mùa đông. Một điều rất quan trọng là cần làm vệ sinh kỹ càng và thường xuyên cho máy tạo ẩm để ngăn ngừa mốc phát triển ở trong máy.

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.

1 of 3

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.