

5 Δεκεμβρίου 2016

## Αντιμετώπιση και συμβουλές για το έκζεμα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



**Δερματολόγος συστήνει μέτρα προστασίας για τη φλεγμονή**

Πρακτικές συμβουλές για την αντιμετώπιση του εκζέματος, από το οποίο πάσχουν εκατομμύρια άνθρωποι ανά τον πλανήτη, δίνει ο επικεφαλής του Δερματολογικού

Συμβουλίου της Αγγλίας δρ George Moncrieff. Πρόκειται για τοπική δερματίτιδα, η οποία έχει ως συνέπεια να δημιουργείται ερυθρότητα στο δέρμα, προκαλώντας πολλές φορές έντονη φαγούρα.

Ο δρ Moncrieff εξηγεί ότι το έκζεμα δημιουργείται όταν το δέρμα δεν παράγει αρκετά φυσικά έλαια ώστε να διατηρείται ενυδατωμένο και καταστρέφεται το φυσικό τείχος προστασίας που υπάρχει στην επιφάνειά του. Τότε «ρυτιδιάζει» με αποτέλεσμα να δημιουργούνται κενά, όπου συσσωρεύονται ακαθαρσίες, βακτήρια, μύκητες και ιοί προκαλώντας φλεγμονή.

Μόνο στο Ηνωμένο Βασίλειο, επισημαίνει ο διακεκριμένος δερματολόγος, ένα στα πέντε παιδιά εμφανίζει έκζεμα, συνήθως πριν προλάβει να συμπληρώσει το πρώτο έτος ζωής, ενώ στους ενήλικες τα συμπτώματα εμφανίζονται ξαφνικά προσβάλλοντας έναν στους 12. Για την καλύτερη αντιμετώπιση του εκζέματος ο δρ Moncrieff επισημαίνει ότι είναι σημαντικό οι ασθενείς να λαμβάνουν μέτρα προστασίας ακόμη και στις περιόδους που η πάθηση δεν βρίσκεται σε έξαρση.

Γι' αυτό συμβουλεύει τη χρήση ενυδατικής κρέμας, κυρίως μετά το πλύσιμο, έτσι ώστε να διατηρείται υγιές το δέρμα. Όταν εμφανίζονται τα πρώτα σημάδια, δεν πρέπει κανείς να τα παραμελεί.

Όταν δει ότι το δέρμα αρχίζει να αποκτά κόκκινο χρώμα, να γίνεται πιο ξηρό και του προκαλεί φαγούρα, σημαίνει ότι το φυσικό τείχος προστασίας του δέρματος έχει αρχίσει να καταρρέει. Σε αυτή την περίπτωση ο δερματολόγος συστήνει τη χρήση ενυδατικής κρέμας χωρίς ερεθιστικά συστατικά, όπως αρώματα τα οποία προκαλούν ερεθισμό του δέρματος και μπορούν να ενισχύσουν τα συμπτώματα.

## **Κρέμες**

Επισημαίνει ότι, όταν η πάθηση βρίσκεται σε έξαρση, οι κρέμες στεροειδών είναι ιδιαίτερα χρήσιμες καθώς περιορίζουν τη φλεγμονή, ανακουφίζουν από τη φαγούρα και θεραπεύουν το δέρμα.

Συμβουλεύει τους ασθενείς να παρακολουθούν την εξέλιξη της πάθησης κάνοντας τακτικά εξετάσεις, οι οποίες εκτός των άλλων θα βοηθήσουν και στην καλύτερη επιλογή της φαρμακευτικής αντιμετώπισης.

**Πηγή:** [dimokratianews.gr](http://dimokratianews.gr)