



## AZS - atopowe zapalenie skóry u dzieci

**Atopowe zapalenie skóry (AZS) jest chorobą przewlekłą nawracającą. Często występuje u niemowląt i dzieci. Czy da się jemu zapobiec i jak leczyć?**

AZS to jedna z najczęstszych chorób skóry, charakteryzująca się suchą skórą, świądem i wypryskiem wymagającym długotrwałego leczenia. Jeśli widzisz objawy u niemowlęcia lub dziecka, idź po poradę do lekarza. AZS powoduje też kłopoty ze snem, dziecko jest rozdrażnione. Maluch nie umie powiedzieć, co się dzieje, ale cierpi z powodu dokuczliwego świądu. Drapanie się lub ocieranie swędzących miejsc powoduje błędne koło – stan się pogarsza i swędzenie narasta.

### Czym jest AZS

AZS często jest wynikiem alergii, kontaktu z uczulającym bodźcem. Najczęściej pojawia się u dzieci przed ukończeniem okresu dojrzewania, ale dorośli też mogą chorować na atopowe zapalenie skóry. Nie każda zmiana na skórze jest AZS. Rozpoznanie dokona lekarz.

AZS może być spowodowane alergią wziewną i pokarmową. Kontakt z alergenem powoduje reakcję – stan zapalny i zmiany na skórze. Pojawia się charakterystyczny wyprysk atopowy. Pierwsze objawy występują u niemowlaków między 3. a 6. miesiącem życia. Okresowo mogą zanikać lub się nasilać.

Cechy charakterystyczne:

- silny świąd – nasila się wieczorem i nocą
- bardzo sucha skóra
- grudki na skórze
- zaczerwienienia
- pęcherzyki
- wypryski
- wysięk
- swędzące ranki
- łuszczenie skóry.

Zmiany mogą się pojawiać się:

- na twarzy (policzkach) i szyi, płatkach usznych
- przy zgięciach rąk i nóg
- na owłosionej skórze głowy
- po wewnętrznej stronie kończyn
- na grzbietach rąk i stóp
- w cięższych przypadkach – na całym ciele.

**Czasami AZS jest mylone z innymi chorobami. Podobne objawy mogą być spowodowane przez łojotokowe zapalenie skóry (ŁZS). Jest to przewlekła choroba skóry, która objawia się zmianami rumieniowo-żółtaczającymi na skórze twarzy, tułowia oraz głowy. Zmiany skórne mogą występować również pod pachami i w pachwinach. Przyczyną choroby jest nadmierna aktywność gruczołów łojowych i współistniejące zakażenie grzybem Malassezia. U niemowląt ŁZS może się objawiać jako białe lub żółte, tłuste łuski na owłosionej skórze głowy (tzw. ciemieniucha).**

### Przyczyny AZS

Dotychczas nie zbadano dokładnie przyczyn powstawania choroby ani jej mechanizmów.

Patogeneza schorzenia jest wieloczynnikowa, zależna od czynników genetycznych i środowiskowych.

Najczęstszymi powodami wystąpienia AZS mogą być:

- skłonności genetyczne – jeśli w najbliższej rodzinie wystąpiło atopowe zapalenie skóry, jest duże prawdopodobieństwo choroby u Twojego dziecka
- defekt ektodermalny – nieprawidłowa budowa skóry powodująca jej nadmierne wysuszenie
- alergie – zarówno pokarmowe, jak wziewne oraz nadwrażliwość na substancje chemiczne w kosmetykach, środkach czystości, powietrzu.

Przebieg AZS może być też wynikiem innych czynników:

- klimatu

- zanieczyszczeń środowiska,
- stresu.

Najczęściej nie ma jednej przyczyny choroby, ale kilka czynników na siebie wpływa.

## Najczęstsze alergeny powodujące AZS u dzieci

U dzieci często AZS wiąże się z alergią pokarmową. Najczęściej maluchy są uczulone na:

- białko mleka krowiego
- białko jaja kurzego
- soję
- pszenicę
- orzechy.

Do alergenów wziewnych u chorych na AZS należą:

- roztocza kurzu
- sierść zwierząt
- pyłki roślin.

## Ryzyko powikłań

Jest duże prawdopodobieństwo, że dzieci chore w pierwszych 3 latach życia na AZS później mogą zachorować na:

- astmę alergiczną
- alergiczny nieżyt nosa.

Chorzy na AZS mają zaburzenia funkcjonowania bariery skórnej i jej nawodnienia. Przez uszkodzoną skórę łatwiej wnikają szkodliwe czynniki, alergeny i drobnoustroje. Mogą pojawiać się nawracające stany zapalne, zakażenia bakteryjne, wirusowe, grzybiczne.

Po długotrwałej chorobie skóra może stwardnieć, pogrubieć i być bardzo sucha.

## Co nasila objawy choroby

Dziecko czuje się gorzej, gdy ma kontakt z alergenem lub substancjami drażniącymi skórę.

Dlatego warto jest rozpoznać przyczyny powodujące chorobę np. alergię, które mogą powodować AZS i zaplanować profilaktykę. Jeśli powodem AZS jest alergologia – dostosuj dietę dziecka i zrezygnuj ze szkodzących dziecku pokarmów.

Innymi przyczynami nasilenia przebiegu choroby mogą być czynniki psychologiczne, emocje, zmiany temperatury, a także infekcje, przeziębienie i grypa. Zmiany na skórze i świąd mogą się nasilać po wysuszeniu skóry, po długiej kąpieli.

## Jak leczyć AZS

Lekarz diagnozuje atopowe zapalenie skóry i ustala metody leczenia. Jeśli widzisz niepokojące objawy, skonsultuj się z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej. Może będzie potrzebna konsultacja u alergologa lub dermatologa.

Lekarz:

- rozpozna AZS po typowych objawach
- skieruje na badania
- ustali przyczyny choroby (np. alergię)
- zaproponuje terapię.

Leczenie AZS wymaga cierpliwości i konsekwencji, systematyczności, dokładności. Zauważysz poprawę zmian skórnych nawet już po 3 tygodniach leczenia. A przede wszystkim poprawi się jakość życia chorego – złagodnieje lub ustąpi uciążliwy świąd i pieczenie. Pamiętaj, że choroba może powracać i się nasilać. Stosuj zalecenia lekarza pomimo poprawy.

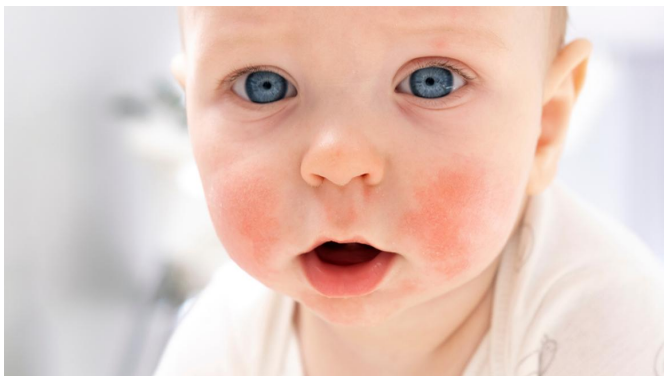
## Profilaktyka zaostrzeń AZS

Nie zapobiegiesz chorobie, ale możesz zrobić bardzo dużo, aby nie dopuścić do jej nawrotów i zaostrzenia objawów. Aby zmniejszać negatywne skutki AZS i hamować chorobę:

- po kontakcie z wodą lub kąpiel natłuszczaj skórę poleconymi przez lekarza preparatami
- zrezygnuj z kąpieli dziecka w płynach z substancjami zapachowymi
- osuszaj skórę dziecka po kąpieli – rób to delikatnie, nie trzyj, nie podrażniaj
- stosuj odpowiednie preparaty do nawilżania skóry – zapytaj o nie lekarza
- zrezygnuj z kosmetyków z dodatkiem alkoholu
- pierz ubrania w preparatach dla alergików
- ubieraj dziecko w przewiewne, miękkie ubrania z naturalnych tkanin
- jeśli objawy pojawiają się po kontakcie z alergenami pokarmowymi – wyeliminuj je z diety wg instrukcji lekarza alergologa (zastosuj tzw. drabinę mleczną lub drabinę jajeczną)
- zmniejszaj kontakt z czynnikami drażniącymi – kurzem, chemikaliami, detergentami
- unikaj nagłych zmian temperatury.

Konsultacja – dr med. Piotr Dąbrowiecki – alergolog

## Przeczytaj także



### **Alergia u (bardzo) małych dzieci**

Alergie często pojawiają się u najmłodszych. Nawet niemowlęta niewłaściwie reagują na określone substancje pokarmowe. Jednak nie każda niepokojąca reakcja organizmu dziecka na pokarm oznacza alergię



### **Kiedy dziecko ma alergię**

Bywa nazywana epidemią XXI wieku. Bardzo często dotyka także dzieci i młodzież. Jak można rozpoznać alergię i jak ją leczyć?



### **Karmienie piersią – samo zdrowie dla mamy i dziecka**

Karmienie mlekiem matki jest najzdrowszym sposobem odżywiania dla dziecka. Ma też ogromne korzyści prozdrowotne dla mamy