

Ατοπική δερματίτις σε παιδιά

Αλέξης Αλεξόπουλος

Παιδίατρος — Πανεπιστημιακός Υπότροφος Παιδιατρικής Δερματολογίας,
Α΄ Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία
Σοφία»

Η ατοπική δερματίτιδα (ΑΔ) είναι μια χρόνια φλεγμονώδης νόσος του δέρματος που ακολουθεί μια πορεία με συχνές εξάρσεις και υφέσεις, επηρεάζει σημαντικά την ποιότητα ζωής των ασθενών λόγω της ξηροδερμίας και του κνησμού που προκαλεί και συχνά συνοδεύεται από έντονη συναισθηματική φόρτιση και σωματική καταπόνηση, λόγω της διαταραχής του ύπνου που επιφέρει.

Η ΑΔ αποτελεί συχνό νόσημα της παιδικής ηλικίας εφόσον παρουσιάζεται σε ποσοστό 15-20% των παιδιών και μάλιστα το 80% των μικρών ασθενών θα παρουσιάσουν τα αρχικά συμπτώματα της νόσου μέσα στα πρώτα 5 έτη ζωής. Καθώς μεγαλώνει το παιδί αρχίζει η απευαισθητοποίηση της νόσου δηλαδή τα συμπτώματα γίνονται ηπιότερα, τα επεισόδια των εξάρσεων αραιώνουν και η ποιότητα της ζωής των παιδιών βελτιώνεται σημαντικά.

Η αιτία της ΑΔ είναι αρκετά σύνθετη και με απλά λόγια περιλαμβάνει τη γενετικά καθορισμένη βλάβη του ανώτερου στρώματος του δέρματος, δηλαδή της επιδερμίδας, την ανοσολογική διαταραχή και την παθολογική αύξηση του αριθμού των μικροβίων πάνω στο δέρμα.

Η θεραπευτική προσέγγιση της ατοπικής δερματίτιδας *πρέπει πάντοτε να εξατομικεύεται*, προκειμένου να ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες του κάθε παιδιού. Αυτή περιλαμβάνει αρχικά την αποφυγή των περιβαλλοντικών ερεθιστικών παραγόντων. Επίσης, η συστηματική χρήση ενυδατικών μέσων, ειδικών για την ΑΔ σε περιόδους έξαρσης αλλά και σε περιόδους ύφεσης είναι επιβεβλημένη και αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο της αποτελεσματικής θεραπείας της ΑΔ. Η ενυδάτωση αποτελεί την πιο σημαντική παρέμβαση στη φροντίδα του ατοπικού δέρματος καθότι αναπληρώνει την απώλεια των λιπιδίων της επιδερμίδας, αποκαθιστά την ξηροδερμία, αντιμετωπίζει σε σημαντικό βαθμό τη φλεγμονή, μειώνει τον κνησμό και ενισχύει την ανθεκτικότητα του επιδερμικού φραγμού. Η εφαρμογή των μαλακτικών θα πρέπει πάντοτε να γίνεται εντός 3 λεπτών από το βραδινό μπάνιο, όταν το δέρμα είναι νωπό και επομένως περισσότερο ανεκτικό στην τοπική εφαρμογή προϊόντων. Η ενυδάτωση θα πρέπει να είναι καθημερινή — τουλάχιστον δύο φορές ημερησίως— ακόμα και στο φαινομενικά υγιές δέρμα. Η

ποσότητα του ενυδατικού μέσου πρέπει να είναι άφθονη (200-250 ml/εβδομάδα σε περιόδους έξαρσης), ενώ η επιλογή της υφής του ενυδατικού μέσου εξαρτάται από τον τύπο του δέρματος, τη φάση της νόσου (έξαρση/ύφεση) αλλά και την εποχή. Σε κάθε περίπτωση συστήνεται η χρήση ειδικών προϊόντων για ατοπικά δέρματα και η αποφυγή προϊόντων που περιέχουν αρωματικά, ερεθιστικές ουσίες ή αλλεργιογόνα.

Στη φάση έξαρσης απαραίτητη είναι η χρήση τοπικού στεροειδούς σκευάσματος για βραχύ χρονικό διάστημα προκειμένου να ελεγχθεί η φλεγμονή. Το είδος του κορτιζονούχου σκευάσματος (κρέμα ή αλοιφή), η ισχύς του, οι θέσεις εφαρμογής του, η δόση του, ο χρόνος θεραπείας και η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητάς του θα πρέπει να γίνεται από ιατρό έμπειρο στη χρήση τοπικών στεροειδών για την αποφυγή των ανεπιθύμητων παρενεργειών.

Τέλος, τα ανιισταμινικά χρησιμοποιούνται μόνο για τη βελτίωση του βραδινού ύπνου των παιδιών με ΑΔ, ώσπου να ελεγχθεί η έξαρση της νόσου με την τοπική αντιφλεγμονώδη αγωγή και δεν αποτελούν θεραπεία αντιμετώπισης του χρόνιου κνησμού στην ΑΔ.

Χρήσιμες Συμβουλές για τα παιδιά με ΑΔ:

- Θερμοκρασία δωματίου 20°C
- Αποφυγή εφίδρωσης
- Πλύσιμο ρούχων με υγρό απορρυπαντικό, όχι χρήση μαλακτικών
- Απομάκρυνση μάλλινων ινών
- Κατάλληλος αερισμός/υγρασία
- Θηλασμός >6μηνών
- Σταδιακή εισαγωγή στερεών τροφών
- Χλιαρό νερό μπάνιου (32-34°C)
- Υποκατάστατο σαπουνιού, bath oil
- Διάρκεια μπάνιου μέχρι 10 λεπτά
- Σκούπισμα ταμποναριστά
- Ενυδάτωση εντός 3 λεπτών μετά το μπάνιο

Σε κάθε περίπτωση ατοπικής δερματίτιδας, τα συμπτώματα της οποίας είτε επιμένουν, είτε δύσκολα ανταποκρίνονται στην αγωγή, θα πρέπει να επανεξετάζεται το παιδί άμεσα από τον ειδικό ιατρό για την επαναξιολόγηση της καταλληλότητας της αγωγής ή τον αποκλεισμό άλλων νοσημάτων (π.χ. υποκείμενες ανοσολογικές διαταραχές, σοβαρή τροφική αλλεργία, επιμόλυνση από έρπητα ή σταφυλόκοκκο).