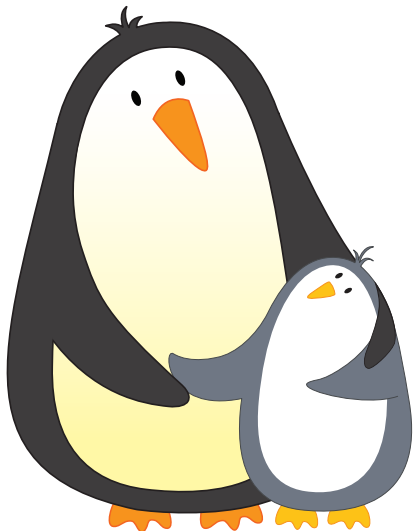


Что такое экзема?

Экзема (произносится [экзэ́ма]) — это рецидивирующее заболевание кожи, проявляющееся в виде сухости, склонности к раздражению, участков зудящей кожи с красными бляшками. Другое название — атопический дерматит. Наблюдается у 10–20 % детей; у 65 % детей заболевание развивается в течение первого года жизни, а у 90 % детей — до достижения ими 5-летнего возраста. Причины возникновения экземы на сегодняшний день до конца не изучены. Принято считать, что она развивается у людей с генетической предрасположенностью (то есть передается по наследству).



Чем можно помочь

Экзема является неизлечимым заболеванием. Однако правильный ежедневный уход за кожей поможет контролировать состояние вашего ребенка. Один из лучших способов предотвратить появление сухости кожи заключается в использовании увлажняющих средств. Они помогают удерживать влагу под кожей, повышая ее упругость и снижая вероятность появления трещин. Также может помочь использование мягких очищающих средств для кожи.

Советы по купанию

- Умывайте и купайте ребенка теплой (не горячей) водой.
- Используйте мягкое очищающее средство, которое не сушит кожу, не содержит отдушек, красителей и прошло дерматологическое тестирование на гипоаллергенность.
- Старайтесь не использовать губки и мочалки. Трение раздражает кожу и может спровоцировать обострение.
- Осторожными движениями промокните кожу полотенцем. Не трите кожу ребенка, поскольку это может привести к удалению естественного кожного жира.

Советы по увлажнению кожи

- Наносите увлажняющие средства на влажную кожу (в течение 3 минут после принятия ванны или душа).
- Сначала нанесите на кожу специальное лечебное средство (если назначено детским врачом), а затем обильно нанесите увлажняющее средство.
- Оставьте тонкий слой средства на коже ребенка. Оно впитается через несколько минут.
- Чтобы уменьшить зуд и раздражение кожи, вызванные экземой, попробуйте использовать увлажняющее средство с экстрактом овса, например увлажняющий крем для лечения экземы AVEENO®.
- Повторно наносите средство в течение дня, как только кожа ребенка становится сухой или появляется зуд.

Другие полезные советы

- Регулярно подстригайте ногти ребенка и следите, чтобы он не расчесывал пораженные участки кожи.
- Одевайте ребенка в свободную одежду из хлопковой ткани неплотного плетения.
- Поддерживайте дома постоянную температуру и влажность воздуха.
- Стирайте новые вещи, перед тем как надеть их на ребенка.
- Используйте моющие средства, которые не содержат отдушек и красителей, и старайтесь не использовать салфетки с антистатическим эффектом.
- Используйте солнцезащитные средства для чувствительной кожи.
- И разумеется, обращайтесь к своему детскому врачу, если у вас возникают какие-либо вопросы или опасения.