Jak ošetřovat děti při onemocnění ekzémem

Péče o dětský ekzém spočívá v omezení dráždivých vlivů, správné životosprávě a pravidelné léčbě pod lékařským dohledem, protože onemocnění má sklon k opakování.

Ekzém je nejčastější kožní onemocnění u dětí. Ekzémů je mnoho typů, a proto je někdy obtížné udělat ihned přesnou diagnózu. Je třeba nemocného déle sledovat. Ekzém není nakažlivý. Většina ekzémů silně svědí, proto je potřeba udělat vše, co je možné a nutné, pro úlevu a léčení dítěte. Proti svědění působí zevní prostředky i některé vnitřní léky s protisvědivým a protialergickým účinkem.

Kůže dítěte postiženého ekzémem je suchá, olupuje se nebo mokvá a je značně dráždivá. Hlavní zásadou je vyloučit vše, co nemocnou kůži dráždí. K úspěšnému léčení dětského ekzému je nutné znát pravidla ošetřování a pravidla správné životosprávy.

Oblékání

Děti, které mají ekzém, oblékáme vzdušně, tak, aby se nepotily. Přímo na tělo nedáváme vlněné, chlupaté součásti oblečení nebo oděvy z umělých vláken. Používáme prádlo z bavlny.

Strava

Nejideálnější strava je kojení, a to minimálně do konce 6. měsíce věku dítěte, kdy malému kojenci dozrává imunitní systém. Čím déle je dítě kojeno, tím déle se vyvaruje styku s potravinovými alergeny.

Pokud matka nekojí, je třeba, aby dodržovala zásady správné výživy odpovídající věku kojence. Podle stáří dítěte upravujeme jídelníček po dohodě s lékařem. Předčasné zařazování některých druhů potravin do jídelníčku dítěte je může poškodit a mj. zbytečně vyvolat projevy nesnášenlivosti těchto potravin. (Nepodávat např: ovocné šťávy před 5. měsícem u nekojených a před 7. měsícem u kojených dětí, lepek, součást mouky, před 6.m u všech dětí, tvaroh a vaječný bílek před 1. rokem věku.) Dětem připravujeme vždy čerstvá jídla. Každý nový druh potraviny zavádíme do jídelníčku dítěte vždy s odstupem 3-4 dnů, abychom mohli lépe rozeznat případné projevy nesnášenlivosti této potraviny.

U dětí s alergií omezujeme: cukr, aromatické ovoce a zeleninu (citrusy, kivi, jahody, celer, petržel), čokoládu, vaječný bílek.

Ze stravy vynecháme úplně i u starších dětí: konzervy, koření, uzeniny, uzené maso, nakládanou kyselou zeleninu a vše ostatní, co vyvolává jakékoliv projevy přecitlivělosti.

Koupání a mytí

Před koupáním očistíme z dětské kůže všechny zbytky mastí rostlinným neparfemovaným olejem. Nepoužíváme běžné mýdlo ani pěny do koupele, vysušují a dráždí kůži. Dítě nejraději sprchujeme, nebo koupeme v příjemně teplé vodě s přídavkem speciálních zvláčňujících přísad. V některých případech můžeme k omývání použít roztok hypermanganu v Dobré vodě (vysušuje a dezinfikuje). Po koupeli kůži jemně, ale důkladně osušíme (třením se ekzém zhoršuje) a ošetříme předepsanými léčebnými přípravky.

Použití zevních prostředků

- **Obklady:** na mokvající plochy používáme obklady odpařující, tzn. že se kůže pod nimi nesmí zapařit. Obklady se přikládají vlažné až teplé. Když se mokvání zklidní, začneme suchou kůži promazávat mastí nebo dalšími léčebnými prostředky.
- **Masti, pasty, krémy:** nanášíme na nemocná místa 1 - 2 x denně, nejlépe večer po koupání. Na končetinách, zejména na rukou, můžeme lehce převázat, jinak nezavazujeme.
- **Ozařování sluncem:** není vhodné u akutních forem ekzémů. Jen chronická, klidná ložiska snáší mírné oslunění. Proto příliš nevystavujeme nemocnou dětskou kůži slunečnímu záření. Přímořský pobyt je vhodný až pro děti starší 4 let.

Závěrem

Projevy dětského ekzému se i přes pečlivé ošetřování mohou opakovat. **Rodiče nemusí mít obavy z použití kortikoidní (hormonální) masti, pokud se budou řídit radami lékaře.**