

# DERMATITE ATOPICA

## CHE COS'È?

La dermatite atopica o eczema è un'inflammatione della pelle determinata da una predisposizione ereditaria e da cause esterne (allergie, fattori psicologici, sostanze irritanti). Non è contagiosa.

In genere non provoca conseguenze estetiche che rimangono.

## COME SI MANIFESTA

La dermatite può manifestarsi a qualsiasi età, ma fa la sua comparsa più spesso tra i due e i sei mesi di vita.

Nel bambino piccolo di solito all'inizio si localizza in modo simmetrico al volto (guance, fronte, mento), talora anche al collo e al torace.

Successivamente, con il crescere dell'età, si manifesta prevalentemente intorno agli occhi, all'attacco delle orecchie, in corrispondenza delle articolazioni (gomiti, ginocchia, polsi).

La zona colpita è arrossata, talvolta produce liquido chiaro; più frequentemente la pelle diventa dura e secca, e più spessa; il prurito è spesso intenso.

Frequentemente la dermatite si attenua con l'ulteriore crescita del bambino; nell'adolescente rimane spesso una predisposizione della pelle al prurito; la pelle può rimanere anche soggetta ad infiammarsi più facilmente quando viene a contatto con sostanze potenzialmente irritanti.

## COME SI CURA

- Usando abitualmente creme emollienti per attenuare la secchezza, e farmaci se l'arrossamento e il prurito aumentano.
- Adottando alcune abitudini di vita che possono aiutare a prevenire il peggioramento dell'eczema, riducendone l'intensità e l'estensione.
- Eliminando dalla dieta gli alimenti a cui il bambino si dimostra allergico.
  
- Le indicazioni che seguono permettono spesso di ottenere un miglioramento della pelle:
  - è meglio che il bagno sia fatto con acqua non troppo calda (34-36 °C), e che il bambino non rimanga immerso nell'acqua troppo a lungo (per quattro-cinque minuti nel lattante, dieci-quindici minuti nel bambino più grandicello);
  - non usare detergenti profumati o che producono schiuma (comuni saponi, bagni schiuma) perchè possono irritare la pelle e far aumentare il prurito;
  - per il bagno sono consigliabili prodotti a base di oli minerali o a base di olio d'oliva che hanno un basso rischio di reazioni allergiche: versare da 10 a 30 mL di olio nell'acqua del bagno, stando attenti che il bambino non scivoli; nella doccia l'olio può essere massaggiato direttamente sulla pelle; asciugare bene il bambino senza strofinare;
  - per lavare le mani o altre parti del corpo particolarmente sporche, ricorrere al sapone di Marsiglia (esiste anche in confezione liquida);
  - il momento migliore per applicare pomate o creme emollienti è subito dopo il bagno;
  - sulle zone di pelle arrossata e umida sono indicate le creme emollienti (per esempio a base di vaselina) da applicare 2-3 volte il giorno, anche per lunghi periodi;

- sulle zone di pelle secca è meglio utilizzare le pomate, più grasse delle creme, da applicare più volte il giorno e per il tempo necessario;
- se la pelle peggiora, si infetta o il prurito è intenso, consultare il pediatra;
- è comunque opportuno tenere a disposizione una crema cortisonica e un farmaco antistaminico per il prurito, da usare secondo le indicazioni del pediatra.

➤ ALCUNI ALTRI CONSIGLI UTILI

- favorire l'esposizione al sole e trascorrere se possibile lunghi periodi al mare in estate (l'esposizione al sole di solito favorisce il miglioramento dell'eczema);
- abbigliamento: è meglio che gli indumenti a contatto con la pelle (comprese le calze) siano di cotone; sono da evitare abiti aderenti, di lana o fibre sintetiche; i vestiti e le coperte non devono essere troppo pesanti: il sudore irrita la pelle e può aumentare il prurito;
- ripetere il risciacquo degli indumenti alla fine del ciclo di lavaggio (per evitare la permanenza di residui di detersivo nei tessuti); non usare ammorbidenti;
- se c'è infezione cutanea, lavare i vestiti che sono stati a contatto con la pelle infetta, utilizzando anche un disinfettante per biancheria;
- tenere corte le unghie del bambino e fargli indossare guanti di cotone durante la notte se ha molto prurito;
- cercare di limitare il contatto con le sostanze che irritano la pelle (feci, urine, alcuni cibi); mantenere l'ambiente a un'umidità del 40-60 per cento e a una temperatura sui 18-20 °C;
- seguire le indicazioni sulla profilassi per la polvere di casa, per evitare che il bambino diventi allergico agli acari;
- non tenere animali in casa;
- evitare il contatto con bambini o adulti affetti da herpes (labiale, fuoco di S. Antonio, varicella) o da altre infezioni della pelle;
- il bambino può fare bagni in piscina o in mare: per attenuare l'effetto irritante dell'acqua (sale, cloro) alla fine del bagno è consigliabile risciacquare bene la pelle con acqua dolce e applicare una crema emolliente prima e dopo.

DOMANDE PER IL TUO PEDIATRA:

.....

.....

.....

.....

.....