

# Atoopiline nahapõletik paneb naha sügelema

**Minu lapsel esines imikuna nahapunetus näol. Kolme aasta vanuselt tekkis lööve jäsemetele. Arst ütles, et tegu on atoopilise nahapõletikuga. Sooviksin rohkem teavet selle haiguse kohta.**

A. M. Virumaalt

**A**toopiline nahapõletik on krooniline haigus, millega kaasub naha tugev sügelemine. Haigus ei ole nakkav ning kujuneb sagedamini isikutel, kellel on selleks soodumus vanemate poolt.

Atoopiline nahapõletik e dermatiit vallandub enamasti juba lapsepõlves, tavaliselt elu esimesel poolaastal. Sagedi juhtub see siis, kui laps läheb üle kunstlikule toidule. Tihtipeale tekib lööve mitme haigust põhjustava ja soodustava teguri koosmõjul.

Imiku- ja väikelapseas on vallandavad tegurid peamiselt toidu komponendid. Neid võib leiduda piimas, piimatoodetes, munas, šokoladis ja muudes maiustustes, tsitruselistes, õuntes, tomatites, hernestes, pähklites, mees, kalas, linnulihas jm. Harva tekib lapsel ülitundlikkus rinnapiima kaudu. Imikutel ägeneb haigus ka liigsoojuses.

Eelkooliealistel ja koolilastel, aga ka täiskasvanutel võivad seda haigust tekitada või halvemaks muuta mitmed keskkonnategurid. Siia kuuluvad villased ja sügelust tekitavad materjalid, õhku mitte läbi laskev riietus, kuna nahk hakkab siis rohkem higistama ning see tõttu sügelema.

Haigust võivad halvendada kodukeemia, klooriühendid ujulates, ka muud desovahendid ja isegi naha liiga sagedane pesemine.

Tihemini haigestuvad kuiva nahaga lapsed. Olulist mõju avaldavad psüühilised tegurid, eriti stress. Haigestunud lapsed on kapriissed, nutavad erilise põhjusega. Hai-



**Kratsitud nahk on vastuvõtlik bakteritele.**

gust võib ägedamaks muuta allergia elamutolmus leiduvate tolmulestad, loomakarvade, õietolmu, ehtematerjali, näiteks nikli jms suhtes.

Selle haiguse puhul ilmub punetus imikutel eelkõige põskedele ja otsmikule. Haiguse süvenemisel tekib lööve jäsemete painutuskülgedele. See võib levida üle kogu keha. Nahk sügeleb, laps on rahutu ja kratsib end. Kui selle takistamiseks ei panda lapsele kätte käpikuid, võib nahal näha rohkesti kratsimisjälgi.

Vanematel lastel punetavad silmalaud ja ketendavad põsed. Kaelal, küünarlohku-

des, randmetel ning põlveõnnaldes esinevad punetavad haiguskolded ja vaod. Nahal leidub kratsimisjälgi, koorikuid. Just lapseas võib haigus tüsistuda bakteriaalse nakkusega.

Täiskasvanutel on lööbe eelispaiad nägu ja suurte liigeste painutusküljed. Eriti torkab silma, et nahajooned on muutunud tunduvalt reljeefsemaks.

Ravi määrab arst. Kasutatakse nõrgatoimelist glükokortikoid-hormoonsalvi, histamiinivastaseid aineid, rahusteid, nõelravi jm.

NAOMI LOOGNA

## Kui teil on atoopiline nahapõletik

- Seebi asemel kasutage spetsiaalseid pesemisvahendeid kuivale nahale.
- Alati kreemitage pärast pesemist kergelt niisket nahka.
- Vannivette lisage vanniõli, meresoola, kliisid, nõgese- või raudrohuteed.
- Vältige liiga sagedast pesemist. Vannis võiks käia mitte üle kahe korra nädalas 15 minutit mitte liiga soojas vees.
- Pesu peske lõhnastamata ja lisanditeta pesupulbri või seebiga.
- Kandke kergelt ja õhku läbi laskvat puuvillast, siidist või linast riietust. Vältige villast, sest villakiud ärritavad nahka.
- Vältige liigsoojust ja higistamist. Hoiduge korterit üle kütmast. Hooldage, et toa õhk poleks liiga kuiv, eriti magamistoas.
- Loobuge lemmikloomadest eluruumides – võib kujuneda allergia loomakarvade suhtes.
- Atoopilist nahapõletiku põdejale ei sobi töö, kus tegu niiskuse, mustuse ja nahka ärritavate keemiliste ainetega.
- Hoiduge spordialadest, mis põhjustavad tugevat higistamist.
- Ujumine klooritud vees võib põhjustada naha sügelemist, samuti mõjub pikaajaline päevitamine.
- Pehmendage nahka niisutavate baaskreemidega: Essex, Logobase, Euceria, Linola jt.