

## Psychické faktory

Významnou roli pro průběh atopického ekzému hraje také stav psychiky nemocného. Neklid, rozrušení, nervové vypětí, to vše se odrazí nepříznivě na průběhu choroby.

## Léčebný režim

Zvýšenou péčí je třeba věnovat pokožce hlavně v období akutního ohrožení. Léčba atopického ekzému vyžaduje **trpělivost ze strany lékaře i pacienta**. Na léčbě se kromě dermatologa může podílet i alergolog nebo další specialista. Časté změny ošetřujícího lékaře však mají většinou negativní vliv na léčbu.

### Zevní terapie

**Masti, pasty, krémy a pleťová mléka** jsou formy léků, které mohou obsahovat různé účinné látky. Mezi tradičně používané složky zevních léků v terapii ekzému patří kamenouhelný dehet a kyselina salicylová. Používají se samostatně nebo v kombinaci s dalšími látkami.

Skupinou přípravků často aplikovaných i u jiných kožních chorob jsou **hormonální léky** - kortikoidy. Jejich podávání a přesný postup léčby by měl vždy řídit lékař, protože jejich dlouhodobé používání může mít nežádoucí účinky místní i celkové.

### Celková terapie

U nemocných s těžkými formami atopického ekzému, se silným svěděním nebo s přidruženou infekcí nevystačíme jen s mastmi a další místní léčbou. Formou tablet se podávají nejčastěji **léky tlumící svědění** (antihistaminika), z nichž některé způsobují ospalost a sníženou schopnost soustředění. Celková léčba např. hormonálními léky nebo antibiotiky musí být zahájena **vždy jen po poradě s ošetřujícím lékařem**.

### Další léčebné možnosti

Příznivý vliv na průběh vlekých forem ekzému mají většinou **lázeňské a přímořské pobyty**. Nejvhodnější je začít tuto terapii tehdy, když je nemoc ve zklidněném stavu. Pobyt má trvat dostatečně dlouho (nejméně 2, lépe 3 - 4 týdny). **Opalování** na slunci, ale i v soláriích vede zpravidla ke zlepšení onemocnění. Je však třeba myslet i na **nežádoucí účinky ultrafialového záření** a před zahájením slunění se poradit s lékařem.

## Rady na závěr

**Atopický ekzém je vleklé onemocnění, kde hrají zásadní roli genetická dispozice a účast zevních spouštěcích faktorů. Pacient se musí před zhoršujícími vlivy chránit a proto by měl respektovat tyto zásady:**

**1/ Vyvarovat se každého zbytečného dráždění kůže. Pozor na mýdla, saponáty, prací prášky, mechanické dráždění, minerální oleje, organická rozpouštědla a další.**

**U dětí a dospívajících má klíčový význam správná volba profese.**

**2/ Vyloučit nebo omezit působení alergizujících látek. Tato opatření je nutno provést v domácím i pracovním prostředí.**

**3/ Zajistit odborné vyšetření, léčbu a trvalé sledování pacienta. Léky pro případ akutního zhoršení by měl mít pacient neustále po ruce a i v období relativního klidu by měl udržovat pokožku vláčnou vhodnými místními přípravky.**

**4/ Sledovat vliv stravy na průběh onemocnění a vynechat potraviny, které potíže zhoršují.**

**5/ Vyvarovat se nadměrné psychické zátěži.**

**6/ Ve spolupráci s ošetřujícím lékařem se naučit kožní projevy znát a zvládat je.**



Napsala MUDr. Andrea Vocilková  
Recenzovala doc. MUDr. Jiřina Macháčková, CSc.  
Vydalo Národní centrum podpory zdraví, Praha 1995

1. vydání

Vyrobila Gradace, spol. s r.o.

Náklad 76 000 výtisků

Neprodejně

**Atopický ekzém** (jinak také kojenecký ekzém, konstituční ekzém, neurodermitis disseminata, eczema atopicum, atopická dermatitida) je časté **kožní** onemocnění provázené úporným svěděním. Jde o **vrozené onemocnění**, na němž se podílejí **různé zevní a vnitřní vlivy**. U postižených jedinců a jejich pokrevních příbuzných se častěji vyskytují i jiné choroby: alergická (senná) rýma, alergický zánět spojivek a bronchiální astma.

## Co je to atopie?

**Atopie** je vrozená dispozice jedince, při které se za určitých podmínek může - a také nemusí - vyvinout přecitlivělost (alergie) na různé provokující látky (alergeny), které se dostanou do organismu např. vdechováním, kontaktem s kůží a sliznicemi nebo trávicím traktem. Pod pojem atopie řadíme vrozené alergické reakce časného typu přecitlivělosti, i když u ekzému se zřejmě uplatňují i jiné odchylky v imunitní odpovědi organismu.



## Jak často se atopický ekzém vyskytuje?

Statistika ukazuje, že atopický ekzém postihuje 3-11 % evropské dětské populace. V dospělosti se s touto diagnózou setkáváme méně. Obě pohlaví jsou postižena stejně často. V posledních letech však pacientů ekzematiků přibývá.

## Jaký je klinický obraz a průběh nemoci?

Průběh onemocnění a klinický obraz je měnlivý. První projevy se většinou objevují mezi 2. - 5. měsícem po narození dítěte, mohou však začínat v kterémkoliv věku. U malých dětí se zpravidla první projevy nemoci vyskytnou na tvářích v podobě červených pupínků, méně často puchýřků a mokvajících ploch. Mohou se však objevit i jinde na těle. Přibližně u poloviny dětí vymizí nemoc do dvou let, u některých i dříve. V ostatních případech přejde z kojenecké fáze do fáze dětské, ale nebývá již většinou postižen obličej. Nejvíce se vyrážka vyskytuje ve velkých ohbích (jamky loketní a podkolenní, vzácněji na postranních partiích krku, na zápěstí a prstech rukou nebo na nártech). Kůže v těchto místech je suchá, zhrubělá, barvy červenofialové, s výrazným rýhováním. V místech ohybu často vznikají bolestivé trhliny, suchá místa se jemně olupují.

Popsaný průběh nemusí být pravidlem, onemocnění může vznikat později než v kojeneckém věku a jeho projevy nemusejí být stejné. K obrazu atopického ekzému (mezi tzv. mírné projevy atopie) řadí někteří lékaři např. suchost a cárovité olupování kůže na prstech rukou a ploskách nohou, které se často objevuje - stejně jako zhoršení ostatních kožních projevů atopického ekzému - ve vlhkých podzimních a jarních měsících.

V dospělosti se atopický ekzém vyskytuje méně často nebo bývá kombinován s jinými druhy ekzému. Částečně se vyskytuje na stejných místech jako v dětské fázi, postihuje obličej, krk, ramena, šíji, loketní jamky, vnitřní plochy zápěstí, hřbety rukou, jamky podkolenní a nártý. V obdobích zhoršení jsou postižená místa červená, mírně zduřelá,

někdy mokvajjí, svědí až pálí. Na jejich povrchu jsou patrné stroupky ze škrábání. Někdy nacházíme na kůži drobné zanořené tuhé uzlíky, většinou hnědočervené barvy, také silně svědí. (Tento typ postižení bývá označován jako prurigo.)

Charakteristickým znakem všech fází této choroby je úporné svědění, které pacient velmi špatně snáší. Škrábáním postižených ploch vznikají drobné trhlínky i větší rozedřené plochy, někdy jsou stroupky uspořádané v typických prouzcích (škrábání prsty jedné ruky).

Člověk postižený atopickým ekzémem je zvýšeně vnímavý ke kožním onemocněním přenášeným viry nebo bakteriemi. Nákaza, která postihne ložisko ekzému způsobuje zánět, hnisání, tvorbu strupů. Virová infekce vyvolávající opary na rtech se na kůži postižené ekzémem rychle šíří a na obličejí může pacientovi způsobit závažné následky (zejména vyskytne-li se v okolí očí a postihne-li rohovku).

## Proč atopický ekzém vzniká?

Sklon k onemocnění některou z atopických nemocí je dědičný. Dosud nebylo přesně určeno, o jaký typ dědičnosti se jedná. U dvou třetin pacientů se prokáže u příbuzných výskyt ekzému, bronchiálního astmatu nebo senné rýmy, případně kombinace těchto onemocnění. Při postižení otce i matky je pravděpodobnost výskytu některé z uvedených atopických chorob u dítěte více než 50 %. U nemocného s vrozenou dispozicí však hrají významnou roli také "zevní spouštěcí faktory", které umožní propuknutí choroby.

## Jaké jsou spouštěcí faktory atopického ekzému?

### Dráždění kůže

Dráždění kůže všeobecně, zejména při nadměrném mytí a používání pracích prostředků či saponátů, kontakt kůže s vlněnými tkaninami nebo umělými textiliemi, styk s dráždivými chemikáliemi (chladící kapaliny, organická rozpouštědla - benzín, petrolej a jiné) a mechanické namá-

hání jsou faktory, které se významně podílejí na udržování ekzémových projevů.

### Alergeny

U řady pacientů prokážeme pozitivní reakci v testech nebo zvýšené hladiny protilátek proti tzv. aeroalergenům (domácí prach a roztoče, pyl, peří a podobně). Přichází-li atopik s těmito látkami do styku, může nastat zhoršování projevů onemocnění. Ani důsledná preventivní opatření (filtrovaný vzduch, výměna lůžkovin) často nazajistí úplné vymizení potíží.

### Infekční činitelé

Bakterie, kvasinky a další mikroorganismy, které běžně žijí na zdravé kůži, se u atopiků podílejí na zhoršování ekzému. Jejich přítomnost na pokožce však nemá charakter infekčního zánětu.

### Strava

Vliv stravy na zhoršování kožních potíží je nepochybný, ale neprojevuje se u všech nemocných stejně. Do organismu se trávicím traktem dostávají látky, které mohou u citlivých jedinců vyvolávat alergické reakce projevující se kožními změnami. Tyto alergeny však mohou působit také přímo na trávicí trakt (průjem po určitých potravinách) nebo mohou způsobovat zhoršování astmatu. Nejčastější příčinou pravých alergických reakcí na potraviny bývají bílkoviny (obsažené např. v kravském mléce, vaječném bílku, rybím mase, sóji a podobně). Bílkovinné alergeny (např. kravské mléko) se jako provokující faktor uplatňují zejména v kojeneckém věku. Někteří ekzematoci pozorují zhoršování ekzému v závislosti na požití dalších potravin (citrusových plodů, čokolády, ořechů, kořeněných jídel). Tyto reakce jsou vyvolány častěji prostým drážděním, způsobují svědění kůže a tím provokují ožívování vyrážky.

### Hormonální vlivy

U dospělých žen ekzém někdy reaguje na průběh menstruačního cyklu nebo na těhotenství. Vliv hormonů však není u atopického ekzému přesně objasněn.

### Pocení

Rychlé střídání teplot, nadměrné horko a zejména zapocení způsobují překrvení kůže, svědění a zhoršování ekzému.