

Atopický ekzém

Atopický ekzém je onemocnění dané geneticky, jehož výsledkem je patologická imunitní odpověď organismu, která se projeví na kůži.

Jde o velice častou nemoc, kterou trpí až 20 % dětí a cca 6 % dospělých. V České republice se týká asi 10 % obyvatel. Často bývá doprovázena také jinými alergickými onemocněními, jako jsou **astma bronchiale, senná rýma**, alergické záněty spojivek, kopřivka, aj. což se označuje jako **dermorespirační syndrom**. Má dlouhodobý průběh s opakovanými novými záněty. Vznik a rozvoj tohoto onemocnění bývá velice individuální.

Rizikové faktory atopického ekzému

Ke zklidnění atopické dermatitidy je nutné vysledovat, které **alergeny** způsobují zhoršení. Těmto látkám se pak snažíme vyvarovat. Všeobecně se radí omezit dlouhé koupele v horké a studené vodě, nenosit vlněné oblečení a vyvarovat se pocení, pokud není možnost následného osprchování.

Důležité je vyloučení alergenů z obytných prostor, které se nejčastěji skrývají v kobercích, peřinách a domácích zvířatech. Častými provokačními faktory bývají **roztoci**, prach, pyl, peří, bakterie a jiné agresivní látky.

Také jsou známy různé formy **potravinových alergií**. Atopikům se většinou nedoporučuje požívat mléčné výrobky, vejce, dráždivá jídla, sóju, čokoládu a dráždivou zeleninu a ovoce. Ale jedná se pouze o doporučení, neboť alergie na potraviny je vysoce specifická a je na každém, aby odhalil, co ji způsobuje.

Zhoršení se také typicky objevuje na **jaře** a na **podzim** v důsledku klimatických podmínek.

Prevence atopického ekzému

Jelikož velkou zásluhu na onemocnění mají genetické predispozice, žádná opravdu účinná prevence neexistuje. Pokud trpí touto nemocí oba rodiče, je pravděpodobnost vzniku ekzému u potomka cca 80 %. Pokud má ekzém jen jeden z rodičů, je tato pravděpodobnost kolem 55 %.

Postiženy mohou však být i děti, které žádné předky s podobným onemocněním nemají. Důležitou roli totiž hraje i souhra vnitřního a zevního prostředí a intenzita provokačních faktorů. Jestliže je alespoň jeden z rodičů atopik, doporučuje se vyhýbat při kojení zejména potravinovým alergenům a **kojit minimálně 6 měsíců**.

Příznaky a projevy atopického ekzému

Atopický ekzém je zánětlivé kožní onemocnění, projevující se **suchou pokožkou, zarudnutím, zduřením a svěděním**. Může však přejít i do formy **mokvajících pupínek**, kde je riziko zanesení infekce podstatně větší.

Většinou se objevuje již v kojeneckém věku a v dospělosti vymizí. Příznaky se liší podle toho, v jaké formě se ekzém vyskytuje. Formy máme tři, a to kojeneckou, dětskou a formu dospělých.

Kojenecká forma atopického ekzému

Většinou se objevuje kolem 3. měsíce od narození. Projevuje se červenými **pupínky** až puchýřky s **šupinami** nebo mokváním na tvářích, bradě, trupu, končetinách či hlavě. Ekzém je **velice svědivý** a pro děti nepříjemný. Kojenci jsou neklidní a často se probouzí ze spánku.

Dětská forma atopického ekzému

V tomto období již začíná uložení ekzému odpovídat typickému výskytu. Tzn., že se objevuje **v loketních a podkoleních jamkách, pod hýžděmi**, popř. na rukou a nohou.

Ekzém se začíná projevovat několika stupni postižení. Od hrubé, suché pokožky může velice snadno přejít přes puchýře k mokvajícím skvrnám a poté k praskajícím šupinám. Kolem sedmého roku věku se asi u 50% ekzém zhojí.

Forma atopického ekzému u dospělých

Tento druh buď přetrvává z dětství, nebo může vzniknout až v dospělosti. Místa postižení jsou podobná dětské formě, výjimečně může být navíc postižena kůže obličeje a krku.

Léčba atopického ekzému

Mezi zásady úspěšné léčby patří především snaha o odstranění známých alergenů, tzn. vytvořit kolem sebe **hypoalergenní prostředí**. V obytných prostorech by se mělo často vysávat, odstranit koberce, péřové peřiny a polštáře a jiné chytače prachu. K nim patří i zvířata se srstí a peřím, nejagresivnější jsou alergeny z koček a hlodavců. Dále by se v prostorech, kde žijí atopici, nemělo kouřit, dokonce ani z kamen, a dráždivě působí i výpary, např. z nátěrových hmot. Proto je také důležité pravidelné a dostatečné větrání.

Atopici by také neměli užívat běžné přípravky denní hygieny a kosmetiky, ale **výrobky určené pro lidi s citlivou pokožkou**. Mýdla, saponáty, tělová mléka, atd. by měla vždy na kůži atopiků působit šetrně a po jejich použití by se nemělo objevit zhoršení. Do vlažné koupele se mohou přidávat **speciální oleje** a ihned po ní by se měly aplikovat **ošetřovací krémy**, které udržují pokožku hydratovanou. Zevní léčba spočívá i v udržování šetrného hygienického režimu. Doporučuje se sprchování vlažnou vodou, a to nepřilížit dlouhou dobu (stačí cca 3 minuty). Vhodné je nosit **oděvy z bavlny**, které jsou vzdušné a zabraňují pocení. Od úporného svědění mohou pomoci i studené obklady nebo studený krém a na noc se doporučuje nosit bavlněné rukavice. Základem léčby je však **důkladné promazávání** promašťujícími mléky, krémy, mastmi či koupelovými oleji.

Svědivým projevům částečně zabrání **antihistaminika** a kromě toho lékaři většinou předepisují **místní kortikoidy**. Ty jsou neúčinnější součástí léčby, neboť mají velmi silné protizánětlivé účinky. Bohužel ale ani tyto hormonální preparáty nejsou zcela bez vedlejších účinků. Při nesprávném dávkování kortikosteroidů může dojít ke vzniku šedého zákalu, atrofii kůže s rozšířením cév, vzniku nadměrného ochlupení aj. Tomu lze však předejít dodržováním určitých zásad. Po zlepšení se snažíme postupně s jejich nanášením ustupovat, až je vysadíme úplně.

Léčba kortikoidy je pouze místní, to znamená, že kortikoidovou mast nanášíme pouze na postižené místo, a užíváme jen nezbytné množství přípravku. Kortikoidy nemají preventivní účinky, jak si mnoho lidí myslí, a k jejich užívání je nutný předpis lékaře. **Nikdy neužívejte tyto přípravky bez doporučení dermatologa**, neboť jen on Vám předepíše prostředky, které se pro Vás nejlépe hodí. Kortikoidů je totiž obrovské množství a je vhodné používat jen farmaka takové síly, která stačí chorobu zvládat, nikdy ne silnější!

Novinkou v léčbě atopického ekzému jsou **místní imunomodulancia** v podobě krému a masti. Používají se zatím jen v případech, kde běžná léčba selhává. Velkým plusem těchto farmak je, že

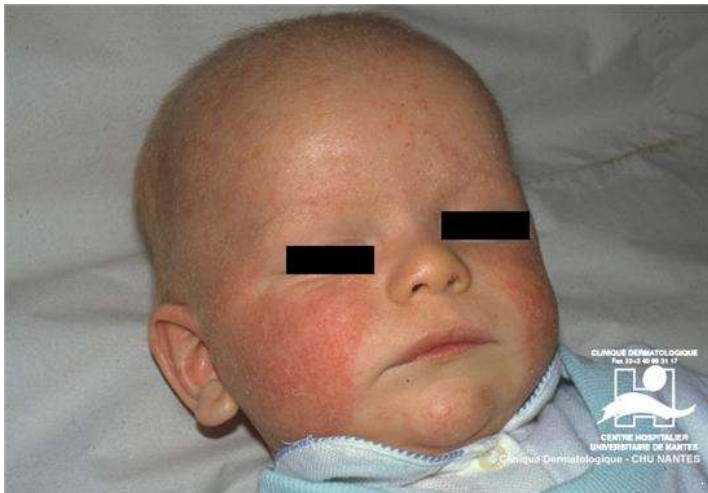
zatím nebyly zjištěny žádné nežádoucí účinky. Proto se doporučují i k dlouhodobému užívání a lze jimi dokonce i předejít novým výsevům ekzému.

„Kůže je obrazem Vaší duše.“ Toto tvrzení je důkazem toho, že psychický stav jedince má na průběh podobného onemocnění obrovský vliv. Pokud tedy máte psychické problémy, nebojte se navštívit **psychosomatického dermatologa** či **psychologa**. Léčba psychoterapií má prokazatelné účinky na zmírnění atopických obtíží.

Kromě výše popsané každodenní léčby se doporučují **lázeňské a přímořské pobyty**. Součástí léčby může být i **phototerapie**, což je záměrné vystavování kůže UV paprskům z umělých zdrojů. To se odehrává na speciálních pracovištích pod odborným dohledem.

Komplikace atopického ekzému

Nejčastější komplikace bývají důsledkem úporného škrábání, které poškodí kožní bariéru a umožní proniknutí nejrůznějších **infekcí**. Např. druhotná bakteriální infekce způsobená **zlatým stafylokokem**, infekce **virem oparu** (herpes simplex), **bradavice**, aj.



Obr 1 Kojenecká forma atopického ekzému



Obr 2 Dětská forma atopického ekzému (loketní a podkolenní jamky)



Obr 3 Atopický ekzém v dospělosti – celkové přesušení a zhrubění kůže