

Έκζεμα

ΕΚΖΕΜΑ- ΟΡΙΣΜΟΣ

- ▶ Το εκζεμα αποτελεί μια χρόνια φλεγμονώδης αντίδραση του δέρματος
- ▶ Η λέξη έκζεμα προέρχεται από την ελληνική λέξη εκ-ζέω που σημαίνει «εκ-βράζω» και που περιγράφει καλά την κατάσταση του δέρματός σας όταν έχετε έκζεμα. Προκαλεί συμπτώματα όπως η ερυθρότητα, η φαγούρα και το φλεγμαίνον δέρμα που συχνά συνοδεύεται από σχηματισμό φλυκταινών.
- ▶ Οι λέξεις έκζεμα και δερματίτιδα έχουν την ίδια σημασία και αναφέρονται σε μία κατάσταση του δέρματος που έχει πολλές διαφορετικές αιτίες, αλλά συνήθως χαρακτηρίζεται από ξηρότητα, κνησμό, ερυθρότητα και φλεγμονή του δέρματος.
- ▶ Επομένως, έκζεμα είναι η ονομασία ενός συνόλου δερματικών παθήσεων που ως κοινό χαρακτηριστικό έχουν τα παραπάνω συμπτώματα.
- ▶ Παρουσιάζεται πολύ συχνά σε βρέφη και παιδιά, ωστόσο, είναι συχνό και στους ενήλικες.



Το έκζεμα μπορεί να είναι **ενδογενές** ή **εξωγενές**.

- ▶ Το **ενδογενές** το δημιουργεί ο ίδιος ο οργανισμός και είναι απόρροια γενετικής προδιάθεσης, ενώ μπορεί να εκδηλωθεί ως **ατοπική δερματίτιδα**, σμηγματορροϊκή δερματίτιδα ή δυσιδρωσικό έκζεμα.
- ▶ Το **εξωγενές** οφείλεται σε εξωτερικούς παράγοντες που το επηρεάζουν και μπορεί να είναι η **δερματίτιδα εξ επαφής**, δηλαδή η δερματίτιδα που προκαλείται λόγω επαφής με κάποια ερεθιστική ουσία ή λόγω αλλεργικής αντίδρασης.

Συνήθεις αίτια εκζέματος

- ▶ γενετικοί παράγοντες
- ▶ η ξηρότητα του δέρματος (νομισματοειδές)
- ▶ το υλικό παπουτσιών και καλτσών (νεανική πελματική δερματοπάθεια)
- ▶ το άγχος και η εξάντληση αποτελούν αιτίες ανάπτυξης εκζέματος (σμηγματορροϊκό, δυσιδρωτικό, νευροδερματίτις)
- ▶ η αυξημένη επαφή με σαπουνία και απορρυπαντικά καθώς και το συνεχές βρέξιμο των χεριών μπορεί να προκαλέσουν έκζεμα (ερεθιστική δερματίτις)
- ▶ επαφή με βιομηχανικά προϊόντα (αλλεργική δερματίτις) (μέταλλα, ελαστικά, ρητίνες, ρούχα, φυτά, φως, αρώματα, καλλυντικά, φάρμακα)

Συμπτώματα

Τα πιο συνηθισμένα συμπτώματα με τα οποία εκδηλώνεται το έκζεμα είναι:

- ▶ Έντονη φαγούρα
- ▶ Φουσκάλες με υγρό
- ▶ Κοκκίνισμα του δέρματος
- ▶ Ξηρότητα
- ▶ Εξανθήματα
- ▶ Εκδορές
- ▶ Πάχυνση
- ▶ Εφελκίδες
- ▶ Ρωγμές



Τι μπορεί να επιδεινώσει το έκζεμα?

Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που μπορεί να επιδεινώσουν το έκζεμα.

- ▶ ψυχικό και σωματικό stress
- ▶ χαμηλή θερμοκρασία περιβάλλοντος
- ▶ ξηρή ατμόσφαιρα
- ▶ συχνή επαφή με νερό και ερεθιστικές ουσίες

Για παράδειγμα σε περιόδους της ζωής μας που εξαντλούμαστε περισσότερο ή αγχωνόμαστε το έκζεμα μπορεί να επιδεινωθεί. Το ίδιο ισχύει και όταν ο καιρός είναι κρύος γιατί προκαλεί ξηρότητα στο δέρμα. Επίσης άτομα που έχουν εκζέματα είναι καλό να μην έρχονται σε επαφή με ερεθιστικά για την επιδερμίδα προϊόντα. Μεγάλη προσοχή πρέπει να δίνεται και στην περίπτωση που παρατηρείται φαγούρα γιατί το ξύσιμο μπορεί να σκίσει την επιδερμίδα.

Στάδια εκζέματος

Ανάλογα με το βαθμό φλεγμονής το εκζεμα χωρίζεται σε:

- ▶ Οξύ: όπου παρατηρείται έντονη ερυθρότητα, οίδημα, φουσαλίδες και ορώδες εξίδρωμα και πόνο ή κνησμό
- ▶ Υποξύ: εμφάνιση εφελκίδων
- ▶ Χρόνιο: το οποίο χαρακτηρίζεται από
 - ▶ ερυθρότητα
 - ▶ πάχυνση του δέρματος
 - ▶ ξηρότητα
 - ▶ απολέπιση
 - ▶ σχηματισμό ρωγμών
 - ▶ κνησμό

Τύποι εκζέματος:

- ▶ Εξωγενές εκζεμα ή δερματίτιδα εξ επαφής: όπου η φλεγμονή οφείλεται σε επαφή με κάποια ουσία, και σε αυτή την κατηγορία ανήκουν:
 - ▶ η ερεθιστική δερματίτιδα: το δέρμα έρχεται σε επαφή με κάποια ερεθιστική ουσία όπως τα απορρυπαντικά και έχει τη μορφή οξέος ή χρόνιου εκζέματος
 - ▶ η αλλεργική δερματίτιδα: το δέρμα έρχεται σε επαφή με κάποιο αλλεργιογόνο όπως μέταλλα, βαφές, αρώματα και έχει τη μορφή οξέος εκζέματος

Τύποι εκζέματος

- ▶ Ενδογενές: το οποίο χωρίζεται σε:
 - ▶ ατοπική δερματίτιδα: η οποία αποτελεί μια χρόνια δερματοπάθεια και εμφανίζεται σε άτομα με γενετική προδιάθεση στη βρεφική ηλικία συνήθως
 - ▶ σημηγορροϊκή δερματίτιδα: είναι χρόνια δερματοπάθεια και εμφανίζεται πιο συχνά σε άνδρες, επιδεινώνεται τους χειμερινούς μήνες και σε περιόδους έντονου άγχους
 - ▶ νομισματοειδές έκζεμα: εμφανίζεται πιο συχνά στους άνδρες τη χειμερινή περίοδο και έχει τη μορφή κυκλικών πλακών
 - ▶ δυσιδρωσικό έκζεμα: πρόκειται για οξεία δερματίτιδα που οφείλεται σε γενετική προδιάθεση με επιβαρυντικά παράγοντα, το άγχος και εντοπίζεται στις παλάμες και τα πέλματα. Έχει εποχική κατανομή.
 - ▶ νεανική πελματιαία δερματοπάθεια
 - ▶ νευροδερματίτις
 - ▶ δερματίτις εκστάσεως (κίρσοειδές έκζεμα)

Διάγνωση

- ▶ Η διάγνωση του εκζέματος γίνεται μέσω κλινικής εξέτασης και λήψης ιστορικού.
- ▶ Μέσα από δερματικές δοκιμασίες (αλλεργικά τεστ) μπορεί να διαπιστωθεί τυχόν ευαισθησία ή αλλεργία σε ουσίες. Τα αλλεργικά τεστ γίνονται πάντα από εξειδικευμένο δερματολόγο.



Επιπλοκές εκζέματος

- ▶ λοιμώξεις δέρματος (από μικρόβια και ιούς)
- ▶ μεταφλεγμονώδης υπο- και υπερ- μελάγχρωση.

Πρόληψη εκζέματος

Ασθενείς με έκζεμα μπορούν να ακολουθήσουν απλές συμβουλές που θα μπορούν μειώσουν τις εξάρσεις και την σοβαρότητα του εκζέματος. Έτσι, είναι καλό να

- ▶ ενυδατώνουν συχνά το δέρμα τους
- ▶ περιορίσουν τη χρήση μάλλινων και συνθετικών ρούχων
- ▶ ρυθμίσουν παράγοντες όπως η υγρασία και η θερμοκρασία του σπιτιού τους
- ▶ αποφεύγουν την επαφή του δέρματος με ερεθιστικές ουσίες

Θεραπεία

- ▶ Η θεραπεία του εκζέματος στοχεύει στη βελτίωση της ποιότητας της ζωής των ασθενών, την ενυδάτωση του δέρματος και την πρόληψη των παραγόντων που το προκαλούν.
- ▶ Έτσι συστήνονται κορτιζονούχες κρέμες για τη βελτίωση της εικόνας του δέρματος για περιορισμένο διάστημα.
- ▶ Αντιβιοτικά όταν εντοπιστούν επιμολύνσεις και αντισταμινικά και κορτικοστεροειδή σε πιο δύσκολες περιπτώσεις. Υπάρχει και η μέθοδος της φωτοθεραπείας η οποία συστήνεται όταν το εκζεμα δεν υποχωρεί.