

Kojenecké opruzeniny

Kojenecká forma atopického ekzému (lidově se jí říká "ouročky") může být laikem také zaměněna za opruzeniny. Často se vyskytuje na bradičce, tvářičkách, krku. Začíná mezi 2. a 6. měsícem po narození a může se rozšířit na celou hlavu, tělíčko, ruce a nohy. Kůže v postižených místech nejdříve zčervená, na povrchu se vysévají drobné pupínky a puchýřky, dochází k mokvání a povrch se pokrývá stroupky a šupinami. Opruzeniny jsou provázeny úporným svěděním, děti se musejí škrábat, jsou neklidné a špatně spí.

Kontaktní ekzém u kojence může mít rovněž umístění a vzhled vyrážky, nebo opruzeniny. Vždy je zodpovědný alergen, na který je pokožka miminka citlivá. Může se jednat o reakci na dětskou kosmetiku, prací prášek, na materiál z něhož je vyrobené oblečení, nebo na jednorázové plenky. Reakce je lokální – pouze v místech, kde citlivá pokožka přichází s alergenem do styku. Vyrážka se projevuje podobně jako atopický ekzém, včetně silného svědění

Kontaktní ekzém u kojence může mít rovněž umístění a vzhled vyrážky, nebo opruzeniny. Vždy je zodpovědný alergen, na který je pokožka miminka citlivá. Může se jednat o reakci na dětskou kosmetiku, prací prášek, na materiál z něhož je vyrobené oblečení, nebo na jednorázové plenky. Reakce je lokální – pouze v místech, kde citlivá pokožka přichází s alergenem do styku. Vyrážka se projevuje podobně jako atopický ekzém, včetně silného svědění.

Jak předcházet opruzeninám u kojenců

Ihned po narození bývá kůže dítěte hladká. Vzápětí však dochází k jejímu přirozenému olupování, které trvá od dvou do dvaceti dnů. Po tuto dobu je možné pokožku po vykoupání ošetřovat slunečnicovým nebo olivovým olejem.

Koupat se dítě nemusí každý den, někdy stačí pouze omývat obličej, ruce a hýždě – místa zapáčky. Teplota vody má být 36 – 37 °C. K mytí je nevhodnější dětské mýdlo s obsahem glycerinu. Pravidelně se doporučují mydlit jen místa vlhké zapáčky, ruce, nohy a zadeček. Na celé tělo je možné použít mýdlo jen jednou týdně. Se stejnou frekvencí se myjí i vlásky, zpočátku jen mýdlem. Později, když jsou vlasy hustší, se již používá dětský šampon, který by neměl pálit a dráždit oči. Jako přísada do koupele nejsou vhodné pěny, protože kůži zbytečně vysušují. Olejové emulze se do koupele přidávají pouze u dětí se suchou a podrážděnou pokožkou. I tak je u těchto dětí nevhodný dlouhý pobyt ve vodě. Zvláštní pozornost je třeba věnovat chlorované vodě. Vysoká koncentrace chloru a zvýšená citlivost pokožky mohou vést k projevům dermatitidy. V takových případech lze používat speciální filtry na vodu nebo alespoň vodu převařujeme (chlor se odpařuje).

Důležitá je průběžná péče o plenkovou oblast. Základem prevence opruzenin je pečlivé očištění kůže od zbytků stolice pod tekoucí vodou nebo čistícími ubrousky. Nevhodné je používání detergentních mýdel. Při přebalování necháme zadeček chvíli volně a osušenou kůži ošetříme ochrannou masť určenou pod plenky nebo masť proti opruzeninám.

Můžeme používat také zinkovou pastu nebo jiné složky, které zvyšují obranyschopnost kůže.

Zásyp se na podrážděnou a zvláště vlhkou pokožku nehodí. Nevhodné jsou i masti, které zabraňují přístupu vzduchu k pokožce.

Když už problém s opruzeninami nastal

Vyskytne-li se u miminka zrudnutí pokožky, pupínky, stroupky, děťátko při ošetřování pláče, je neklidné a rozmrzelé, je potřeba nejprve zklidnit podrážděnou pokožku.

Dítě musíme častěji přebalovat, delší dobu je ponechat volně bez plen, použít bylinné koupele (slez) ke zklidnění kůže a mast na opruzeniny (Bepanthen, Rybilka, zinková mast, Ondřejova mast, kalciová mast). Častěji prohlížet záhyby kůže a zavčas odstraňovat kožní maz a drť, které se v teple velmi rychle rozkládají a dráždí kůži.

Při přebalování preferuje pleny na jedno použití, pokud používáte pouze tento typ a přesto k opruzeninám dochází, vyměňte značku.

Vyměňte i používanou kosmetiku, včetně ubrousků a prací prostředek. Pokud nedochází při pečlivém ošetřování ke zlepšení, může jít o infekci nebo výše zmíněná kožní onemocnění - ekzém a je třeba konzultace s lékařem.

V případě ekzémů se pak aplikují kortikosteroidní masti a důkladná prevence.

Ochrana proti venkovním vlivům

V zimním období je nutné myslet na ochranu obličeje proti mrazu. Před procházkou se musejí na obličej aplikovat masti nebo krémy na bázi voda v oleji, při teplotách kolem nuly je vhodný například tzv. Infadolan (vazelina s vitamínem A a D). Při teplotách pod minus 5 °C by kojenci neměli chodit ven.

O pokožku dětí je potřeba pečovat i v létě, důležitá je ochrana před slunečním zářením. Obecně platí, že kojence nevystavujeme přímému slunci z několika důvodů: spáleniny, přehřívání organismu, prevence rakoviny kůže v dospělosti. Ochrannou "opalovací" kosmetiku, doporučujeme používat až u dětí od 6 měsíců věku. Do té doby se kůže chrání před sluncem lehkým oděvem. Děti do 3 let věku by měly používat krémy s přírodním ochranným slunečním filtrem. Ty obsahují pigmentové částice (např. oxid titaničitý nebo oxid zinečnatý), které blokují průchod slunečního světla. I u vodostálých krémů se musí jejich aplikace během dne několikrát opakovat.