

Télen súlyosbodnak a krónikus bőrbetegségek tünetei

A hideg, a száraz levegő és a kevesebb napfény a téli hónapokban súlyosbíthatja az olyan krónikus bőrbetegségek tüneteit, mint a pikkelysömör, a rozacea, vagy a szárazságekcéma, az úgynevezett atópiás dermatitisz. Ez azonban megfelelő bőrápolási rutinnal, időben megkezdett kezelésekkel enyhíthető, és az érintettek jóval enyhébb panaszokkal vészelhetik át a telet – mondja dr. Kovács Anikó, a Semmelweis Egyetem Bőr-, Nemikórtani és Bőronkológiai Klinika bőrgyógyásza.

Az atópiás dermatitisz és a pikkelysömör azok közé a krónikus bőrbetegségek közé tartoznak, amelyek kifejezetten érzékenyek az évszakok változására. „Atópiás dermatitisz esetén míg nyáron a napfény gyulladáscsökkentő hatásának és a magasabb páratartalomnak köszönhetően sokak akár tünetmentessé is válhatnak, addig télen gyakran látványosan romlik a bőr állapota: piros lesz, hámlik és nagyon viszket. Sőt, akár az éjszakai alvást is megnehezítheti, kialvatlanságot és krónikus stresszt okozva a betegeknek” – mondja dr. Kovács Anikó. Hozzáteszi: a panaszok még azoknál is fokozódhatnak, akik egész évben gyógyszert szednek. A pikkelysömör téli fellángolása részben a napfény- és D-vitamin-hiánnyal magyarázható. A betegség kifejezetten jól reagál napfényre, a fénykezelés gyakori és hatékony eleme a terápiának. A páciensek jelentős része továbbá nem gondoskodik a D-vitamin pótlásáról, ami hozzájárulhat a tünetek romlásához.

A rozacea esetében elsősorban a hirtelen hőmérsékletváltozás okoz problémát. Sokaknál már az is azonnali állapotromlást okoz, ha a fűtött helyiségekből kimennek a hidegbe, majd vissza. A pattanásos (aknés) bőrűek is gyakran tapasztalnak ilyenkor állapotrosszabbodást, bár ennek mértéke általában kisebb, mint a többi említett bőrbetegség esetében.

A szakember felhívja a figyelmet, hogy a panaszok erősödése leginkább a bőrszárazság, a nem megfelelő bőrápolás és a rossz szokások miatt következik be. A hosszú, forró fürdők, az erős illatanyaggal rendelkező szappanok és testápolók használata egyaránt ronthatják a bőr állapotát.

Hidegben jelentősen kevesebb verejték és faggyú termelődik, mint melegben, így a bőr eleve szárazabb. Emellett a fűtés szárítja a levegőt, ami tovább fokozza a bőr vízvesztését

– teszi hozzá. A kézekcéma is sokkal gyakoribb a téli hónapokban a rendszeresebb kézmosás, a hideg és a száraz levegő miatt. A szeborreás dermatitisz pedig a hajas fejbőrön és az arcon okoz piros, hámló tüneteket. A sapkaviselés, a ritkább hajmosás és a napfény gyulladáscsökkentő hatásának hiánya szintén hozzájárul a panaszok gyakoribb előfordulásához.

A bőrgyógyász hangsúlyozza: az érintettek a bőrápolásban használjanak zsírosabb készítményeket, fontos, hogy vizes bázisú krémek alkalmazása után ne menjünk azonnal a hidegbe: legalább fél-egy órát érdemes ilyenkor várni. A megfelelő ruházat is számít, különösen atópiás dermatitisz esetén, mert a műszál anyagok tovább irritálhatják a bőrt, ezért nekik a pamutruházat viselése ajánlott. Továbbá hideg időben különösen fontos, hogy ha tehetjük, kézmosás helyett kézfertőtlenítőt használjunk, s így sok esetben megelőzhetjük a kézekcémát vagy ennek súlyosbodását.

Pikkelysömör (psoriasis): egy krónikus, gyulladásos bőrbetegség, amelynek során a bőr sejtjei túl gyorsan osztódnak. Ez vörös, gyulladt, hámló foltokat és fehér pikkelyeket okoz leggyakrabban a könyökön, térdén, fejbőrön vagy deréktáján. Nem fertőző, gyakran hullámzó lefolyású: időnként javul, máskor fellángol. A tüneteket ronthatja a stressz, a fertőzések, a hideg idő, a bőrsérülés vagy

bizonyos gyógyszerek.

Rozacea: egy krónikus bőrgyulladás, amely főként az arcon jelentkezik tartós pirossággal, értágulatokkal és fokozott bőrérzékenységgel. Gyakran hullámzó, időszakosan fellángoló betegség. A panaszokat ronthatja a hőmérséklet-változás, a stressz, az alkohol, a fűszeres ételek, a napfény vagy bizonyos kozmetikumok. Nem fertőző, de kezeletlenül fokozatosan rosszabbodhat.

Atópiás dermatitisz (szárazságekcéma): egy krónikus, gyulladásos, erősen viszkető bőrbetegség, amely főként száraz, kipirosodott, hámló foltokkal jelentkezik. Gyakran már gyermekkorban megjelenik, és időnként javulhat vagy fellángolhat. A bőr vízmegtartó képessége ilyenkor gyengébb, ezért könnyebben kiszárad és irritálódik. A tüneteket fokozhatja a hideg, a száraz levegő, a stressz, az allergének, az erős tisztítószeres vagy bizonyos ételek. Nem fertőző, megfelelő bőrápolással jól kordában tartható enyhébb betegség esetén, súlyosabb esetben állandó kezelést igényel.

Sajtókapcsolat:

- +36 20 670 1574
- hirek@semmelweis.hu

Eredeti tartalom: Semmelweis Egyetem

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/?p=28124>