

Р.М. Торшхоева<sup>1, 2</sup>, Л.С. Намазова-Баранова<sup>1, 2, 3</sup>, А.И. Ермилова<sup>1</sup>, А.Ш. Хазбулатова<sup>1</sup>, О.И. Мурадова<sup>1, 2</sup>

<sup>1</sup> Научный центр здоровья детей РАМН, Москва, Российская Федерация

<sup>2</sup> Первый Московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова, Российская Федерация

<sup>3</sup> Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова, Москва, Российская Федерация

## Уход за кожей — основное условие успешной наружной терапии детей, больных атопическим дерматитом

### Контактная информация:

Торшхоева Раиса Магомедовна, доктор медицинских наук, заведующая отделением восстановительного лечения детей с заболеваниями кожи НИИ профилактической педиатрии и восстановительного лечения ФГБУ «НЦЗД» РАМН

Адрес: 119991, Москва, Ломоносовский проспект, д. 2, стр. 1, тел.: (499) 134-01-58, e-mail: oszt@nczd.ru

Статья поступила: 02.04.2013 г., принята к печати: 25.04.2013 г.

*Постоянный уход за кожей детей, больных атопическим дерматитом, является одним из основных аспектов лечения, которому необходимо уделять достаточно внимания и времени. Регулярный прием ванн, использование смягчающих средств, препаратов, улучшающих кровообращение и питание кожи, позволяют значительно уменьшить выраженность таких проявлений болезни, как сухость, зуд, шелушение и утолщение кожи, а значит, снизить темпы прогрессирования болезни и предупредить развитие инфекционных осложнений.*

**Ключевые слова:** дети, атопический дерматит, уход за кожей.

(Вопросы современной педиатрии. 2013; 12 (2): 142–144)

Кожа ребенка по своему строению и функциональным особенностям отличается от кожи взрослого. Как и у взрослых, она состоит из эпидермиса (верхнего слоя кожи) и дермы. Однако эпидермис очень нежный, тонкий, состоит из 2–3 слоев ороговевших клеток, вследствие чего легко отделяется от дермы.

Функции кожи многообразны, но главная из них — защита от грубых механических, химических воздействий. У детей первых лет жизни эта функция недостаточна ввиду тонкого эпидермиса и богатого кровоснабжения [1].

Чрезмерное раздражение кожи может стать причиной беспокойства ребенка, нарушения сна и нейротрофической функции и привести к развитию дистрофии.

В коже детей, страдающих атопическим дерматитом, также происходят изменения в строении эпидермиса, обуславливающие нарушение целостности гидролипидной пленки, выполняющей защитную функцию, что ведет к потере влаги, развитию сухости, шелушения и в итоге к зуду, гиперкератозу, образованию микротрещин. Все это еще больше способствует проникновению аллергенов, микроорганизмов и развитию воспаления [2].

В настоящее время не вызывает сомнений тот факт, что наружная терапия является патогенетически обоснованной и показана каждому пациенту, страдающему атопическим дерматитом. Вместе с тем рекомендации по наружной терапии, включая

R.M. Torshkhoeva<sup>1, 2</sup>, L.S. Namazova-Baranova<sup>1, 2, 3</sup>, A.I. Ermilova<sup>1</sup>, A.Sh. Khazbulatova<sup>1</sup>, O.I. Muradova<sup>1, 2</sup>

<sup>1</sup> Scientific Centre of Children Health, RAMS, Moscow, Russian Federation

<sup>2</sup> I.M. Sechenov First Moscow State Medical University, Russian Federation

<sup>3</sup> Pirogov Russian National Research Medical University, Moscow, Russian Federation

## Skin Care as a Main Condition for Successful External Treatment in Children with Atopic Dermatitis

*Constant skin care in children with atopic dermatitis is one of the main aspects of treatment, which demands special attention and much time. Taking bath regularly, usage of emollient remedies and preparations improving blood circulation and skin trophicity allow to significantly decrease intensity of such pathological symptoms as dryness, pruritus, cutaneous desquamation and thickness, and consequently — to reduce the speed of disease progression and prevent development of infectious complications.*

**Key words:** children, atopic dermatitis, skin care.

(Voprosy sovremennoy pediatrii — Current Pediatrics. 2013; 12 (2): 142–144)

уход за кожей и правильное применение местных препаратов, до сих пор не нашли должной поддержки у практикующих врачей, а следовательно, и у больных. Более того, современные знания и достижения в лечении атопического дерматита не всегда востребованы на практике и сводятся главным образом к назначению топических кортикостероидов и/или симптоматических средств в виде различных дерматологических прописей, тогда как увлажнение и смягчение кожи является ключевым моментом терапии атопического дерматита. Важность наружной терапии прежде всего объясняется необходимостью восстановления и поддержания целостности кожного барьера, нарушение которого — один из основных моментов, влекущих за собой усиленную трансэпидермальную потерю воды и развитие повышенной чувствительности кожи к различным воздействиям.

Целью ухода за кожей при атопическом дерматите является поддержание оптимальной влажности, сохранение или восстановление жирового слоя, стимуляция роста новых клеток вместо погибших, предотвращение раздражения и повреждения верхних слоев кожи [1, 2].

Атопический дерматит требует ухода за кожей в любой фазе заболевания (обострение/ремиссия). Даже при отсутствии клинических симптомов болезни необходимо продолжать осуществлять общий уход за кожей, включающий регулярное использование увлажняющих средств [1, 3].

Нередко только правильный уход дает возможность предупредить или резко сократить число обострений заболевания, поскольку позволяет защитить ее от воздействия вредных внешних факторов, сохранить влагу, избежать инфицирования. Указанные мероприятия позволяют существенно увеличить продолжительность ремиссии.

Как уже было отмечено, кожа детей с атопическим дерматитом высоковосприимчива к воздействиям окружающей среды. Именно поэтому, начиная планомерный уход за ней, следует исключить раздражающие факторы, которые могут вызывать обострение или поддерживать зуд [1, 2, 4]. Для этого необходимо:

- обеспечивать высокую влажность и соответствующую температуру воздуха в комнате;
- использовать белье из мягких натуральных тканей;
- выбирать для стирки специальные стиральные порошки, выполнять двойное полоскание, не допускать использования накрахмаленного белья и обработки его кондиционерами;
- избегать повышенного потоотделения;
- предотвращать расчесывания кожи (следует коротко стричь ногти и использовать носки и перчатки);
- избегать стресса.

Одной из распространенных ошибок является запрет на купание детей, особенно при обострении атопического дерматита. Напротив, эти пациенты нуждаются в ежедневном 10–20-минутном купании, которое очищает и увлажняет кожу, улучшает проникновение лекарственных препаратов, предотвращает инфицирование, создает чувство комфорта и доставляет удовольствие

ребенку. При купании детей необходимо соблюдать простые правила:

- не пользоваться мочалками и не растирать кожу;
- применять высококачественные моющие средства с нейтральным pH (5,5);
- промокнуть (но не растирать досуха!) полотенцем кожу после купания;
- нанести на еще влажную кожу, особенно на участки повышенной сухости, специальные смягчающие средства ухода за кожей ребенка-атопика;
- принимать целесообразнее ванну, чем душ;
- вода для купания не должна быть горячей (35–36°C);
- не применять хлорированную воду (ее следует отстаивать в течение 1–2 ч или пропустить через очистное устройство);
- для гигиены ребенка применять только гипоаллергенные шампуни и гели для душа, не содержащие в составе мыла.

После проведения водных процедур на кожу всего тела, особенно рук и лица, необходимо наносить специальные средства для смягчения и увлажнения. При необходимости смягчающие средства можно использовать до 4 раз в сут.

Ранее все познания в области ухода за кожей ребенка ограничивались представлениями об обработке кожи новорожденных и детей раннего возраста детским кремом. В настоящее время в арсенале врача присутствует достаточное число увлажняющих и смягчающих лечебно-косметических средств, специально созданных для ухода за кожей больных, страдающих аллергическими дерматитами и в первую очередь — атопическим дерматитом. Эти средства предлагают многие зарубежные и отечественные производители, и умение ориентироваться в них является одним из показателей уровня грамотности врача. Он должен рекомендовать средства ухода за кожей в зависимости от стадии и активности процесса, индивидуальной переносимости и экономических возможностей семьи ребенка.

Среди средств лечебно-косметического ухода при атопическом дерматите особого внимания заслуживает косметическая линия Эмолиум (Непентес, Польша). Это инновационная серия эмолентов — лечебная дерматологическая косметика, комплексно противодействующая причинам и последствиям сухой и склонной к атопии кожи, при этом не содержащая отдушек и красителей, разработанная в тесном сотрудничестве не только с дерматологами, но и с педиатрами.

Одним из представителей линии является специальный крем — современный эмомент, предназначенный для ухода за очень сухой кожей при таких заболеваниях, как атопический дерматит, ихтиоз, псориаз, экзема, красный плоский лишай. Специальный крем Эмолиум также рекомендован в качестве дополнительной терапии при местном применении топических кортикостероидов в период обострения, а также в стадии ремиссии. Крем можно наносить на лицо и поверхность всего тела. Благодаря тщательно подобранному составу, он эффективно устраняет причины и последствия сухости кожи: насыщает жирами и увлажняет эпидермис, ограничивает трансэпидермальную потерю воды, восстанавливает водно-

липидный слой, а также смягчает и придает эластичность коже и снимает зуд.

В состав крема входят следующие активные вещества.

- *Arlasilk Phospholipid GLA (2%)* —  $\gamma$ -линоленовая кислота. Она играет важную роль как строительный материал для клеток и тканей, доставляет коже необходимые ненасыщенные жирные кислоты, дополнительно укрепляет водно-липидный барьер эпидермиса, ограничивая трансэпидермальную потерю воды, увеличивает иммунологическую сопротивляемость организма и снимает раздражение, улучшает упругость и эластичность кожи.
- *Триглицериды кукурузного масла (3%)*. Благодаря содержанию в масле линолевой кислоты, они укрепляют гидролипидный барьер эпидермиса, насыщают кожу жировыми компонентами и ограничивают трансэпидермальную потерю воды, улучшают упругость и эластичность кожи, делают ее менее податливой к воспалительным реакциям, снимают зуд и препятствуют появлению раздражений.
- *Мочевина (5%)* — один из компонентов натурального увлажняющего фактора, действующий совместно с молочной кислотой, способствует связыванию воды кератиновыми волокнами и смягчает эпидермис, оказывает сильное противовоспалительное и антибактериальное действие, нормализует нарушенные процессы кератинизации (ороговения) эпидермиса.
- *Масло карите (6%)*. Обладает смягчающими, разглаживающими и насыщающими жиром свойствами, защищает и укрепляет межклеточный цемент и водно-липидный слой кожи, стимулирует метаболизм клеток и улучшает местное капиллярное кровообращение, эффективно защищает от вредного воздействия внешних факторов и уменьшает раздражение кожи.
- *Масло макадамии (3%)*. Содержит фитостерол и лецитин, хорошо насыщает жировыми компонентами, смягчает и придает коже эластичность, снимает раздражение и разглаживает шершавую и слишком сухую кожу,

обогащает необходимыми ненасыщенными жирными кислотами и фосфолипидами.

- *Гиалуронат натрия (2%)*, являющийся компонентом внеклеточного вещества, естественным образом присутствует в коже. Он проникает вглубь кожи и эффективно защищает ее от вредного воздействия внешних факторов, связывает воду в коже, обеспечивает соответствующую среду для деления кератиноцитов, дополнительно создает на поверхности кожи защитный слой, предохраняющий от потери воды клетками.
- *Парафиновое масло (5%)* — жидкий парафин. Представляет собой смесь твердых насыщенных углеводородов, создает на поверхности кожи защитный слой, предохраняющий от потери воды, смягчает, увлажняет и разглаживает эпидермис. Таким образом, названный крем:
  - представляет собой косметическое средство типа «вода в масле»;
  - продолжительно питает, насыщает жировыми компонентами;
  - устраняет зуд;
  - восстанавливает естественную гидролипидную мантию;
  - ограничивает трансэпидермальную потерю воды;
  - эффективен в терапии заболеваний, протекающих с сухостью кожи;
  - легко наносится на кожу, оставляя на ее поверхности тонкий слой;
  - не содержит красителей и ароматических веществ;
  - гипоаллергенен.

Крем можно применять для ухода за кожей детей с 1 мес жизни. Препарат получил положительную оценку Центра здоровья ребенка в Варшаве.

Дерматологическая косметика Эмолиум содержит уникальные эмоленты, обеспечивающие комплексную терапию сухой, очень сухой и склонной к атопии кожи, противодействующие причинам и последствиям сухости кожи и восстанавливающие ее естественную барьерную функцию.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аллергия у детей: от теории — к практике. Под ред. Л. С. Намазовой–Барановой. М.: *Союз педиатров России*. 2010–2011. 667 с.
2. Белоусова Т.А., Горячкина М.В. Современные представления о структуре и функции кожного барьера и терапевтические возможности коррекции его нарушений. *РМЖ*. 2004; 12 (18): 1082–1084.
3. Наружная терапия и уход за кожей при атопическом дерматите у детей. *Практ. рук-во для врачей*. Под ред. Л. Ф. Казначеевой. *Новосибирск*. 2003. 24 с.
4. Современная стратегия терапии атопического дерматита: программа действий педиатра. *Согласительный документ Ассоциации детских аллергологов и иммунологов России*. М. 2004.