

ΞΑΝΘΙΠΠΗ - ΑΡΓΥΡΩ ΚΟΥΤΣΟΥΚΟΥ

MD, MSc

ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΟΣ - ΑΦΡΟΔΙΣΙΟΛΟΓΟΣ

Αγίας Φωτεινής 50 - 52 Ν. Ιωνία 14231 (σταθμός ΗΣΑΠ Ν. Ιωνίας)

Τηλ./ Fax: 210 27 58 320 Κιν.: 6945 37 14 72

koutsoukou.derma@yahoo.gr

www.koutsoukou-dermatologos.gr

Τι είναι το έκζεμα χεριών;

Το έκζεμα των χεριών είναι μία από τις πιο συχνές μορφές δερματίτιδας, κυρίως σε ανθρώπους που ασχολούνται με νερά, όπως είναι οι νοικοκυρές, οι μαμάδες με μωρά, οι καθαριστές/καθαρίστριες, οι κομμωτές/κομμώτριες κ.ά.

Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του;

Το έκζεμα των χεριών χαρακτηρίζεται από ερυθρότητα, κνησμό, οίδημα, περιοχές με φυσαλίδες ή διαβρώσεις, ενώ, όταν χρονίσει, εμφανίζεται με πάχυνση του δέρματος και ρωγμές.

Πότε το λέμε χρόνια;

Το ονομάζουμε χρόνια, όταν επιμένει για πάνω από τρεις μήνες ή όταν εμφανίζεται περισσότερες από δύο φορές μέσα σε ένα χρόνο. Το χρόνια έκζεμα έχει σημαντικό αντίκτυπο στην ψυχολογία και την ποιότητα ζωής των πασχόντων.

Πού οφείλεται;

Κύρια αίτια θεωρούνται η υπερβολική έκθεση σε νερό, συμπεριλαμβανομένου και του συχνού πλυσίματος των χεριών, η χρήση ερεθιστικών χημικών ουσιών, όπως απορρυπαντικών, οξέων, αλκάλων, βιομηχανικών και οικοδομικών υλικών, η επαφή με ερεθιστικά φυτά, μεταλλικά αντικείμενα, ακατάλληλα γάντια κ.ά.

Πώς αντιμετωπίζεται το πρόβλημα;

1. Καταρχήν πρέπει να αποφεύγονται οι υπεύθυνοι παράγοντες, όπως το υπερβολικό πλύσιμο των χεριών.
2. Πρέπει να χρησιμοποιούνται κατάλληλα γάντια σε όλες τις εργασίες. Για τις οικιακές εργασίες συστήνω από μέσα χρήση λευκών ολοβάμβακων γαντιών τύπου παρέλασης και απ' έξω εφαρμογή των ελαστικών γαντιών.
3. Πλύσιμο των χεριών με απαλό σαπούνι. Συστήνω κάποιο σαπούνι για μωρά.

4. Μετά το πλύσιμο, απαλό σκούπισμα με μαλακή βαμβακερή πετσέτα.
5. Η συχνή χρήση μιας ενυδατικής κρέμας "φραγμού" είναι υψίστης σημασίας. Μια τέτοια κρέμα λειτουργεί σαν προστατευτικό φιλμ γύρω από τα χέρια. Συστήνω να βρίσκεται πάντα στην τσέπη και δίπλα στο κομοδίνο, ώστε να μην ξεχνιέται η εφαρμογή της.
6. Σε περίπτωση που το πρόβλημα είναι έντονο ή επιμένει, απευθυνθείτε στον δερματολόγο σας για να λάβετε κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή και οδηγίες.

ΞΑΝΘΙΠΗ - ΑΡΓΥΡΩ ΚΟΥΤΣΟΥΚΟΥ

MD, MSc

ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΟΣ - ΑΦΡΟΔΙΣΙΟΛΟΓΟΣ

