

Két hatékony kezelés:

ÚTMUTATÓ AZ EKCÉMA OTTHONI KEZELÉSÉHEZ

- Az ekcémának két fő kezelési módja van
- Mindkettőre szükség van, mert különböző módon segítenek megelőzni a súlyosbodást



Az ekcéma kezelésének további módjairól itt talál információkat:
EczemaCareOnline.org.uk

BŐRPUHÍTÓK Hidratáló krémek

Miért? A nedvességet a bőrbe zárva, a bőrt irritáló dolgokat távol tartva **csökkentik a fellángolásokat.**

Típus? Használhat hígabb vagy sűrűbb krémeket, géleket vagy kenőcsöket. Minden típus egyformán hatékony, de lehet, hogy Ön valamelyiket szívesebben használja. Válassza ki az Önnek megfelelőt:
www.bristol.ac.uk/eczema

Hol? Az **egész** testen használhatók.

Mikor? **Minden nap** alkalmazza őket. A hidratáló krémek használhatók az ekcéma fellángolásakor, és akkor is, amikor a bőr nem ekcémás.

Biztonságosak? **Igen.** Előfordulhat, hogy az első használatkor csípi a bőrt, de ez rövid idő múlva elmúlik.



HELYI KORTIKOSZTEROIDOK Fellángolást gátló krémek

Miért? A **fellángolások kezelésére**, amikor a bőr a szokásosnál jobban fáj vagy viszket.

Típus? Használhat krémeket vagy kenőcsöket. Az enyhe ekcémát általában enyhe fellángolást gátló krémmel kezelik. Közepes vagy súlyos, illetve nem javuló ekcéma esetén szükség lehet egy erősebb készítményre.

Hol? Fellángolás esetén vékony rétegben kenje be az ekcémás területet. A test különböző részein - például az arcon - különböző típusú krémekre lehet szükség.

Mikor? **Amint észleli a fellángolást**, kezdje el használni naponta egyszer. Ha az ekcéma már nem súlyosbodik, használja további két napig. Amennyiben 4 hétnél (kisbabák esetében 2 hétnél) hosszabb ideig használja, beszéljen kezelőorvosával.

Biztonságosak? **Igen.** A fenti utasítások követése mellett a fellángolást gátló krémek biztonságosak. A kezeletlenül hagyott fellángolás komolyabb problémákhoz vezethet.

Gyakran ismételt kérdések



Az ekcéma kezelésének további módjairól itt talál információkat:

EczemaCareOnline.org.uk

1. Kinek készült ez a tájékoztató?

Ez a tájékoztató egészségügyi szakemberek számára készült, hogy segítségével az ekcéma kezelésére vonatkozó, bizonyítékokon alapuló információkat megoszthassák az ekcémás betegekkel és az ekcémás gyermekek szüleivel. Ez a kezelési módszer minden korosztály számára alkalmas. Háziorvosi rendelőkben és gyógyszerházakban történő használatra készült.

2. Milyen bizonyítékon alapulnak ezek az információk?

A tájékoztatóban található információk a leírt kezelésekkel kapcsolatos klinikai vizsgálatok magas színvonalú áttekintésein (úgynevezett Cochrane-áttekintéseken), más kulcsfontosságú klinikai vizsgálati bizonyítékokon, valamint a betegek, szülők és egészségügyi szakemberek által adott visszajelzéseken alapulnak. A használt kutatási dokumentumokat a következő címen találja: eczemacareonline.org.uk/en/two-treatments-documents

3. Mi a teendő, ha aggályaim vannak a kezelési mód alkalmazásával kapcsolatban?

Az itt leírt kezelési mód az ekcéma kezelésének egyik leggyakrabban alkalmazott, legbiztonságosabb és leghatékonyabb módja, de nem biztos, hogy mindenkinek megfelel. Ha bármilyen aggálya van, vagy bármilyen mellékhatást tapasztal, forduljon orvosához vagy gyógyszerészéhez.

4. Mi a teendő, ha ez a módszer nem akadályozza meg az ekcéma súlyosbodását?

Ha ismétlődő, nehezen kontrollálható fellángolások jelentkeznek, forduljon egészségügyi szakemberhez. Előnyös lehet, ha elkerüli azokat a dolgokat, amelyek súlyosbítják az ekcémát, ha más kezelést alkalmaz, vagy ha a fellángolást gátló krémeket a jövőbeli fellángolások megelőzése érdekében hetente kétszer használja. Más módszerekkel kapcsolatos további információkat az Eczema Care Online Eszköztárában találhat.