

Два методи лікування, що добре себе зарекомендували:

ДОВІДНИК ІЗ САМОСТІЙНОГО ЛІКУВАННЯ ЕКЗЕМИ

- Існують два основні методи лікування екземи.
- Застосовувати потрібно обидва, оскільки вони допомагають тримати екзему під контролем, діючи різними шляхами.



Дізнайтеся про додаткові шляхи лікування екземи тут:
EczemaCareOnline.org.uk

ПОМ'ЯКШУВАЛЬНІ ЗАСОБИ

Зволожувальні креми

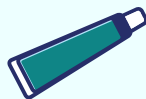
Чому? Зменшують прояви загострення, утримуючи воду в шкірі та не допускаючи потрапляння в шкіру речовин, які можуть викликати її подразнення.

Тип засобу? Ви можете застосовувати лосьйони, креми, гелі або мазі. Усі типи засобів однаково ефективні, але, можливо, певний тип підходить вам краще, ніж інші. Виберіть те, що вам підходить:
www.bristol.ac.uk/eczema

Де? Наносити можна **на все** тіло.

Коли? Наносьте засіб на шкіру **щодня**. Зволожувальні креми застосовуються під час загострення екземи і коли шкіра чиста, без вогнищ ураження екземою.

Чи безпечні ці засоби? Так. Інколи пацієнти відчують печіння при першому нанесенні, але це відчуття зникає після застосування засобу протягом короткого періоду.



МІСЦЕВІ КОРТИКОСТЕРОЇДИ

Креми, що контролюють загострення

Чому? Наносьте у період загострення, коли шкіра більш болюча або свербить сильніше, ніж зазвичай.

Тип засобу? Ви можете застосовувати креми або мазі. Екзему з легким перебігом зазвичай лікують кремом, призначеним для контролювання загострення легкого ступеня. Якщо ж екзема має помірний або тяжкий перебіг чи якщо вона довгий час не проходить, то може виникнути потреба у застосуванні крему, призначеного для контролювання сильнішого загострення.

Де? Під час загострення наносьте засіб тонким шаром, який покриє вогнище ураження. Для різних частин тіла, наприклад, для нанесення на обличчя, можуть знадобитися засоби різних типів.

Коли? Щоб швидко взяти під контроль хворобу, починайте застосовувати ці засоби раз на день, **щойно ви помітите загострення**. Коли загострення буде під контролем, продовжуйте наносити засіб ще протягом двох днів. Якщо ви застосовуєте ці засоби протягом більш ніж 4 тижнів (або 2 тижнів, у випадку дитини першого року життя), порадьтеся зі своїм лікарем.

Чи безпечні ці засоби? Так. Креми, що контролюють загострення, безпечні за умови дотримання описаних вище вказівок. Якщо ж загострення екземи не лікувати, то воно може спричинити серйозніші проблеми.

Відповіді на поширені запитання



Дізнайтеся про додаткові шляхи лікування екземи тут:

EczemaCareOnline.org.uk

1. Для кого створений цей посібник?

Цей посібник був розроблений для того, щоб медпрацівники могли поширювати доказову інформацію про методи лікування екземи серед пацієнтів та батьків хворих на екзему дітей. Описаний у ньому підхід до лікування буде корисним усім, незалежно від віку. Передбачається, що цей посібник буде використовуватися сімейними лікарями та аптеками.

2. На яку доказову базу спирається наведена тут інформація?

В основі цієї інформації лежать дані високоякісних оглядів клінічних випробувань цих методів лікування (відомих під назвою «Кокранівські огляди»), дані інших ключових клінічних випробувань та інформація від пацієнтів, батьків та медиків. З науковими статтями, що використовувалися при розробці посібника, можна ознайомитися тут: eczemacareonline.org.uk/en/two-treatments-documents

3. А якщо у мене є сумніви щодо застосування цього підходу?

Цей підхід до лікування є одним із найпоширеніших, найбезпечніших та ефективних методів лікування екземи, але він може підійти не всім. Якщо у вас є якісь сумніви або виникають побічні ефекти, зверніться по допомогу до свого лікаря або фармацевта.

4. Що робити, якщо цей підхід не забезпечує контролю над моєю екземою?

Якщо у вас раз у раз виникає загострення, яке важко контролювати, порадьтеся зі своїм лікарем. Для вас може бути корисним уникати чинників, які призводять до загострення екземи, застосовувати інший метод лікування або наносити креми для контролювання загострень двічі на тиждень з метою попередження загострень у майбутньому. Докладнішу інформацію про інші підходи можна знайти в «Eczema Care Online Toolkit».