

Dr. Luca Castellani
Medico-chirurgo specialista in dermatologia
Studio: S. Pietro in Cariano (VR), Via Fermi n°21
Tel: 045-916348
www.castellaniluca.eu

SCHEDA SALUTE PER CHI SOFFRE DI ECZEMA

1

Evitate il contatto con sostanze irritanti

Prodotti per pulizie domestiche, detersivi, saponi, profumi e altre sostanze possono essere irritanti e possono riattivare i sintomi

2

Lavate le mani solo quando è necessario



I saponi possono essere irritanti, perciò evitate di lavarvi continuamente le mani se non è indispensabile. E' importante risciacquare con abbondante acqua per eliminare ogni traccia di sapone che, lasciato sulla pelle asciutta, facilita la comparsa dei sintomi. Infine, asciugatevi sempre con scrupolo, senza lasciare la pelle umida.

3

Indossate guanti protettivi



Indossate prima guanti di cotone e sopra guanti di plastica, evitando così di toccare sostanze irritanti e l'acqua. Indossate sempre i guanti protettivi nei mesi invernali, per tenere calde le mani nei mesi freddi.

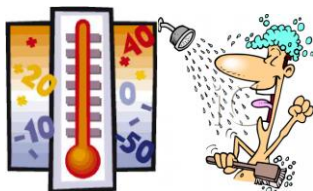
4

Indossate abiti di cotone

Lana, fibre sintetiche e tessuti ruvidi possono irritare la pelle. Prestate attenzione anche alle etichette degli abiti che possono sfregare sulla pelle, infiammandola.

5

Attenzione a bagno e doccia



Usate acqua tiepida non eccessivamente calda. Utilizzate detergenti delicati e in piccole quantità. Asciugatevi accuratamente con un asciugamano morbido e applicate, subito dopo esservi ben asciugati, un idratante.

6

Mantenete la pelle idratata



Evitate che la pelle si secchi e si screpoli, applicando sostanze emollienti e idratanti. Soprattutto nei mesi freddi l'applicazione regolare di idratanti aiuta a prevenire la disidratazione cutanea e la successiva insorgenza dell'eczema.

7

Non grattate le parti irritate



Evitate di grattarvi, anche se il prurito è intenso, in quanto le lesioni provocate dal grattamento possono essere la porta d'entrata di microbi che causano infezioni. Tenete le unghie corte e pulite.

8

Evitate il caldo eccessivo

Il caldo eccessivo causa sudorazione che irrita la cute. Cercate di mantenere una temperatura ambiente confortevole, indossate abiti leggeri e asciugatevi accuratamente e delicatamente il sudore.

Vero & falso

L'eczema può svilupparsi a qualunque età

Vero.

Tutte le età, anche quella avanzata, possono essere colpite dall'eczema. Nei bambini è molto frequente l'eczema atopico mentre gli adulti soffrono maggiormente di eczemi da contatto.

Chi soffre di eczema è un allergico

Vero e anche falso.

Non necessariamente chi ha l'eczema è un allergico. E' comunque vero che ci possono essere eczemi di natura allergica (per es. le dermatite allergiche da contatto e alcune forme di dermatite atopica)

Il soggetto con eczema deve fare abbondante uso di creme emollienti

Vero.

Il primo passo per combattere l'eczema è evitare la secchezza cutanea applicando anche più volte al giorno le sostanze emollienti che vi sono state consigliate.

Rimanendo a lungo immersi nell'acqua del bagno si favorisce l'idratazione della pelle

Falso.

Un eccessivo contatto con l'acqua (bagni e docce prolungate ed eccessivamente calde) rimuovono le sostanze naturali che proteggono la pelle dagli agenti aggressivi esterni e causano secchezza.

È necessario continuare a seguire alcune precauzioni anche dopo che l'eczema è guarito

Vero.

Le aree che sono state affette da eczema hanno sempre bisogno di una particolare attenzione, anche dopo la guarigione.

L'eczema è una malattia contagiosa

Falso.

Chi soffre di eczema non infetta nessuno e può vivere tranquillamente con gli altri.