



ВЕРНУТЬ КОЖЕ КРАСОТУ И ЗДОРОВЬЕ

БОЛЕЗНИ КОЖИ И ИХ ЛЕЧЕНИЕ

Сергей Чугунов
Вернуть коже красоту
и здоровье. Болезни
кожи и их лечение

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39856050
ISBN 9785449604781

Аннотация

Кожа – самый большой орган человека. Площадь кожного покрова 1,5—2 метра. Если глаза – зеркало души, то кожа – это паспорт здоровья человека... По состоянию кожных покровов можно судить о здоровье всего организма, особенно если это кожа лица. Красота кожи не требует жертв, она требует дисциплины и постоянной заботы. По-моему, оно того стоит...

Содержание

Вступление: кожа и ее проблемы	6
Скафандр для тела	6
Причины возникновения проблем с кожей	10
Общие рекомендации лечения заболеваний кожи	17
Основные формы лечения	17
Основные формы применения медикаментов	20
Основные средства лечения	24
Внутренние методы лечения кожных заболеваний	25
Наружное лечение кожных заболеваний	26
Диета при кожных заболеваниях	29
Диета при экземе	30
Диета при себорее	31
Диета при витилиго	32
Заболевания и дефекты кожи	33
Веснушки	33
Причины возникновения	33
Традиционное лечение веснушек	34
Народные средства лечения веснушек	37
Пигментные пятна	41
Причины возникновения	41

Традиционное лечение пятен	42
Народные средства лечение пятен	44
Псориаз	45
Причины возникновения псориаза	45
Симптомы и течение псориаза	47
Традиционное лечение псориаза	49
Народные средства лечения псориаза	51
Атопический дерматит	54
Причины дерматита	54
Симптомы дерматита	55
Народные средства лечения дерматита	56
Крапивница	60
Симптомы крапивницы	60
Виды крапивницы	61
Конец ознакомительного фрагмента.	63

Вернуть коже

красоту и здоровье

Болезни кожи и их лечение

Составитель Сергей Чугунов

ISBN 978-5-4496-0478-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вступление: кожа и ее проблемы

Изящество и красота не могут быть отделены от здоровья.

Марк Туллий ЦИЦЕРОН

Скафандр для тела

Кожа – это удивительный «скафандр», покрывающий тело человека. Она является границей организма и надежным щитом, укрывающим его от многих опасных воздействий внешней среды.

Красивая, гладкая, лишенная изъянов кожа – признак здоровья и значимый атрибут красоты, признак гармоничного взаимодействия организма со средой обитания.

Под наружным кожным покровом сразу же размещается соединительная ткань, которая состоит из преимущественно жировых клеток. Кроме них под кожей располагаются фибробласты, представляющие из себя ячеистую структуру, которая обеспечивает прочность и эластичность кожного покрова; а также межклеточное вещество, связывающее вместе все составные части кожного покрова.

Все эти составные части пронизаны кровеносными и лимфатическими сосудами, а также окончаниями нервных во-

локон. Если кожа гладкая и упругая, это означает, что в каждом покрове присутствует гармоническое равновесие между всеми его составляющими.

Кожа мужчин и женщин по структуре немного отличаются друг от друга.

Мужская кожа более грубая, упругая и весьма жирная, однако в ней много потных желез, но зато под кожей реже скапливаются жировые отложения.

Кожный покров женского тела характеризуется наибольшей толщиной и рыхлостью, а значит и более всего подвержен различным нарушениям. К несчастью милых дам, избыточный жир чаще всего прячется именно в этих областях. И этот процесс генетически запрограммирован.

Все дело в женских половых гормонах – эстрогенах, воздействующих на кровеносные сосуды в подкожно-жировой клетчатке. Когда кровообращение нарушается, нарушается и поступление кислорода к жировым тканям. В этом случае образуются мертвые и «полумертвые» клетки. Из-за того, что жировая ткань располагается в ячейках, образуются твердые комочки жира. В результате появляется характерная мелкобугристая поверхность кожи – целлюлит.

К сожалению, здоровье и гармония встречаются в жизни не так часто, как хотелось бы. Люди болеют, и очень часто патологические изменения происходят именно на коже.

Кожные болезни встречаются в любом возрасте. Они разнообразны и многие из них трудно поддаются лечению. По-

ражение кожи заметно с первого взгляда и часто доставляет человеку не только физические, но и нравственные страдания.

Все дерматологические школы сходятся в том, что основными причинами кожных болезней являются нарушения иммунитета и обмена веществ. Обмен веществ между организмом и внешней средой начинается с поглощения пищи. Именно она служит источником строительного и энергетического материала.

В процессе пищеварения продукт «разбирается» до уровня аминокислот, глюкозы, жирных кислот, витаминов, микроэлементов и т. д. Если пищеварение не идеально, то некоторые продукты перевариваются не до конца и поступают в кровь в виде узнаваемо-чужеродных фрагментов.

При проникновении во внутреннюю среду чужеродного материала возникает избыточная нагрузка на иммунитет и «канализационные» системы организма (почки, печень). Постоянная перегрузка иммунной системы приводит к сбоям в ее работе и неизбежным «ошибкам», в том числе к инфекционным и воспалительным, аллергическим и аутоиммунным кожным болезням.

Затруднение работы детоксикационных и выводящих систем приводит к необходимости включения «резервных» каналов удаления «мусора», и таким «резервом» с успехом служат обширные поверхности кожи и слизистых.

Здоровая кожа начинается с индивидуально подобранно-

го питания и хорошего пищеварения.

Мы хотим разделить с вами радость вашего выздоровления!

Причины возникновения проблем с кожей

Неправильный уход за кожей. Прежде чем начать оздоравливать свой организм нужно вам нужно усвоить, что за кожей нужно ухаживать. Ежедневный уход за кожей утром и вечером состоит из трех простых действий:

- очищение;
- тонизирование;
- питание, увлажнение, защита.

Как правильно ухаживать за кожей, какой пользоваться косметикой и т. д. – об этом написан целый раздел нашей книги.

Нарушения в работе пищеварительной системы. Кожа, как зеркало, отражает внутреннее состояние организма. Если есть нарушения в работе пищеварительной системы, то это обязательно отразится на коже:

Основные причины возникновения нарушений в пищеварительной системе – это неправильное питание, недостаточное употребление жидкости, особенно воды, а также злоупотребление лекарственными препаратами.

Из-за постоянного неправильного питания возникают нарушения в желудочно-кишечном тракте и желчевыводящей системе. Нарушения приводят к целому ряду хронических

заболеваний: гастритам, панкреатитам, холециститам – это классический «букет». В результате этого кишечник и печень перестают выполнять свою основную функцию – выделительную. Организм зашлаковывается, обмен веществ нарушается и, как результат, возникают проблемы с кожей.

Злоупотребление алкоголем и курение. Этиловый спирт, содержащийся во всех алкогольных напитках, действует разрушительно на клетки печени и поджелудочной железы. Кроме того, спирт заставляет печень и поджелудочную железу работать более активно, чтобы расщепить его и вывести из организма.

Причем не важно, о каком виде спиртных напитков идет речь: о вине, водке, пиве или коньяке. Если раньше вино, пиво, коньяк изготавливалось из натуральных ингредиентов, то сейчас производители стали экономить себе время и деньги. Гораздо легче смешать воду, спирт, добавить красители и искусственные ароматизаторы – и все! И не нужно соблюдать технологию, искать травы, плоды, настаивать, выдерживать и т. д.

Как правило, алкоголь тесно соседствует рядом с неправильным питанием, т.е. идет двойная-тройная нагрузка на органы пищеварения, а они уже и так не справляются.

Вы, наверняка, не раз слышали, что курить вредно. Курение серьезно влияет на состояние и красоту вашей кожи. Обычно изменяется не только цвет кожи, но и ее структура,

появляются рубцы, преждевременно развиваются дряблость кожи и образуются глубокие морщины.

Злоупотребление лекарственными препаратами.

Практически все синтетические лекарственные препараты имеют узконаправленное действие и целый список противопоказаний.

При их приеме чаще всего наблюдаются расстройства пищеварения (кишечник), нарушения работы печени и почек, т.к. эти органы, в первую очередь, ответственны за выведение излишков лекарственных препаратов из организма. Больше всего страдает печень – она принимает на себя основной удар.

Если органы выделения не справляются, то активизируется выделительная функция кожи. Появляются различного рода высыпания, начинается шелушение кожи, усиливается пигментация, возникают аллергические реакции.

К приему лекарств нужно подходить очень ответственно. Не стоит принимать все подряд, тем более без назначения врача. Старайтесь принимать лекарственные препараты только после еды, чтобы не раздражать слизистую желудка.

Принимайте лекарства только тогда, когда это действительно жизненно необходимо. Во всех остальных случаях, как правило, достаточно грамотно очистить организм от шлаков, токсинов и паразитов, и тогда он начнет сам себя восстанавливать – этот механизм заложен природой.

Сбой гормональной и нервной системы. При гипотиреозе (снижение функции щитовидной железы) наиболее характерными признаками являются сухость и бледность кожи, а также выпадение волос. Кроме того, еще возникают плотные отеки лица и конечностей, не оставляющие ямку при надавливании.

При диабете также ярко выражена сухость кожи и слизистых оболочек. Часто беспокоит кожный зуд и гнойнички на коже.

При гиперкортицизме (Болезнь Иценко-Кушинга) повышен уровень кортикостероидных гормонов в крови. Наиболее частая причина – длительный прием глюкокортикоидных препаратов. Кожа при этом сухая, истонченная, с багрово-синюшным оттенком на лице и груди. Характерны гнойничковые поражения кожи.

В подростковый период идет гормональная перестройка организма, и кожа обычно становится более жирной, нередко возникают прыщи и угревая сыпь. Проблемной коже подростков нужен особый уход.

В остальных случаях нужно лечить основное эндокринное заболевание.

Гормональная система и нервная система тесно связаны: сбой в одной из них приводит к сбою в другой. Кожа отвечает за одно из пяти органов чувств – осязание, так как имеет большое количество нервных окончаний – рецепторов.

Во время беременности при развитии зародыша кожа и нервная система развиваются из одного зародышевого листка. Поэтому все эмоции, переживания и стрессы отражаются на коже.

Обычная реакция кожи на сильный стресс – зуд, крапивница, различные высыпания. Именно при сильных переживаниях обостряются нейродермиты, псориаз, экзема.

В этом случае эффективно помогают эфирные масла. Существует несколько различных способов их применения.

– при депрессивных состояниях: «Герань», «Иланг-Иланг», «Бергамот», «Мята японская», «Пачули», «Лимон»;

– при раздражительности: «Герань», «Лаванда», «Грейпфрут», «Кедровое дерево»;

– при повышенной возбудимости, плаксивости, ночных страхах: «Иланг-Иланг», «Лаванда», «Чайное дерево»;

– для расслабления: «Герань», «Иланг-Иланг»;

– при эмоциональном и умственном напряжении: «Герань», «Бергамот», «Мята японская», «Эвкалипт», «Лаванда», «Чайное дерево»;

– для улучшения сна (при бессоннице): «Иланг-Иланг», «Лаванда».

Начинайте использовать эфирные масла и постепенно Ваша нервная система будет становиться крепче, что обязательно отразится и на общем состоянии организма, и на коже.

Неблагоприятная экологическая обстановка. Общая экологическая обстановка с каждым годом, к сожалению, только ухудшается. Люди слишком бездумно относятся к природе, которая их кормит, поит, одевает, дает им жизнь. Каждый человек на себе в той или иной мере стал ощущать это ухудшение по изменению своего самочувствия в не лучшую сторону.

Поэтому, если вы живете в большом городе вдали от природы, то нужно ежегодно проводить очищение организма от накопленных шлаков, токсинов, солей тяжелых металлов и радиоактивных элементов. Если этого не делать постоянно, то болезни будут приходить одна за другой, т.к. произойдет сбой во всех системах организма. При таком состоянии здоровья о красоте и здоровье кожи говорить уже не приходится...

Наследственная предрасположенность. Наследственная предрасположенность в большинстве случаев – это совокупность образа жизни: культуры питания, эмоционального состояния, отношения к здоровью и т. д. И в редких случаях заболевание действительно заложено в генах.

Поэтому посмотрите на своих родителей и ближайших родственников. Как они живут, чем питаются, здоровый ли образ жизни ведут? Сравните с собой. И если у них уже есть хронические заболевания, а у вас похожий образ жизни, то для вас это серьезный повод задуматься!

Если вас беспокоят кожные заболевания – то профилактику нужно проводить всему организму. И на первом месте стоит постоянное регулярное очищение всего организма. Только таким образом вы сможете предотвратить развитие схожих проблем у вас в будущем.

Общие рекомендации лечения заболеваний кожи

*Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства.
Джон ЛЕББОК*

Основные формы лечения

Главные задачи лечения кожных заболеваний заключаются в устранении причин и предрасполагающих моментов, вызвавших заболевание, и в поднятии сопротивляемости организма.

Необходимо обследование больного со стороны состояния нервной системы, внутренних органов, деятельности желез внутренней секреции, желудочно-кишечного тракта, в отношении наличия глистной инвазии и т. п. Все вредно действующие агенты должны быть устранены.

Зачастую приходится регулировать режим жизни больного: обращать внимание на диету, запрещать спиртные напитки, острые, пряные блюда, злоупотребление солью. При запорах принимаются меры к регулированию стула.

Необходимо позаботиться о повышении сопротивляемости организма. Поэтому обязательно проводится курс вита-

минотерапии и иммунотерапии.

Аутогемотерапия при кожных заболеваниях используется и сейчас достаточно широко. Кровь из локтевой вены больного вводят в ягодичную область, начинают с 3 мл и последующую дозу увеличивают в 2 раза. Интервал между переливаниями 2—3 дня. Доводят дозу до 10 мл. Всего 8—10 переливаний.

Для целого ряда кожных заболеваний рекомендована гормональная терапия. Следует выделить группы заболеваний кожи (красная волчанка, тяжелые эритродермии, узелковый периартериит и др.), при которых назначение гормонов просто жизненно необходимо даже при наличии относительных противопоказаний. В подобных случаях необходимо применение методов и средств, которые смягчают и устраняют побочные явления и осложнения.

При осложнениях кожных заболеваний часто врачи вынуждены прибегнуть к лечению антибиотиками. Эта мера вынуждена, но лечение нужно проводить с тщательной осторожностью. В настоящее время группа антибиотиков очень обширна, однако антибиотики могут вызывать побочные явления и более опасные осложнения. В этих случаях их сочетают с антигистаминными препаратами или совсем отменяют.

А в очень тяжелых случаях применяется даже химиотерапия. В дерматологии применяют сульфаниламидные, противомаларийные, препараты гидразида изоникотиновой кис-

лоты и сульфонового ряда.

Кроме того, в настоящее время целесообразно больным кожными заболеваниями проходить лечение на курортах, имеющих сероводородные (сульфидные) ванны и грязи. Из курортов, пользующихся заслуженной славой при лечении кожных заболеваний, можно назвать Сочи-Мацесту, Пятигорск, Сергиевские Минеральные Воды, Немиров и ряд других.

Успех комплексной терапии обеспечивается в условиях пребывания на курорте: лечебное питание, лечебная физкультура, физиотерапия, отдых, перемена климата, обстановка и общий режим.

Физические методы лечения при кожных заболеваниях все больше находят применение, дополняя остальные способы. Часто применяют холод и тепло, успешное действие которых объясняется тем, что затрагиваются соответствующие кожные терморцепторы. Возникающие рефлекторные ответы через нервную систему сказываются на всем организме в целом и на коже.

На принципах рефлекторного действия построена гидро-, бальнео- и физиотерапия. Рефлекторный механизм действия термического раздражения становится очевидным, если учесть, что при охлаждении кожи человека наступает сужение сосудов мозга, хотя кожа, кости обладают термо-изолирующими свойствами. Тепло, вызывая гиперемия, улучшает кровообращение, увеличивает секрецию ко-

жи и обмен веществ. Под влиянием тепловых процессов рассасываются инфильтраты, вскрываются абсцессы. Они оказывают противозудное и болеутоляющее действие. Его применяют в виде местных и общих ванн, согревающих компрессов, припарок, фена (горячий воздух), общей и местной световой ванны, диатермии и т. д.

Массаж также благотворно влияет на организм, улучшает обмен веществ. Он расширяет кожные сосуды, увеличивает потоотделение, улучшает кровообращение. Механические приемы массажа освобождают кожу от слоя, образовавшегося на ее поверхности из выделений сальных желез, омертвевших клеток, делают ткани более эластичными.

Во многих клиниках повсеместно для лечения используют гальванический ток, который обычно применяют с целью электрокоагуляции и электролиза. Электрокоагуляцией пользуются с целью удаления мелких образований на коже и на слизистой оболочке.

Криотерапия проводится углекислым снегом, который образуется из жидкой углекислоты при соединении с воздухом.

Основные формы применения медикаментов

Для местного лечения кожных болезней лекарственные вещества могут применяться в виде различных фармацевтических форм. Каждая из этих форм обладает присущими ей

особенностями лечебного воздействия.

Рассмотрим основные формы.

Примочки. Примочки холодные применяют при острых воспалительных процессах кожи. Примочки действуют противовоспалительно, суживая сосуды, ослабляя неприятные ощущения.

Техника: бинт сложить в 3—4 раза, смочить, отжать и приложить на пораженный участок.

Не стоит допускать согревания и высыхания примочек, поэтому их нужно менять каждые 10—15 минут.

Для примочек чаще всего используются:

- свинцовая вода;
- буровская жидкость;
- раствор борной кислоты;
- раствор танина;
- раствор ляписа;
- раствор резорцина;
- раствор марганцовокислого калия.

Компрессы. Они действуют противовоспалительно и предназначаются для всасывания экссудата из кожи. Для компрессов могут быть использованы: спирт, борная кислота, свинцовая вода и т. п.

Действие компрессов определяется температурой воды и способом их наложения.

Горячие компрессы оказывают сосудорасширяющее, смягчающее действие. Усиливают всасывающую способность кожи.

Холодные – тонизируют и сужают сосуды.

Чередующиеся горячие и холодные – тонизируют и оказывают антисеборейное действие.

Присыпки. Присыпки уменьшают воспалительные явления, подсушивают, охлаждают, успокаивают субъективные ощущения (зуд, жжение). Пудру наносят на кожу ватой (в дерматологии применяются при острых дерматозах, когда уже нет намокания). Чаще всего для присыпок используют крахмал, белую глину, углекислую магнезию, тальк, окись цинка.

Микстуры. Взбалтываемые микстуры применяют для уменьшения воспалительных явлений, охлаждения кожных покровов и уменьшения зуда, они состоят из жидкости и порошка, при добавлении глицерина они плотнее прилегают к коже, чем пудра. Спирт прибавляют (10—20%) для улучшения испарения с кожи. К взбалтываемым микстурам можно добавлять различные лекарственные вещества.

Масла. Масла применяют для очищения пораженных участков кожи от вторичных наслоений.

Мази. Мази часто применяют в дерматологии, когда желают достичь более глубокого и длительного воздействия лекарственного вещества на пораженный участок кожи. В качестве основы для мазей чаще всего используется свиное сало, воск белый и желтый, спермацет, ланолин, нафталан, вазелин желтый и белый.

Пасты. Пасты представляют собой смеси жиров с различными порошкообразными веществами в равных частях. Они оказывают противовоспалительное и защитное действие. В них можно добавлять различные лекарственные вещества. Накладывают пасту непосредственно на пораженный участок.

Пластыри. Пластыри оказывают интенсивное действие, направленное в глубину тканей. Обычно применяют пластырь ихтиоловый, салициловый и др.

Мыла. Применяют серное, дегтярное, резорциновое, зеленое, косметическое, мыльный спирт.

Необходимо обратить внимание на то, что одно и то же лекарство может различно действовать в зависимости от способа его применения и оказывать непостоянное действие в различное время и тем более у разных людей. Поэтому всегда следует начинать применение со слабых концентраций и,

только убедившись в их переносимости, переходить к более сильным концентрациям.

Основные средства лечения

Как и любой другой орган, кожа подвержена заболеванию, причины которых могут быть самыми разными. Различают внешние и внутренние причины. Иногда причиной болезни могут быть те и другие одновременно.

К внешним причинам относят физические явления (например, ушибы, кровоизлияния, действие высоких или низких температур, электрического тока, ультрафиолетовых лучей, радиации), химические факторы, попадание инфекции, паразиты и многое другое. Внутренние причины отличаются еще большим разнообразием.

На возникновение кожных заболеваний могут влиять хронические и острые инфекционные заболевания (корь, скарлатина, туберкулез), нарушение работы внутренних органов, отравления, которые иногда возникают после приема лекарственных препаратов или пищевых добавок. Часто заболевания кожи являются следствием нарушения обмена веществ, недостатка витаминов, различных нарушений со стороны нервной системы. Болезни эндокринных желез и системы кровообращения также могут повлечь за собой нарушение функций кожных покровов.

В большинстве случаев заболевания кожи связаны с па-

тологией какого-либо органа или всего организма. Поэтому рекомендуется применять не только местное воздействие на измененный участок кожи, но и комплексное лечение в целом. Причем часто наиболее эффективными оказываются не медикаментозные методы лечения, а нетрадиционные подходы, в частности фитотерапия – лечение травами.

В медицине средства лечения разделяют на общие и наружные. Общие включают лекарственные препараты и приемы, применение которых при кожных заболеваниях показало высокие результаты, а наружные представляют собой средства наружного применения (компрессы, присыпки и т. д.).

Внутренние методы лечения кожных заболеваний

В общей терапии часто применяют разные успокоительные и снотворные средства, особенно если заболевание сопровождается зудом, что влечет за собой нервные расстройства. Среди них можно назвать бромид натрия и валериану.

Многие заболевания могут возникать вследствие аллергических реакций. В этом случае при лечении применяют антигистаминные препараты. Они снижают проницаемость сосудов, суживают их и снимают отек.

Большое значение уделяется и витаминам. Например, витамин С повышает сопротивляемость организма к инфекции-

ям, увеличивает свертываемость крови, укрепляет сосуды. Его назначают или по 0,1—0,3 г 3 раза в день или внутримышечно по 1—2 мл 5%-ного раствора в сутки. Рекомендуются использовать как источник витамина С натуральные продукты – свежие овощи и фрукты, а также настойку плодов шиповника и хвои.

Витамины группы Р тоже применяются в лечении кожных заболеваний, они предотвращают ломкость сосудов. Большим назначают рутин по 0,02—0,05 г три раза в день.

Большое значение имеют витамины В, и РР. Они оказывают обезболивающее и противозудное действие. Витамин А благотворно действует на состояние кожи, устраняет шелушение.

Нередко при лечении заболеваний кожи, если эти заболевания имеют своей причиной инфекцию, используют – антибиотики, чаще всего пенициллин и его производные. Применяют лечение и с помощью гормональных препаратов.

Наружное лечение кожных заболеваний

Наружное лечение применяется как для устранения причины болезни, так и для защиты поврежденной кожи от раздражений.

Растворы. Среди наружных средств большое распространение получило использование различных растворов.

В виде растворов на водной или спиртовой основе чаще всего используют противовоспалительные средства. Растворы, приготовленные на спирту (70%), дезинфицируют и снимают зуд.

Растворы наносят в составе примочек, влажно-высыхающей повязки или компресса. Примочкой называют кусок марли или ткани, сложенной в 4 раза и смоченной раствором. Примочку прикладывают на час-полтора и меняют каждые 10- 15 мин. Назначают при воспалениях, отеках.

Влажно-высыхающая повязка – это смоченная в растворе ткань, которую накладывают на пораженный участок кожи, прибинтовывают и оставляют до высыхания, то есть на 3—4 часа.

Она оказывает благоприятное воздействие при острых воспалениях.

Согревающие компрессы используются в лечении хронических воспалений. Они вызывают прилив крови к месту поражения, способствуют усилению обменных процессов.

Тепло. Среди традиционных методов лечения нередко используют различные физические методы, самый частый из них – это тепловое воздействие. Тепло способствует стиханию боли, усилению обменных процессов в пораженной ткани. Тепловые процедуры рекомендуют при хрониче-

ских воспалениях в виде согревающих компрессов, ванночек и др.

Народные средства. Несмотря на успехи современной медицины, по-прежнему актуальными остаются народные средства – лечение лекарственными растениями. Их употребляют как для внутреннего, так и для наружного применения. Обычно из трав готовят настои и отвары. Существует более двух сотен лекарственных растений, которые используют в лечении кожных болезней.

Диета при кожных заболеваниях

*Она села на диету и вскоре заметила, что стала
дольше жить.*

Владимир ТЕРЕНТЬЕВ

Важнейшее, а иногда решающее значение при многих кожных заболеваниях имеет соблюдение определенного режима питания.

Это в первую очередь относится к аллергическим и зудящим болезням кожи, некоторые из которых вообще могут иметь пищевую этиологию (например, отдельные формы крапивницы и кожного зуда).

В этих случаях необходимо соответствующими диагностическими приемами подтвердить наличие повышенной чувствительности к определенным пищевым продуктам и полностью исключить их из рациона больного, что носит название специфической исключаящей диеты.

Ареал пищевых аллергенов чрезвычайно широк, и здесь возможны самые неожиданные находки (например, таксидермия только от зеленых яблок, крапивница исключительно от определенного сорта столового вина, сыра и т. п.).

Существует также понятие неспецифической исключаящей диеты, назначаемой практически во всех случаях зудящих и воспалительных дерматозов в период обострения:

из пищевого рациона исключаются (или, по крайней мере, резко ограничиваются) острые, копченые, соленые, жареные, консервированные и экстрактивные продукты (например, перец, хрен, горчица, копченая колбаса, острые сыры, маринады, крепкий чай, кофе, мед, варенье, шоколад, цитрусовые), сладости. В детском возрасте, как правило, требуется исключение молока и яиц.

Естественно, во всех случаях запрещается употребление алкогольных напитков (включая пиво). Показаны разгрузочные дни, кратковременное лечебное голодание, обильное питье.

Нередко хроническое рецидивирующее кожное заболевание может быть обусловлено нарушением общего обмена веществ, болезнями желудочно-кишечного тракта.

Эта патология называется фоновой и требует обязательной (в первую очередь диетической) коррекции, обычно с привлечением специалистов соответствующего профиля (гастроэнтеролога, гепатолога, диетолога).

Большую роль здесь играют регулирование стула, борьба с запорами и метеоризмом.

Диета при экземе

Диету нужно спланировать так, чтобы организм получал необходимые вещества, но при этом не раздражались поврежденные экземой участки кожи. Поэтому питание должно

способствовать постоянной нейтрализации кислоты в желудке, препятствовать излишнему ее выделению, чтобы не вызывать механического и химического раздражения.

Следует соблюдать молочно-растительную диету, исключив острые, соленые, копченые блюда, шоколад, яйца, цитрусовые, алкоголь.

Рекомендуются сырые и вареные овощи, фрукты, молоко, сливки, масло – богатая витаминами натуральная, а не обработанная пища.

Диета при себорее

Специальной диеты для лечения себореи не существует. Однако всем больным с себореей рекомендуется отказаться от курения и алкоголя.

На протяжении трех дней полезно применять фруктовую диету с месячным интервалом. Перейдя на сбалансированное питание, необходимо избегать жирных сортов мяса и рыбы, копченостей, яиц, сахара, крепкого чая и кофе, приправ, рафинированной пищи.

В рационе должны преобладать кисломолочные продукты, овощи и фрукты. Необходимо достаточное потребление витаминов, особенно витамина А. Очень хорошо натощак пить морковный сок.

Не следует допускать запоров, поэтому употребляйте пищу, богатую клетчаткой. Хлеб предпочтительнее ржаной,

грубого помола.

Диета при витилиго

Питание больных витилиго должно быть с повышенным содержанием кислоты аскорбиновой, витаминов группы В, продуктов, богатых фотодинамическими веществами (плоды инжира, гречка, крапива, петрушка, щавель, сельдерей, шпинат, плоды шиповника). Из фитопрепаратов, содержащих медь, можно рекомендовать траву череды, настойку арники горной (внутри и местно).

Много меди содержится в говяжьей печени, сыре, креветках, горохе.

Заболевания и дефекты кожи

Если у тебя все в порядке с желудком, грудью, кожей, ногами, никакие царские сокровища не смогут ничего прибавить.

ГОРАЦИЙ

Веснушки

Веснушки – мелкие пигментные пятна – появляются обычно рано, в 4—6 лет. Позднее их появление и усиление окраски происходит под влиянием солнечного облучения при загаре.

Причины возникновения

Веснушки обычно возникают у людей с нежной, тонкой кожей, преимущественно у блондинок и особенно у рыжеволосых. Обычно в весенне-летний период веснушки обильно усыпают кожу, а осенью и зимой чаще всего бледнеют или полностью исчезают.

Как правило, развиваются они на выступающих участках кожи лица, подвергающихся наибольшему воздействию солнечных лучей: на носу, веках, лбу, скулах, реже на висках.

Наибольшая интенсивность окраски веснушек наблюдается в 20—25 лет. До 30-летнего возраста количество веснушек может нарастать; позднее, в пожилом возрасте, веснушки постепенно становятся менее яркими, уменьшаются в размерах, а иногда полностью исчезают.

Цвет и интенсивность окраски веснушек в основном зависят от окраса волос и кожи, а также от силы и продолжительности солнечных ванн.

Традиционное лечение веснушек

Профилактику веснушек необходимо начинать уже ранней весной до появления более интенсивной окраски. Нельзя в начале лечения применять сильнодействующие средства, так как позже более слабые препараты не будут оказывать воздействия на кожу. Кроме того, сильнодействующие средства способны вызвать более стойкую пигментацию, которая потом с большим трудом поддается лечению. В таких случаях веснушки иногда остаются до глубокой старости. Эти средства могут вызвать также острый дерматит (острое воспаление кожи) с развитием красноты и пузырьков и последующим появлением чешуек и корок.

Женщинам с веснушками и пигментацией кожи не рекомендуется проводить курсы гигиенического массажа в марте-апреле.

Витамин С. Женщинам, предрасположенным к появлению веснушек, нужно заблаговременно принимать в общепринятой дозировке аскорбиновую и никотиновую кислоту (последняя ослабляет чувствительность кожи к солнечным лучам).

Дозировка витамина С: 1,0—1,5 г три раза в день до еды в течение 2—3 недель. Дозировка никотиновой кислоты (витамин РР) – по 0,01 г три раза в день после еды, тоже в течение 2- 3 недель. После каждого курса делают недельный перерыв. Всего проводят 2—3 курса.

В конце года желательно в большем объеме потреблять пищу, содержащую витамин С: кислую капусту, чай из шиповника, яблоки, лимоны, апельсины, зеленый лук, сок красной и черной смородины и т. д.

В конце марта – начале апреля, когда окраска веснушек станет насыщеннее, можно будет в терапевтических целях применять отбеливающие кремы, жидкости и маски.

Кремы с ртутью. Перед применением кремов с ртутью нужно предварительно выяснить, как переносит их кожа. Для этого натирают кремом кожу за мочкой уха и через 24 часа проверяют состояние кожи. Если возникнет краснота, пузырьки и другие элементы сыпи, а также зуд, значит, препараты ртути применять нельзя.

В любом случае длительно пользоваться отбеливающими и отшелушивающими кремами, содержащими ртутные пре-

параты, не рекомендуется – они могут вызвать не только раздражение кожи, но и интоксикацию всего организма. При заболеваниях почек, десен, печени, беременным, а также кормящим матерям применять эти кремы и мази нельзя.

Отбеливающие кремы с ртутью нельзя наносить на разогретое лицо или влажную кожу (после ванны, стирки, мытья головы и т.д.).

Крем с ртутью наносят на лицо тонким слоем на ночь, за час, минимум за 40 минут до сна, на чистую кожу.

Часто, когда начинают применять отбеливающие кремы с ртутью, возможно развитие сухости кожи и легкое ее раздражение, обычно из-за обильного применения крема.

Перекись водорода. Можно усилить действие процедур, смазывая кожу вечером (перед отбеливающим кремом) и утром (перед защитным кремом) 3%-ной перекисью водорода.

При жирной коже перекись водорода применяют в течение 12—15 дней, а затем повторно через 5—7 дней.

Салициловый спирт. Вместо мазей с ртутью при нормальной и жирной коже можно применять 2%-ный салициловый спирт (им пользуются вечером, перед питательным кремом, а утром на лицо наносят защитный крем).

Нормальную кожу очищают лосьоном, и участки с веснушками смазывают с помощью ватного тампона 2%-ным

салициловым спиртом.

Жирную и уплотненную кожу обрабатывают 2%-ным салициловым спиртом кистью руки после умывания с мылом. Когда кожа высохнет, наносят тонкий слой крема от веснушек.

Применять салициловый спирт можно ежедневно в течение 15 дней, затем 3—4 дня вместо него умываться кислым молоком или соком и наносить крем. Затем вновь применяют вечером салициловый спирт, а утром — защитный крем.

После этой процедуры нельзя сразу же применять отбеливающий крем. Если после использования салицилового спирта появилось раздражение кожи, ни в коем случае нельзя мыть и вообще мочить лицо водой. Надо очистить его теплым растительным маслом, высушить полотняной салфеткой и припудрить рисовой или картофельной мукой (6—7 раз в течение часа).

Народные средства лечения веснушек

Кислое молоко. При жирной, сухой и нормальной коже хорошо умываться кислым молоком либо раствором 2—3%-ной лимонной кислоты (на 2—3 г полстакана дистиллированной воды).

Лимонный сок. Любую кожу (сухую — реже) хорошо перед нанесением питательного крема вечером и утром сма-

зывать лимонным соком. При сухой коже смазывают только веснушки.

Смесь соков. Для умывания лица можно также использовать сок грейпфрута, репчатого лука, кислой капусты, настой хрена на столовом уксусе, смесь уксуса, сока лимона и воды в равных пропорциях.

Простокваша. Утром, если предстоит длительное пребывание на воздухе, особенно в солнечный день, нельзя мыть лицо водой. Достаточно освежить его ватой, смоченной подкисленной водой или сывороткой от простокваши.

Береза. Полученный в конце апреля – начале мая свежий березовый сок используют для смачивания гиперпигментированных участков кожи. Лицо не вытирают. Соком смазывают 4—5 раз в день, до получения эффекта.

Полученный ранней весной сок хранят в плотно закрытых банках в холодильнике.

Бодяга. Порошок бодяги разводят 3%-ным раствором перекиси водорода до консистенции сметаны, подогревают и в горячем виде втирают в пигментированные участки. Через полчаса смывают. Процедуры делают два-три раза в неделю, всего 6—10 раз. Препарат можно использовать при жирной коже, без усиленного роста волос и расширен-

ных кровеносных сосудов.

Земляника. Соком из свежих ягод смачивают салфетку, затем трижды подряд накладывают на лицо и держат 10 минут. Маски желательно делать ежедневно в течение всего сезона.

Калина обыкновенная. Соком свежих плодов смачивают салфетки и накладывают их на гиперпигментированные участки кожи дважды в день по 10 минут до получения заметного результата. Сок калины не применяют при сухой коже.

Капуста квашеная. Салфетки пропитывают соком капусты и накладывают на пигментные пятна трижды в день по 10 минут.

Огурец. Салфетки, смоченные соком свежего огурца, накладывают на лицо в виде маски на 10 минут три раза подряд.

Вначале лечение проводят ежедневно, а затем дважды в неделю.

Одуванчик. Млечным соком листьев свежего растения осторожно смачивают веснушки и пигментные пятна 2—4 раза в день.

Петрушка. Свежим соком из всего растения смазывают пигментные пятна трижды в день или накладывают смоченные этим соком салфетки один раз в день на 15 минут.

Чистотел. Свежим соком травы смазывают пятна два раза в день.

Пигментные пятна

Пигментные пятна бывают различной величины и формы, от светло-желтого до темно-коричневого или бурого цвета. Они появляются почти исключительно у женщин в любом возрасте и по самым разнообразным причинам. Пятна особенно выражены у женщин со смуглой кожей и брюнеток, у них она держится упорнее и медленнее поддается лечению.

Причины возникновения

Пигментные пятна могут возникнуть в период беременности, особенно весной и летом. Бывают пигментные пятна и при различных женских болезнях, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и др.

Но чаще всего пятна появляются в результате солнечных ожогов или длительного облучения.

Стойкие, значительно потемневшие пигментные пятна на коже лица могут быть также следствием применения раздражающих мазей и кремов, особенно с содержанием ртути, серы, висмута.

У людей с повышенной чувствительностью к солнечным лучам и любителей освежать лицо парфюмерными жидкостями в жаркую солнечную погоду может появиться стойкая

коричневая пигментация,

У большинства женщин в климактерический период темнеет кожа, начиная от мочки уха по боковой поверхности шеи (именно эти участки лица женщины обычно смазывают из года в год духами).

Традиционное лечение пятен

При появлении пигментных пятен необходимо посоветоваться с врачом-косметологом или дерматологом. Врач может назначить для приема внутрь антигистаминные препараты и другие средства десенсибилизирующего характера.

Пигментные пятна при сухой коже требуют специального ухода. Воду для умывания надо заменить кислым молоком или молочной сывороткой.

Перед нанесением витаминизированного крема можно протирать кожу соком петрушки или крепким отваром ее листьев и корней пополам с соком лимона, апельсина, красной смородины.

Перед использованием отбеливающего крема можно слегка смазать лицо чистым растительным маслом, смешанным в равном количестве с витаминизированным кремом, а через 10—15 минут наложить отбеливающий крем.

Хорошо делать маски из фруктов и овощей – абрикосов, клубники, огурцов и т. д. (см. отбеливающие маски).

Пигментные пятна при сухой коже можно смазывать

также 3%-ной перекисью водорода (без нашатырного спирта), затем на кожу нанести растительное масло, а уже после этого отбеливающий крем.

При появлении пигментных пятен на коже лица впервые недопустимо применять отбеливающую мазь с ртутью или по своему усмотрению пользоваться отшелушивающими средствами.

Перед нанесением отбеливающего крема можно смазывать пятна раствором перекиси водорода и нашатырного спирта – это усиливает действие крема. Смазывание 2%-ным салициловым спиртом может вызвать легкое шелушение пятен.

В косметических кабинетах обычно используют разнообразные отбеливающие мази, проводят отшелушивание потемневших участков кожи специальными составами (10—20%-ный спиртовой раствор салициловой кислоты; молочной кислоты, сулемы, пергидроля и т. д.). Этим достигают так называемого глубокого шелушения на 10—12 дней – лицо пациентки покрывается плотной коричневой коркой, и надо ждать ее самопроизвольного отторжения.

Во время лечения пигментных пятен и после него необходимо защищать лицо от прямых солнечных лучей – помимо применения защитного крема, носить широкополую шляпу или козырек. При солнечном облучении даже еле заметные пятна значительно темнеют, появляются новые пятна, намного осложняя дальнейшее лечение.

Народные средства лечение пятен

Настой от пятен. В период интенсивного солнца хорошо помогает при жирной и нормальной коже настой хрена или цветов лаванды на столовом уксусе. Процедуры выполняют 1—2 раза в день.

Лимон. На предварительно смоченные водой пятна накладывают ломтики лимона на 5—6 минут.

Псориаз

Псориаз – заболевание, при котором появляются красные шелушащиеся пятна, покрытые серебристыми чешуйками, вызывающие зуд. Наиболее часто при псориазе поражаются участки кожи на голове, внизу спины, на локтевых и коленных суставах. По разным данным, псориазом страдает от 2 до 7% населения планеты.

Учитывая, что многие больные псориазом, имеющие небольшую степень поражения кожных покровов, к врачам не обращаются, поэтому количество больных значительно больше, чем по официальной статистике. Количество больных псориазом в дерматологических стационарах достигает 20%, а риск заболеть в течение всей жизни для нашей страны составляет 2,2%.

При псориазе кроме кожи, могут поражаться суставы (псориатический артрит).

Причины возникновения псориаза

Псориаз – хроническое воспалительное заболевание кожи, в патогенезе которого отчетливую роль играют наследственность и различные провоцирующие факторы. В последнее время большое значение в патогенезе псориаза придается нарушениям иммунной системы.

Однако, псориаз не является строго наследственным заболеванием, возникает в течение жизни пациента вследствие совместного влияния генетических и провоцирующих факторов.

Провоцирующие факторы псориаза весьма различны.

Физические факторы. Механические повреждения кожи, например, акупунктура, дермоабразия, пиявки, вакцинация, места укусов насекомых, уколов, операционные рубцы, потертости, татуировки, ожоги, травмы, солнечное и рентгеновское облучение.

Химические факторы. Дерматиты от химических веществ, токсические воздействия наружных раздражающих лекарств.

Воспалительные болезни кожи. Грибковые болезни кожи, дисгидроз, контагиозное импетиго, вульгарные угри, розовый лишай, опоясывающий герпес и аллергические дерматиты.

Инфекционные заболевания. Нередко первое высыпание псориаза происходит после острого инфекционного заболевания или вакцинации. В развитии острого псориаза нередко большую роль играет инфекция верхних дыхательных путей (тонзиллита, бронхита), чаще всего обусловлен-

ного бета-гемолитическим стрептококком. ВИЧ-инфекция сочетается с тяжелым псориазом.

Медикаменты. Бета-блокаторы, препараты лития, противовоспалительные препараты часто вызывают псориаз. И часто приводят к развитию тяжелого псориаза с неблагоприятным исходом.

Психогенные факторы. Роль психогенных факторов в развитии псориаза противоречива, некоторые авторы считают, что она достигает 60%. Несомненно, однако, что псориаз ухудшает качество жизни пациентов, и пациенты, находящиеся в стрессе из-за псориаза, хуже поддаются терапии.

Курение и алкоголь. У курящих женщин и у мужчин, злоупотребляющих алкоголем, псориаз встречается чаще и протекает тяжелее.

Симптомы и течение псориаза

Заболевание начинается остро, с высыпания мелких, величиной от булавочной головки до чечевицы, ярко-красных инфильтратов кожи (папул), быстро покрывающихся серебристо-белыми чешуйками. Папулы постепенно увеличиваются в размерах и превращаются в различной величины бляшки, которые нередко сливаются, образуя обширные

очаги поражения с крупными объемными очертаниями.

Иногда бляшки в центральной части разрешаются и принимают кольцевидную форму. Папулы и бляшки нередко ограничены от окружающей здоровой кожи.

В развитии псориаза можно выделить три периода.

Острый период. Особенностью сыпи в остром периоде является высыпание свежих мелких папул, а также характер шелушения – оно не достигает границ здоровой кожи, а оставляет по периферии бляшек узкую красноватую не шелушащуюся каемку. В остром периоде нередко отмечается зуд.

Стационарный период. Через несколько месяцев высыпание свежих папул прекращается, рост бляшек останавливается, они становятся стабильными. Чешуйки покрывают всю поверхность папул и бляшек. В таком состоянии они могут существовать в течение нескольких месяцев, реже лет.

Период разрешения. Разрешение бляшек в виде их постепенного уплощения, уменьшения шелушения и частичного или полного исчезновения (спонтанного или под влиянием лечения). На месте разрешившихся бляшек могут образовываться пигментные пятна.

Симптомы ***простого псориаза*** это высыпания в виде ро-

зовых бляшек, покрытые серебристо-белыми чешуйками. Чаще всего поражаются локти, колени и волосистая часть головы. Возможно поражение других участков туловища и конечностей. Высыпания при псориазе имеют четкие границы и округлую форму. Зуд при псориазе обычно незначительный или отсутствует.

Симптомы *каплевидного псориаза* – множественные мелкие шелушащимися высыпания розоватого цвета. Эта форма псориаза обычно начинается внезапно у детей и подростков, часто после перенесенной ангины. Каплевидный псориаз иногда самостоятельно проходит в течение нескольких недель.

Симптомы *пустулезного псориаза* – это редкая форма заболевания, которая может быть опасной для жизни. Пустулезный псориаз проявляется мелкими пузырьками, наполненными гноем. В тяжелых случаях возможно поражение всего тела.

Традиционное лечение псориаза

В настоящее время современная медицина не излечивает псориаз. В связи с тем, что псориаз имеет хроническое течение и не представляет угрозу для жизни больного, абсолютный приоритет отдается наружной терапии.

Лечение псориаза должно быть индивидуализированным для каждого пациента; оно зависит от возраста, пола, профессии (влияния профессиональных факторов), личностных особенностей, общего состояния здоровья пациента; а также типа, распространенности, длительности и особенностей течения псориаза.

Важно установить характер течения псориаза, стадию болезни, исключить провоцирующие факторы (механическая травматизация кожи, аллергические заболевания, лекарственная непереносимость, употребление спиртных напитков).

Отдых, нормализация окружающей среды, изменение режима работы или короткая госпитализация могут изменить течение болезни. Рекомендуются различные методы психотерапии, климатотерапия, например, на Мертвом море.

Приступая к лечению необходимо:

- почистить организм, соблюдать строгую диету, принимать комплекс витаминов;
- не употреблять алкоголь, не курить, не нервничать;
- принимать наружные ванны из морской соли, травяные ванны;
- принимать отвары трав, как строго направленные против псориаза, так и для повышения иммунитета;
- комплексно лечить болезнь как изнутри, так и снаружи.

Народные средства лечения псориаза

Черда. Черда настаивается на спирту в пропорции 1:1. Листья череды залить спиртом, настаивать 3 дня. Траву отжать, в жидкость добавить пузырек ланолина и пузырек вазелина (купить в аптеке).

Смазывать 2 раза в день. Можно по 15 капель спиртовой настойки череды принимать внутрь, разбавив водой.

Зола. Зола дубовой коры – 26 граммов, зола веток шиповника -25 граммов, чистотел – 10 граммов, 1 свежий яичный белок, вазелин -100 граммов.

Все тщательно перемешать, настоять при комнатной температуре 15 дней. Смазывать больные места.

Чистотел и щавель. Чистотел и щавель конский в равных долях измельчить в порошок и залить березовым дегтем.

Делать повязки 2 раза в день утром и вечером.

Дегтярная мазь. 2 столовых ложки дегтя, 1 столовая ложка серы очищенной, 1/2 столовых ложек меда, 1 столовая ложка уксусной эссенции, 4 столовых ложки подсолнечного масла.

Все тщательно перемешать. В течение 20 минут нагревать

на слабом огне, постоянно помешивая. Остудить.

Начните для пробы смазывать одно место. Будет первое время пощипывать. Во время лечения нужно пить успокоительное.

Кровоочистительный чай. Лопух трава – 4 части, земляника листья – 6 частей, крапива двудомная – 4 части, смородина черная листья – 5 частей, тысячелистник трава – 3 части, фиалка трехцветная – 3 части, череда – 6 частей.

Все смешать, из этой смеси взять 1 столовую ложку сбора на 2 столовых ложки кипятка, настоять 15 минут.

Принимать по полстакана 3 раза в день.

Горчичники. В воду добавить полтаблетки аскорбиновой кислоты, намочить горчичник и накладывать на бляшки. Голову можно просто смазать разведенной горчицей, укутать голову и потерпеть сколько возможно.

Ряска. Соком болотной травы ряски смазывать бляшки. Сухую траву добавлять в мед, варенье и пить как чай.

Сбор от псориаза. Череда (трава) – 15 граммов, бузина черная (цветки) – 10 граммов, зверобой (трава) – 15 граммов, чистотел (трава) – 5 граммов, девясил (корни) – 10 граммов, аир (корни) – 15 граммов, кукурузные столбики с рыльцами – 10 граммов, брусника (листья) – 10 граммов,

хвощ полевой (трава) – 10 граммов.

Столовую ложку сбора с небольшой горкой заливают 1 стаканом кипяченой воды, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане 15 минут (травяной настой не должен кипеть), охлаждают при комнатной температуре в течение 45 минут, процеживают, остатки отжимают. Объем полученного отвара доливают кипяченой водой до первоначального объема.

Принимать по 1/2 стакана настоя утром и вечером после еды.

Атопический дерматит

Атопический дерматит – это неинфекционное (незаразное) заболевание кожи, характеризующееся зудом и хроническим рецидивирующим течением, для которого характерно длительное течение с периодическим появлением сыпи на разных участках тела, которой всегда предшествует кожный зуд.

Имеет четкую сезонную зависимость: зимой – обострения и рецидивы, летом – частичные или полные ремиссии.

Причины дерматита

Причины атопического дерматита неизвестны и являются предметом активных исследований. Исследования показали, что эта болезнь возникает в результате взаимодействия внешней среды, иммунной системы и наследственности. Люди в таких условиях имеют более чувствительную иммунную систему, которая склонна к реакции на многие раздражители и аллергены.

Зуд и сыпь могут возникнуть вследствие многих факторов:

- контакт с аллергенами, например, пылью, шерстью животных или плесенью;
- контакт с раздражителями, такими как агрессивные мы-

ла и моющие средства, почесывание кожи и шерстяная одежда;

– климатические изменения, особенно зимняя погода и низкая влажность воздуха, холодный воздух не содержит достаточно влаги, это может стать причиной сухости кожи и зуда;

– температурные изменения, вследствие резких температурных колебаний может усиливаться зуд; резкое повышение температуры увеличивает потливость, что в свою очередь вызывает зуд;

– эмоциональный стресс: такие эмоции, как уныние и тревога, могут усилить зуд;

– прием определенных продуктов питания, особенно, яиц, арахиса, молока, сои или пшеничных продуктов;

– частое мытье высушивает верхние слои кожи, что вызывает сухость и зуд, особенно в зимние месяцы, когда низкая влажность.

Симптомы дерматита

Основной симптом атопического дерматита – это зуд. Зуд может быть сильным и продолжительным, особенно в ночное время. Вследствие почесывания пораженного участка кожи возникает сыпь. Сыпь красного цвета, неоднородная, она может проявляться длительное время или исчезать и появляться.

Сыпь может выделять жидкость или покрываться коркой. Это происходит, если в расцарапанную кожу попадает инфекция. Специалисты называют это острой сыпью.

Сыпь может быть чешуйчатой и сухой, красной и зудящей. Специалисты называют этот случай подострой сыпью.

Места высыпания, как правило, это лицо, волосистая часть кожи головы, шея, руки и ноги (особенно, колени и локти), и туловище.

Народные средства лечения дерматита

Береза. При воспалительных процессах кожи, при зуде, экземе, раздражении применяют отвар березовых почек. Для его приготовления 1 стакан почек заварить стаканом крутого кипятка и кипятить 15—20 минут. После остывания процедить.

Протирать кожу ежедневно.

Зверобой. Из сока зверобоя, упаренного наполовину, приготовить мазь на сливочном масле в соотношении 1:4. Хранить в холодильнике.

Применять как дезинфицирующее средство при кожных заболеваниях.

Картофель. Натертый на терке сырой картофель прикладывать к пораженным участкам кожи при лечении дермати-

тов, гнойной экземы, ожогов, гнойных ран.

Каланхоэ. Чтобы успокоить зуд, смешайте в равных пропорциях сок каланхоэ и пчелиный мед. Настаивайте эту смесь в течение 7 дней, затем добавьте такое же количество сока алоэ и настаивайте еще 7 дней.

Полученную массу используйте для смазывания пораженной кожи.

Сельдерей. Натереть корень сельдерея на терке (можно пропустить через мясорубку) и отжать его.

Пить по 1—2 чайных ложки 2—3 раза в день за полчаса до еды при дерматите.

Лабазник. Порошок корня лабазника вязолистного смешать со сливочным маслом в соотношении 1:2 (по объему).

Применяется для смазывания пораженных мест при воспалительных дерматозах.

Одуванчик. Столовую ложку листьев одуванчика лекарственного заварить 2 стаканами кипятка, настоять.

Пить по 1/2 стакана 4 раза в день. Рекомендуются при заболевании кожи.

Софора японская. Приготовить настойку из зрелых семян софоры японской из расчета 2 столовые ложки измель-

ченных семян на 0,5 литра водки.

Настаивать 10 суток в темном месте, периодически взбалтывая. Пораженные лучевым дерматитом участки кожи натирать настойкой 2 раза в день.

Иван-чай. 10 граммов сухих листьев иван-чая узколистного заварить стаканом кипятка и кипятить 15 минут.

Использовать в качестве примочек при остром дерматите.

Крапива. 4—5 чайных ложек измельченных цветков глухой крапивы залить стаканом кипятка, настоять.

Настой принимать внутрь, а отцеженную массу использовать в виде компрессов при дерматитах.

Кровохлебка. 2 столовые ложки корневищ и корней кровохлебки лекарственной залить 200 мл горячей воды, кипятить на слабом огне 30 минут, охладить, процедить и отжать.

Принимать по 1 столовой ложке 5—6 раз после еды при воспалении кожи.

Сосна. 500 граммов сосновых почек варить в течение 30 минут в 5 литрах воды.

Добавляют отвар в ванну при кожных заболеваниях.

Смородина. Столовую ложку измельченных листьев смородины черной заварить 400 мл кипятка, настоять 6 часов

и процедить. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день.

Применять при кожных заболеваниях, общем недомогании.

Крапивница

Крапивница – общее название группы кожных заболеваний. Основной признак – зудящие волдыри. Особенностью крапивницы является быстрое развитие и столь же быстрое исчезновение (от нескольких минут до нескольких часов) после назначения адекватной терапии.

Симптомы крапивницы

Характерный симптом крапивницы – волдырь. Волдырь представляет собой возвышающееся над поверхностью кожи образование круглой, овальной или кольцевидной формы, бледно-розового цвета. Центральная часть волдыря может быть бледнее, чем периферия.

Высыпания волдырей сопровождаются зудом, бледнеют при надавливании. Высыпания при крапивнице могут иметь любую локализацию, включая волосистую часть головы, ладони и подошвы. В области головы и шеи число тучных клеток кожи на единицу площади повышено по сравнению с другими участками кожи, поэтому крапивница и зуд этой локализации характеризуются большей интенсивностью.

Виды крапивницы

Аллергическая крапивница – развивается вследствие аллергической реакции на пищевые продукты (орехи, яйца, рыба, морепродукты), медикаменты (пенициллин, аспирин и другие нестероидные противовоспалительные препараты), укусы насекомых (пчелы).

Острая крапивница, как правило, является аллергической природы.

Тепловая крапивница – характерно появление небольших волдырей (5—10 мм), окруженных ободком покраснения. Возникает после перегрева, бани, горячего душа, физической активности, в жару.

Холодовая крапивница – возникает под действием холода. Появляются волдыри, покраснение, зуд, жжение кожи. Холодовая крапивница может сопровождаться приступом удушья и потерей сознания. Таким больным не следует купаться в холодной воде.

Механическая крапивница – появляются линейные волдыри и покраснение кожи в результате механического раздражения. Легко диагностируется врачом. Достаточно провести тонким тупым предметом (шпателем, обратной сто-

роной шариковой ручки) по коже и через некоторое время (30 секунд – 5 минут) появляются линейные волдыри, в точности по ходу движения предмета по коже.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.