



DR. HAIK ZARIAN
Medico Chirurgo
Specialista in Dermatologia e Venereologia

RACCOMANDAZIONI PER UNA CORRETTA GESTIONE DELLA DERMATITE ATOPICA



La pelle deve essere **detersa accuratamente**, ma ciò deve essere fatto con delicatezza e attenzione per eliminare meccanicamente i residui batterici in caso di infezione

Si possono usare detersivi con o senza antisettici privi di sostanze irritanti e detersivi ipoallergenici



Il **bagno** dovrebbe essere di breve durata (solo 5 minuti) e fatto con acqua tiepida.

L'uso di oli da bagno (gli ultimi 2 minuti) può aiutare a impedire la disidratazione della pelle



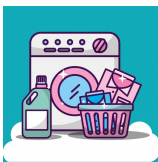
Docce brevi, con acqua calda, preferibilmente usare saponi ipoallergenici.

Dopo la doccia, non strofinare l'asciugamano sulla pelle umida, meglio asciugare "al tatto".



Idratazione cutanea quotidiana.

È essenziale applicare la crema almeno una volta al giorno per ripristinare l'integrità della barriera cutanea e ridurre i sintomi.



Per il **bucato** utilizzare preferibilmente detersivo liquido con prodotti senza tintura e senza profumo, dato che i profumi e coloranti possono irritare la pelle del soggetto atopico; per questo motivo meglio evitare indumenti di lana o capi sintetici, tessuti che possono irritare la pelle con dermatite atopica.

Indossare vestiti di cotone, preferibilmente bianco o colori chiari.



Dieta varia ed equilibrata, anche se i bambini con dermatite atopica possono avere più possibilità di sviluppare allergie alimentari, le restrizioni alimentari preventive non sono raccomandate.

Solo determinati alimenti saranno evitati quando vi è un quadro clinico indicativo di allergia alimentare.



L'esposizione al sole può migliorare i sintomi della dermatite, anche se deve essere effettuata seguendo il **standard di fotoprotezione**: evitare le ore centrali del giorno e utilizzare una protezione solare adeguata.